



**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

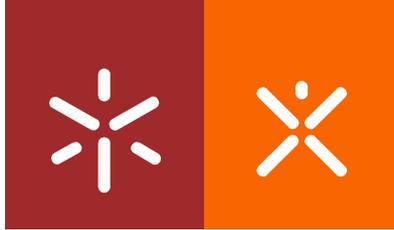
Vera Catarina Barroso de Lima

**V.E.R + Rede de Voluntariado: Um Projeto de  
Intervenção na Comunidade**

Vera Catarina Barroso de Lima **V.E.R + Rede de Voluntariado: Um Projeto de Intervenção na Comunidade**

UMinho | 2014

outubro de 2014



**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

Vera Catarina Barroso de Lima

## **V.E.R + Rede de Voluntariado: Um Projeto de Intervenção na Comunidade**

Relatório de Estágio  
Mestrado em Mestrado em Educação  
Área de Especialização em Educação de Adultos e  
Intervenção Comunitária

Trabalho realizado sob a orientação da  
**Prof. Doutora Fátima Maria Bezerra Barbosa**

outubro de 2014

## DECLARAÇÃO

**Nome:** Vera Catarina Barroso de Lima

**Endereço eletrónico:** veradelima@outlook.com

**Título do relatório de estágio:** V.E.R + Rede de Voluntariado : Um projeto de Intervenção Comunitária

**Orientadora:** Professora Fátima Barbosa

**Ano de conclusão:** 2014

**Designação do Mestrado:**

Mestrado em Educação – Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO PARCIAL DESTE RELATÓRIO DE ESTÁGIO PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE;

Universidade do Minho, \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

Agradecimentos:

Hoje escrevo para agradecer. Hoje deleito-me em palavras dirigidas às pessoas, aos momentos e ao amor.

Este projeto moveu-me para a busca de pessoas que têm coragem e vontade. Sinto-me uma felizarda por ter no meu caminho seres com iniciativa, garra e paixão. A eles agradeço por me darem força e por acreditarem.

O meu obrigada vai diretamente para os meus voluntários. Estes que sentiram o chamamento da ajuda e da entrega aos mais frágeis e despidos socialmente. Obrigada às minhas mulheres por estarem e não terem medo de serem. "Quando eu for grande" quero ser um bocadinho como vocês.

À Casa do Povo, obrigada por me abrirem as portas e por apostarem na ajuda desinteressada e na procura por fazer mais e diferente.

À minha MÃE, agradeço o espírito que me transmitiu, mesmo em segredo, sei que herdei dela esta vontade em socorrer os necessitados e a necessidade de perdoar os injustos; deste-me a vontade de caminhar contra a lama e contra chuva, ensinaste-me que nada é fácil, mas aprendi que nada é impossível. Ao meu PAI obrigada por me mostrares outras realidades, obrigada por me considerares louca e, ao mesmo tempo, arrojada, diferente e uma "boa menina". Aos meus irmãos, Mónica e Hélder, peço desculpa pelo que passaram nesta vida por causa da irmã mais nova; agradeço-vos pelas privações que tiveram para que eu pudesse estudar e ser alguém. Ao Filipe, meu irmão, agradeço pela coragem e força que me dás todos os dias mesmo que ausente; sei que és tu que estás comigo e és um privilegiado por conseguires ler o que escrevo antes de qualquer outra pessoa.

Aqui fica um agradecimento especial ao meu acompanhante na Casa do Povo, Daniel Rodrigues, por me conceder liberdade, responsabilidade e autonomia em todos os projetos propostos. Obrigada por ser inspirador, motivador e cativante. Obrigada por transformar esta terra e estas gentes.

À Dianinha, um obrigado especial, uma menina mulher incansável, motivadora e trabalhadora. Este projeto também é um bocadinho teu.

Por último, mas não menos importante, um agradecimento à minha Orientadora e Professora Fátima Barbosa. Obrigada pela confiança, pelo acompanhamento e pelas dicas. Penso que este esforço de ambas deu frutos e acabou por resultar neste trabalho.

Obrigada a todos que contribuíram para a execução deste relatório e um vez que

"mudar o mundo é um trabalho que jamais termina. Nesse sentido , é menos um trabalho e mais um estado de espirito. Atento a como as coisas são, disposto a dividir responsabilidades por elas, e determinado a não tornar o desespero convincente, mas sim a tornar a esperança uma possibilidade." (Flintoff s.d)

# "V.E.R + Rede de Voluntariado: Um Projeto de Intervenção na Comunidade"

*Vera Catarina Barroso de Lima*

Relatório de Estágio

Mestrado em Educação - Área de Especialização – Educação de Adultos e Intervenção  
Comunitária

Universidade do Minho

2014

## **Resumo**

Numa sociedade cada vez mais egoísta e individualista, é importante questionar onde estarão os valores de partilha e de comunidade. Surge a necessidade de nos preocuparmos pelos mais fragilizados e de colocar os saberes em prol das pessoas. Neste sentido, criando uma Rede de Voluntariado, pretendemos que idosos isolados socialmente tenham uma melhor qualidade de vida. Acreditando que a residência de cada idoso transporta memórias, conforto e segurança (emocional), levaremos voluntários formados a construir estratégias para potenciar a permanência dos idosos na habitação e um envelhecimento com qualidade.

Ao mesmo tempo, pretendemos envolver outros grupos da comunidade a participarem, a contribuir e a envolverem-se nas problemáticas da vila. A criação de um encontro semanal para senhoras com mais de 55 anos, foi um ponto estratégico no desenvolvimento da comunidade. Permite desenvolver laços sociais, autoestima, segurança, motivação, criatividade e pro-atividade.

