

Instituto Politécnico de Coimbra – IPC
Escola Superior de Educação de Coimbra – ESEC
3º Ano da Licenciatura em Gerontologia Social

Relatório de Estágio

Orientadora: Professora Raquel Leite

Aluna Estagiária: Sara Raquel Pires Campos

Coimbra, 2013

Folha de Rosto

- **Entidade:** Escola Superior de Educação de Coimbra
- **Instituição:** Associação Nacional de Apoio ao Idoso
- **Título do Relatório:** Relatório de Estágio
- **Discente:** Sara Raquel Pires Campos
- **Orientadora:** Professora Raquel Leite
- **Unidade Curricular:** Estágio Curricular
- **Data:** Junho de 2013

Agradecimentos

Agradeço em primeiro lugar à Associação Nacional de Apoio ao Idoso por ter consentido o meu estágio curricular, em especial à minha orientadora de estágio Dra. Sónia Vinagre pela disponibilidade e por todo o apoio.

À minha Orientadora de Estágio Professora Raquel Leite, pela disponibilidade e apoio dado ao longo do semestre.

Aos amigos que acompanharam este meu processo académico, em especial à Barbara Santos por todas as conversas de apoio, partilha de ideias e conhecimentos.

Aos meus colegas de Estágio Sandra Nascimento e, em especial, ao João Paulo pela sua dedicação, empenho e companheirismo.

Agradeço aos meus pais e irmãos pelo apoio, compreensão e acompanhamento neste meu percurso académico.

Resumo

O presente Relatório resulta da implementação de um Plano de Intervenção, definido e integrado no Projeto de Estágio, delineado no decorrer do 1^º Semestre. Neste documento apresenta-se de forma detalhada e reflexiva todas as ações desenvolvidas e realizadas ao longo do último Semestre.

O Estágio Curricular desenrolou-se na Associação Nacional de Apoio ao Idoso, mais concretamente na Resposta Social de Centro de Dia.

As atividades incidiram nas áreas de gestão, educação e científica, como se poderá atestar ao longo do documento.

Pretendeu-se com a intervenção cumprir os objetivos definidos no Plano de Intervenção e adquirir novas experiências e competências, a nível pessoal e profissional.

Índice

Introdução	1
Capítulo 1 - Enquadramento teórico.....	2
1-Um novo Processo de Envelhecimento	2
2- Gestão de Equipamentos Sociais – Como Implementar a Qualidade	3
1.1- Caraterização da Instituição.....	6
1.2- Caraterização Demográfica	7
Capítulo 3 - Projeto de Estágio.....	9
1.1 - Diagnostico Social/Avaliação de Necessidades.....	9
1.2 - Metodologias Utilizadas.....	10
1.3 - Identificação de problemas/ necessidades existentes e prováveis potencialidades/recursos.....	10
1.4 - Grupos Afetados e Gravidade do problema.....	11
1.5 - Priorizar as necessidades	12
2 - Plano de Intervenção.....	12
2.1 – Objetivos	12
2.1.2 - Objetivo Geral	12
2.2.2 - Objetivo Especifico	12
2.2 - Atividades/Ações propostas	13
Após o levantamento de necessidades pode-se delinear:.....	13
2.3 - Modo e instrumento de Avaliação	13
2.4 - Resultados esperados	14
Capítulo 4 - Estágio Curricular.....	15
1. Gestão	15
1.1 - Plano Anual de Atividades	15
1.2 - Livro de Ocorrências.....	16
1.3 - Processos Individuais	16
2. Projeto em Equipa Multidisciplinar	16
2.1 - RecordAção.....	16
2.1.1 – InterAção.....	17
2.1.1.1 - Reflexões das InterAções	19
InterAção 1.....	19
InterAção 2.....	22
InterAção 3.....	24

InterAção 4.....	26
InterAção 5.....	28
InterAção 6.....	28
InterAção 7.....	31
InterAção 8.....	32
2.1.2 - CortAção	35
2.1.2.1- Reflexões das CortAções.....	37
CortAção 1.....	37
CortAção 2.....	41
CortAção 3.....	42
CortAção 4.....	43
CortAção 5.....	45
CortAção 6.....	47
CortAção 7.....	48
CortAção 8.....	50
CortAção 9.....	51
CortAção 10.....	52
2.2 - Outras Atividades	56
2.2.1- Reflexões das Atividades	57
Dia da Mulher	57
Dia da Poesia.....	59
Caminhada	60
Prevenir e Sensibilizar	61
Roteiro Digital – Santa Maria da Feira.....	63
3. Área Científica.....	65
Capitulo 5 – Resultados Obtidos/Avaliação	68
Capitulo 6 - Conclusão	73
Referencias Bibliográficas	74
Anexos.....	75
Apêndices.....	76

Lista de Tabelas

Tabela 1 – Identificação das Áreas a melhorar	13
Tabela 2 - Planificação das Atividades de Gestão	15
Tabela 3 - Planificação InterAção	19
Tabela 4 - Planificação CortAção	36
Tabela 5 - Planificação Outras Atividades	56
Tabela 6 - Programação da Ação de Formação.....	61

Lista de Abreviaturas

ANAI – Associação Nacional de Apoio ao Idoso

OFCI/CD – Oficina Social do Idoso/Centro de Dia

SAD – Serviço de Apoio ao Domiciliário

OSI – Observatório Social do Idoso

BAT – Banco de Ajudas Técnicas

PDI – Plano de Desenvolvimento Individual

BIS – Banco de Inovação Social

Introdução

O presente Relatório surge no âmbito do Estágio Curricular, da Licenciatura em Gerontologia Social, abrangendo áreas de Gestão, Educação e Científica.

O Estágio realizou-se na Associação Nacional de Apoio ao Idoso, localizada em plena Baixa de Coimbra. A execução do Plano de Intervenção contou com o acompanhamento da Diretora Técnica e, também ela Tutora Dr.ª Sónia Vinagre e com o trabalho em equipa multidisciplinar com colegas a desenvolver estágio curricular em Mestrado de Ciências da Educação e outra também, na Licenciatura em Gerontologia Social. Todos os recursos necessários para a concretização do Projeto foram disponibilizados pela ANAI.

O estágio tem como objetivos principais a promoção da Qualidade da resposta social Centro de Dia, permitindo um serviço adequado aos requisitos dos clientes; Alargar o conhecimento gerontológico, através do trabalho em equipa interdisciplinar e multidisciplinar.

O relatório apresenta-se seguindo uma sequência cronológica. Numa fase inicial apresenta-se o Projeto de Estágio, onde se identifica as necessidades da ANAI; seguidamente uma parte em que aborda todo o Estágio Curricular e no fim, uma avaliação dos resultados obtidos ao longo do Semestre.

Capítulo 1 - Enquadramento teórico

1-Um novo Processo de Envelhecimento

De acordo com o Relatório sobre o Envelhecimento da União Europeia¹ verifica-se que “A população da UE deverá aumentar ligeiramente, passando de 502 milhões em 2010 para 517 milhões em 2060, mas paralelamente deverá envelhecer bastante, estimando-se que 30% dos europeus tenham então, pelo menos, 65 anos. O facto de mais pessoas viverem mais tempo é, em si, muito positivo, mas coloca desafios significativos às economias e aos sistemas de assistência social da Europa”. Destaca-se uma necessidade e uma urgência para ações políticas que façam face aos presentes desafios que o envelhecimento da população acarreta. Referindo, ainda o mesmo relatório que “A dimensão e a velocidade do fenómeno do envelhecimento da população dependem da evolução da esperança de vida, da fertilidade e da migração. Estima-se que, em 2060, a esperança de vida à nascença seja de 84,6 anos para os homens e de 89,1 anos para as mulheres (respetivamente, de 76,7 anos e 82,5 anos em 2010)”.

Segundo a Comissão Europeia (2007) “O número de pessoas no intervalo de idades 65-79 anos aumentará expressivamente após 2010 e até 2030 (+ 37,4 %)", conseqüentemente o numero de pessoas idosas com 80 ou mais anos também aumentará e se as condições de vida permanecerem, ou até mesmo, se registarem melhorias, este grupo de pessoas irá ser mais desenvolvido e apto a nível psicológico, físico e social. Levando assim a um constante aumento da esperança média de vida.

O constante aumento deste grupo de pessoas segundo (Maria Sousa, pág. 20) “terá características particulares. Nela será possível identificar um elevado número de pessoas idosas só, maioritariamente mulheres, devido à feminização do envelhecimento, associado à maior longevidade das mulheres em relação aos homens; incapacidade de a rede de suporte familiar assegurar, só por si, os cuidados aos seus idosos, quer eles sejam dependentes ou independentes; tendência para os idosos se manterem independentes e autossuficientes durante mais tempo e permanecerem em casa”.

Mas por outro lado, iremos deparar com pessoas idosas cada vez mais instruídas e exigentes, em que as respostas sociais, futuramente, irão ter de sofrer alterações a nível da oferta de serviços.

¹ http://ec.europa.eu/news/economy/120515_pt.htm, acedido a 12 de Junho de 2013

Uma vertente que será muito procurada é a Aprendizagem ao longo da vida, isto é, aumentar a capacidade cognitiva de aprendizagem dos sujeitos de qualquer idade. Entrando assim, a Gerontologia Educativa que centra na análise das mudanças psicossociais, afetivas e cognitivas que vão ocorrendo nas últimas fases do ciclo vital, permitindo potências áspers positivos e diminuir possíveis efeitos negativos.

2- Gestão de Equipamentos Sociais – Como Implementar a Qualidade²

A gestão de qualidade é, atualmente, um elemento-chave de qualquer organização, quer no setor privado quer no público, envolvendo todos os colaboradores da organização independentemente do grau hierárquico em que se encontram. A competitividade é cada vez mais crescente e exigente, à uma rápida inovação tecnológica, uma constante alteração de processos e mudanças nos panoramas económicos e sociais, que leva a que as organizações a implementar o sistema de gestão de qualidade com o intuito de melhoria permanente da qualidade dos serviços e da sustentabilidade da própria organização.

Consiste em três níveis de qualificação que correspondem a três níveis de exigência relativamente ao cumprimento dos requisitos do modelo, permitindo a sua gradual implementação, ou seja, Nível C – obrigatório; Nível B – voluntário; Nível A – Boas práticas a aminho da excelência.

Como apoio à implementação e gestão de sistemas da qualidade eficazes estão destinados referenciais normativos de sistemas de gestão da qualidade. São eles: NP EN ISO 9000:2005 – Sistemas de gestão de qualidade. Fundamentos e Vocabulário (ISO 9000:2005); NP EN ISO 9001:2008 – Sistema de gestão da qualidade. Requisitos (ISO 9001:2008); NP EN ISO 9004:2000 – Sistema de gestão da qualidade. Linhas de orientação para a melhoria do desempenho (ISO 9004:2000); NP EN ISO 19011:2003 – Linhas de orientação para auditorias de sistemas de gestão de qualidade e/ou de gestão ambiental (ISO 19011:2002).

Segundo a NP EN ISO 9000 e NP EN ISO 2004 descreve oito princípios da gestão da qualidade, que permite a uma organização a melhoria contínua do seu desempenho:

1. Focalização do Cliente – As organizações depende dos seus clientes e, conseqüentemente, deverão compreender as suas necessidades, atuais e futuras, satisfazer os seus requisitos e esforçar-se por exceder as suas expetativas.

² Texto baseado no Livro Sistema de Gestão de Qualidade – Guia para a sua Implementação

2. Liderança – os líderes estabelecem unidade no propósito e na orientação da organização. Deverão criar e manter o ambiente interno que permita o pleno envolvimento das pessoas para se atingirem os objetivos da organização.
3. Envolvimento das pessoas – as pessoas, em todos os níveis, são a essência de uma organização e o seu pleno envolvimento permite que as suas aptidões sejam utilizadas em benefício da organização.
4. Abordagem por processos – um resultado desejado é atingido de forma mais eficiente quando as atividades e os recursos associados são geridos como um processo.
5. Abordagem da gestão como um sistema – identificar, compreender e gerir processos interrelacionados como um sistema, contribui para que a organização atinja os seus objetivos com eficácia e eficiência.
6. Melhoria contínua – A melhoria contínua do desempenho global de uma organização deverá ser um objetivo permanente dessa organização.
7. Abordagens à tomada de decisões baseada em factos – as decisões eficazes são baseadas na análise de dados e de informações.
8. Relações mutuamente benéficas com fornecedores – uma organização e os seus fornecedores são interdependentes e uma relação de benefício mútuo potencia aptidão de ambas as partes para criar valor.

O processo de qualificação deve seguir uma lógica de inclusão e não de exclusão.

O sistema de gestão de qualidade é entendido como a filosofia e prática de gestão que se traduz no envolvimento de todos os que trabalham na organização num processo de cooperação que se concretize no fornecimento de produtos e serviços que satisfaçam as necessidades e expectativas dos clientes. É a cultura da organização que permite fornecer produtos e serviços capazes de satisfazer as necessidades e expectativas dos clientes.

A qualidade está configurada em todos os subsistemas da organização e não num só, definindo para cada um deles os seus próprios critérios de qualidade, cuidando das relações de sinergia e interface entre eles, e possibilitando a melhoria contínua, não só, dos produtos mas, também, dos processos e, conseqüentemente da organização, através, sobretudo, do assentamento em quatro pilares: Prevenção, evidencia objetiva, abordagem por processos e abordagem sistemática.

De acordo com a NP EN ISO 9000:2005, “processo é um conjunto de atividades interrelacionadas que transformam entradas em saídas.”

Entende-se por abordagem por processos a aplicação de um sistema de processos dentro de uma organização, em conjunto com a identificação das interações dos mesmos com a sua gestão. Este permite ter uma grande visibilidade e controlo sobre as pequenas partes da organização, os processos, ou seja, controlando as artes consegue-se controlar, de forma mais eficaz, o todo ou, pelo menos, os aspetos mais importantes desse todo.

SGG deve ser revisto regularmente, de modo a assegurar que se mantém apropriado, adequado e eficaz. Cabe à organização definir responsabilidades ao nível do tratamento prévio da informação, estabelecer uma metodologia para análise dessa informação e, finalmente, estabelecer modelos considerados mais adequados para evidenciar ou suportar as conclusões da revisão, tais como, atas de reunião, planos de ação, impressos ou formulários. A periodicidade deveser definida pela organização, mas não deveser superior a um ano.

As organizações podem apresentar alguns impedimentos devido aos recursos humanos, a nível da falta de formação e compreensão do que se quer implementar, resistência à mudança, à falta de cultura de participação e à dependência financeira face às entidades envolvidas, em contrapartida a mesma pode apresentar colaboradores com grande capacidade de envolvimento, que prestem serviços de proximidade, flexibilidade, cooperação e complementaridade. Tantos os aspetos positivos como os negativos devem ser trabalhados e incentivados, de forma a organização alcançar um nível de qualidade benéfico e eficiente.

Capítulo 2 - Associação Nacional de Apoio ao Idoso

Neste capítulo apresenta-se a Associação Nacional de Apoio ao Idoso, instituição que acolheu o Estágio Curricular. Procede-se a um breve enquadramento institucional.

1.1- Caracterização da Instituição

A ANAI – Associação Nacional de Apoio ao Idoso – foi constituída no dia 12 de julho de 1994, adquirindo, em 23 de setembro de 1996, o Estatuto Jurídico de IPSS conforme publicação no DR - III Série, n.º 199 de 29 de agosto de 1997.

Encontra-se, portanto, consignado no art.º 1 dos Estatutos que "A Associação Nacional de Apoio ao Idoso – ANAI- é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, Sem Fins Lucrativos", com sede em Coimbra, na Ladeira do Carmo - Cerca de São Bernardo.

Aduz, também, o art.º 3 dos mesmos estatutos: "Tem a ANAI como objetivo a proteção e apoio ao idoso designadamente através da informação, do atendimento personalizado e encaminhamento nas vertentes sociocultural, desportiva, jurídica, psicológica, médica, investigação científica e de formação académica, técnica e profissional".

Ao longo da sua existência esteve inicialmente sediada na Quinta das Varandas (Clube dos Empresários), passando mais tarde para a Casa do Correio Mor e depois tendo passado para Cerca de S. Bernardo, num edifício cedido pela Câmara Municipal de Coimbra em Contrato de Comodato. Recentemente encontra-se sediada na Rua Pedro Monteiro onde decorre as atividades relacionadas com a Universidade dos Tempos Livres e o Observatório Social do Idoso.

A sua estrutura funcional insere-se em cinco respostas sociais, sendo estas: Universidade do Tempo Livre (UTL); Serviço de Apoio Domiciliário (SAD); Oficina do Idoso/Centro de Dia (OFCD/CD); Observatório Social do Idoso (OSI) e o Banco de Ajudas Técnicas (BAT).

A área de intervenção do presente estágio curricular incidiu, principalmente, na resposta social de Oficina do Idoso/Centro de Dia.

Esta Resposta é caracterizada como um espaço de diálogo Intergeracional, cultural e ocupacional, que visa o desenvolvimento de "Ateliers" de "Artes e Ofícios" tradicionais que existiram ou existem na Região Centro, em especial em Coimbra.

Atualmente a instituição proporciona um leque alargado de atividades como: aula de ginástica, hidroginástica, pintura a óleo, cerâmica, festas temáticas, renda e bordados,

propagação de plantas aromáticas e medicinais, sessões informativas sobre temáticas relacionadas com a saúde, passeios culturais, convívios e Workshops.

Dentro desta resposta, "Oficina do Idoso", encontra-se o "Centro de Dia". Este consiste na prestação de um conjunto de serviços, como refeições (pequeno almoço, almoço e lanche), higiene pessoal, ocupação do tempo livre, informação e acolhimento, que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar.

A Oficina do Idoso e o Centro de Dia têm como principal objetivo promover a proteção e apoio ao idoso, designadamente através da informação, do atendimento personalizado e encaminhamento nas vertentes sociocultural, desportiva, jurídica, psicológica, médica, investigação científica e de formação académica, técnica e profissional.

De uma forma colaborativa e com o objetivo de adquirir novos conhecimentos e proporcionar uma visão mais detalhada das várias vertentes, integrei no serviço de Apoio ao Domiciliário e no Observatório social do Idoso.

O serviço de Apoio ao Domiciliário traduz-se na execução de tarefas variadas, como Higiene Pessoal; Fornecimento e Administração de Refeições; Arrumação do Domicílio; Tratamento de Roupas e Acompanhamento ao Exterior (consultas médicas, aquisição de bens alimentares, entre outras). Este serviço é prestado por equipas de Ajudantes de Ação Direta, que com o auxílio da viatura da instituição deslocam-se à residência do utente, para assim prestarem os cuidados individualizados e personalizados.

O observatório Social do Idoso tem como objetivo promover a criação de uma base de dados que reúna elementos relativos aos serviços de proximidade, legislação sobre o idoso e criar um ficheiro de biblioteca e videoteca, centro de documentação que aborda as questões relativas à Pessoa Idosa. Visa preceder a trabalhos de investigação, diagnóstico e registar situações detetadas nas áreas de observação para, posteriormente, informar as entidades da sua existência para encaminhar para uma possível solução.

1.2- Caracterização Demográfica

A ANAI é composta por uma Técnica Superior de Serviço Social atual Diretora Técnica, por três administrativos, cinco Auxiliares de Ação Direta e assegura a prestação de professores contratados segundo as necessidades.

A Resposta Social Oficina do Idoso/Centro de Dia atualmente é constituída por 18 utentes (13 Mulheres e 5 Homens), com idades compreendidas entre os 47 e os 91 anos. No

geral apresentam um nível de escolaridade Básico/Primário. As patologias mais vigentes nos utentes inserem-se a nível do aparelho locomotor, auditivo, visão, psicológico.