Em suma, este trabalho revela dedicação a uma população, oferecendo-lhes a oportunidade de contactar com a arte, cultura e educação. Um projeto que se foca em três grupos mas que pretendeu, através deles, alcançar toda comunidade.

**Palavras-chave:** Rede de Voluntariado, Idosos, Voluntários, Comunidade, Educação de Adultos.



# "V.E.R + Volunteer Network : A Project of Community Intervention"

*Vera Catarina Barroso de Lima*

Professional Practice Report

Master in Education – Adult Education and Community Intervention

University of Minho

2014

## **Abstract**

In increasingly selfish and individualistic society, it is important to ask where are the values of sharing and community. We need to worry about the most vulnerable people and put the knowledge in favour of them. In this sense, creating a Volunteer Network, makes socially isolated older people have a better quality of life. Believing that each elderly resident carries memories, comfort and safety (emotional), trained volunteers will take to build strategies to boost housing and aging well.

At the same time, we intend to involve other community groups to participate, to contribute and to become involved in the problems of the village. Creating a weekly meeting for ladies over 55 years old, was a strategic point in the development of the community. Allowed to develop social ties, self-esteem, safety, motivation, creativity and pro- activity.

In summary, this work reveals a dedication to people, offering them the opportunity to engage with art, culture and education. A project that focuses on three groups but that he intended to reach the entire community.

**Keywords:** Volunteer Network, Seniors, Volunteer, Community Adult Education.



## Índice Geral

Agradecimentos.....	iii
Resumo.....	v
Abstract.....	vii
Introdução.....	13
1. Enquadramento Contextual do Estágio.....	19
1.1 Caracterização da Instituição de Estágio: Casa do Povo.....	21
1.2 Caracterização do Público-alvo: .....	23
1.2.1 Idosos.....	23
1.2.2 Voluntários.....	25
1.2.3 Encontro de Mulheres.....	26
1.3 Apresentação da Problemática de Intervenção.....	27
1.4 Análise de Necessidades.....	29
1.5 Expectativas e motivações.....	30
1.6 Finalidade e objetivos.....	31
2. Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio .....	33
2.1 O voluntariado.....	35
2.2 O isolamento social dos idosos.....	36
2.3 A qualidade de vida do Idoso na permanência da sua residência.....	37
2.4 Adultos (mulheres) com mais de 55 anos.....	39
2.5 A educação de Adultos e a Intervenção Comunitária.....	40
2.6 A Animação Sociocultural e o Perfil do Educador/ Animador.....	47

3. Enquadramento metodológico do estágio.....	49
3.1 Apresentação e Fundamentação da metodologia de Intervenção.....	51
a) Paradigma.....	51
b) Metodologia.....	51
c) Métodos.....	52
d) Técnicas de educação/Formação e Avaliação.....	53
3.2 Identificação dos Recursos Mobilizados e das Limitações do Processo.....	57
4. Apresentação e Discussão do processo de Intervenção/ Investigação.....	61
4.1 Apresentação do trabalho de intervenção/investigação desenvolvido em articulação com os objetivos definidos.....	63
4.2 Descrição das atividades.....	69
4.3 Avaliação do projeto.....	86
4.3.1) Evidenciação e Discussão de resultados obtidos.....	86
5. Considerações Finais.....	89
5.1 Análise crítica dos resultados e das implicações dos mesmos.....	91
5.2 Evidenciação do impacto do estágio.....	93
a) A nível pessoal.....	93
b) A nível institucional.....	94
c) A nível de conhecimento na área de especialização.....	95
6. Bibliografia Referenciada.....	97
7. Apêndices.....	101

## Índice de Quadros

Quadro nº1: Caracterização dos Idosos.....	24
Quadro nº2: Recursos.....	58
Quadro nº3: 1ª Fase Sensibilização.....	63
Quadro nº4: 2ª Fase Intervenção.....	64
Quadro nº5: 3ª Fase Avaliação.....	68
Quadro nº6: Exemplo de Atividades 1.....	72
Quadro nº7: Exemplo de Atividades 2.....	73
Quadro nº8: Exemplo de Atividades 3.....	74
Quadro nº9: Exemplo de Atividades 4.....	74
Quadro nº10: Exemplo de Atividades 5.....	76
Quadro nº11: Exemplo de Atividades 6.....	77
Quadro nº12: Exemplo de Atividades 7.....	78
Quadro nº13: Exemplo de Atividades 8.....	79
Quadro nº14: Exemplo de Atividades 9.....	80
Quadro nº15: Exemplo de Atividades 10.....	81
Quadro nº16: Atividades paralelas.....	82
Quadro nº17: Exemplo de Atividades 11.....	84

## Índice de Imagens

Img 1 - Página do Facebook.....	25
Img 2 -Divulgação - Vídeo partilhado pelos Expensive Soul.....	26
Img 3 - Notícia no jornal local.....	59

## Lista de Abreviaturas e Siglas

- C.D - Centro de Dia
- C.P - Casa do Povo
- C.S.P - Centro Social e Paroquial
- C.S.P.R - Centro Social e Paroquial de R (Vila onde decorre o projeto)
- E.M - Encontro de Mulheres
- I.E.F.P - Instituto de Emprego e Formação Profissional
- R. (vila onde decorre o projeto)
- V.E.R + - Voluntariado em R (Vila onde decorre o projeto)

# INTRODUÇÃO



No âmbito do Mestrado em Educação - na área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, da Universidade do Minho, é proposto no plano de estudos uma vertente de Estágio Profissional.