Capítulo 3 - Projeto de Estágio

Neste capítulo procede-se a uma apresentação do Projeto de Estágio, desenvolvido no decorrer do 1º Semestre na Unidade Curricular de Seminário. Pretende-se delinear um plano de intervenção, a partir de um processo designado diagnóstico social.

O Projeto de Estágio resume-se a um documento orientador, isto é, nele incorpora a planificação e estruturação de um plano de intervenção adequado à realidade institucional onde será desenvolvido o Estágio Curricular. Neste caso em específico, a Associação Nacional de Apoio ao Idoso, situada em plena Baixa de Coimbra.

Este Plano de Intervenção desponta de um conhecimento prévio da Instituição, sendo projetado de forma a priorizar e a colmatar as necessidades mais vigentes.

Nesta sequência, segue-se o Plano de Intervenção, contendo o diagnóstico social, os objetivos e metodologias do projeto.

1.1 - Diagnostico Social/Avaliação de Necessidades

O diagnóstico social é considerado um instrumento de caráter dinâmico que permite a compreensão da realidade social, contendo a identificação das necessidades e detenção dos problemas prioritários e as respetivas causas, bem como as prováveis potencialidades e recursos que permitam aperfeiçoá-las.

O processo de avaliação de necessidades passou por duas etapas. A Primeira proveio do primeiro semestre, durante as horas de observação oriundas da Unidade Curricular de Seminário. A Segunda verifica-se ao longo do segundo semestre, durante o estágio curricular. Em suma, pode-se definir que na primeira fase foi adotado um modelo mais linear, isto é, dá mais realce à ação do que à reflexão, obtendo resultados mais rápidos, não sendo um plano flexível. Na segunda fase foi adotado um modelo mais dinâmico. Este permite um controlo da intervenção, possibilitando adaptações e modificações necessárias da própria ação, modificando a realidade e exigindo um conhecimento prévio dos novos contextos. Consente, ainda, uma integração, participação ativa e um envolvimento dos saberes dos técnicos, bem como das pessoas envolvidas. Esta readaptação pode ser explanada pelo facto de a segunda fase envolver uma vertente mais atuante e empreendedora, surgindo imprevistos, alterações e

mudanças de planos com alguma frequência, demandando um modelo mais flexível e amoldável.

Após o conhecimento da realidade social, verificou-se e apurou-se que o presente Projeto incidisse num âmbito organizacional/institucional, uma vez que pretende dar seguimento à Implementação e constante atualização do sistema de gestão de qualidade e, conseqüentemente, no âmbito individual, com a finalidade de gerar um acompanhamento próximo e detalhado dos utentes, que permita uma atualização concisa dos Processos Individuais, bem como um aproveitamento benéfico das ações propostas.

1.2 - Metodologias Utilizadas

Na desenvolver do projeto é fundamental uma recolha de dados que seja conciliada com os objetivos a serem alcançados, isto é, o levantamento de dados é fundamental para o plano de intervenção tenha o impacto desejado.

Na elaboração do Projeto de Estágio foram utilizadas técnicas de recolha de dados como: Análise documental, que consistiu na pesquisa de informação já existente, com o objetivo de adquirir conhecimento sobre a problemática em análise; Observação, através do contato direto, frequente e prolongado com a diretora técnica, as auxiliares de ajuda direta, os utentes e outros estagiários, possibilitou conhecer de perto e compreender as dinâmicas de trabalho e de funcionamento geral da instituição; Conversas informais, esta técnica acompanha todo o processo de recolha de dados, são diversas as vezes que surgem momentos de partilha de informação e de conhecimentos com os elementos envolvidos, proporcionando a clarificação de dúvidas e um olhar mais amplo do meio envolvente.

A metodologia definida permitiu recolher informação fundamental para prosseguir à fase seguinte, sendo esta, a identificação das problemáticas e necessidades presentes, bem como as prováveis potencialidades e recursos a serem adotados.

1.3 - Identificação de problemas/ necessidades existentes e prováveis potencialidades/recursos

No decorrer do 1º Semestre, com o contato presencial uma vez por semana, sentiu-se uma necessidade de dar continuidade à implementação do sistema de gestão de qualidade,

em específico nas atualizações dos processos individuais, elaboração do Livro de Ocorrências, entre outros.

Outra área que merece realce é o Banco de Ajuda Técnica. Este surge de uma parceria entre a ANAI e a Fundação EDP, que visa a disponibilização de equipamentos e materiais que contribuam para o bem-estar do cliente, e desde a sua implementação não houve oportunidade de avaliar a satisfação do cliente, ou seja, detetou-se uma necessidade de apurar o quão pertinente é o projeto. Apurou-se, entretanto, que esta área encontra-se a ser colmatada por um estagiário de mestrado em Ciências da Educação da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação da Universidade de Coimbra.

O Banco de Voluntariado é considerado uma necessidade, apesar de se verificar que este é um espaço difícil de ser expandido. A carência de responsabilidade dos voluntários e o banco de voluntariado promovido pela Câmara Municipal de Coimbra são dois dos fatores apontados para a desistência deste projeto.

Concluindo assim, que cada Resposta Social apresenta as suas carências, podendo estas ser melhoradas com estratégias adequadas.

Pelo que foi possível apurar a ANAI dispõe dos recursos essenciais para a implementação e execução das ações de melhoria.

1.4 - Grupos Afetados e Gravidade do problema

A Implementação do Sistema de Gestão de Qualidade é atualmente um elemento-chave de qualquer organização, envolvendo todos os colaboradores da instituição independentemente do grau hierárquico em que se encontram. Este sistema tem como intuito a melhoria permanente da qualidade dos serviços e da sustentabilidade da própria organização, isto é, assegurar e dar resposta a todas as necessidades, expectativas e exigências por parte dos clientes, dos auxiliares de ação direta e dirigentes.

Em suma, a instituição, se efetuar uma gestão ajustada à sua realidade, garante uma administração dos seus recursos, serviços e resposta sociais de sublimidade, conduzindo a um acompanhamento de proximidade entre os colaboradores e os clientes. Caso contrário ocorre um desequilíbrio da orgânica institucional perante as necessidades exigidas.

1.5 - Priorizar as necessidades

Averiguou-se que a área da Gestão de Qualidade é uma vertente que requer um trabalho contínuo e rigoroso, que exige-se um acompanhamento mais ativo e progressivo na execução das suas tarefas.

2 - Plano de Intervenção

2.1 – Objetivos

2.1.2 - Objetivo Geral

- Promover a Qualidade da resposta social Centro de Dia, permitindo um serviço adequado aos requisitos dos clientes.
- Alargar o conhecimento gerontológico, através do trabalho em equipa interdisciplinar e multidisciplinar.

2.2.2 - Objetivo Especifico

- Adotar a Qualidade como instrumento diário no desenvolvimento das atividades profissionais, e conseqüentemente como instrumento para a melhoria significativa da organização e do seu funcionamento;
- Fomentar a criatividade, a inovação e o espírito de iniciativa;
- Valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua autoestima e autoconfiança;
- Contribuir para o desenvolvimento e/ou aquisição de competências profissionais e pessoais;
- Fomentar a participação social e cívica

2.2 - Atividades/Ações propostas

Após o levantamento de necessidades pode-se delinear:

Áreas de Melhoria	Estratégias Concretas
Implementar Sistema de Gestão de Qualidade	Plano de Atividades
	Livro de Ocorrências
	Atualizar Processos Individuais
	Avaliação de Desempenho
	Análise de Funções
Banco de Ajuda Técnica – Avaliação do Projeto	Questionário telefónico
	Ato de pagamento fazer avaliação
Banco de Voluntariado	Apostar na divulgação
	Criação de uma base de dados
Atividades de Ocupação dos Tempos Livres	Estimulação Multissensorial
	Dinâmicas do âmbito do desenvolvimento pessoal e social
Observatório Social do Idoso	Trabalho multidisciplinar no enriquecimento da base de investigação e documentação

Tabela 1 – Identificação das Áreas a melhorar

As duas últimas áreas a aperfeiçoar, referidas na Tabela 1, foram constatadas no princípio do 2º Semestre, na fase de implementação do plano de intervenção, isto é, na fase inicial do estágio curricular. Estas duas áreas de intervenção serão aprimoradas no capítulo referente ao Estágio Curricular.

2.3 - Modo e instrumento de Avaliação

Analisando as ações propostas pode-se constatar que avaliação será feita através de análise documental, dos processos individuais, do livro de ocorrências, entre outros documentos; observação direta, conversa informal e registo de opiniões/comentários por parte das colaboradoras e dos utentes.

A avaliação do desempenho enquanto estagiária advirá, em grande parte, da concretização dos objetivos e propostas pré-definidos no presente Projeto.

2.4 - Resultados esperados

Deseja-se cumprir as atividades propostas na íntegra com sucesso, assumindo uma postura de adaptabilidade e flexibilidade perante as circunstâncias impostas, como o respeito pela rotina diária da instituição e o aparecimento de novas ocorrências que levem a alterações de planos pré-estabelecidos.

Pretende-se contribuir para a otimização dos serviços prestados, principalmente na Resposta Social de Centro de Dia e contribuir de forma gratificante no dia-a-dia dos utentes criando momentos de aprendizagem e partilha intergeracional.

Espera-se no decorrer do estágio encontrar a posição enquanto estagiária e sobretudo como futura Gerontóloga Social.

Capítulo 4 - Estágio Curricular

Estágio curricular é uma parte integrante de um percurso de formação, sendo realizado mediante um protocolo entre a entidade empregadora e a entidade formadora.

Este capítulo subdivide-se em 3 partes fundamentais: Área da Gestão; Área Científica e no Projeto em Equipa Multidisciplinar.

Em cada parte pretende-se, de forma organizada e sintetizada, apresentar as ações concretizadas ao longo do presente semestre.

1. Gestão

Atividades	Objetivos	Recursos	Metodologia
Plano Anual de Atividades	Colmatar irregularidades	Computador; Carta da Segurança Social	Análise Documental; Trabalho em Grupo.
Livro de Ocorrências	identificadas pela Segurança Social	Computador; Manuais de processo-chave da Segurança Social; Registos das ajudantes de ação direta – UNIFAI	Análise Documental
Processos Individuais	Atualizar e preencher PDI's	Exemplares PDI's	Observação; Acompanhamento; Diálogo

Tabela 2 - Planificação das Atividades de Gestão

1.1 - Plano Anual de Atividades

AME – Animação e Motivação no Envelhecimento, título atribuído ao Plano Anual de Atividades, tendo sido realizado em conjunto com a Estagiária Curricular, também ela em Gerontologia Social, responsável pela Resposta Social SAD.

O documento consiste no planeamento de atividades a realizar no decorrer do presente ano. Define-se os objetivos, meios e recursos para a sua concretização, abarcando todas as respostas sociais e pretende ser adequado às necessidades e expectativas dos clientes e colaboradores de modo a promover um envelhecimento mais produtivo e enriquecido a nível físico, psicológico e social.

1.2 - Livro de Ocorrências

Foi criado um protótipo de acordo com a realidade da instituição, que fosse acessível e de fácil implementação por parte das colaboradoras. Compôs-se um protótipo de um documento informativo com o intuito de dar a conhecer a importância da gestão de qualidade na rotina da instituição. (Apêndice _)

1.3 - Processos Individuais

No decorrer de todo o semestre procedeu-se à atualização e aquando da entrada de novos clientes ao preenchimento por completo dos seus processos individuais. Pode-se contar com um acompanhamento, de perto, por parte de outros estagiários, com a finalidade de conhecer e aprofundar novos conhecimentos alargando assim a sua experiência a nível profissional.

Sendo a minha área de intervenção o Centro de Dia, destaca-se uma abertura para a participação, a nível da atualização dos PDI's, na Resposta Social de SAD.

2. Projeto em Equipa Multidisciplinar

Este projeto provém de uma parceria entre um Estagiário de Mestrado em Ciências da Educação e duas Estagiárias na Licenciatura de Gerontologia Social, em que unindo os seus conhecimentos e competências foi possível conceber: um livro intitulado RecordAção, nele abarca sessões de leitura e de cinema; Outras Atividades onde cinge todas as atividades de cariz comemorativo, preventivo, cultural e digital.

As ações propostas foram sempre realizadas na sala de convívio da Instituição, uma vez que é este o local predileto dos utentes.

Esta parceria começou a ser projetada no fim do mês de Fevereiro, iniciando o mês de Março toda ela delineada e planificada. (Apêndice _)

Sucedeu-se à apresentação das duas partes, abrangendo as planificações e reflexões das atividades.

2.1 - RecordAção

Este projeto surge no âmbito do Estágio Curricular realizado pelas alunas Sandra Nascimento e Sara Campos da Licenciatura em Gerontologia Social e pelo aluno João Paulo Lacerda de Mestrado em Ciências da Educação na Associação Nacional de Apoio Idoso.

RecordAção é um pequeno projeto em forma de livro/portfólio que se divide em sessões de leitura e conversa denominadas de InterAção e em sessões de cinema intituladas de CortAção. O grupo decidiu juntar estas duas ações num portfólio, uma vez que ambas têm como essência a exploração de material antigo, correspondente aos anos 40, 50 e 60. Assim, as pessoas podem ter acesso aos textos lidos e às letras das músicas dos filmes, tal como à reflexão das sessões feita pelos estagiários. Pretende-se também que este portfólio possa ser novamente explorado, por futuros estagiários ou voluntários, com o objetivo de o enriquecer, preservando a sua essência.

Muito do material explorado nestas Ações, é património cultural riquíssimo, que assenta na nossa identidade patriótica. Antes de existir uma escola standardizada, a escola da vida dominada e, antes de existir esta indústria cinematográfica luxuosa dos dias de hoje, os filmes a preto e branco eram adorados. O ontem já não existe mais, mas condiciona o nosso presente. Tudo teve um passado, por isso é nossa obrigação preservar e fazer perdurar a nossa história, pois o que somos hoje deve-se aos nossos avós, aos nossos antepassados, àqueles que fizeram com que o presente fosse uma realidade mais evoluída. Uma sociedade vanguardista é aquela que respeita e inspira-se no passado.

2.1.1 – InterAção

Este espaço de Leitura e conversa, surgiu de uma necessidade sentida na Associação Nacional de Apoio ao Idoso, mais especificamente na resposta social de oficina do idoso/centro de dia, que consiste na falta de um momento que promova a interação social entre os idosos. Incrementar esta interação através da leitura e do diálogo pareceu-nos ser um bom método de intervenção.

É premente promover uma participação ativa e consciente, contudo é necessário pensar e adequar as melhores estratégias à realidade existente na instituição. Há velhices e não uma velhice, cada instituição tem a sua cultura organizacional e cada idoso uma história e uma personalidade desenvolvida durante toda a vida. Com isto, pareceu-nos ajustado promover a conversa e interação através de leituras de textos retirados de livros antigos, pois assim, os idosos podem lembrar velhos tempos. E é da nostalgia e de pedaços da nossa Pátria, presentes nestes livros de Leitura, que se revivem as melhores histórias e se recordam velhas vivências. A recordação é de facto um forte motivo para despoletar conversas infundáveis. Para recordar nós somos sempre velhos, quer tenhamos 20 ou 80 anos.

Contudo a ideia de usar livros antigos, ainda de tempos Salazarista, não surgiu em vão, houve primeiramente um confronto dos livros com os idosos, para percebermos o impacto que eles teriam com os mesmos, o que desencadeou alguns comentários tais como: «Este livro era do meu tempo, tem textos lindos» ou «Ai os meus ricos livros», demonstrando estupefação após verem os livros da sua juventude tão bem conservados. Questionando, ainda, como tínhamos conseguido encontrar tamanhas relíquias. Foi explicado que os livros pertencem aos pais de um dos estagiários do grupo e, que amavelmente, foram cedidos para a realização destas InterAções.

Ao longo das Ações foi abordado e explorado o “Conto”. Este descreve precisamente o que se pretendeu, pois “podemos dizer que os contos tinham (têm) uma função de entretenimento e uma função educativa. Por um lado, constituíam uma das formas de ocupar os tempos livres, geralmente os serões, reforçando os laços de convivialidade entre os membros da comunidade e despertando a imaginação dos assistentes; por meio deles era possível compensar a dureza e a monotonia da vida quotidiana, fugindo para mundos distantes e vivendo papéis e situações empolgantes. Por outro, concediam aos mais velhos um instrumento privilegiado para levarem os mais novos a interiorizarem valores e comportamentos considerados aceitáveis.”³

Por meio destes Livros e deste espaço de interação e leitura pretendemos também chamar a atenção para uma forte realidade sentida nos dias de hoje, aquela que sobrevaloriza o jovem ao idoso, dado que existe uma ideia atualmente bem enraizada, que associa o jovem à produtividade, sendo o que verdadeiramente importa nas nossas sociedades capitalistas, em oposição aos idosos que são completamente arredados da sociedade, vistos como “inválidos”, incapazes de intervir com a sua sabedoria e experiência desenvolvida ao longo dos anos.

Com estas 118 InterAções expomos este paradigma, mostrando que só respeitando o passado é que podemos realmente evoluir e que não há nada mais sofisticado que o antigo. “Antes da escola do Estado (um fenómeno recente) existiu a escola da vida, velhinha, de muitos, muitos séculos: por isso, sábia.”⁴

³ <http://www.cm-mirandela.pt/index.php?oid=3936>, acedido em 3 de Junho de 2013

⁴ <http://www.cm-mirandela.pt/index.php?oid=3936>, acedido em 3 de Junho de 2013

Sessões	Data	Recursos	Métodos/ Domínios	Avaliação (Indicadores)	Duração
1ª Sessão	5/03	<p>Livros: O livro da Primeira Classe; Livro de Leitura da 3ª Classe; Flores para Crianças; A Nossa Pátria.</p>	<p>Domínio cognitivo; Domínio intelectual; Dinâmica de grupo; Diálogo.</p>	4 Idosos 2 Colaboradoras 4 Estagiários	1h30min
2ª Sessão	13/03			10 Idosos 4 Estagiários	1 Hora
3ª Sessão	14/03			10 Idosos; 2 Colaboradoras; 2 Estagiários	1 Hora
4ª Sessão	19/03			9 Idosos; 2 Colaboradoras; 4 Estagiários	2 Horas
5ª Sessão	20/03			9 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários	45 min
6ª Sessão	24/05			7 Idosos; 2 Colaboradoras; 4 Estagiários; 2 Voluntárias	1h15min
7ª Sessão	31/05			7 Idosos; 2 Colaboradoras; 4 Estagiários	1h30min

Tabela 3 - Planificação InterAção

2.1.1.1 - Reflexões das InterAções

InterAção 1

Livro: Livro de Leitura da 3ª Classe

Textos: Rios de Portugal; O Tejo, o Douro e o Guadiana (Lenda); O Estado Novo; As Mondas; À Lareira.

Reflexão da Atividade

Esta foi a primeira sessão de InterAção e por isso o grupo fez uma breve introdução ao que se iria passar nas sessões. Sucintamente explicou-se que seria um espaço de leitura e de partilha de vivências intergeracionais.

Iniciamos com apresentação dos livros que se iriam explorar ao longo das sessões. O facto de os livros serem extremamente antigos, bem conservados e muitos deles fazerem parte da sua época escolar, espantou o grupo de idosos, notando-se grande entusiasmo ao desfolhar os livros.

Após a leitura dos textos “Rios de Portugal e O Tejo, O Douro e o Guadiana (Lenda)”, surgiu uma conversa interessante e prolífica sobre a dicotomia escola antiga versus escola atual, isto porque ao falar dos rios de Portugal foi referido por uma das pessoas participantes na sessão, que antigamente na escola a memorização dos conteúdos lecionados era obrigatória, refletindo-se ainda nos dias de hoje este tipo de aprendizagem quando os idosos de um modo geral ainda sabem de cor e salteado as serras de Portugal, os rios, os caminhos-de-ferro, entre outros. Isto é uma antítese da escolaridade de hoje, onde a memorização é descurada nos programas curriculares (por exemplo uma idosa mencionou que ainda hoje sabe toda a tabuada, enquanto que na atualidade a maquina calcular aparece como solução para todos os problemas matemáticos). “O Tejo, O Douro e o Guadiana (Lenda)” foi um texto muito atrativo, pois personifica os três rios como se fossem três irmãos que combinam em ir ao mar.

A leitura do texto “O Estado Novo”, consideramos que foi o auge da sessão, pois gerou uma conversa alargada com intervenções constantes por parte dos idosos e estagiários. Debateu-se essencialmente a situação atual, muito complicada que o país atravessa, nomeadamente económica. Falou-se que se Salazar governa-se nos dias de hoje, o país não chegaria a este ponto, uma vez que os idosos que viveram todos no tempo do Estado Novo, afirmaram perentoriamente que apesar de todos os defeitos Salazar era excelente a equilibrar e impulsionar as contas do Estado. Porém, os idosos não descuraram o facto de Salazar ser o governador de uma ditadura e que valores como a liberdade de expressão estão acima de qualquer coisa. No seguimento disto foi abordada a PIDE, esta que não permitia qualquer posição menos própria em relação ao Estado. Apesar de Portugal estar atravessar uma das piores crises de sempre, nenhum deles trocava os tempos de ditadura pelos tempos de hoje. Porém foram frisados muitos aspetos positivos daqueles tempos comparativamente aos de hoje.

Os últimos textos a serem lidos foram “As Mondas”, “Á Lareira” e uma adivinha. Foi um espaço de recordação e lembrança. “As Monda” começa: «Lembram-se...», isto foi um pronúncio para a conversa que este texto iria gerar. Recordou-se a vida do campo, que nas palavras de uma idosa eram «tempos de muito trabalho físico, mas havia muito alegria e muito convívio». Este texto reflete plenamente a ideia que a idosa pretendeu expressar, relatando que as Mondas «Levam o dia a cantar ao desafio com os melros e as cotovias; e, ao largarem o trabalho, à hora do sol-pôr, voltam para casa ainda a rir e a cantar». Outra ideia que foi debatida na pequena conversa que surgiu logo após a leitura e, que foi corroborada tanto pelos estagiários como pelos idosos, foi a constatação que o trabalho na atualidade é realizado fundamentalmente em espaços fechados, como gabinetes e escritórios. Antigamente o trabalho era no campo, o que facilitava o bom ambiente de convívio entre as pessoas. O texto acaba precisamente dizendo: «Todo o trabalho é assim: dá saúde e alegria, mormente o que se faz ao ar livre».

“Á Lareira” foi um texto igualmente apropriado para «puxar pela memória», pois quem não se lembra de passar serões à volta da lareira a contar histórias. As gerações mais velhas cresceram à volta das fogueiras, onde o conceito de família era mais valorizado, a união era uma realidade intrínseca na família, onde todos os elementos eram respeitados de igual maneira, o que não se verifica nos dias de hoje, ao vermos filhos abandonar os pais em hospitais ou lares. Uma idosa chega mesmo a referir, que «antigamente, como não existiam tantas distrações era à volta da fogueira que se passava o tempo com a família». «Não havia espaço mais reconfortante». É provavelmente à volta destas lareiras dos lares portugueses, que nasceram e se enraizaram na cultura popular muitos contos, lendas, lengalengas, adivinhas, provérbios, etc.

Entre “As Mondas” e “À Lareira” foi lida uma adivinha, que toda a gente conhecia: “Á meia-noite se levanta o francês./ Sabe das horas, não sabe do mês./ Tem uma serra, não é carpinteiro;/ Tem um picão e não é pedreiro;/ Usa esporas, não é cavaleiro;/ Escava no chão e não acha dinheiro”. Esta adivinha tradicional tem como resposta O galo.

A exploração de uma adivinha nesta sessão foi essencial, dado que o interesse pela descoberta demonstrado pelos idosos, cativou-nos para que as sessões seguintes fossem direcionadas para as Adivinhas.

Como conclusão, foi uma boa primeira sessão, superou as nossas expectativas. Sabíamos à priori que a recordação de tempos antigos pode ser polarizada, pois a nostalgia muitas vezes é a negação de um presente doloroso, provocando sensações de tristeza. Contudo pensamos que o outro lado é mais importante, aquele que faz recordar as pessoas de uma vida cheia de

«vida». Lembrar tempos passados, cheios de vivências e experiências ricas que fazem delas o que são hoje e que por isso merecem o devido reconhecimento por tudo o que deram e que ainda podem dar.

InterAção 2

Livro: Livro de Leitura da 3ª Classe

Textos: A Laranjeira de Santa Isabel; Cantigas Populares.

Livro: O Livro da Primeira Classe

Texto: Respeitai as Autoridades

Livro: Flores para Crianças

Texto: Adivinhas

Reflexão da Atividade

Esta sessão iniciou com uma breve introdução feita pelo grupo, onde foi exposta de forma rápida e sumária a importância das adivinhas.

Prontamente procedeu-se à leitura e consequente decifração das adivinhas. As pessoas revelavam boa disposição e alguma ansiedade para descobrir as respostas certas.

Destacam-se as seguintes adivinhas:

- “Qual é a coisa/Qual é ela/Comprida como uma estrada/Mas que cabe em mão fechada?”

Esta adivinha levou algum tempo a ser descoberta, no entanto com algumas indicações chegou-se à resposta certa. O Novelo de Linhas. Na discussão sobre esta adivinha foi interessante perceber que os idosos não se submetiam a receber a resposta, mas procuravam outras alternativas que justificassem a adivinha. Surgiu, então uma hipótese, proferida por um idoso, que colocou a fita métrica como resposta. Este idoso mostrou verdadeira perspicácia, uma vez que uma fita métrica é comprida como uma estrada e cabe numa mão fechada.

- “Tenho dentes e não como,/E para comer eu fui feito;/Lido sempre com comida/Mas comer... não vejo jeito.

Nesta adivinha o grupo constatou que seria importante ler vagarosamente frase por frase, pois os idosos prestariam atenção no fim da adivinha muitas vezes a uma só frase ou a uma só palavra, o que condicionava totalmente a resposta. No seguimento desta adivinha uma

idosa teve como resposta o pente, o que prova que esta fixou-se na primeira frase, que refere “Tenho dentes e não como”. De qualquer modo é de salientar a associação dos dentes com o pente.

- “Somos mais de mil irmãs/Negrinhas como o carvão./Mas não viemos de África/Nem lá temos geração.
Do trabalho somos símbolo/Que se aponta com razão,/Mas ninguém gosta de nós/E até veneno nos dão”

Como foi referido anteriormente, optou-se agora por ler mais devagar, a ponto de perceber que conclusões as pessoas retirariam à medida que se avançava na leitura da adivinha e que raciocínios faziam para chegar a tais conclusões. O objetivo desta adivinha seria decifrá-la apenas através da primeira quadra. Após a leitura das primeiras frases: “Somos mais de mil irmãs/Negrinhas como o carvão”, uma idosa antecipou-se, referindo que podiam ser as andorinhas. Apesar de não ser a resposta correta, caso a adivinha se esgotasse naquelas duas frases, a resposta faria todo o sentido. E é nesta conceção que o grupo se focou até ao fim da sessão. Mais do que respostas certas interessariam os raciocínios e associações rápidas ao longo da adivinha.

- “Uma caixa pequenina/Mas que pode rebolar/Todos a sabem abrir/Ninguém a sabe fechar”

Esta adivinha à partida pareceu-nos um pouco complicada de decifrar, mas para nosso espanto, houve uma resposta quase imediata. O Ovo. A primeira resposta foi uma caixa de fósforos, isto porque, como foi dito à priori, os idosos assimilam uma só frase da adivinha toda e a sua resposta reflete-se nessa frase. Após ser dito que a resposta correta era o ovo, houve, e a nosso ver compreensível, uma certa desconfiança, pois a primeira frase refere que é “Uma caixa pequenina” e, normalmente as caixas não rebolam. Importa então frisar que, por um lado foi inesperado obter uma resposta rápida tão rápida, e por outro, perceber que os idosos não aceitavam a resposta acriticamente. Eles gostavam de perceber o porquê da resposta, a sua justificação, algo que nós fizemos ao fim de cada adivinha, frase a frase.

- “Faça sol, ou faça frio,/Ele tem sempre onde morar.../Veio ao mundo senhorio/Mas, como o pai e o tio,/Não pode a casa alugar.”

Esta foi a última adivinha lida nesta sessão. Apesar da consensual aceitação da resposta, o Caracol, surgiu também a opção da tartaruga. Isto confirma mais uma vez, a

preocupação dos idosos em ir mais além, não aceitando apenas uma resposta, buscando outras opções.

Foram lidas nesta sessão 22 adivinhas, contudo apenas citámos apenas aquelas que, mais flagrantemente, permitiram retirar apontamentos pertinentes desta sessão de InterAção.

Esta sessão, que decorreu num ambiente descontraído, não se ficou pelas adivinhas. A recordação de outros tempos, comparando-os com os de hoje, tem sido apanágio destas 2 InterAções.

Os textos lidos foram: “ A Laranjeira de Santa Isabel (lenda) ”, que tem como personagem principal a Rainha Santa de Coimbra. A cantiga popular “A Mãezinha”, um bela canção, que gerou sentimentos saudosistas e até um brilho nos olhos, pois percebeu-se que as pessoas sabiam esta cantiga de cor e salteado. “ Respeitai as autoridades”, um texto do livro da primeira classe que despoletou, mais uma vez, conversas em torno dos tempos do salazarismo.

InterAção 3

Livro: Livro de Leitura da 3ª Classe

Textos: Deuladeu Martins; Um Bom Conselho; A Azeitona.

Livro: Flores para Crianças

Textos: Adivinhas; Curiosidades.

Reflexão da Atividade

Esta sessão foi a continuação da anterior, com a leitura de adivinhas e sua decifração. Como a sessão anterior tinha acontecido recentemente, ainda estava bem presente o entusiasmo pela descoberta das adivinhas, sempre num ambiente descontraído e com muita boa disposição.

Quando toda a gente na sala estava confortável nos seus lugares e concentrada deu-se início à leitura. Tal como na sessão anterior, o grupo fez uma leitura pousada, vagarosa e em alta voz, componentes fundamentais para que as adivinhas fossem perceptíveis e assim, mais facilmente adivinhadas.

- “Quer de trás para diante,/Quer de diante para trás,/Sou ave de lindas penas/Não falo mas sou loquaz.”

Esta adivinha, apesar de denunciar a resposta referindo que é uma “...ave de lindas penas/Não falo mas sou loquaz.”, foi bastante difícil de decifrar, no entanto colocou os idosos em posição de pensar nas aves que conheciam. Surgiu o pavão, o papagaio, a catatua, mas a resposta correta seria a arara, que se assemelha ao papagaio.

No seguimento desta adivinha, o grupo procurou algumas curiosidades sobre animais, começando, especificamente por uma de aves, completando com outras de vários animais:

- Quais são as AVES que possuem a cauda mais longa?
- Para que têm os GATOS bigodes?
- Porque fazem as aranhas teias?

Estas curiosidades, tal como no caso das adivinhas, mostraram ser meios de estimulação cognitiva, onde a curiosidade por descobrir, revelaram respostas muito engraçadas mas também sólidas. Curiosidade gera curiosidade, é nesta máxima que podemos concluir esta leitura com os idosos. A plasticidade mental está, claramente presente nos idosos, por isso necessita de ser estimulada e moldada.

- “Estas duas irmãzinhas/Que vivem sem que se casem;/O seu trabalho é fazerem/O que as más-línguas nos fazem./Aproveitam e desperdiçam/Tudo quanto vão fazer,/Pois os dedos pelos olhos/Todos lhes querem meter.”

Desta adivinha surgiu a tão bem conhecida expressão “coscuvilhice”, pois numa frase refere: “O que as más-línguas nos fazem”. O grupo antecipou-se aos idosos e, apesar de não saber a resposta, lançou para o ar que a sua decifração se prendia com o corte e costura que está implicitamente ligado ao corte e costura. Surgiu então a tesoura como resposta a esta charada, o que ainda levantou alguma suspeita, pois a adivinha começava com “ Estas duas irmãzinhas”. Isto, foi prontamente justificado, com o facto de a tesoura ser formada por duas lâminas, “Que vivem sem que se casem;”.

- “Fui feita para impedir,/Também para deixar passar;/Meu dono pode-me abrir/Que esse nunca vai roubar.”

Destacamos esta adivinha, pois dela surgiu uma resposta, que apesar de errada, manifestou grande perspicácia e também sentido de humor por parte de um idoso. A resposta dada foi o fecho, porém a opção correta seria a porta.

- “Qual é a terra portuguesa/Onde se pode dormir,/E que apesar de parada/Está sempre, sempre a fugir?”

Nesta adivinha o que nos surpreendeu foi a rapidez da resposta. Uma pessoa prontamente respondeu que era Caminha. Ficámos sem perceber se esta idosa já sabia a resposta, contudo mesmo já a sabendo, a velocidade da sua resposta, mostrou um veloz processamento da sua memória.

- “Verde foi meu nascimento/Mas de luto me vesti/Para dar luz ao mundo/Mil tormentos padeci.”

Esta, pareceu-nos ser uma adivinha muito conhecida, com a solução a surgir quase em unísono. A azeitona. A sua justificação encontra-se no texto inserido no livro de leitura da 3ª classe “ A azeitona “.

- “Tenho pai e tenho avó/Mas não tenho avô nem mãe./E a quem gostar de mim/Eu faço mais mal que bem.”

Esta foi a última adivinha de 18, a ser lida. Foi decifrada pela pessoa mais idosa, quando existia clara dificuldade na obtenção da resposta por parte das outras pessoas.

Terminámos esta sessão com dois textos: “Deuladeu Martins”, que aborda a vida de uma mulher, que tanto nós, como os idosos, mostraram desconhecimento, mas que logo se percebeu que foi uma pessoa repleta de bondade e amor em tempo de guerra nas terras lusas. Por último o texto: “Um bom conselho”, que desencadeou uma conversa agradável, no que toca ao sentido de responsabilidade e à procrastinação. “Não guardes para amanhã o que podes fazer hoje”. Este texto lembrou uma mulher que tinha algo para fazer e que não o fez porque poderia deixar para depois. Falou-se também da diferença de educação escolar dos tempos de antigamente para os de hoje. Conversa que teve panos para mangas.

InterAção 4

Livro: Flores para Crianças

Texto: Provérbios

Reflexão da Atividade

Esta sessão teve como tema principal, os Provérbios, dado que na sessão anterior os idosos demonstraram interesse e grande conhecimento destes ditos populares.

Foram lidos nesta sessão 53 provérbios. Os provérbios mencionados foram aqueles, que tradicionalmente são mais conhecidos, para que assim houvesse uma identificação quase instantânea com os mesmos, por parte dos idosos.

Exemplos disso são:

- Nem tudo o que luz é ouro.
- Quem boa ou má cama fizer, nela se deitará.
- Não faças aos outros o que não queres que te façam a ti.
- Depois da casa roubada, trancas à porta.
- Mais vale só que mal acompanhado.
- Na terra de cegos quem tem um olho é rei.
- O que arde cura e o que aperta segura.
- Quem tem calos não se meta em apertos.
- Antes a pobreza honrada que a riqueza roubada.
- Mais depressa se apanha um mentiroso que um coxo.
- Quem dá aos pobres empresta a Deus.
- Amigo verdadeiro vale mais do que dinheiro.
- Quem tem unhas é que toca guitarra.
- Tantas veze vai um cântaro à fonte, que um dia lá fica.
- Mais vale o vizinho à mão do que longe o nosso irmão.
- Mais vale prevenir do que remediar.
- Deitar cedo e cedo erguer dá saúde e faz crescer.

Á medida que os provérbios eram lidos, a intervenção por parte dos idosos era constante. Eram referidas algumas alterações aos provérbios, tais como: “Quem bem fez a sua cama nela se deita” ou “O que arde cura, o que é verde amadura e o que aperta segura”. Foi perceptível que muitos provérbios, apesar de passarem a mesma mensagem, foram ajustados. Durante a sessão surgiram novos provérbios, tais como: “Quem o alheio veste na praça o despe”, “Quem da o que tem a pedir vem”, “Quem tem gabão escapará ou não”.

A Canção de Lisboa, 1933, realizado por José Cottinelli Telmo, é o primeiro filme sonoro português, que inaugura o seu principal género cinematográfico: A Comédia Portuguesa.

Salientamos nesta introdução o facto da Canção de Lisboa ser o primeiro filme sonoro Português. O filme iria passar no dia seguinte e, muito devido ao vasto leque de canções que compõem o mesmo, foi perentório para o grupo a pertinência de fazer uma sessão de InterAcção no dia anterior para deixar “água na boca”, relembrando canções intemporais, que se immortalizaram no filme e que facilmente as pessoas reconhecem.

Antes de começar a leitura das canções, foi lido um enredo com o intuito de enquadrar as pessoas no filme, que automaticamente se lembraram dos atores mais conhecidos e das canções, mostrando grande saudosismo de outros tempos.

InterAção 5

Enredo e Letras das músicas do Filme “A Canção de Lisboa”

Reflexão da Atividade

Esta leitura do enredo, permitiu ao grupo e aos idosos um melhor enquadramento com o filme, o que despoletou uma agradável conversa sobre o filme e os tempos antigos. Falou-se acima de tudo sobre o facto de a realidade dos dias de hoje ser parecida com o que o filme transmite, pois muitos estudantes em Coimbra “levam uma vida boémia e é só borga”, refere uma idosa na sala. Contudo, mais tarde ou mais cedo precisam de assentar e assumir responsabilidades, pois não se é jovem para sempre. Notou-se um grande carinho e respeito pelos atores, Vasco Santana e Beatriz Costa, sendo que a maior admiração dos idosos é virada para Vasco Santana, pelas suas personagens sempre bem-dispostas e ariscas que ele interpretava em todos os filmes que entrava.

Como foi referido anteriormente o filme passaria no dia seguinte, por isso tentámos não alongar muito a sua exploração. Passou-se então à leitura das canções (“Fado do Estudante/ Fado do Vasquinho”; A Agulha e o Dedal”; Olhó o Dedal”; “A Canção de Noivado”; “Beijos Quentes”; “Levar a Vida a Rir”; “Mártir da Ciência”) pertencentes ao filme. Foi uma leitura quase cantada, como já se esperada. As canções mais populares nesta InterAção foram sem dúvida “O Fado do estudante”, conhecido pelo “Fado do Vasquinho”, “ A agulha e o dedal” e “Olhó Balão. Estas, são músicas que ficaram para sempre e, que ainda hoje são interpretadas por novos e velhos.