Ao longo de um ano curricular os alunos desenvolvem as suas aprendizagens através da conceção, implementação e avaliação de um projeto de intervenção.

Para a criação e desenvolvimento deste projeto contamos com a colaboração do Presidente da Casa do Povo, local onde se realizou o estágio, Dr. Daniel Rodrigues, sobre a orientação da Doutora Fátima Barbosa, professora da Universidade do Minho.

Denominado V.E.R + (Voluntariado Em R), este relatório apresenta um projeto de desenvolvimento e de intervenção na comunidade. Caracteriza-se pela criação de um gabinete e de uma rede de voluntariado envolvendo a população.

Numa primeira fase direcionamos o trabalho com idosos isolados nas suas residências, e depois para idosos institucionalizados. Para o desenvolvimento deste projeto contamos com a participação de alguns voluntários de diferentes idades e formações.

No entanto, importa referir que o projeto foi enriquecendo à medida que o tempo ia passando e surgiam novas ideias que deram lugar a um "novo projeto". O "Encontro de Mulheres" veio colmatar outra necessidade detetada durante o período de estágio e tornou-se aliada no projeto V.E.R +.

A necessidade de retirar alguns idosos do abandono e da exclusão social (V.E.R+) e com o objetivo de devolver a um grupo de mulheres a autoestima, as experiências e a vontade de ajudar (Encontro de Mulheres), foi criada uma estrutura que socorresse estes dois grupos. Neste sentido, e de forma pioneira foi criado um Gabinete de Voluntariado, onde se divulgou o projeto, recolheram-se casos de isolamento, garantiu-se formação, acompanhamento e avaliação. Ao mesmo tempo, criou-se na Casa do Povo, um encontro semanal, dedicado a senhoras com mais de 55 anos de idade.

Torna-se pertinente uma aposta e um deleitar neste temática. Cada vez mais as pessoas vão interiorizando que ficam sozinhas e na sociedade, que há um desapego pelo outro. Diariamente sabemos através da comunicação social de diferentes casos de idosos isolados e abandonados. O descuido dos familiares e o facto de não haver um acompanhamento de proximidade dos serviços do Estado fazem com que se devam criar estratégias no seio das comunidades. Após o projeto Mundial para o Envelhecimento Ativo e para a Solidariedade entre

as Gerações (2012), surgiu o tempo de impulsionar o projeto V.E.R + numa comunidade onde existem várias ofertas sociais, mas onde a preocupação e o encontro com as pessoas é limitado.

Por outro lado, não existem quaisquer respostas para grupos que ainda não são considerados de 3ª idade. Faltam valências nas comunidades que envolvam os grupos que já não são jovens mas que ainda não são idosos. Há um descuido por quem tem autonomia, mas não têm ideias, esperança ou recursos económicos para fazer algo. Reconhece-se a organização etária na sociedade e a escassez de atividades para as idades compreendidas entre os 40 e os 65 anos, sendo que, existem pessoas com mais de 65 anos que têm noções erradas (ou talvez não) sobre os Centro de Dia e que excluem a possibilidade de os frequentar - porque simplesmente não se consideram "velhos".

Este relatório encontra-se dividido por tópicos principais de forma a facilitar a sua leitura e a sua compreensão.

O primeiro tópico é dedicado ao **Enquadramento Contextual** do Estágio que inclui:

A Caracterização da Instituição de Estágio, e a Caracterização do Público-Alvo: Idosos Voluntários; e "Encontro de Mulheres". Inclui ainda Apresentação da Problemática de Intervenção; a Análise de Necessidades; As Expectativas e Motivações; a Finalidade e Objetivos.

No segundo tópico procedeu-se ao **Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio**. Nele são apresentadas: O voluntariado; O isolamento social dos idosos; A qualidade de vida do idoso na permanência da sua residência; As novas exigências de vida dos Adultos (mulheres) com mais 55 anos; A Educação de Adultos e Intervenção Comunitária; e a Animação Sociocultural.

A terceira parte é dedicada ao **Enquadramento Metodológico do Estágio**. Onde são apresentadas a Apresentação e Fundamentação da metodologia de intervenção - a) Paradigma;; b) Metodologia; c) Métodos; d) Técnicas de Educação/Formação e Avaliação.; e ainda a Identificação dos Recursos Mobilizados e das limitações do processo.

Segue-se ainda a **Apresentação e discussão do processo de Intervenção/Investigação**. Aqui são apresentadas as atividades implementadas no decorrer do estágio. Ou seja, a Apresentação do trabalho de Investigação desenvolvido em articulação com os objetivos definidos; a Descrição das atividades; a Avaliação do Projeto - e os resultados obtidos; em articulação com os referenciais teóricos mobilizados.

Para finalizar são apresentadas as **Considerações Finais**. Onde fazemos a Análise crítica dos resultados e das implicações dos mesmos; Evidenciando do impacto de estágio a Nível Pessoal; Nível Institucional; A nível de conhecimento na área de especialização.



# **1. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DO ESTÁGIO**



## 1.1) Caracterização da Instituição

A Instituição que nos acolheu para a execução deste projeto foi uma Casa do Povo. Uma instituição com história situada numa vila do concelho de Guimarães, distrito de Braga.

Início a caracterização territorial com informações online recolhidas no site da Junta de Freguesia de vila. Podemos afirmar que o distrito de Braga constitui-se como um dos centros de produção industrial têxtil mais importantes do país, sendo responsável por uma percentagem significativa das exportações nacionais. Os concelhos de Braga, Vila Nova de Famalicão e Guimarães são os que apresentam uma maior implantação industrial, com destaque para a indústria têxtil, metalúrgica, de cutelaria, curtumes, material elétrico, pneus, calçado, refrigerantes, alimentação, mobiliário e transformação de madeiras.