InterAção 6

Livro: A Nossa Pátria

Textos: As adivinhas em anexins; Chica-America; Mar Português; Dizeres do Povo; O Lobo de São Francisco de Assis; Os Vindimadores; As Fiandeiras; Coimbra; Adivinhe, se é capaz; A águia e o cágado; O cepo de Natal; Origem dos javalis; Adágios; Cantigas Populares; Canções do Berço

Reflexão da Atividade

Nesta sessão um novo livro foi abordado, também antigo, de 1961, intitulado “ A Nossa Pátria”. Este livro foi aprovado como livro único pelo Ministério da Educação Nacional, ainda em tempos salazaristas, tendo um cariz muito patriótico, demonstrado pelos grandes escritores que são explorados no livro, como Almeida Garrett, Fernando Pessoa, Aquilino Ribeiro, entre outros. A cultura popular portuguesa também tem um papel importante neste livro, acentuando assim o verdadeiro amor pela pátria, através de alguns dizeres do povo, adágios e adivinhas. Os contos e lendas também são frequentes neste livro.

Nesta primeira fase em que se falou sobre o livro, percebeu-se logo a consternação dos idosos, quanto à educação escolar dos dias de hoje, pois apesar de antigamente a censura ser uma forte realidade e os livros serem passados a “pente fino”, valorizava-se fortemente a história de Portugal, as vivências das pessoas, os costumes. Os idosos referiram que estas leituras eram uma autêntica descoberta de Portugal, pois contextualizavam costumes e tradições do nosso país. Se pensarmos que este livro seria destinado ao atual 6º ano, uma vez que é um livro de leitura do 1º ciclo do 2º ano, constatámos que, comparativamente aos abordados nos dias de hoje, são bem mais complexos. Importa mesmo frisar esta perda de identidade, de conhecimento do país, algo que neste livro é defendido e que pautava sempre nos valores de Salazar.

A duração desta sessão foi longa. Tendo em conta que após a leitura dos textos selecionados, ainda faltava algum tempo para o lanche, pensou-se em prosseguir a sessão com a leitura de mais alguns.

A beleza dos textos que foram lidos reside no seu desconhecimento. São contos, lendas e dizeres desconhecidos para o senso comum, a maioria deles retirados de livros antigos como é o caso de “As Adivinhas em Anexins”, um texto hilariante, que faz parte do Livro “Contos Tradicionais do Povo Português” de Teófilo Braga. Outros textos muito engraçados, igualmente extraídos deste livro, que foram também lidos “As fiandeiras” e a “Origem dos Javalis”. Estes três contos, provocaram uma vontade imensa de encontrar e ler o livro de Teófilo Braga.

Relevante também foi a abordagem de dois grandes autores Portugueses, senão os maiores, Fernando Pessoa e Almeida Garret, com os Poemas “O Mar Português” e “Barca Bela” respetivamente. Poemas muito conhecidos, principalmente “O Mar Português” de Fernando Pessoa, que todos partilharam a ideia de ser um dos poemas mais bonitos do poeta, que demonstra sofridamente o que é ser Português. Destacam-se da leitura as partes: «Ó mar salgado, quanto do teu sal/São Lágrimas de Portugal”, «Valeu a pena? Tudo vale a pena/Se a

alma não é pequena.» e «Deus ao mar o perigo e o abismo deu/Mas nele é que espelhou o céu». Este poema manifesta de forma clara a dor do povo português durante a época dos descobrimentos, mas também a sua valentia e coragem para atingir feitos gloriosos e históricos.

Na leitura da Chica-Amorica, que retrata a história de uma raposa que come os filhos de um pássaro, uma idosa recordou-se de um conto também bastante antigo, mas que além da raposa teria também um queijo na história.

Outros textos que nos permitiram expressar mais uma vez a ideia que este livro tinha uma grande preocupação em exaltar os costumes e tradições de Portugal foram “Os Vindimadores” de António Correia de Oliveira e o “ Cepo de Natal” de Armando de Lucena. No caso do cepo de Natal é uma tradição mais rural, que pretende juntar as pessoas da aldeia no largo da praça nos dias de Natal. Fizemos questão que este texto fosse lido, dado que um dos estagiários é natural do Concelho tratado no texto. O facto da localidade no texto ser referida como Cernancelhe, é um claro exemplo que estes textos são muito antigos, uma vez que a Terra neste momento e desde há muito tempo é Sernancelhe. Por causa desta abordagem sobre a mudança na estrutura dos nomes, foram dados alguns exemplos por toda a gente, tais como Pharmácia.

Sem dúvida alguma que as páginas que continham os “Dizeres do povo”, “Adágios”, “Adivinhe, se é capaz” e “Cantigas Populares” foram aquelas mais apreciadas e nas quais se focou a atenção dos idosos. Os “Dizeres do povo” de António Correia Oliveira, mostraram expressões muito mencionadas no quotidiano, como “O que arde cura” ou “Chega-te aos bons, e serás um dos bons”, porém para desconhecimento de muitos, estes dizeres têm continuação, constituindo quadras. Os dizeres mencionados anteriormente, completos seriam: “O que arde cura. Talvez./Mas a doçura também:/Se tens balsamo, não toques/Com ferro em brasa a ninguém.” e “Chega-te aos bons e serás/Um dos bons. Depois de o seres,/Chama a ti os maus: e fá-los/Iguais a ti, se puderes.” Quanto aos adágios, na sua maioria eram desconhecidos, no entanto foram ditos alguns que as pessoas identificaram rapidamente, tais como: “Até ao lavar dos cestos é vindima”, “A galinha da minha vizinha é mais gorda que a minha”. Aqueles que os idosos desconheciam e que causaram mais admiração foram: “Guarda o que não presta, acharás o que faz falta”; “O ignorante a todos repreende e fala mais do que menos entende”, que depois de interpretado houve uma pessoa que acrescentou: “se todas as mentes fechadas viessem também com as bocas fechadas”; “Mais fere a má palavra que a espada afiada”; “Rato que não sabe mais do que um buraco, depressa o toma o gato”, que após breve reflexão apercebemo-nos que trata a ignorância, o desconhecimento das coisas

condiciona-nos. As adivinhas na secção do livro “Adivinhe, se és capaz”, como já esperávamos, tendo em conta sessões anteriores, foi muito divertida e desafiante. Aquela que criou mais espanto e que baralhou as pessoas que se encontravam na sala foi: “Duas mães com duas filhas/Vão à missa com três mantilhas”. Ninguém conseguiu chegar à resposta foi então necessário recorrer às soluções, estas que tinham como solução a Avó, a filha e a neta. Outra que apesar de ser muito difícil de adivinhar mas que tem uma estrutura frásica muito engraçada é: “Por cima do pinho/Linho,/Por cima do linho/Flores,/E à roda/Amores”, a sua resposta seria A mesa com a toalha, flores e pessoas à roda. Aquela que foi descoberta, inesperadamente por uma voluntária que se encontrava presente na sala foi: “Sempre quietas/Sempre agitadas,/Dormindo de dia,/De noite acordadas”, em que a resposta correta são As estrelas.

Fechou-se esta sessão da melhor maneira, com “Canções do Berço”, que a maioria identificou logo através da penúltima quadra que alude: “ O meu menino é de ouro/De ouro é o meu menino:/Hei-de entregá-lo aos anjos,/Que cresça, que é pequenino”. Deu para perceber que toda a gente conhecia pelo menos esta quadra, contudo o resto da canção, composta por mais sete quadras, não entrava na lembrança das pessoas. Mas foi interessante ver o brilho nos olhos das pessoas enquanto entoavam a quadra, muitas delas, que certamente cantaram esta canção em algum período das suas vidas. A lembrança faz-nos bem, faz-nos recordar tempos bons e tempos maus, mas acima de tudo que temos uma história e que perduramos para a contar.

InterAção 7

Livro: Livro de Leitura da 3ª Classe

Textos: Relógio da Saudade; Fases da Lua; Fernão Magalhães; Sem Papas na Língua.

Reflexão da Atividade

Consideramos o início desta sessão um pouco diferente das anteriores, pois criou-se de uma forma natural um ambiente de partilha de ideias e conhecimentos entre os idosos e os estagiários. Neste espaço de convívio abordou-se experiências de vida e debateu-se opiniões diferenciadas em relação à pessoa idosa viver sozinha na sua própria casa ou viver acompanhada em casa de familiares. De uma forma geral os idosos demonstram querer viver nas suas casas, notando-se que na possibilidade de se mudarem implicaria modificações nas

suas rotinas e nas dos seus familiares. Esta é uma temática em que cada um tem a sua própria opinião sendo esta baseada nas suas experiências de vida.

Os textos lidos foram: “ Relógio da saudade” que é um texto que faz referência aos Portugueses emigrantes, e com isto dizia-nos uma idosa: «saem daqui a procura de uma vida melhor, mas na incerteza de cá voltar». “ Fases da lua” um texto do livro de leitura de 3ª classe que gerou mais uma vez e antes da sua leitura, comentários e um relembrar de todas as fases que a lua sofre, como relatado «primeiro começa na Lua Nova, depois o Quarto Crescente, Lua Cheia e por fim o Quarto Minguante, e acabando este ciclo começa outro na mesma ordem», Usando o livro *A nossa Pátria*, remetemos para o tempo das descobertas portuguesas com o texto “Fernão de Magalhães” que não foi imediatamente reconhecido pelos idosos presentes havendo uma questão se este não tinha sido o homem que disse que a terra era redonda e logo fora preso.

“Coimbra” que ao fazer referência à Universidade originou conversas em torno dos tempos de escola antigos e os da atualidade, e com isto uma idosa descreveu o cenário vivenciado no seu tempo de escola, que todos os dias tinham trabalhos de casa para fazer, contas, ditados e redações enquanto hoje «o meu neto está a estudar e sempre com a bola nos pés, não consegue estar um instante concentrado a fazer os deveres». Também fizeram referência ao Penedo da Saudade como um jardim emblemático da cidade de Coimbra e como um dos lugares mais bonitos nos seus tempos de mocidade.

Finalizamos esta sessão de leituras com “Sem papas na língua”, este texto que mostrou ser do desconhecimento dos idosos mas que ao falar de uma pessoa pacóvia, conduziu à interpretação do seu significado como sendo uma pessoa retrograda, ingénuo. É aquele a que se chama o bobo da corte, responsável de animar/fazer rir as pessoas que o rodeiam “e as pessoas divertem-se à custa dele” como faz referência no texto.

InterAção 8

Livro: O Livro da Primeira Classe

Textos: Sabedoria Popular; Adivinhas; Adágios Populares.

Livro: A Nossa Pátria

Textos: Fábula; A Lenda da Fonte Encantada; Canção da Mão Esquerda.

Reflexão da Atividade

Esta “InterAção” foi o culminar do estágio. Iniciámos esta sessão com a leitura de dois textos, que abrangiam duas das temáticas mais admiradas por parte dos idosos e, que foram tratadas por nós durante as InterAções. As adivinhas e os adágios populares.

Foi deveras divertido ouvir as respostas às adivinhas, que se encontravam do texto, tendo mesmo que ser interrompida a leitura. As adivinhas eram bastante conhecidas e, por isso, as respostas surgiam espontaneamente. Como conclusão final destas InterAções, podemos afirmar categoricamente que as adivinhas foram a temática mais motivadora e que mais interessou os idosos. A “competição saudável” na procura de ser o primeiro a encontrar a resposta e decifrar a adivinha, provavelmente foi o motivo principal para ser esta, a área mais apreciada pelos idosos e, conseqüentemente congregadora, a ponto de tornar a interação entre todos mais desafiadora. Estes dois textos intitulados de “Adivinhas” e “Adágios populares” foram rematados com alguns Adágios populares que se encontravam no mesmo livro. Como em sessões anteriores, foi engraçado constatar que existia um grande conhecimento dos adágios e, que em alguns casos, como é exemplo: “Em janeiro sobe ao outeiro, se vires verdejar, põe-te a chorar; se vires terrear, põe-te a cantar”, os idosos sabiam o adágio mas incompleto. No caso referido anteriormente, o adágio era conhecido apenas até à parte “...se vires verdejar, põe-te a chorar”.

Após estas abordagens mais descontraídas, seguiu-se a exploração de alguns textos do livro “A nossa Pátria”, que a nosso ver poderiam ser geradores de conversas construtivas em volta de temas conectados à terceira idade, o que se veio a verificar.

Começou-se por “Fábula”, que como o próprio texto referia, pretendia que o leitor encontra-se a moralidade da história. Algumas observações que se podem registar foram: O Homem critica o outro sem se aperceber que se autocritica. As críticas que apontamos aos outros mostram o que somos. Muitas vezes não acreditamos no nosso trabalho e fazemo-lo consoante o gosto dos outros, mas a verdade é que feito por nós pode ser muito melhor. Somos um ser claramente social, mas mais vale parecer do que ser.

O texto seguinte foi “A Lenda da Fonte Encantada”. As lendas também tiveram um grande destaque durante as InterAções, pois para nós e para o grupo de estagiários, estas são importantíssimas para difundir muito da cultura e tradições populares de Portugal, algo que, com o passar dos tempos vai morrendo. No final desta leitura foi perceptível que uma pessoa do grupo estava claramente triste, devido à perda do seu cão. Surgiu então, uma conversa sobre a importância dos animais na vida das pessoas, sendo referido que o uso do cão para

fins terapêuticos denominava-se de cinoterapia. Focou-se sempre os pontos positivos de ter um cão, apesar do sofrimento inevitável da sua perda, pois a saudade só pode ser realmente sentida se, anteriormente, existiram momentos bem passados. Fez-se referência, nesta conversa, a Mark Twain, que um dia disse que quanto mais conhecia as pessoas, mais gostava do seu cão.

Finalizou-se esta sessão com um belíssimo poema designado “Canção da mão esquerda”, o qual, de forma bastante engraçada aborda a vida da mão esquerda, que em relação à mão direita é uma “plebeia”, pois durante a vida toda de uma pessoa, a mão direita tem todos os privilégios. Contudo, salientamos a última quadra que coloca as duas no mesmo patamar no final da vida, apesar de tantas diferenças ao longo da vida, a inevitável morte: “Mas na cova acabarão/Tantas diferenças da vida:/Eu comida pelos vermes/E ela pelos vermes comida!”

Como podemos perceber e foi nossa preocupação demonstrar nesta InterAção, a diferenciação da mão esquerda com a direita, serve de metáfora, para a diversidade das pessoas no mundo. No fim somos todos iguais, a imortalidade não existe, temos de inevitavelmente “abraçar” a morte. Foi então, mencionado por muitas das pessoas que se encontrava na sala que “todos temos o mesmo fim, por isso temos de fazer o bem, o mal não nos leva a lado nenhum”. Vivemos a vida como se fossemos semideuses, já dizia Fernando Pessoa, mas a verdade é que acabamos todos iguais. Se esta é a verdade, porque continuamos a usar as nossas diferenças durante toda a vida como arma de arremesso e motivo de opressão.

Esta InterAção, apesar de última, foi um espaço de reflexão muito rico, onde a morte e a sua inevitabilidade foram um tema bem esmiuçado. Concluindo que, enriquecemos a vida quando aceitamos a morte.

2.1.2 - CortAção

Estas sessões de cinema prenderam-se sobretudo com a necessidade de animar os idosos, envolvendo-os em sessões de cinema que fossem do seu agrado. Na nossa perspetiva, os filmes antigos, principalmente aqueles que foram realizados nos anos 40, muito devido à sua componente cómica, seriam os que mais interessariam aos idosos. Isto que após uma breve conversa com eles foi, como já era esperado, confirmado. Com isto, decidimos repentinamente que a sessões de cinema seriam então focadas nas comédias dos Anos 40, para muitos os anos de ouro do cinema português. «Foi a única altura em que o cinema português teve uma indústria cinematográfica, muitos filmes estrearam nesta década. No entanto, o género de comédia foi o que mais se desenvolveu e o que mais sucesso teve, mas não na altura, grande parte destes filmes de comédia só teve o merecido reconhecimento do público a partir dos anos 90, com as sucessivas emissões na RTP1 e RTP Memória»⁵. Por aqui percebe-se a valorização dos primeiros e gloriosos anos do Cinema Português que, quem não teve a possibilidade de ver na época, apercebeu-se muitos anos mais tarde da sua qualidade e beleza, onde a música tinha quase sempre um papel fundamental para o seu sucesso.

O fado tem, nesta época o seu grande apogeu, é nos filmes que, muito provavelmente é difundido da forma certa para chegar mais longe e a mais pessoas. Amália Rodrigues é o grande ícone do fado português, que vê também no cinema o seu reconhecimento, através dos filmes “ Capas Negras” e “Fado, a História de Uma Cantadeira”.

Tal como Amália Rodrigues, os atores que se evidenciaram mais nesta época e que deliciaram os idosos nestas sessões foram sem dúvida alguma, Vasco Santana, que ainda hoje é reconhecido como o pioneiro de humor cinematográfico Português e António Silva, que na época era uma estrela, entrando em quase todos os grandes filmes.

É importante referir que o grupo arriscou na primeira sessão reproduzindo o filme Up-Altamente, um filme de animação em que um idoso é a personagem principal e que retrata o processo de Envelhecimento.

O facto de a Oficina do Idoso ter à sua disposição Projetor, Tela e colunas, facilitou a concretização destas sessões, pois assim, os idosos poderiam assistir aos filmes com boa qualidade visual e auditiva, sendo que houve sempre o cuidado de reproduzir os filmes com legendas, para pessoas com limitações auditivas.

⁵ <http://www.cinema7arte.com/site/?p=560>

A recordação e o humor seriam claramente os pontos cruciais destas sessões, o que ficou provado através de expressões referidas pelos idosos, como: “neste tempo é que era” ou “poderia ver este filme quantas vezes fossem que não me cansaria nem pararia de rir”.

Sessões	Data	Recursos	Métodos/Domínios	Avaliação (Indicadores)	Duração
Up-Altamente	11/03	Computador; Internet; Projeto; Tela; Colunas de som; Tripla.	Dinâmica de Grupo; Domínio cognitivo; Domínio sensorial; Diálogo.	10 Idosos; 4 Estagiários	3 Horas
A Canção de Lisboa	21/03			10 Idosos 4 Estagiários 5 Colaboradoras	3 Horas
Aldeia da Roupas Branca	25/03			8 Idosos; 3 Colaboradores; 4 Estagiários	2 Horas
Pátio das Cantigas	4/04			11 Idosos 3 Estagiários 2 Colaboradoras	3 Horas
Fado, História de uma Cantadeira	15/04			11 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários;	3 Horas
As Pupilas do Senhor Reitor	22/04			13 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários; 1 Voluntária	2h30
O Pai Tirano	29/04			13 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários; 1 Voluntária	2h30
O Leão da Estrela	17/05			11 Idosos; 2 Colaboradores; 3 Estagiários	2h30
O Costa do Castelo	23/05			11 Idosos; 2 Colaboradores; 2 Estagiários	2h30
Capas Negras	28/05			11 Idosos; 2 Colaboradores; 4 Estagiários	2h30

Tabela 4 - Planificação CortaAção

2.1.2.1- Reflexões das CortAções

CortAção 1

Filme: Up - Altamente

Realizador: Pete Docter, Bob Peterson

Ano: 2009

Género: Animação, Aventura, Comédia

Duração: 96 Minutos

Sinopse: Uma comédia de aventuras da Disney Pixar sobre um vendedor de balões de 78 anos, chamado Carl Fredricksen, que, finalmente, realiza o sonho da sua vida, uma grande aventura, quando prende milhares de balões à sua casa e consegue voar à descoberta da América do Sul. Mas ele vai descobrir, tarde demais, que o seu maior pesadelo também embarcou nesta viagem... Um explorador da natureza, muito otimista, de 8 anos chamado Russel.

Análise crítica do grupo:

Uma promessa feita quando crianças é prolongada e constantemente adiada devido a percalços do dia-a-dia. Quando finalmente consegue comprar as passagens a mulher morre devido à idade avançada e com ela todos os sonhos acabam por desaparecer, dando lugar ao isolamento, solidão, ressentimento, resignação.

O constante evoluir da sociedade e a modernização leva a Carl receber propostas bastantes tentadoras para sair da sua casa, onde conheceu e viveu toda a sua vida ao lado da sua cara-metade. A recusa, por parte de Carl, é diária levando ao agravamento de atitudes intrusivas e desrespeitosas. É notório a desvalorização da opinião da pessoa em causa, como é idoso e está na fase final da vida não importa. Há um grande menosprezo do ser enquanto pessoa capaz de tomar decisões. Existe um intrometimento na sua vida, uma certa manipulação para que troque a sua casa por um lar.

Após uma desavença com um funcionário da construção, destaca-se a reação das pessoas assustadas com a agressividade de Carl o que vem a mostrar os preconceitos e a estigmatização que a sociedade tem perante a terceira idade.

Inexistência de uma maior aproximação entre a sociedade e o idoso, de modo a que, este sinta integrado e acolhido pelo meio envolvente. No caso deste filme, deparamo-nos com um exemplo de uma aproximação hipócrita, uma vez que, para a sociedade o principal seria a destruição da sua casa deixando para segundo plano o seu bem-estar.

Esta atitude da sociedade, fez com que Carl fosse despejado da sua casa sem o seu consentimento. Carl não aceitou e provou que de uma maneira geral os idosos, mesmo que postos de parte e infantilizados, são pessoas autónomas e independentes, capazes de tomar as suas decisões em perfeita consciência. Carl começa uma longa viagem, partindo em busca de um sonho, algo que o moveu até Às cataratas do paraíso. No início desta trama, apercebe-se que leva consigo um passageiro indesejado, Russel, a criança que, numa fase anterior do filme bate na sua porta com o intuito de o ajudar, para assim alcançar o sonho de ser o explorador sénior da natureza. Percebe-se aqui que tanto Russel como Carl perseguem afincadamente um sonho, o que demonstra que nunca é demasiado cedo, nem demasiado tarde para sonhar, uma vez que são os sonhos que movem as pessoas. Neste sentido Aristóteles diz que a “Felicidade é ter algo o que fazer, ter algo que amar e algo que esperar...” e já o poeta nos dizia que o sonho é que comanda a vida.

Esta relação entre a criança e o idoso desenvolve-se ao longo do filme, onde nos apercebemos que existe uma dicotomia criança/idoso. Esta polarização coloca de um lado a ingenuidade e inocência da criança e do outro o receio e a impaciência do idoso. À medida que o filme avança, decorre um desbloqueio gradual e controlado das emoções por parte do idoso, o que faz com que progressivamente ele aceite a morte da mulher. Este momento é bem visível na parte em que Carl abre o álbum de recordações, chegando à secção que diz “coisas que vamos fazer”. Fortuitamente Carl passa essa página e para sua admiração depara-se com fotos que retratam cronologicamente os momentos mais marcantes vividos ao lado da sua mulher. Esta estupefação resulta da tomada de consciência de que tudo é efémero, os sonhos são construídos sobre as pessoas e não sobre os lugares, apercebendo-se que a felicidade é algo que se constrói diariamente ao lado das pessoas amamos.

Reflexão da atividade

A atividade começou a ser planeada no dia 6 de Março (quarta-feira). O grupo procedeu à visualização do filme de modo observativo e analítico. De seguida, de forma reflexiva houve uma troca de opiniões em relação à mensagem que o filme pretende transmitir, gerando assim um guião de análise ao filme.

A escolha do filme “Up-Altamente” baseou-se no conhecimento prévio do grupo. Comumente chegou-se à conclusão que o filme congrega características específicas e peculiares capazes de passar uma mensagem significativa para o público-alvo. Uma das suas particularidades é o facto de ser o primeiro filme da Disney que tem como um herói da trama

um idoso de 78 anos. Esta obra cinematográfica consegue de uma maneira leve abordar as várias etapas que sucedem ao longo da vida, num continuum que vai desde a infância até à velhice.

Em volta de um filme de animação existe a ideia que, devido à sua componente fantasiosa, este se destina exclusivamente a uma geração mais jovem. Apercebemo-nos que existiu uma preocupação cuidada por parte do realizador em contrariar este mito, realizando um filme direcionado para todas as gerações, como podemos verificar pela discrepância de idades das personagens principais.

A nível do horário do filme o grupo achou mais adequado dividir em duas sessões, uma da parte da manhã e outra da parte da tarde, devido à idade avançada de alguns idosos e também à extensão do filme.

Em relação ao espaço o grupo tinha a hipótese de concretizar em duas salas: sala de convívio (onde eles passam o dia) ou na sala de pintura, mas dadas as componentes da atividade, em que inspira conforto e serenidade, o grupo achou que fosse mais pertinente mantê-los na sua área de conforto.

A atividade desenrolou-se no dia 11 de março no horário estabelecido à priori. Inicialmente houve uma forte recetividade por parte dos idosos, havendo apenas uma idosa um pouco cética quanto ao visionamento do filme. Este é um exemplo do que afirmamos anteriormente, em relação aos filmes de animação.

Entre o 12h00 e as 14h00 decorreu a pausa para almoço.

A atividade retomou por volta das 14h15 onde o grupo, de uma forma sumária, elucidou os participantes sobre os momentos mais marcantes do filme até à pausa.

Nesta segunda parte observou-se uma maior concentração e predisposição dos participantes. A pausa para almoço permitiu apropriação mais refinada do que se teria passado no filme. Esta reflexão, possivelmente desencadeou uma forte curiosidade sobre o que se iria passar na segunda parte.

Após o visionamento do filme e para que os participantes não dispersassem rapidamente o grupo passou à fase de diálogo. Com isto quisemos perceber o que foi apreendido.

Neste diálogo o grupo expôs sucintamente a sua própria análise indo de encontro às percepções do público-alvo.

Em suma esta atividade foi muito gratificante, porque o grupo conseguiu retirar ilações significativas desta intervenção. A divisão da atividade em duas sessões foi uma opção bem

pensada por parte do grupo, uma vez que os participantes dificilmente conseguiriam manter-se atentos durante hora e meia.

Observamos que o grupo é muito heterogêneo, tanto a nível de idades como de personalidades. O que nos leva a ter uma maior atenção e preocupação no que diz respeito à organização e planificação de futuras atividades. Confirmando deste modo que não à velhice, mas velhices.

No que diz respeito à reflexão do filme, a nossa convergiu em alguns aspetos com a dos participantes, tais como, na importante relação da criança com o idoso em que uma idosa mencionou “que hoje em dia já não há tanta paciência dos netos para os avós”, neste sentido houve outra senhora que entrevistou referindo que todas as conversas que temos com eles se aproximam de uma das ideias que o filme transmite. Através deste comentário o grupo apercebeu-se que não existe nenhuma atividade planeada que não seja intergeracional, dado que em todas elas participam à uma ligação entre o grupo e os idosos.

Outro aspeto que surgiu através do debate foi o conceito de casamento. No que diz respeito a esta questão os idosos referiram que o filme defende a conservação da vida conjugal, contrariamente ao que sucede nos dias de hoje, onde o divórcio é uma constante que cada vez mais se banaliza. Uma idosa afirmou que “hoje os jovens casam e separam como quem muda de camisola,” acrescentou-se ainda que antigamente valorizava-se mais a preservação do casamento, apesar das grandes dificuldades nunca se desistia, lutava-se sempre. Hoje em dia ninguém se dá ao trabalho de tentar, à mínima complicação desistem logo. Neste seguimento abordou-se a viuvez da personagem principal do filme, em que foi perceptível por a parte dos idosos que antigamente, e como o filme demonstra, não só o casamento era conservado como também o respeito e a memória do conjugo falecido.

Os sonhos não têm idade. Esta foi a ideia que o grupo pretendeu transmitir no final do debate. Sendo prontamente corroborada pelos idosos. Estes entenderam que, todo o desenrolar do filme tem por base a luta constante por um sonho. Mencionando que numa fase em que o idoso foi obrigado a integrar um lar, este não acatou essa demanda partindo rumo às Cataratas do Paraíso, com o objetivo de cumprir o sonho da sua esposa.

Carl numa fase final apercebe-se que se agarrou muito à concretização do sonho da mulher esquecendo o que o rodeava. Demonstrando que a vida é um constante ajustamento de sonhos e objetivos. Em suma, o filme passa a mensagem que aprender a desaprender significa evoluir.

O balanço final que o grupo faz da atividade é extremamente positivo. De uma maneira geral, após o debate com os participantes, conseguimos cumprir os objetivos delineados.

Tal como na velhice não pode haver comodismo, também as atividades direcionadas para eles não podem ser conservadoras. Foi neste pensamento que o grupo levou avante esta atividade, arriscando e sendo arrojado na escolha do filme. Concluindo deste modo, que na educação de adultos é preciso arriscar para que ocorram mudanças.

CortAção 2

Filme: A Canção de Lisboa

Realizador: José Cottinelli Telmo

Ano: 1933

Género: Comédia

Duração: 85 Minutos

Sinopse: Vasco Leitão, estudante de medicina, vive da mesada das tias de Trás-os-Montes e o consideram um aluno cumpridor. Ora, Vasco prefere os retiros e os arraiais, as cantigas populares e as mulheres bonitas - em particular Alice, uma costureira do Bairro dos Castelinhos, o que não agrada ao pai, o alfaiate Caetano, sabendo-o crivado de dívidas... Os azares de Vasco sucedem-se: no mesmo dia em que é reprovado no exame final, recebe uma carta onde as tias lhe anunciam uma visita a Lisboa.

Reflexão da Atividade

O filme foi escolhido em conjunto com os idosos, uma vez que este foi passado incompletamente no Dia da Mulher (8 de Março), tendo estes mostrado interesse em revê-lo na íntegra.

A visualização da trama “A Canção de Lisboa” decorreu no dia 21 de Março, tendo sido feita uma abordagem na sessão de InterAção do dia anterior, de maneira a introduzir o filme e reavivar a memória dos participantes. Tivemos o cuidado de escolher um vídeo que tivesse legendas para facilitar o visionamento do mesmo, contudo não foram apresentadas dificuldades ao nível auditivo por parte dos idosos. Foi uma forma de precaver e experimentar as várias abordagens de transmissão e apresentação de um filme.

As expetativas que os estagiários abarcavam nesta atividade eram elevadas, uma vez que a escolha do filme, como já mencionamos anteriormente, foi em consonância com o gosto

dos participantes e, também devido ao facto de ter existido uma sessão de InterAcção realizada no dia anterior, que abordou o filme. Talvez por causa da realização desta InterAcção, foi previsível o entusiasmo e conhecimento aprofundado que as pessoas tinham acerca do filme. Durante a sua visualização foi perceptível o interesse e alegria das pessoas, através dos comentários, das cantigas e das exclamações saudosistas.

Houve uma pausa para intervalo devido à inauguração da exposição de Pintura “Do Romantismo ao Impressionismo”, esta que, inicialmente teria a sua inauguração para o dia anterior ao filme. Esta pausa foi dada porque algumas pessoas que se encontravam a ver o filme também pertenciam à Oficina de Pintura, sendo do interesse delas estarem presentes na abertura da exposição. Com o regresso à sala de convívio, foi retomado o filme.

No decorrer do intervalo e no final do filme foi realizada a atividade do Dia da Poesia e da Árvore.

Pode-se destacar a boa organização e planificação da atividade, uma vez que, decorreram várias atividades em simultâneo e cumpriram-se todas elas, verificando-se no final grande satisfação por parte de todas as pessoas envolvidas.

CortAção 3

Filme: Aldeia da Roupa Branca

Realizador: Chianca de Garcia

Ano: 1938

Género: Comédia

Duração: 84 Minutos

Sinopse: Gracinda, jovem lavadeira, vive com o padrinho, o Tio Jacinto, e juntos têm um negócio familiar, que trata de lavar a roupa dos habitantes de Lisboa, na aldeia onde moram, nos arredores de Lisboa. Infelizmente, a vida não lhes tem corrido bem. Mas tudo muda de figura quando a rapariga decide ir à cidade tentar convencer Chico, o filho do Tio Jacinto por quem Gracinda se apaixonou, a voltar à terra para recuperar o negócio. Na mesma altura, preparam-se as festas populares da aldeia, ocasião propícia às disputas entre o Tio Jacinto e a sua eterna rival, a viúva Quitéria, em que ambos tentam trazer a melhor banda para animar a festa.

Reflexão da atividade

A escolha do filme surgiu logo após o visionamento de “A Canção de Lisboa” no decorrer de uma abordagem pelos vários filmes da época, tendo as preferências recaído na “Aldeia da roupa branca”.

Grupalmente chegou-se à conclusão que o filme reúne características específicas de um passado vivenciado pelos participantes, isto espelha-se através do comentário de uma idosa: “ainda me lembro de ver a lavarem a roupa no rio quando era pequena” e exemplificando com gestos dizia “era lavar, esfregar e bater”.

Uma das particularidades desta trama é o facto de retratar uma profissão que ao longo dos anos foi sofrendo algumas alterações. Uma das participantes referiu que o grande negócio da aldeia naquele tempo era a lavagem da roupa nos rios, que posteriormente passou a ser feita em tanques e mais tarde nas lavandarias. Esta diferença de tempos e a industrialização dos serviços foi explorada em conversa no final do filme.

No decorrer do filme foram lembrados os atores, tal como as músicas, que entusiasticamente eram cantadas, principalmente a música mais marcante do filme: “Água fria, da Ribeira”. Esta música tem a particularidade de iniciar o filme, o que a nosso ver foi importantíssimo para cativar as pessoas prendendo-as ao ecrã.

No fim da atividade foi debatida a censura que existia sobre os filmes, em oposição à atualidade, onde não há tanto controlo e cuidado na transmissão e exibição. Houve até quem dissesse que “hoje é só pornografia, no tempo do Salazar eram logo censurados”.

CortAção 4

Filme: O Pátio das Cantigas

Realizador: Francisco Ribeiro

Ano: 1942

Género: Comédia

Duração: 105 Minutos

Sinopse: Num típico pátio lisboeta, por altura das festas dos Santos Populares, um punhado de gente simples vive o seu quotidiano, os seus sonhos, desilusões, paixões, ciúmes e alegrias numa atmosfera quase encantada. Alfredo é um bom rapaz cujo irmão Carlos, um estouvado, namora a frívola Amália. A irmã desta, Suzana, ama por sua vez Alfredo. Narciso, o pai de Rufino e seu sócio na leitaria do bairro, é um bêbado crónico e um virtuoso da guitarra. Rosa, uma bem-disposta viúva que vende flores, é por sua vez cortejada por Narciso e pelo intratável

e arrogante Evaristo, o merceeiro, pai da invejosa e mimada Celeste. A rivalidade entre Narciso e Evaristo vai ao rubro numa noite de bailarico no pátio que termina numa autêntica batalha campal. Por fim tudo se compõe entre os vários pares amorosos e no pátio a vida segue serenamente.

Reflexão da Atividade

Este filme inicialmente seria projetado apenas na semana seguinte, conforme a planificação, contudo os idosos no início da semana mostraram desejo em visionar um filme, pedindo ao grupo que o transmitissem num dos dias da semana. A nosso ver a justificação para tal deve-se ao facto de os idosos já se terem habituado a ver um filme no início de cada semana e também devido ao conhecimento prévio de qual seria o próximo filme a ser passado, “O Pátio das Cantigas”, o que incutiu neles um forte entusiasmo para o visionamento do mesmo. Neste seguimento achamos, por mútuo acordo, que o dia mais apropriado para o decorrer da atividade seria na Quinta-feira.

Aquando da montagem para a realização da atividade ouviram-se alguns comentários proferidos pelos participantes tal como: “Este é um daqueles filmes que nunca cansa ver!”, completou dizendo que “quanto mais se vê, mais se quer ver!”. Outra pessoa afirma: “Eu nasci em 1927 e já vi este filme muitas vezes e não me canso de o rever”, uma idosa espantada questionou: “Onde é que vocês vão buscar estes filmes?”, “Como deixaram trazer estas relíquias para aqui?”. Na sua época os filmes só eram vistos nos cinemas, no entanto hoje, há uma facilidade extrema de encontrar o que se pretende. Estas intervenções só vieram a confirmar o desejo demonstrado no início da semana para o visionamento do filme.

Durante o filme, os comentários e as intervenções eram frequentes o que veio provar que este, é um dos filmes mais conhecidos e marcantes de sempre, que perpetua expressões célebres como: “Oh Evaristo, tens cá disto”, entre Vasco Santana (*Narciso*) e António Silva (*Evaristo*) e “Boa Noite, dá-me um bocadinho do seu lume se faz favor”, a célebre cena entre Vasco Santana e um candeeiro de rua.

Algo que os participantes e o grupo salientaram durante o diálogo foi o ambiente vivido nos Bairros de Lisboa, quanto a isto o grupo perguntou a alguns participantes que já tinham morado em Lisboa se de facto era como transparecia no filme, sendo prontamente confirmado e referido que realmente o Fado, a dança, a proximidade entre a vizinhança eram uma constante, fazendo parte da rotina nos Bairros. Vasco santana foi, mais uma vez, o ator venerado pelos participantes. Foi inevitável a comparação das personagens que este ator

interpreta neste filme e em “A Canção de Lisboa”, onde temos um estudante boémio que depois ganha juízo e conclui o curso. Já em “Pátio das Cantigas” interpreta um pai no início também é boémio e desleixado em relação ao filho e no fim acaba por deixar essa vida e tornar-se num Homem decente.

Por parte de um auxiliar de ação direta que estava a visionar o filme foi mencionado que uma das personagens que cantava Fado seria a Amália Rodrigues. No final do filme o grupo informou-se se realmente seria a Amália, o que não se confirmou, pois a atriz apenas possuía o nome da Fadista como personagem.

Através desta abordagem à Amália Rodrigues foi comunicado aos idosos que esta integrava o filme da época “Fado - História D'Uma Cantadeira” que imediatamente foi escolhido como próximo filme a passar.

É de salientar também, a cena em que o Senhor Heitor, avô da Amália, é agredido e roubado tendo sido um momento importante de referenciar devido a ser uma temática bastante atual, o que nos levou a ponderar fazer uma ação de sensibilização sobre violência nos idosos.

No decorrer do filme, devido a algumas intervenções e à boa disposição sentida por parte dos participantes, é de realçar algumas passagens do filme tais como: “ó Camelo”, quando o Evaristo trata mal um dos funcionários; “Patrão no cartaxo dia santo na drogaria” entre as mesmas personagens. Outra citação engraçada é quando Narciso (Vasco Santana) diz na parte final em que deixa de beber e de vender vinho, dizendo que “A única bebida branca que devia ser permitida por lei é o leite!”. Outra cena hilariante é quando chega a filha da Dona Rosa do Brasil em que todos, por várias vias, querem ser os primeiros avisá-la da boa nova “Dona Rosa, chegou a sua filha!”. Podemos também realçar quando o Evaristo vai em viagem com a sua filha em que o Narciso exclama: “Boa Viagem. Vai e quando chegares manda saudades que é coisa que cá não deixas!”. Escusado será referir as várias cenas cómicas entre o Evaristo e o Narciso “ó Evaristo, tens cá disto?”.

A cena final foi a “cereja no topo do bolo” colocando todas as personagens a cantar a tão famosa canção popular de S. João.

CortAção 5

Filme: Fado, História de uma Cantadeira

Realizador: Perdigão Queiroga

Ano: 1947

Género: Drama, Romance, Musical

Duração: 110 Minutos

Sinopse: Conta a história do percurso de uma fadista humilde cujo namorado, um carpinteiro, é o seu acompanhante guitarrista. Ela torna-se famosa, rica e sai do seu bairro. Quando ele se afasta, ela regressa e reconciliam-se. O enredo sentimental, a excelente montagem e os fados cantados por Amália fizeram deste filme um dos maiores sucessos de bilheteira.