A vila de que nos acolheu fica situada na margem direita do Rio Ave, foi elevada a vila a 1999 e situa-se a meio caminho, entre Guimarães e Vila Nova de Famalicão. Ocupa um extenso vale bastante produtivo, mas a base da sua economia é a indústria têxtil.

Em termos demográficos e mediante os censos de 2001, conta com uma população residente de 4487 habitantes, 2235 homens e 2252 mulheres, no entanto averiguando os censos de 2011, dados que ainda são provisórios, perdeu alguma população. A população ativa encontra-se em grande escala, no entanto denota-se um grande crescimento da população com mais de 65 anos, perto de 600 idosos, dos quais 50 têm mais de 85 anos. Parte desta última população frequenta o Centro de Dia do Centro Social e Paroquial, no entanto, grande parte encontra-se isolada nas suas casas. Estas casas que, na sua maioria, têm mais de 25 anos e não atendem a todas as necessidades físicas dos idosos, pelo que estes se encontram muitas vezes isolados do resto da população. É importante referir que estes idosos trabalharam (na sua maioria) sempre na indústria têxtil e ou na agricultura e que são todos de religião católica.

Voltando agora a caracterização para a nossa instituição de acolhimento, pode-se afirmar que as Casas do Povo, que outrora funcionavam como uma extensão do Estado (recenseamento, pensões, etc.), hoje apresentam-se como associações para o desenvolvimento cultural, desportivo e recreativo das vilas. Por outro lado existem Casas do Povo que se tornaram em IPSS's. Neste caso concreto, esta Casa do Povo assumiu-se como uma associação sem fins lucrativos predisposta a intervenções de desenvolvimento da comunidade a todos os níveis. Infelizmente, por questões que não serão desenvolvidas neste relatório, a Casa do Povo

encontrava-se fechada até à bem pouco tempo. Felizmente, uma nova direção que assumiu o leme, devolveu à Vila a casa que continha memórias, trazendo uma nova dinâmica e novas atividades.

Ao questionar alguns dos habitantes da freguesia, estes relembram a estreia de grandes filmes no auditório da Casa do Povo. das peças de teatro e das animações no palco. Relembram ainda a "casinha dos dados de sangue", onde ainda se encontram prémios e vestígios dessa temporada, o Rancho Folclórico que tanto dinamizou a Vila e deu a conhecer a nossa Casa do Povo. As memórias ainda se deleitam pelos torneios de futebol 5 no nosso campo, pela escolinha de música e pela grande biblioteca. Mergulhando ainda mais ao passado, veremos que ainda existem vestígios da escola de labores, onde se ensinava às mulheres como ser a "Mulher Ideal" e ainda podemos encontrar a casa onde se servia a sopa aos pobres.

Hoje, do pouco dinheiro que têm e das obras que tiveram de fazer para manter o espaço aberto ao público e com as condições mínimas, a Casa do Povo foca-se, na minha perspetiva, num único objetivo: devolver uma casa portadora de recordações, de momentos e de história das pessoas que se atravessaram nela e, criar novas histórias com novos protagonistas. Quero com isto dizer que a Casa do Povo aposta no aproximar da Cultura e a Educação para um povo que é naturalmente reconhecido como artista. Posto isto, promovem-se diferentes atividades que decorrem de segunda a domingo.

Antes do nosso estágio se iniciar a Casa do Povo proporcionava as seguintes atividades: sessões de esclarecimento, cursos profissionais em teatro, práticas desportivas como o Judo, Dança Criativa e Expressão Corporal, Danças de Salão, Fitness, Zumba, Pilates e possui também um grupo informal de Teatro ("Oh Poça"), que surgiu após o Curso de Teatro.

Quando iniciamos o estágio desenvolvemos várias atividades e fomos responsáveis por elas: o Espaço Jovem, que é um local com acesso à internet, com livros, revistas, etc. O principal objetivo da construção deste espaço foi a criação de um local físico para a potencialização das ideias dos jovens, um espaço para os jovens e para as suas intervenções. O Espaço Jovem ainda abarca uma Escola de Música, onde foi feito um protocolo com uma entidade (MusiMinho), para oferecer à vila um leque de aprendizagens a este nível. Criou-se ainda a feira das Velharias, uma feira de usados que decorre todos os primeiros sábados do mês. Ofereceu-se à população um gabinete aberto de segunda à sexta-feira disponível para

atender as pessoas, inscreve-las em aulas, tornarem-se sócios, atualização de quotas e construção de novos projetos. Nesse gabinete foi onde ficou implementado o projeto V.E.R +. Cresceu ainda o projeto "Encontro de Mulheres" realizado à terça-feira. Para além de festas características que se organizam, tais como: apresentação de todos os grupo culturais na época de Natal; a comemoração do Carnaval; e espetáculos de final de ano das turmas.

Neste sentido e devolvendo a história à Casa do Povo como o local de solidariedade, faz todo o sentido construir a Rede de Voluntariado neste local. Faz ainda mais sentido abrir as portas às pessoas para ouvir os seus problemas e as suas necessidades. Faz sentido, para finalizar, dar ferramentas às pessoas para que possam construir um futuro com qualidade e com vida. Posto isto, uma vertente social na Associação, com uma população carecida de um desenvolvimento comunitário e de um trabalho de proximidade com os mais velhos, pretende-se aliar as potencialidades das pessoas e o seu espírito de entreatajuda para a implementação deste projeto.