Reflexão da atividade

“Fado, história de uma cantadeira” tem como personagem principal a fadista Amália Rodrigues e retrata o seu início de fama no fado. O grupo decidiu escolher este filme pois no decorrer de “Pátio das Cantigas” surgiu a dúvida se uma das personagens que se chamava “Amália” seria a fadista, uma vez que era parecida fisicamente e também cantava Fado. É de realçar que os estagiários logo após o filme indagaram sobre o assunto e comprovaram que não era a Amália Rodrigues, o que levou prontamente ao esclarecimento dos idosos. Durante este diálogo abordou-se a vida da Fadista e foi decidido então que o próximo filme a exibir seria um dos filmes mais marcantes de Amália Rodrigues.

Quanto à exibição do filme os idosos foi mostrado grande respeito pela Fadista, ela é ainda, para toda a gente o maior ícone de Portugal. Ouviram-se alguns comentários, tais como: “Conheço tudo dela”, “Faz parte da minha juventude”, “Cresci ao som da Amália”.

Apesar de toda admiração por Amália Rodrigues, incontestavelmente uma das maiores bandeiras de Portugal, foram abordados alguns aspetos negativos pelos idosos, nomeadamente o facto de ela ser uma pessoa muito extravagante que se iludiu pela fama, algo que é fielmente espelhado no filme.

No fim do filme recapitulou-se outra vez a vida e história de Amália, foram recordados alguns fados marcantes tais como: *Alfama, Ai, Mouraria, Tudo isto é fado, Uma Casa Portuguesa*. Foi um momento de profundo saudosismo para todos os participantes. Sentiu-se que nunca é demais relembrar e homenagear a grande fadista.

Concluimos que a atividade foi de grande sucesso, tendo ficado a promessa que um dia mais tarde seria passado o primeiro filme que Amália Rodrigues protagonizou, intitulado “Capas Negras”.

CortAção 6

Filme: As Pupilas do Senhor Reitor

Realizador: Perdigão Queiroga

Ano: 1935

Género: Drama

Duração: 102 Minutos

Sinopse: Na aldeia de Póvoa do Varzim, região do Minho em Portugal, os conflitos dos moradores locais.

Após a morte de seu pai, Margarida (Guida) vai viver com sua meia-irmã Clara, filha de sua madrasta. A madrasta morre e confere a educação das meninas ao Padre António, o Senhor Reitor. A partir daí o Reitor começa a cuidar das duas mocinhas.

Pedro, um homem simples que trabalha no campo como o seu pai, o Sr. José Das Dornas, dono da fazenda mais importante da aldeia, é noivo da ambiciosa Clara. Guida, por sua vez, é a prometida de Daniel, que voltou à aldeia graduado como médico, destituindo o posto do Dr. João Semana. Mas o rapaz não se lembra de Guida, nem da promessa de casamento feita anos antes à jovem, assim como não se acostuma com a vida humilde da pequena aldeia.

O Reitor se inspirará na natureza para proteger e cuidar de suas flores (Guida e Clara), utilizando sua sabedoria para controlar as incríveis confusões que surgirão.

Reflexão da atividade

Apesar de habitualmente à Segunda-feira ser dia de exibição de filme na Associação de Apoio ao Idoso, optou-se por abdicar do filme devido à preparação de ações de sensibilização e prevenção que seriam realizadas no dia seguinte (Terça-feira, 23 de Abril), uma vez que esta atividade exigia uma maior dedicação e afinco da nossa parte. No entanto, inesperadamente e para nossa surpresa, foi pedido pelo grupo de idosos a visualização de um filme nessa mesma tarde. A nosso ver, foi o reconhecimento e a valorização do trabalho que temos vindo a desenvolver ao longo destes meses. Os idosos comprovaram assim que já existia uma rotina semanal, de visionamento de filmes, que não dispensavam.

A escolha de “As Pupilas do Senhor Reitor” teve em conta as características dos filmes exibidos nas sessões anteriores. Uma vez que não foi uma atividade planeada e como não nos encontrávamos por dentro do enredo, no fim da sessão o grupo de idosos, numa conversa informal com os estagiários, fizeram um apanhado e conseqüentemente uma síntese do filme. Apesar da nossa ausência durante a rodagem do filme, foi claro para nós, através da conversa

com os idosos, que eles estiveram atentos e focados durante o filme. Isto justifica-se pela explanação concisa e clara sobre os factos que decorrem no filme.

Primeiramente é importante realçar que todos concordaram que o filme era uma autêntica novela, com “trocas e reviravoltas”, também que este filme em 1935 já era bem ambicioso, pois aborda a traição em tempos de conservadorismo.

Quanto ao resumo da história, foi-nos referido por uma idosa que o filme desenrola-se num cenário conservador e retrógrada, mas onde “como em qualquer boa aldeia, existem as beatas”, que gostam de falar de tudo e de todos e, geralmente mal. Prosseguiu dizendo que Daniel era um rapaz que na infância era apaixonado por Margarida, mas que ao ser apanhado pelo reitor, foi mandado para Lisboa pelo pai para estudar medicina. Mais tarde volta para a aldeia, mas apaixona-se pela irmã de Margarida, a Clara, tentando de todas as maneiras conquistá-la. Outra idosa menciona que “ele voltou mudado da cidade” deixando de parte “a promessa que fez a Margarida que era casar”. Concluem todos que Pedro acaba por voltar a apaixonar-se por Margarida e que esta aceita o seu amor de volta.

Apesar do emaranhar de histórias, este diálogo permitiu-nos entender claramente a história do filme e todas as suas peripécias mais marcantes. Ao ser tão bem esclarecido por parte dos idosos, pudemos afirmar veementemente que o filme foi observado por eles com grande atenção e gosto.

CortAção 7

Filme: O Pai Tirano

Realizador: António Lopes Ribeiro

Ano: 1941

Género: Comédia

Duração: 114 Minutos

Sinopse: O protagonista é Chico Mega (Ribeirinho), empregado de sapataria dos Grandes Armazéns do Grandella, que nutre uma grande paixão por Tatão (Leonor Maia), empregada na Perfumaria da Moda. Esta, por seu turno, é cortejada por Artur Castro (Arthur Duarte), um bon-vivant. Como Tatão é uma fervorosa cinéfila, Chico esconde-lhe que é ator num grupo de teatro amador: os "Grandelinhas", dirigidos pelo mestre José Santana (Vasco Santana). Do grupo fazem também parte Gracinha (Graça Maria), apaixonada por Chico, Dona Cândida (Luísa Durão), Lopes (Barroso Lopes), Seixas (Seixas Pereira), o contrarregista Machado

(Armando Machado) e o ponto Pinto (Reginaldo Duarte). O grupo decide levar à cena a peça "O Pai Tirano ou o Último dos Almeidas".

Enquanto o Mestre Santana procura ocultar de Gracinha a paixão de Chico por Tatão, este resolve albergar-se na mesma pensão onde mora Tatão, só para ficar mais próximo dela. A pensão é dirigida por Dona Emília (Emília de Oliveira), auxiliada pela criada Laura (Laura Alves) e entre os hóspedes encontram-se o contabilista Prata (Joaquim Prata), a dactilógrafa Amélia (Nelly Esteves) e o refugiado russo Ciriloff (Eliezer Kamenesky). Tatão vai rejeitando os avanços de Chico até ao dia em que ela erroneamente se convence que Chico é o herdeiro rico de uma família aristocrata. Decide então aceitar o pedido de namoro de Chico e pede-lhe para conhecer a sua família. Confrontado com esta situação, Chico resolve pedir ajuda ao Mestre Santana, que decide ensaiar um ato da peça num palacete onde trabalha como governanta a sua prima Teresa (Teresa Gomes), uma alcoólica inveterada. Conseguem enganar Tatão, até ao dia em que Artur descobre que Chico é ator e resolve convidar Tatão e todos os hóspedes da pensão para a estreia da peça.

Reflexão da atividade

O filme exibido neste dia foi "O Pai Tirano". Este é um filme há muito prometido por nós, uma vez que é um dos clássicos mais famosos portugueses. Vasco Santana é uma vez mais o ator principal, um dos maiores humoristas daquela época, senão o maior. Vasco Santana é, indubitavelmente o ator predileto e mais conhecido por parte dos idosos do Centro de Dia, talvez por isso este filme era tão desejado. Durante a rodagem de "Pátio das Cantigas" (4 de Abril) os idosos afirmaram logo que gostariam de rever o filme "O Pai Tirano". Tanto num como no outro, Vasco Santana e Francisco Ribeiro protagonizam respetivamente as personagens de Pai e Filho.

Tal como no filme exibido na semana anterior, não assistimos a este por completo, uma vez que o tempo para a entrega do resumo do Poster, a ser apresentado no congresso de Gerontologia Social, estava a esgotar-se. Optámos assim por continuar os trabalhos, enquanto o filme era exibido na Sala de Convívio.

No final do filme, adotou-se o mesmo método da semana anterior, ou seja, a criação de um diálogo informal com os idosos, com o intuito de percebermos a mensagem do filme. Contrariamente ao que aconteceu na semana passada, como existia um conhecimento prévio do filme, os idosos foram muito mais interventivos durante a conversa. Mais uma vez Vasco Santana foi tema de ordem, sendo até referido por parte de uma idosa que «ele aparou o

bigode desde “O Pátio das Cantigas” e deixou de beber». Acrescentando que existiu uma grande variação na relação pai-filho verificada em “Pátio das Cantigas”. O personagem interpretado por Vasco Santana, apresenta-se em “O Pai Tirano” muito mais sério e menos desleixado.

Este filme como já se esperava foi bem aceite e de visualização prazenteira por parte dos idosos, pois desde o início da exibição de filmes antigos na ANAI, este era um dos mais esperados e pedidos.

CortAção 8

Filme: O Leão da Estrela

Realizador: Arthur Duarte

Ano: 1947

Género: Comédia

Duração: 121 Minutos

Sinopse: Anastácio, homem modesto, pai de Jujú e Branca, é um ferrenho adepto do Sporting e quer ir ao Porto ver o desafio entre o seu clube e o clube da Invicta. Aproveita a oportunidade para poder ficar em casa da família Barata, que é rica e cujo filho namora a sua filha Branca. Durante a estadia, Anastácio faz crer à família Barata que é da mesma condição social, possuindo bastantes bens e dinheiro. Mas tudo se complica, quando é Barata que lhe anuncia uma visita a Lisboa.

Reflexão da atividade

A exibição do filme decorreu no final da semana, uma vez que na Segunda-feira a Oficina do Idoso recebeu a visita de uma Instituição de Coimbra, que apresentou um projeto teatral. Decidimos então passar o filme na Sexta-feira.

O grupo após uma conversa com os idosos que surgiu naturalmente e de forma fortuita sobre o campeonato português de futebol, numa altura decisiva para saber quem ganharia o título, resolveu propor o filme “O Leão da Estrela”, dado ser uma comédia que tem como fundo o Sporting e o Porto. Os idosos concordaram de imediato, mencionando algumas partes da trama. Durante a conversa cada um defendeu o seu clube. «O Porto ganha de certeza» referiu um dos estagiários.

Os estagiários foram parte integrante de um ambiente animado e contagiante provocado pelo entusiasmo dos idosos. António Silva, ator principal, foi possivelmente o

principal causador deste agradável ambiente, ele que a par de Vasco Santana é para os idosos uma das figuras principais da sua época. Neste filme, interpreta um adepto do Sporting, um homem com poucos rendimentos, que tenta ludibriar os futuros compadres, demonstrando ser alguém com grandes posses. Como dizia o provérbio “A mentira tem perna curta” , no filme quando o Sr. Barata comunica uma visita a casa de Anastácio, descobre que ele não passa de um homem de baixos rendimentos, colocando em causa o casamento dos seus filhos.

CortAção 9

Filme: O Costa do Castelo

Realizador: Arthur Duarte

Ano: 1943

Género: Comédia

Duração: 135 Minutos

Sinopse: A história é sobre um jovem rapaz, André (Curado Ribeiro), membro de uma família nobre e rica, que se apaixona perdidamente por uma rapariga do povo, Luisinha (Milú).

Luisinha mora numa pensão com Rita (Maria Olguim) e Januário (João Silva), que são como uns pais para ela e com o Sr. Simplício Costa (António Silva), mais conhecido por Costa do Castelo, um homem preguiçoso mas um grande guitarrista que juntamente com Rosa Maria (Hermínia Silva) alcança o sucesso.

Para ver Luisinha todos os dias, André decide então ir morar na mesma casa que Luisinha, dando um nome falso e dizendo-se motorista. Mas, quando tudo parece estar a correr bem, eis que a tia de André, a Sra. Dona Mafalda (Maria Matos) desmascara o seu sobrinho, pondo fim àquele maravilhoso sonho.

André tem então um acidente de automóvel, ficando doente devido aos ferimentos e aproveita o facto de estar doente para, com a ajuda do tio Simão (Manuel Santos Carvalho), convencer a Dona Mafalda a deixar Luisinha ir morar ali na sua mansão, para cuidar dele. Luisinha acaba por vir e, graças a ela, a alegria e a luz voltam a reinar naquela mansão.

E, certo dia, Simplício Costa vai parar à mansão a mando de Dom Simão e, inesperadamente, é aí que ele reencontra o amor da juventude perdido há mais de trinta anos, Mafalda. Tudo corre às mil maravilhas, mas há uma pessoa que impede que Luisinha e André sejam felizes, Isabel de Castelar (Teresa Casal), uma intriguista e ambiciosa que anda atrás da fortuna de André. Mas, com muito esforço, a Dona Mafalda e o Costa do Castelo conseguem fazer com que André e Luisinha e eles próprios acabem juntos.

Reflexão da atividade

“O Costa do Castelo” foi o filme escolhido por nós, pois já há muito ouvimos falar dele, tanto pelos meios de comunicação, como pelos idosos. Depois de uma breve pesquisa sobre o filme apercebemo-nos que este fazia 60 anos no presente ano, o que foi razão suficiente para que a nossa escolha recaísse sobre este filme, para além disso a crítica insere este filme no top 5 de clássicos portugueses.

O nosso único motivo de relutância em a grande extensão do filme, com 2h08 de duração, porém após uma conversa informal com os idosos chegamos à conclusão que independentemente da duração do filme eles desejavam a toda a força revelo. Devido à sua durabilidade antecipamos a hora de início do filme.

O filme iniciou com a emblemática canção "Do Castelo à Madragoa" do famoso Fadista Loubet Bravo. Os idosos começaram logo a cantá-la com grande entusiasmo revelando um conhecimento profundo pelo filme. Provavelmente a grande razão para que os idosos adorem este filme será a presença do ator António Silva que é, indubitavelmente um dos atores mais lisonjeados pelas pessoas. Todos os filmes em que ele entra, o divertimento e entretenimento são garantidos, não sendo exceção “O Costa do Castelo”, uma das maiores comédias que Portugal já viu.

Como era de esperar a duração do filme não foi entrave para o seu perfeito e agradável visionamento. É relevante enfatizar que este filme teve legendas como apoio a pessoas com qualquer limitação auditiva. Foi um belo serão com muito riso. Arriscamo-nos a dizer que estes filmes antigos, são uma autêntica terapia do riso, pois percebe-se que as pessoas gostam de rir do que já riram, é um riso mais maduro aquele que é repetido quando lembrado. Toda a trama está repleta de hilariantes momentos, que se passam quando um André, um rapaz membro de uma família nobre e rica, que se apaixona por uma rapariga do povo, Luisinha. Esta que mora numa pensão com Rita, Januário e o Sr. Simplício Costa, interpretado por António Silva, que é mais conhecido por Costa do Castelo e é um grande guitarrista que com a sua companhia, Rosa Maria, atinge o sucesso.

Em suma este filme tem tudo reunido para ser um sucesso perante os olhos das pessoas, humor, novela romântica, o rapaz rico que se apaixona pela menina pobre, música.

CortAção 10

Filme: Capas Negras

Realizador: Armando de Miranda

Ano: 1947

Género: Drama Musical

Duração: 103 Minutos

Sinopse: Um amargo e comovente melodrama de sabor coimbrão sobre o caso de amor entre uma bela tricana e um estudante de Direito, que foi um estrondoso êxito nos anos 40, com Amália Rodrigues. Em Coimbra o "quintanista" de Direito, José Duarte, e a bela tricana, Maria de Lisboa, vivem uma intensa história de amor. Terminado o curso e julgando-se traído, José Duarte abandona Maria e vai para o Porto. Recusa-se a aceitar as cartas dela e esta acaba por ser presa no Porto pelo abandono do filho. José Duarte decide defende-la, reconhecendo ao mesmo tempo, ser o pai da criança. Armando Miranda realizou em 1947 "Capas Negras", um dos maiores êxitos de bilheteira de sempre do cinema português. Trata-se de um amargo e comovente melodrama de sabor coimbrão sobre o caso de amor entre uma bela tricana e um estudante de Direito, de que resulta um filho e gera muitas atribulações para a rapariga até que tudo acabe bem para todos. Um pitoresco filme, recheado de amor, música e nobres sentimentos, que Amália Rodrigues domina com a sua fascinante presença e inconfundível voz.

Reflexão da atividade

O filme "Capa Negras" era muito ansiado pelos idosos, os que já conheciam queriam rever e os que não conheciam, após conhecimento que Amália Rodrigues era personagem principal e que era a sua estreia no cinema nacional, quiseram também ver.

Este filme é um misto de alegria e tristeza, relata a história de José Duarte, "Quintanista" e Maria Lisboa, interpretada por Amália Rodrigues. Estes vivem uma bela história de amor que se vê interrompida por duvidosas circunstâncias. Ambos são sublimes fadistas, o que os une ainda mais, com trocas de amor através de fados. Este provavelmente foi o fator que mais tocou as pessoas durante o filme, os belos fados que harmonicamente eram cantados pelos idosos durante o filme. "A feiticeira" é um fado interpretado pelos dois no filme e um dos mais conhecidos para as pessoas na sala de convívio, isto entendeu-se pelo vigor com que a música era cantada. Sem descurar do fado mais conhecido de Coimbra que também é interpretado no filme, "Coimbra é uma Lição". A vertente musical nestes filmes antigos é sem dúvida uma das componentes principais para o tremendo sucesso dos mesmos. Não houve nenhum filme exibido no Centro de dia que não tivesse pelo menos uma música que animasse e prende-se as pessoas à tela.

Quanto ao visionamento deste filme, pode-se mesmo dizer que este acaba por ser um roteiro turístico à cidade de Coimbra, a preto e branco. Começa logo com uma imagem panorâmica de Coimbra e ouve-se repentinamente uma exclamação na sala: «Olha a ponte velha tão pequenina», ou um idoso que faz um reparo quanto à inexistência de uma torre que se encontra junto à Cabra no filme. Aliar a este belo enredo, paisagens e monumentos tão marcantes desta bela cidade e ainda juntar-lhe fados tão melódicos e esplendorosos, são “condimentos” mais que suficiente para fazer de “Capas Negras” um dos melhores filmes portugueses de sempre, estando 22 semanas seguidas em exibição.