## **1.2. Caracterização do Público-Alvo**

Os destinatários desta intervenção passam por três diferentes grupos que trabalharam num único propósito: a satisfação e a realização pessoal. Serão apresentadas três caracterizações, nomeadamente: idosos; voluntários; e as senhoras do " Encontro de Mulheres".

### **1.2.1) Caracterização dos Idosos**

Quanto aos idosos que intervieram neste projeto foram por nós sinalizados 11. No entanto, só nos foi possível acompanhar 7 dos 11 idosos sinalizados. Foi construído um protocolo com o Centro Social e Paroquial de R. A parceria envolvia o trabalho de um voluntário sempre que fosse necessário (na casa de um idoso de apoio domiciliário, na instituição ou no acompanhamento de um idoso ao centro de saúde, por exemplo) Infelizmente, a nossa rede neste primeiro momento não foi usada.

Os idosos sinalizados, todos do sexo feminino, têm idades compreendidas entre os 75 e os 95 anos e são todas habitantes da freguesia. Nem todas são naturais da Vila, mas já

habitam cá a algum tempo. Quanto aos familiares próximos destas idosas, ou se encontram longe geograficamente; ou passam grande parte do dia fora de casa no trabalho; ou não têm familiares diretos.

**Quadro nº 1 - Caracterização dos Idosos**

<b>Caracterização das Idosas - (todas do sexo feminino)</b>			
<b>Identificação</b>	<b>Idade</b>	<b>Escolaridade</b>	<b>Média Tempo sem companhia - h</b>
1. Dona J.	83 anos	3ª classe	20 h
2. Dona G.	87 anos	0	24 h
3. Dona M.	79	3ª classe	0 h
4. Dona Mi.	86	3ª classe	10 h
5. Dona Is.	75	0	14 h
6. Dona L	90	0	12 h
7. Dona I	95	0	12 h

As idosas, na sua maioria, são independentes. Mas como não têm ninguém em permanência, salvo um caso, sentem-se inseguras para sair de casa. Temos dois casos de alzheimer, como doenças mais complicadas. De resto, as idosas padecem de diabetes, pressão arterial elevada, colesterol, pequenos problemas respiratórios e motores. Quanto à habitação, as suas casas não estão preparadas para suas as tarefas diárias. Em conjunto com os voluntários detetamos alguns problemas:

- a) casas com degraus - as idosas têm dificuldade de locomoção;
- b) casas de banho com banheira - tornam-se perigosos para a higiene dos idosos e num caso específico dificultava totalmente o banho da idosa. Neste último caso, o banho era dado na cozinha com a ajuda de uma bacia. Só era feito corretamente aquando da ida da idosa para a casa de uma filha ao fim de semana;
- c) as casas muito frias na altura do Inverno e, por isso, uso recorrente de aquecedores perigosos;

d) muitos tapetes que deslizavam e poderiam motivar quedas;

e) colocação de objetos de uso diário em móveis de difícil acesso.

O Caso da Idosa Dona M. esta está em permanente companhia da filha mais nova, no entanto, a filha tem alguns problemas cognitivos. Optamos no acompanhamento que fizemos com o voluntário, fazer alguma intervenção junto da própria filha.

### 1.2.2) Caracterização dos voluntários

Quanto aos voluntários, inicialmente contávamos com 10 pessoas interessadas em contribuir. Após algum tempo a Rede ficou com 7 voluntários e esporadicamente aparecia mais um. As idades compreendiam os 16 e os 60 anos. Com formações académicas variadas, desde o 9º ano, até a Licenciaturas. O grupo é composto por pessoas que nunca fizeram voluntariado oficial e por pessoas que têm experiência. No entanto, todos nutrem um certo carinho pelos idosos e tomaram a iniciativa de se inscreverem na Rede. O tempo que se disponibilizam é relativo visto que têm emprego, só um caso de uma voluntária estudante que só em determinados períodos ajudava, consoante a sua disponibilidade de horário letivo. Os dados dos voluntários encontram-se em tabela nos apêndices (Apêndice 1). Ao longo do estágio e no período em que o gabinete se encontrava aberto surgiram pessoas a demonstrar interesse e a fazerem perguntas, assim como houve muita interação através da página criada no *facebook*.