No início do filme aparecem estudantes na República Rás-te-partá, enchendo os copos através de um clister, motivo suficiente para gerar um riso estrondoso na sala. Soltaram-se rapidamente algumas vozes referindo que “nesta altura os rapazes eram mais malandros que agora”, contudo defendeu-se também a ideia que antigamente os estudantes eram mais românticos, mais apaixonados pela tradição e pelas causas. Ainda nesta cena que acontece na República aparece Manecas, interpretado Artur Agostinho, uma pessoa muito acarinhado no Centro de Dia, pelo que se percebeu após o seu aparecimento em cena. Ele que neste filme é o maior “malandro”, para gaudío da plateia que assistia o filme, enganado as mulheres com tamanha perícia. Cena hilariante é aquela que coloca 7 mulheres discutindo as notas dos seus supostos maridos, mas que rapidamente se apercebem que era o mesmo, o Manecas. Ouve-se então na sala que para um homem há sempre 7 mulheres e meia. Ao que outra mulher refere que em Angola não são 7 e meia mas 8, isto foi razão suficiente para tornar o ambiente ainda mais afável e harmonioso entre as pessoas.

Das cenas que provocou mais saudosismo aos idosos foi sem dúvida aquela em que aparecem pessoas a saltar a fogueira no S. João, com Maria Lisboa (Amália Rodrigues) de fundo, a cantar um fado muito alegre. Transportou as pessoas para outros tempos, aqueles em que estas tradições estavam bem enraizadas no povo português. Uma senhora que disse ao ver estas imagens que «eram bons tempos, aqueles em que se ia apanhar rosmaninho para saltar a fogueira».

Algo que também não escapou aos idosos foi o facto de o Fado de Coimbra ser apenas cantado por homens, esta ideia foi apontada neste filme uma vez que uma idosa aludiu que Amália estaria a cantar um fado de Coimbra, porém foi prontamente retificada por outra idosa que explicou que ela estava a cantar um fado Lisboeta.

O filme acaba com um raspanço, tradição que perdura até hoje. Ao estudante que acaba o curso é rasgado o traje, dando por terminada assim a sua vida académica. Maria Lisboa é defendida em tribunal por José Duarte, depois de ele perceber que o seu afastamento

de Coimbra deveu-se a um mal-entendido, uma foto que erradamente, apanhou Maria Lisboa com outro homem.

Concluimos que este é um filme que todos os Portugueses têm de ver, principalmente aqueles que estudaram em Coimbra, para assim se depararem com algumas diferenças e semelhanças entre os tempos antigos e os de hoje. Aquela que foi mais salientada durante o filme, diz respeito ao cortejo da Queima das Fitas, em que se nota uma alegria genuína na cara dos estudantes, enquanto que agora o álcool é que gera felicidade e o conseqüente descontrolo dos estudantes. Esta ideia é corroborada por todas as pessoas que se encontravam na sala de convívio.

2.2 - Outras Atividades

Este ponto abrange todas as atividades realizadas em vários âmbitos. Desde datas comemorativas, a ações de sensibilização e prevenção até roteiros digitais. Também estas desenvolvidas em equipa multidisciplinar.

Atividade	Data	Recursos	Método/Domínio	Avaliação (Indicadores)	Duração
Dia Da Mulher	4/03 a 8/03	Computador; Colunas; Impressões com poemas e citações para afixar; Programa de gravação de voz	Dinâmica de grupo; Domínio cognitivo; Domínio sensorial;	40 Participantes (direção, colaboradores, clientes e estagiários)	4 Dias
“Árvore Pessoa”	20/03 a 21/03	Pacotes de Leite; Papel de embrulho; Super Cola 3; 1 Cartolina Preta; Poemas impressos; X-ato; Tesoura;	Dinâmica de Grupo	3 Estagiários; 10 Idosos	2 Dias
Roteiro Digital – Santa Maria da Feira	8/04	Computador; Tela; Projeter; Colunas de Som; Tripla	Dinâmica de Grupo; Domínio cognitivo; Domínio sensorial	3 Estagiários 12 Idosos 2 Colaboradoras	2 Horas
Caminhada	18/04	Máquina fotográfica	Domínio Motor	12 Idosos 3 Estagiários	30 Minutos
Prevenir e Sensibilizar	23/04	Computador; Tela; Projeter; Colunas de Som; Tripla	Dinâmica de Grupo; Domínio cognitivo; Domínio sensorial	13 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários	1 Dia
Roteiro Digital – Coimbra via Skype	21/05 29/05 – 30/05	Computador; Tela; Projeter; Colunas de Som; Tripla	Dinâmica de Grupo; Domínio cognitivo; Domínio sensorial	13 Idosos; 2 Colaboradoras; 3 Estagiários	3 Dias

Tabela 5 - Planificação Outras Atividades

2.2.1- Reflexões das Atividades

Dia da Mulher

Esta atividade repartiu-se em quatro fases:

- **Recolha, seleção e afixação;**

Nesta primeira fase os estagiários durante o fim de semana procederam a uma pesquisa e recolha de frases e poemas alusivos à Mulher. No início da semana cada um expos o seu trabalho e em conjunto elaborou-se um único documento, devidamente organizado e formatado seguindo para a sua impressão e afixação em alguns locais da instituição criteriosamente escolhidos (na porta principal do bar, na porta de entrada, na sala de Oficina da Pintura e na sala de convívio). Pretendíamos, através desta divulgação familiarizar as pessoas para o dia em causa e inspirá-las para a construção do poema em conjunto.

Fomos felicitados por esta iniciativa, o que nos levou a gravar os poemas selecionados e posteriormente transmiti-los durante o almoço do Dia da Mulher.

- **Gravação;**

Na Quinta-feira, da mesma semana, asseguramos a parte da manhã para realizar as gravações áudio dos poemas.

O grupo fez uma seleção de todos os poemas escolhendo os mais pertinentes e aqueles que melhor valorizavam a Mulher. Posto isto, passou-se para a gravação experimental dos mesmos.

Optamos, por acordo mútuo, que as gravações ficariam mais aliciantes e tocantes se contivessem uma música de fundo. Com isto, a nossa preferência recaiu sobre a Moonlight sonata de Beethoven, pois pareceu-nos ser a melodia que melhor se articulava com a declamação dos poemas.

Presentemente iniciou-se com a gravação dos poemas já com a música de fundo. Verificou-se que à medida que as gravações avançavam foi necessário realizar alguns ajustes, no que concerne à colocação de voz e à interpretação dos poemas por parte dos estagiários. Quanto ao tom de voz acerbemo-nos que nas primeiras gravações colocamos um timbre demasiado calmo, o que em consonância com a música transmitia alguma tristeza. Foi então colocado maior fulgor e intensidade na voz o que modificou por completo a perceção auditiva. Quanto à interpretação decidimos por experimentação quais as vozes que melhor se adequavam à recitação de cada poema.

- **Elaboração de um poema em conjunto com os idosos:**

Na parte da tarde, de Quinta-feira, reunimo-nos com os utentes com o intuito de em conjunto criarmos um poema dedicado à Mulher. Rapidamente os participantes deram-nos a perceber que tinham muito a partilhar connosco sobre a temática. Surgiu logo um debate sobre a emancipação da Mulher na sociedade atual. De forma a não fugirmos do principal objetivo, optamos por passar algumas músicas antigas para despertar a curiosidade e inspiração dos participantes.

Através dos apontamentos colhidos da conversa com os participantes e das músicas passadas, no decorrer da atividade, surgiu o poema que iria ser inserido nas gravações para o Dia da Mulher.

Poema:

“Mulher, tens no sorriso
a mais bela curva do teu corpo
tens nos olhos
a mais bela imagem que os meus podem ver
encontro-me facilmente no teu sorriso e no teu olhar
pois são eles o meu porto seguro, o meu respirar
Cinderela é teu nome, o meu desejo é te abraçar...”

- **Almoço do Dia da Mulher.**

A parte da manhã incumbiu os retoques finais nas gravações. Fizemos uma averiguação do espaço, a nível acústico e a nível de distribuição/colocação do sistema de som, para ser audível e perceptível por todos os convidados.

Nesta mesma manhã criamos uma Playlist para passar ao longo do almoço como música ambiente.

Inicialmente pretendia-se passar as gravações na abertura do Almoço, mas dado o ambiente que se gerou pelos convidados achamos que seria mais oportuno passar durante a sobremesa, assim os presentes não só degustavam a sobremesa como “saboreavam” os poemas proferidos por nós.

Reparamos nas expressividades emotivas que se geraram, nos sorrisos, nos olhares emotivos, na delicadeza e na transmissão de serenidade e enaltecimento sentidos durante e após a audição dos poemas.

Para o grupo esta foi uma atividade que nos deu muito gosto executar, consideramos, pela conversa informal que tivemos com os convidados, que foi uma intervenção muito bem-sucedida.

No decorrer da tarde, por iniciativa da ANAI, passou-se o filme “A Canção de Lisboa”, o qual por questões técnicas não pode ser visualizado na íntegra. Devido a estes percalços e pelo entusiasmo das pessoas em o rever, o grupo decidiu passar na semana seguinte.

Dia da Poesia

O Dia da Poesia foi uma atividade que resultou de várias etapas, mas que culminou com um trabalho bem vistoso.

Numa primeira fase houve uma reunião entre nós, para decidirmos o que seria pertinente realizar no âmbito da poesia. Quando se fala em poesia, o nome de Fernando Pessoa, facilmente nos vem à cabeça. E assim foi, queríamos que Fernando Pessoa fosse a base de uma ideia maior, mas que servisse para homenagear o grande poeta Português. Para nosso espanto depois de uma breve pesquisa, confrontámo-nos com o facto de fazerem no presente ano, justamente 125 anos desde o seu nascimento. Era então, para nós impossível, não ser feita um pequeno tributo ao poeta. Procedemos à recolha de poemas que imortalizaram o poeta, no dia 18 de Março, com a preocupação de equilibrarmos as escolhas pelos diferentes heterónimos.

Durante o dia de 20 de Março, já com os poemas recolhidos, reunimos para planear a atividade, sempre tendo em mente que o destaque teria de recair sobre Fernando Pessoa. Tivemos conhecimento durante esta reunião que o dia da poesia coincidiria com o dia da árvore, o que instantaneamente nos fez querer agrupar os dois na atividade. Despontou então a ideia de construir uma árvore que fosse enfeitada com poemas de Fernando Pessoa. Ideia esta que agradou a todos, ficando somente por decidir como seria feita a árvore, que após alguma pesquisa e reflexão, nos pareceu apropriado ser construída por pacotes de leite embrulhados em papel de embrulho verde que já se encontrava na instituição. Até ao dia da atividade ficaria então a nosso cargo reunir 12 pacotes de leite, que seriam os necessários para construir a árvore. Ficou também decidido neste dia que a árvore chamar-se-ia “Árvore Pessoa” e, que no topo seria feito um chapéu e uns óculos em cartolina preta. Na base, contrariamente ao resto da árvore, os 2 pacotes seria embrulhada em papel de embrulho castanho.

No dia da atividade (21 Março), já com os 15 poemas selecionados (ANEXO), que iriam preencher a *Árvore Pessoa*, foram embrulhados os pacotes e começou-se a construção da mesma. Os poemas foram lidos já colados na “*Arvore Pessoa*”. O grupo de idosos foi muito receptivo à atividade e adorou a ideia de unir o dia da poesia ao da árvore, tal como a homenagem a Fernando Pessoa, que é reconhecidamente um dos melhores poetas portugueses para os idosos.

No final, a “*Arvore Pessoa*” foi exibida na exposição de pintura, que teve a sua inauguração durante a atividade. Passada uma semana, que seria a duração da exposição, a *Árvore* voltaria para a Oficina do Idoso, sendo exposta na entrada do edifício.

Caminhada

Esta Caminhada surgiu, quando dois dias antes, os idosos propuseram-nos um passeio. Algo que nós já tínhamos pensado mas por questões meteorológicas não tinha sido possível de realizar. Contudo por estes dias o céu estava limpo e o calor tinha voltado. Foi necessário então escolher o dia mais adequado para a realizarmos este passeio/caminhada.

A Caminhada começou após o almoço, coube aos idosos decidir qual o percurso a percorrer, tendo sempre em atenção a duração devido às suas limitações físicas. A caminhada decorreu naturalmente e de forma bem prazerosa, sempre num ritmo lento, aproveitando as conversas para explicar alguns dos benefícios da caminhada para a saúde e bem-estar, tais como: Ajuda no combate da ansiedade, do stress e da depressão; Melhora a circulação sanguínea e auxilia no controlo da pressão arterial; Melhora a flexibilidade e controla a postura corporal; Previne a obesidade; Aumenta a autoestima e promove o bem-estar pessoal.

Chegados à Oficina do Idoso, foi agradável constatar que todos estavam contentes por terem realizado a caminhada e muitos revelaram querer caminhar mais afirmando “que soube a pouco”. Através da satisfação demonstrada apercebemo-nos que atividades como esta teriam obrigatoriamente de ser repetidas.

Os idosos ao chegarem à sala de convívio contagiaram de imediato os colegas, que por motivos de pouca mobilidade não quiseram participar no passeio. Gerou-se então um ambiente afável e harmonioso fundamental para a segunda parte da atividade.

A música é motivo de alegria para estes idosos, principalmente aquela que fez parte da vida deles e, que de alguma maneira os marcou. Tivemos a preocupação de fazer uma seleção restrita e específica das músicas em relação aos gostos musicais do grupo de idosos, algo que em atividades anteriores podemos interiorizar. Através dos meios que se encontravam

disponíveis na sala de convívio, nomeadamente o rádio criou-se um momento de dança que os idosos aproveitaram para dar continuidade à sua atividade física. Os que preferiram não dar “um pé de dança”, no conforto do seu lugar não resistiram “a bater o pé” de forma a marcar o ritmo.

Em suma, foi uma tarde extremamente bem passada, justificada pelos sorrisos que foram crescendo ao longo do dia e pelos comentários apreciativos por parte dos idosos. Foi uma atividade simples mas essencial, principalmente para promover o convívio intergeracional e intrageracional. Achamos que foi a melhor maneira de promover e sensibilizar os idosos para a prática de exercício físico e de mostrar que uma simples caminhada pode trazer imensos benefícios para a sua saúde.

Prevenir e Sensibilizar

11h00	A Importância d Caminhar
12h00	Almoço
13h45	Passeio pela Baixa de Coimbra
14h30	Passagem de fotografias sobre atividades anteriores
15h00	Prevenção de Quedas (Cartilha)
15h30	Debate e vídeos sobre o Diabetes e Colesterol
16h00	Lanche
16h10	Demência de Parkinson
16h30	Demência de Alzheimer
16h50	“Se pode complicar para quê facilitar”

Tabela 6 - Programação da Ação de Formação

A preparação desta atividade iniciou com o levantamento, junto dos idosos, das doenças que gostariam de ver mais esclarecidas. As escolhas recaíram sobre as demências de Alzheimer e Parkinson. Uma idosa referiu que se encontrava na fase inicial da demência Alzheimer, demonstrando alguma preocupação e receio quanto às fases seguintes, pediu-nos para abordar o tema de forma a minimizar as suas dúvidas. Para além destas demências, o Diabetes, a Hipertensão e o Colesterol foram também abordados, uma vez que a grande

maioria padece de, pelo menos, uma delas. Considerou-se também problemas ao nível urinário, ao nível da visão devido às cataratas e da instabilidade postural e quedas, a questão do equilíbrio, da mobilidade e por fim esclarecer algumas dúvidas em relação ao tipo de alimentação adotar nos seus casos específicos. (Ver tabela)

Procedeu-se a uma análise dos resultados e a uma pesquisa individual detalhada de cada doença. Posto isto, em conjunto, passou-se à seleção da informação e preparação final das apresentações. Dadas as características do público-alvo, pensou-se em complementar algumas apresentações com vídeos informativos, pois estes captam mais facilmente atenção e são um meio menos entediante para os idosos, permitindo uma maior dinamização da formação.

A importância de caminhar deu início ao nosso dia de formação e prevenção. Nesta primeira abordagem tencionávamos sensibilizar e incentivar os idosos para a caminhada, expondo os benefícios para a saúde, exemplificando as posturas e as técnicas mais adequadas adotar durante uma caminhada. Indicou-se algumas dicas para os manter motivados e incentivados no seu treino, alertamos, também, para alguns cuidados a ter, principalmente nas caminhadas noturnas e no fim propusemos uma caminhada pela Baixa de Coimbra depois do almoço, o que foi logo aceite com agrado e entusiasmo.

A caminhada contou com a participação de 5 idosos e 3 estagiários e teve uma duração de 45 minutos. Ao retomar à instituição optou-se por expor as fotografias da viagem realizada a Santa Maria da Feira e das atividades que temos vindo a realizar. Para nossa surpresa durante a visualização das fotografias o idoso que estava mais expectante para saber em quais aparecia era o único idoso invisível que se encontrava na sala, tivemos a preocupação de descrever as fotografias de uma forma detalhada e pormenorizada.

Após este pequeno convívio prosseguimos com a prevenção de quedas em ambiente domiciliário, pois este é o meio mais propício à ocorrência destes incidentes. Foram expostos alguns fatores de risco, bem como algumas medidas que podem ser tomadas para atenuar a sua prevalência. Da nossa parte houve um cuidado acrescido na escolha das imagens, pois queríamos que fosse o mais nítido e perceptível possível dada a relevância da temática. A par das gravuras e com a utilização de alguns objetos como cadeiras e sofás foi nos possível exemplificar algumas das aplicações. Procuramos também dar algumas achegas de estratégias adotar em transportes (autocarro) e na via pública.

O tema seguinte despertou atenção dos idosos, pois trata-se de doenças com as quais eles se identificam na íntegra. Abordamos, em primeiro, a Diabetes. Mostramos um pequeno vídeo informativo que permitiu definir a doença, demonstrar os riscos em ser diabético, a

diferença tipo I e II, os sintomas mais frequentes, como se diagnostica e alguns conselhos a nível da alimentação.

De seguida falamos do Colesterol. Em geral todos os idosos mencionaram prontamente que tinham os seus níveis elevados. Transmitimos apenas um vídeo em que explicava o desempenho do colesterol no nosso organismo.

A última parte do dia ficou reservada para as demências. Este tema é mais delicado, talvez devido aos medos que as pessoas vão criando em volta da temática, ao medo de falar porque “pode dar azar”, à informação e aos relatos a que têm acesso serem assustadores e estas demências serem sinonimo de morte.

Iniciamos com a Demência de Parkinson, com um vídeo informativo. De forma a esclarecer algumas dúvidas expomos um suporte escrito sintetizado sobre a demência, onde referimos em que consistia, quais os seus principais sintomas, como poderia ser diagnosticada e como pode ser tratada.

Por fim, a demência de Alzheimer. Nesta o grupo de estagiários sentiu que deveria ser mais cauteloso, por motivos mencionados anteriormente. “O Que é Aquilo?”, Vídeo muito conhecido e muitas vezes associado a esta demência, foi o escolhido para introduzir a temática. Seguidamente, numa apresentação simples e fluida, explicou-se o que era o Alzheimer, quais as suas causas, se estaria ligado à hereditariedade. Fizemos uma comparação entre os sinais de alerta e os sintomas normais no envelhecimento, visto que são muito semelhantes levando a um tardio diagnóstico, terminando com imagens ilustrativas dos 10 principais sinais da demência.

Com esta atividade destacamos a importância e relevância deste tipo de ações de sensibilização, prevenção e informação junto desta faixa etária. Deparamo-nos com uma carência de conhecimento nas temáticas abordadas, proveniente da escassa oferta de meios e recursos de sensibilização e prevenção.

Roteiro Digital – Santa Maria da Feira

As atenções desta semana recaíram na Viagem a Santa Maria da Feira, integrada no Plano Anual de Atividades para o presente ano.