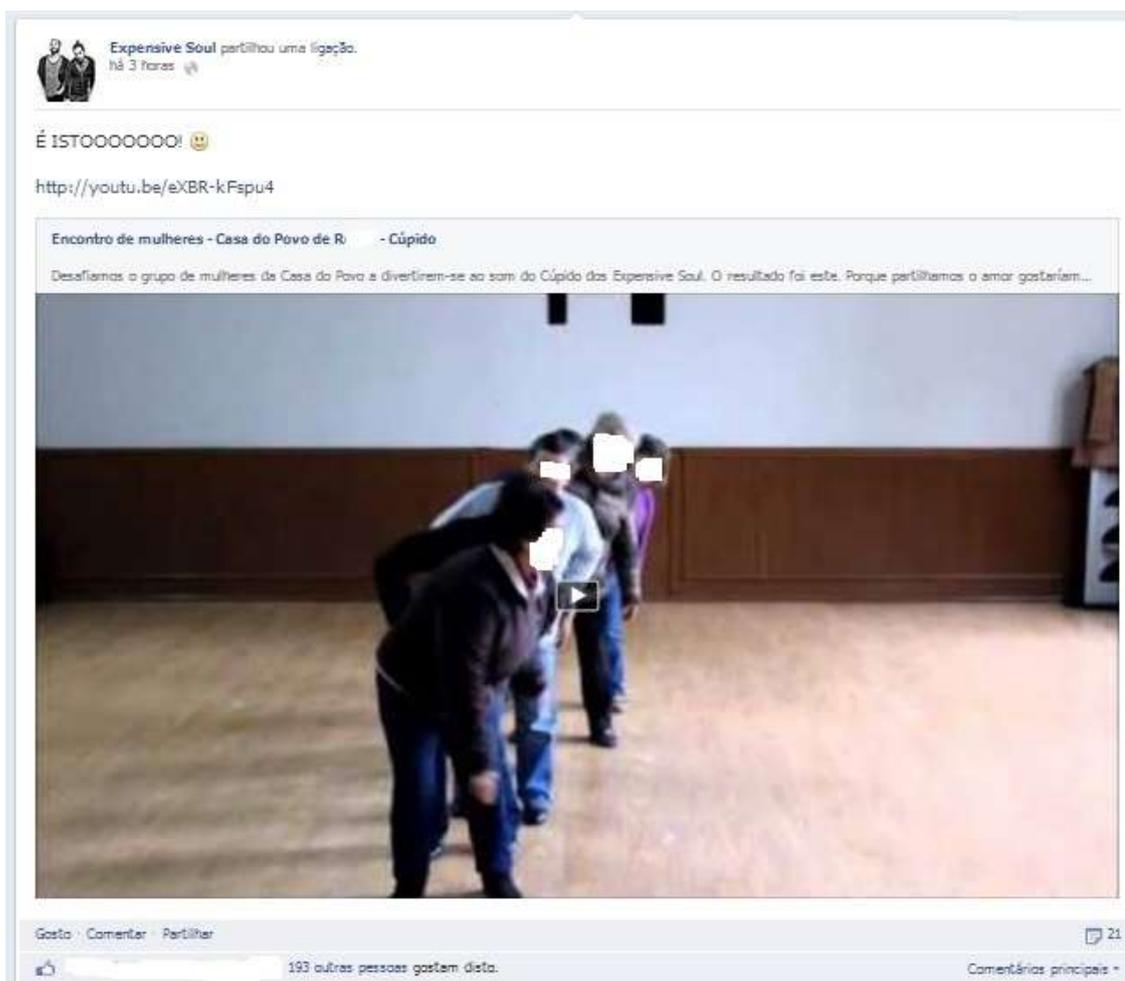
Img 1 - Página do Facebook



### 1.2.3) Caracterização do "Encontro de Mulheres"

As senhoras do "Encontro de Mulheres" eram um grupo coeso com 15 senhoras com mais de 55 anos de idade e com diferentes níveis de escolaridade, diferentes passados que se uniram em objetivos comuns. Um grupo que se aventura no canto, na dança, no exercício, nos trabalhos manuais, etc. Contam com alguns vídeos de sucesso no youtube e foram reconhecidas por uma Banda Portuguesa de Renome Internacional - os Expensive Soul. Esta banda divulgou um dos vídeos do Encontro de Mulheres onde dançavam uma das suas músicas. No apêndice 2 pode-se encontrar mais detalhes sobre este grupo. Segue uma imagem relativamente à comprovação da divulgação do vídeo pelos Expensive Soul nas redes sociais.

Img 2 - Divulgação do vídeo do Encontro de Mulheres pelos Expensive Soul



### 1.3 Apresentação da Problemática de Intervenção

Ser-se cidadão é estar atento ao que nos rodeia. Ser-se cidadão/pessoa é conseguir analisar um problema e, se não houver bases para a solução, apresentá-lo a quem de direito.

Sendo parte integrante da comunidade, consideramos um dever cuidar dela. Consideramos que é necessário fazermos mais pelo local onde moramos.

Sabemos que se torna difícil para os Equipamentos Sociais terem esta política de proximidade e de estarem no terreno 24 horas. Sabemos também que as autarquias têm a responsabilidade de acompanhar as suas populações, no entanto, também sabemos que existe uma escassez de recursos humanos e por vezes, uma escassez na formação técnica das equipas. Cabe a nós, habitantes da terra, cidadãos de uma comunidade, abrir os olhos e detetar as situações que consideramos nefastas para a evolução da comunidade.

O voluntariado já vem desde há muito tempo sendo uma força mundial. No entanto, por vezes os voluntários sentem vontade de ajudar fora do seu país. E por vezes esquecem que dentro do seu território existe gente a necessitar da nossa ajuda.

Guimarães lançou-se no desafio de se tornar capital do Voluntariado em 2014, infelizmente não conseguiu. No entanto, isso injetou nas pessoas a vontade de fazer mais e diferente. Surge, através desta iniciativa, novos espíritos disponíveis para novas vivências.

Pela experiência adquirida, pelas pesquisas, pelas notícias e pelo quotidiano, conseguimos apreender que os idosos são, provavelmente, a fatia mais importantes no bolo do nosso país. Serão cada vez mais importantes porque estamos a ficar com um país envelhecido, um país onde a taxa de natalidade está a baixar de ano para ano. Porém, o facto destes serem importantes não tem impedido serem um pouco marginalizados. "Este país não é pra velhos". Existem cada vez mais unidades de Centro de Dia e Lares a serem construídos. Todavia a área da Segurança Social tem sofrido cada vez mais cortes nos orçamentos de Estado deste país. Os atendimentos e os cuidados com os idosos nas instituições públicas passam a ser de rotinas. Não existe um acompanhamento direto e personalizado com o idoso. O princípio de um Lar seria proporcionar ao idoso a qualidade, o respeito pelos seus interesses, ou seja, o melhor tempo do que resta da sua vida. Mas infelizmente não se tem vindo a constatar estes princípios pela lista de espera de idosos e pela falta de profissionais contratados. O lar, que deveria ser visto, como o

melhor meio para se ter um resto de vida feliz, é visto agora como a última e desesperada solução.

Não será a nossa casa um espaço repleto de conforto, de memórias e de confiança? Porque não aliar a nossa casa e o nosso espaço a um tratamento de qualidade?

O motor deste projeto veio da palavra "MEDO". Os idosos têm medo de serem esquecidos e de serem abandonados. E consideram que enquanto estiveram em casa, tendo consciência de que podem estar desprovidos de segurança, nunca se sentirão num ambiente estranho e frio.

O projeto surge quando há um medo e uma resignação de se ser tratado num lar e abandonar tudo para que trabalhem numa vida. Surge porque as pessoas, que criaram uma imagem "errada" do Lar, não querem perder a sua autonomia.

O outro âmbito do projeto - "Encontro de Mulheres" - parte da vontade de colocar as pessoas, que se encontram sem perspectivas de futuro, a fazerem coisas. É importante sentirmos integrados em sociedade e colocarmos os nossos saberes em prol da mesma. É importante que sintamos que não fomos esquecidos e que somos úteis. É importante participar e sentirmos envolvidos numa comunidade.

O "Encontro de Mulheres" surge numa análise de que pouco ou nada há para as pessoas de uma determinada faixa etária fazerem. Se uma mulher a partir dos seus 50 anos, ficar desempregada, sem perspectivas de futuro e de novo emprego (porque já é velha para trabalhar e nova para a reforma) vai fazer o quê em Portugal? Vai ficar o resto da vida a ver os programas da tarde na televisão? Vai entrar numa aprendizagem regressiva e deixar de ser pessoa? Porque o importante na vida é sermos "pessoa" até ao final. Isto é, não sermos um número ou perdermos as nossas capacidades mentais e tornarmo-nos incapacitados.

Este é o foco do Encontro de Mulheres. Dar à mulher a capacidade de fazer e de criar. Dar à mulher oportunidade de Ser Mulher - aventureira, irreverente e guerreira.

## 1.4) Análise de Necessidades

O projeto Rede de Voluntariado: Ver +, e depois o "Encontro de Mulheres", desenvolveram-se a partir do nosso conhecimento da realidade. O facto de lidarmos com a realidade diariamente, de conhecermos as pessoas, ouvirmos os seus problemas, enriquece todo e qualquer projeto que queiramos desenvolver numa comunidade. Por pertencermos à vila de onde se criaram estes dois novos projetos, fez com que se explorassem novas dinâmicas e novas formas de intervenção. A ideia já vem de há longos anos sendo fermentada na nossa cabeça e hoje surge como uma oportunidade para a colocar em prática.

A população está a ficar envelhecida, no entanto, os nossos idosos ainda contam com autonomia e lucidez. Mas, infelizmente, a autonomia vem sendo perdida porque não há estímulo, não há tempo de qualidade e não há trabalho com esses idosos. São idosos que apesar de serem autossuficientes, não descobriram, na sua maioria, que a vida não é só trabalho. Necessitam de alguém que lhes proporcione momentos de saudáveis, de descontração e de "animação"/vida.

Através de entrevistas (apêndice 3) e de conversas informais, pôde-se constatar que a própria população ansiava por um projeto com esta dimensão. Nas entrevistas, apesar de se referir o Centro Social e Paroquial, nota-se que nem todas as necessidades da população são supridas, pelo facto do C.S.P ser de pequenas dimensões e pelo facto dos idosos não quererem usar este serviço.

Visitando as casas dos idosos constatou-se que estes precisam de tempo. Os idosos nesta comunidade precisam de gente com tempo para os ouvir, gente que se interesse e os façam sentir importantes. Precisam de conforto, precisam de ânimo e precisam das pessoas.

Por outro lado, o Encontro de Mulheres aparece pelo descontentamento de algumas mulheres da vila. Sentiam-se pouco motivadas e isoladas desde que ficaram desempregadas ou reformadas. Após ouvirmos as lamurias e observando casos quase depressivos pela falta de atividade, decidimos criar este grupo onde as Mulheres podem ser Mulheres. Não existem medos, preocupações, responsabilidades domésticas, correrias, horários, etc.

No Encontro de Mulheres as senhoras tinham sonhos, desejos e ambições que tinham anulado quando puseram no topo de prioridades a sua família. E nós, Casa do Povo, só fomos

um meio de lhes devolver o sorriso, a descontração, novas experiências, contactos com novas realidades e momentos felizes. A ideia da criação desta nova valência surge para oferecer exatamente isso. Uma nova vida que estava camuflada pela acumulação de tarefas, horários e responsabilidades. Oferecer gratuitamente uma tarde repleta de partilhas, sentimentos e novas realidades.

## **1.5) Expectativas e Motivações**

Criar uma Rede de Voluntariado e coloca-la em prática é como correr para um abismo e não saber a sua profundidade. Não há uma receita específica para se construir algo deste nível, não se sabe como é que a população vai reagir e, não se sabe se os idosos estarão disponíveis para receber "estranhos" em casa.

Porém o que nos moveu foi o repto de podermos fazer a diferença numa vila e na vida das pessoas. O facto de ansiarmos e de termos sede pelo voluntariado e pela ajuda ao próximo. Provavelmente, a razão não nos tenha cativado mas, a emoção se apoderara dos nossos trilhos e nos obrigou a seguir o caminho da ajuda aos mais desprotegidos, aos que gritam em silêncio e aos que guardam as histórias do passado. Mas talvez fosse o desafio de se criar algo novo e diferente que nos motivou e moveu. Quisemos construir algo que viesse realmente a ajudar a comunidade a evoluir. Para além do carácter inovador, de conhecermos a realidade em questão, o que nos motivou foi o facto de gostarmos muito de pessoas. As pessoas foram o motor deste trabalho. Foi o facto de sabermos que podemos fazer a diferença na vida dessas pessoas que nos lançou nesta árdua tarefa.