O grupo de estagiários, como tinha sido planificado, realizou uma sessão informativa e cultural a par do itinerário da visita à ilustre “Terra dos Sonhos”, com o objetivo de enquadrar e dar a conhecer um pouco da história e dos pontos mais relevantes de Santa Maria da Feira.

Seguindo o plano da Viagem iniciamos com uma abordagem ao Museu Convento dos Lóios, passando pelo Castelo da Feira e acabando no Museu do Papel. A título de curiosidade mostramos como se confeccionam as tão famosas fogaças. E para finalizar esta nossa breve abordagem não poderia faltar a tão representativa Viagem Medieval.

Procuramos selecionar vídeos que lhes fossem familiares, uma vez que queríamos uma sessão dinâmica e o mais participativa possível. Os programas do Professor e Historiador José Hermano Saraiva, uma lição de história e cultura de Portugal, os seus gestos, a sua voz e a sua forma de explicar com os braços abertos são características insubstituíveis e difíceis de esquecer para esta faixa etária. Posto isto e analisando em grupo conclui-se que seria imprescindível a visualização e transmissão de excertos do programa sobre Santa Maria da Feira. Outro programa, mais atual, que tem grande marco e influencia neste público-alvo são as tardes de Domingo emitidas pela TVI, mais concretamente “Somos Portugal”. Por fim não poderíamos esquecer o telejornal e as suas reportagens ou rubricas, onde de forma sintetizada e mais detalhada nos apresentaram outra perspetiva e outra visão da “Terra dos Sonhos”.

3. Área Científica

Era do interesse geral envergar numa componente mais científica e desafiante, surgindo assim a hipótese de incorporar na Resposta Social Observatório Social do Idoso.

Esta resposta assume como finalidade a conceção de uma base de dados que reúna um leque diversificado e amplo de registos direcionados com o Envelhecimento, encontrando-se a ser desenvolvida pelo Estagiário em Mestrado de Ciências da Educação.

Ao longo do estágio curricular, e por incentivo e interesse pessoal, procurou-se participar ativamente em formações que permitissem uma contínua aprendizagem e, conseqüentemente, desenvolvimento e aperfeiçoamento a nível de competências profissionais.

Neste seguimento, destaca-se a presença em várias palestras no âmbito do ciclo de conferências de Gerontologia Social, abordando-se temáticas diversificadas, desde a prevenção e sensibilização da criminalidade contra idosos, passando pela segurança rodoviária desta população-alvo, equiparando o ser idoso com o ser velho e terminando com grande destaque para o envelhecimento em si, principalmente alertando para a mudança do estigma enraizado pela sociedade.

Outro grande evento foi o III Congresso Internacional de Gerontologia Social. Neste assumiu-se um interesse pessoal e, também, grupal, uma vez que, ao tomar conhecimento de todo o programa e dos conteúdos propostos pela Comissão Científica do Congresso, para a exposição de um Poster Científico, o grupo, que tem vindo a desempenhar um trabalho em equipa multidisciplinar, revelou vontade de desenvolver um projeto de cariz interventivo.

Numa Primeira fase enviou-se o resumo do Poster, com a finalidade da ideia concebida pelo grupo ser do interesse da Comissão Científica e conseqüentemente aprovada pela mesma entidade. (Anexo _)

Título do Poster: Estimular / Estime o Lar

Resumo:

Este projeto foca-se na criação de um *Centro de Voluntariado Sénior* destinado a formar pessoas com mais de 50 anos para participarem na melhoria da qualidade de vida de utentes de Lares de Terceira Idade sob a perspetiva do envelhecimento ativo, saudável e com mais sentido.

O projeto será predominantemente orientado para o contexto rural, onde os índices de envelhecimento são significativamente superiores aos da população em geral e onde são detetadas mais insuficiências a nível da qualificação de profissionais e de intervenções inovadoras em Lares (DECO, 2013).

Este espaço inovador pretende valorizar e dinamizar o voluntariado sénior, reconhecendo e apostando nas suas grandes potencialidades. Os conhecimentos, competências e talentos dos seniores serão a base de partida para a formação específica que irão receber, a nível dos fenómenos do envelhecimento, no sentido de poderem vir a atuar em Lares de modo mais informado e autorizado, contribuindo para os enriquecer e suplantando as suas lacunas. Neste sentido, prevê-se estreitar a rede de relações entre o futuro Centro e os Lares, dando-se particular atenção à seleção, enquadramento e acompanhamento do voluntário sénior.

Em suma, como defende Simões (2006), este projeto objetiva fundamentalmente «o apoio daqueles que se interessam por fazer da última fase da vida um período em que as pessoas encontrem um sentido para a sua existência e possam adotar estilos de vida suscetíveis de promover a sua felicidade pessoal e daqueles com quem interagem» (p. 150).

Após a sua confirmação, por parte da comissão científica, prosseguiu-se a fase seguinte, elaboração gráfica do Poster e exposição do mesmo nos dois dias do Congresso, 15 e 16 de Maio, no Instituto Superior de Contabilidade e Administração de Coimbra.

Aquando da realização do Poster, o grupo teve conhecimento de candidaturas abertas de apoio a projetos direcionados para o Envelhecimento, promovido pelo Banco de Inovação Social⁶, mais especificamente, o Programa de Apoio ao Empreendedorismo, verificando-se que seria uma boa oportunidade para levarmos avante a implementação do nosso projeto. Após ponderarmos todas as hipóteses e analisarmos as vantagens e desvantagens e a viabilidade do

⁶ *BIS - Banco de Inovação Social é uma plataforma promovida pela Santa Casa da Misericórdia de Lisboa que agrega 25 parceiros – instituições e entidades públicas e privadas - que decidiram por em comum os seus ativos de conhecimento e experiência e as suas competências técnicas e logísticas para promover em conjunto a inovação social através do apoio ao empreendedorismo, a participação nas redes nacionais, europeias e internacionais de inovação social e a promoção de uma cultura de inovação e de empreendedorismo.* <http://bancodeinovacaosocial.pt/o-que-e>, Acedido a 10 de Junho de 2013

projeto, tomamos a liberdade de dar seguimento à candidatura, a qual ainda aguardamos os resultados. (Apêndice _)

Pretende-se e encontra-se em fase de execução o artigo científico procedente do Poster, proposto pela Comissão Científica do Congresso, para integrar no 2º número da Revista Iberoamericana de Gerontologia (RIAG).

Nesta área, mais concretamente na OSI, insere-se o Livro RecordAção, com o intuito de futuros estagiários ou colaboradores darem-lhe utilidade e o aprimorem, mas tendo sempre em conta e respeitando a sua essência.

Capítulo 5 – Resultados Obtidos/Avaliação

Este capítulo assume-se como uma das partes mais relevantes de todo o Relatório, uma vez que nele incorpora os resultados colhidos de todas ações concretizadas, bem como uma auto e hétero avaliação das mesmas.

Da mesma forma que se apresenta o corpo do relatório, assim se sucede a parte dos resultados/avaliação, findando com um apreciação geral.

Como foi circunscrevido no Plano de Intervenção, a continuidade na implementação do Sistema de Gestão de Qualidade era das principais necessidades que a ANAI apresentava, no decorrer do Primeiro Semestre.

A intervenção iniciou seguindo um Processo de Acompanhamento Técnico da Segurança Social, onde identifica algumas lacunas e recomenda possíveis alterações de melhoria na instituição a nível da Gestão da Qualidade por eles definida, tendo esta prazos para a sua implementação.

Neste procedimento, foi elaborado o Plano Anual de Atividades em parceria com a Estagiária em Gerontologia Social responsável pela Resposta Social SAD, atendendo que este documento abrange as atividades a decorrer ao longo do presente ano em todas as Respostas e Serviços Sociais da ANAI.

O trabalho em grupo decorreu de forma normal, visto que já existia um conhecimento do desempenho de cada uma em contexto académico. O único ponto apontar é a interajuda no processo de acompanhamento e integração da outra estagiária na resposta social de Centro de dia, tendo em conta as suas características e dimensão, esta engloba e proporciona um leque abrangente de atividades.

O Plano final foi apresentado à Diretora Técnica, sofrendo algumas retificações de aperfeiçoamento, sendo elogiado, pela mesma, em relação à sua apresentação e estruturação.

Seguidamente e após a total concretização do Plano Anual de Atividades, iniciou-se a estruturação do Livro de Ocorrências, a título individual.

Para a sua elaboração contou-se com um conhecimento prévio dos utentes do Centro de Dia, uma vez que este documento abarca todos os domínios e serviços prestados a este público-alvo. Pretende-se que este seja de fácil aplicabilidade para as colaboradoras e que acarrete o máximo de informação sobre cada utente de maneira a proceder a um acompanhamento contínuo e viável, bem como a prestação de cuidados seja adequado à necessidade e exigência de cada utente.

A implementação do Livro de Ocorrências é uma necessidade vigente, tal como a formação inicial às colaboradoras e a ajuda no seu preenchimento. Deste modo despontou uma compilação de tabelas e um documento informativo realçando a importância da Gestão da Qualidade na rotina diária da Instituição.

O Livro de Ocorrências foi apresentado e visionado pela Diretora Técnica, que verificou que este incluía com as normas implícitas, contudo não foi possível ser implementado por motivos burocráticos.

Os Processos Individuais acompanharam todo o decurso do estágio curricular. Inicialmente analisou-se e fez-se um levantamento das informações e documentos necessários para se proceder às atualizações. Depois consoante a entrada de novos clientes organizou-se e passou-se ao preenchimento por completo dos PDI's.

Dado a dimensão e a complexidade dos Processos Individuais regista-se uma dificuldade na sua aplicabilidade e algum desconforto no decorrer das entrevistas. Algo que foi trabalhado com o intuito de minimizar as dificuldades, adotando mecanismos estratégicos, tal como o estudo e planeamento antecipado da entrevista, o acompanhamento dos outros estagiários, de forma a estes adquirirem novas competências e originando uma entajuda.

Destaca-se a abertura para integrar e auxiliar a atualização dos Processos referentes ao SAD, procedendo estes nas próprias habitações dos clientes. Considera-se uma mais-valia, dado que acarretou um conhecimento mais alargado do funcionamento de todas as respostas.

Observando-se o plano de intervenção aferiu-se o cumprimento das necessidades primárias. Prosseguindo-se para as atividades secundárias. Verificou-se que estas já estavam a ser colmatadas. Esta fase ocorreu no primeiro mês de estágio, assumindo um período de adaptação e integração na cultura organizacional, registando uns momentos de insegurança e readaptação do que tinha sido idealizado no decorrer do primeiro semestre.

Perseguiu-se para uma fase de reajustes e novo levantamento de necessidades, agora numa nova perspetiva, isto é, estando inserida na instituição e seguindo de perto o seu funcionamento possibilita uma visão e um conhecimento mais detalhado das suas reais exigências e lacunas. Muito do seu conhecimento decorreu de conversas informais e observação direta do trabalho que a Diretora técnica desempenham, uma vez que os estagiários tiveram a possibilidade de partilhar a mesma sala, levando assim a um conhecimento bem de perto. Outro fator que fortaleceu estes novos reajustes no Plano de Intervenção, foi a interação que começou a ser desenvolvida entre os estagiários. Aferindo

interesses em comum, abordando áreas de possível intervenção e melhoramento. Dando assim origem a um projeto em equipa multidisciplinar.

Todo o projeto foi planeado e delineado na íntegra logo no início do mês de Março e entregue e aprovado pela Diretora Técnica. O grupo partiu do princípio que pretendia intervir num âmbito mais educacional e interventivo, tendo ao máximo colocar de lado um espaço direcionado para animação. Reconhecendo que também essa vertente incorpora o Plano de Estudos da Licenciatura em Gerontologia Social.

Deste modo, atribui-se uma temática a cada mês e definiu-se atividades específicas que abrangessem esse mesmo tema. Estipulou-se também atividades fixas, que foram realizadas semanalmente ou mensalmente, consoante a disponibilidade dos recursos requisitados.

O primeiro mês tentou-se aplicar e experimentar um pouco de todas as atividades para assim verificar até que ponto o projeto era exequível. O grupo agiu e interviu de forma cautelosa, de forma proporcionar um espaço e uma abertura que transmitisse segurança e confiança ao público-alvo. Todas as atividades foram realizadas na sala de convívio, sendo esta a zona de conforto e, a nosso ver, a que possibilitava um melhor resultado da intervenção.

Das ações concretizadas, referenciadas no corpo do relatório, derivaram duas componentes: Um Livro e um Documento que acolhe as atividades de várias vertentes.

O livro intitulado RecordAção, envolvendo as sessões de leitura e cinema, considera-se ser a ação que provocou mais impacto nos utentes. Facto comprovado pelas reflexões das mesmas, onde se verifica pelos comentários professados pelos utentes quando à Segunda-feira, dia estipulado para o visionamento de filme, suceder ausência da sessão. Também, através de uma conversa informal no último dia e de forma a fazer um levantamento geral do decorrer das atividades efetuadas, todos os participantes terem classificado as sessões de leitura e cinema como muito boas, uma vez que lhes foi permitido recordar e reavivar, por um lado, os seu livros de escola e por outros as tramas mais emblemáticas e marcantes da sua época. A meu ver esta foi das atividades que mais satisfação nos deu, enquanto grupo, de organizar e executar. De uma forma geral, foram sessões muito enriquecidas, pela qualidade dos debates, conversas e aprendizagens mutuas. Foi gratificante os utentes tentarem transportarem-nos, a nós enquanto jovens, para a sua época, tentado detalhadamente descrever e integrarem-nos nas suas vivências e por outro lado nós equiparando os tempos e tendo aclarar a sociedade atual.

Outras atividades onde inclui ações de cariz comemorativo, preventivo e digital. Estas atividades, como já foi mencionado, realizaram-se também em parceria. Tiveram como

finalidade comemorar dias de alguma relevância como é o caso do Dia da Mulher, da Poesia e da Árvore; envergar uma parte mais formativa a nível de prevenir e sensibilizar para problemáticas do envelhecimento, como é o caso das doenças, sendo esta a que apresenta maior preocupação e inquietação nos utentes; e por fim, dar a conhecer as novas tecnologias, que é possível, a tempo real, falar com outra pessoa, visitar outros sítios ou até mesmo a própria cidade através de uma pequena camara e um programa próprio, como foi o caso de conhecer Santa Maria da Feira e a Cidade de Coimbra.

Todas as atividades seguiram uma sequência lógica e cronológica, algumas delas complementaram-se, tornando-se mais proveitosas e abrangentes. Notou-se que todas elas foram recebidas com grande abertura e receptividade, por parte dos utentes, provocando alguma curiosidade e ansiedade para a atividade que se seguiria.

Este trabalho em equipa para ficar mais completo teria de envergar uma componente mais científica, surgindo assim a oportunidade de participar com apresentação de um Poster Científico, no III Congresso Internacional de Gerontologia Social. A nossa proposta foi alvo de comentários e opiniões deveras construtivas, motivadoras e incentivadoras para que o projeto de intervenção, por nós apresentado e concebido, fosse mais avante, assumindo algo mais desafiador do que esperávamos ou contávamos. Nesta sequência, aparece a candidatura ao Banco de Inovação Social e futuramente, estando neste momento a ser aprimorado um artigo científico, para integrar no 2º número da Revista Iberoamericana de Gerontologia (RIAG). Recentemente tivemos conhecimento de um novo programa de apoio ao projetos inovadores o Social Innovation in Ageing - The European Award⁷, ao qual estamos a ponderar candidatar-nos.

Numa apreciação geral, esta última área, dada as suas componentes, conduziu a um aperfeiçoamento de conhecimentos, abrindo horizontes e uma visão mais ampla da temática Envelhecimento.

⁷ *The award has been launched to promote and support social innovation in the field of active and healthy ageing in Europe. Social innovation is more than a trend. It is about a new culture of innovation which responds to social problems and needs in a sustainable and socially accepted way. Social innovation depends on people like you who develop and implement innovative solutions in the field of active and healthy ageing.*

Social entrepreneurs, researchers, companies, non-profit organizations, individuals who developed initiatives presenting a potentially innovative solution to problems within the Active and Healthy Ageing fields. <https://www.unicreditfoundation.org/en/proposals/social-innovation-in-ageing---the-european-award.html>, Acedida a 12 de Junho de 2013

Em suma, o balanço final do estágio é positivo, conseguiu-se envolver e colmatar as principais necessidades e cumprir os objetivos estabelecidos no Plano de Intervenção. Houve a oportunidade de incidir noutras respostas sociais, permitindo uma visão mais alargada da realidade. O trabalho desenvolvido em equipa multidisciplinar foi uma mais-valia, sendo realçado a disparidade de personalidades entre os três estagiários, em que esta, culminou numa ligação consistente e prolífera. Enquanto futura Gerontóloga, é fulcral saber-se trabalhar em grupo, pois só dessa forma, articulando todas as diversas áreas e competências, consegue-se alcançar e fortalecer o papel de Gerontólogo.

O desempenho pessoal, ao longo do estágio, considera-se que foi envolvente, exigente e ambicioso. O facto de interagir e conviver com pessoas de outras áreas tornou o projeto mais aliciante e desafiante, provocando, por vezes, uma pesquisa antecipatória que permitisse estar ao meu nível ou patamar para assim proporcionar alões e discussões mais aliciantes e abrangentes, entre o grupo.

Capítulo 6 - Conclusão

Em suma, os objetivos traçados no Plano de Intervenção foram superados com êxito. A readaptação do Projeto de Estágio e o acréscimo de atividades tornou a intervenção mais enriquecida e dinâmica, contribuindo para o envolvimento de todos os domínios.

A nível de aprendizagens destaca-se o saber-se trabalhar em grupo. Lidar com pessoas com personalidades diferentes da nossa pode vir a ter o seu lado positivo como negativo, é e foi necessário saber aceitar as divergências e, por vezes, saber ceder e saber ouvir opiniões diferentes. De maneira geral, considero que foi criada uma boa ligação e integração e a prova disso mesmo é visível pelo trabalho desenvolvido.

Já se tem vindo a notar uma preocupação e uma valorização por parte de profissionais e pessoas com cargos e posições de destaque para o apoio a projetos empreendedores a nível social, mais especificamente direcionados com o Envelhecimento. Salientando-se assim, a área científica, do presente relatório, dado que ainda se encontra em aberto, isto é, mesmo terminado o estágio o projeto criado pelo grupo de estagiários pretende ter uma continuidade e ser continuamente trabalhado e aperfeiçoado, com o intuito de receber apoios para a sua implementação.

O estágio curricular permitiu aperfeiçoar competências, ganhar experiências, conhecer várias realidades e alargar horizontes. Como futura Gerontóloga encontrei o meu papel dentro da instituição, bem como, consegui clarificar quais os âmbitos e áreas que mais se identificam e ajustam com os meus interesses e competências.

Referencias Bibliográficas

Azevedo, C., Franco, R. C., & Meneses, J. W. (2010). *Gestão de Organizações Sem Fins Lucrativos - o desafio da inovação*. Porto: Imoedições - Edições Periódicas e Multimédias, Lda.

Ferreira, J. R. (2011). *José Rodrigues de Sousa Fernandes. O méico e homem solidário*. Coimbra: ANAI.

Pinto, A., & Soares, I. (2011). *Sistemas de Gestão da Qualidade-Guia para a sua implementação*. Lisboa: Edições Sílabo.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO NACIONAL - *O livro da terceira classe*. 4.ª ed. Lisboa: Sá da Costa, 1958.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO NACIONAL - *O livro da primeira classe*. 6.ª ed. Lisboa: Livraria Pinguim, 1954.

Cardoso, F. (1994). *Flores para Crianças*. Editora Portugalmundo.

Anexos

Apêndices