A vila tem tradições, no entanto, as pessoas encontram-se desmotivadas porque observam a realidade atual e refugiam-se no passado. Estes motivos poderiam ser um fator de bloqueio para as novas iniciativas a que nos temos proposto. Porém, consideramos que estas razões só fortalecem a vontade de querer fazer mais por esta terra e por esta gente.

A motivação cresce quando sabemos que temos a capacidade e os meios para oferecer às pessoas as ferramentas para construírem coisas. Sentimos a necessidade de as colocar no terreno a trabalhar em vez de ficarem sentadas como agentes passivos de crítica.

Revolução... mudar mentalidades, criar novos hábitos, sair de rotinas, inventar e recriar.

As expectativas para este trabalho seriam superadas na medida em que ao plantarmos as raízes para a construção de uma rede sólida de ajuda ao próximo, tivéssemos frutos, e foi o que aconteceu. Porque os valores devem ser preservados e mantidos numa educação.

## **1.6) Finalidade e Objetivos**

Construir projetos tendo por base uma finalidade bem definida e perceber quais objetivos que pretendemos atingir são os motores base de uma intervenção. Este projeto, inicialmente contávamos com objetivos voltados única e exclusivamente para a V.E.R. +, mas viu-se na obrigação de alargar os seus objetivos específicos para o novo projeto do "Encontro de Mulheres".

A finalidade deste projeto foca-se no envolvimento das pessoas, nas problemáticas da terra, possibilitando o "empowerment" e estimulando a vontade de resolverem por si determinadas situações.

Assim o projeto decorre em duas áreas, que a determinada altura se cruzam.

Numa primeira fase a finalidade era ajudar os idosos que se encontram sozinhos no (des)conforto da sua casa. Aqui, o projeto é movido pela força de acreditar que: um serviço de acompanhamento especializado, dotado de capacidades de estimulação dos níveis cognitivos, emocionais e físicos trará uma evolução e um envelhecimento com qualidade aos participantes. Com o desenvolvimento desta iniciativa que irá motivar a população para o envolvimento, participação e responsabilização social do meio circundante. Ganha-se ainda a possibilidade de ter um grupo coeso de voluntários e uma rede disposta a trabalhar em prol da comunidade e dos desafios que possam surgir. Sendo estes voluntários dotados de autonomia e agentes ativos nas decisões para o enriquecimento pessoal e comunitário.

Na segunda fase, a intervenção centra-se num grupo de mulheres, que tiveram a iniciativa de participar no projeto movido por interesses específicos e promovido pela Casa do Povo. Apesar de se saber que era uma necessidade social, o público foi-se construindo pela divulgação do projeto, pois não havia ninguém especificamente sinalizado. Assim o projeto é movido pelo interesse em devolver a vida a um grupo de mulheres, proporcionando-lhes novas experiências e novo espaço de partilha e de convívio.

### **Objetivos Gerais**

- Sensibilizar a população para o envolvimento em práticas de participação social;
- Valorizar a comunidade marginalizada social e culturalmente;
- Envolver a comunidade em projetos culturais e educativos.

### **Objetivos Específicos**

- Estimular, na comunidade em geral, uma consciência social para a prática do voluntariado;
- Facultar ferramentas de animação sociocultural aos intervenientes no projeto (voluntários);
- Animar, cultural e socialmente, pessoas idosas isoladas na vila, proporcionando experiências novas;
- Possibilitar aos idosos o encontro e o diálogo com outras gerações;
- Permitir a um grupo de mulheres o contacto com outras realidades;
- Facultar um espaço físico para as mulheres se encontrarem.

## **2. Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio**



## 2.1 O voluntariado

Voluntariado, observando o seu significado podemos constatar que assume diferentes significados mediante os contextos sociais e culturais onde se encontra inserido. Todavia existem algumas características semelhantes nas legislações que assumem papel importante na caracterização de um voluntário.

Olhando o significado que se encontra no dicionário online português, pode-se afirmar que um voluntário/trabalho voluntário é todo aquele "que é feito sem constrangimento ou coação; espontâneo. Que só age de acordo com a sua própria vontade; caprichoso, voluntarioso" ([www.dicio.com.br](http://www.dicio.com.br)). Posto isto, todos os atos voluntários são aqueles que se opõem à obrigação, à imposição e ao imperativo. Um voluntário só aceita uma "missão" por vontade própria; um voluntário não se vê forçado a partir para ajuda. Um voluntário só o poder "ser" se sentir verdadeiramente o sentido de ajuda desmedida. Segundo Ander-Egg

Denomina-se voluntariado o sistema de organizar o trabalho voluntário, isto é, aquele que se faz sem remuneração alguma.

Pessoas que, livremente, além, do cumprimento dos seus deveres civis e obrigações como cidadãos, se consagram a realizar uma série de atividades para atender os problemas que afligem a indivíduos, grupos, sectores sociais (Ander-Egg, 1999: 65).

No entanto, o voluntário tem de seguir uma série de regras para que o seu trabalho não seja feito só nos dias em que sente que pode fazer a diferença. Queremos com isto dizer que, quando um voluntário formal (através de um banco de voluntariado ou de uma instituição) se inscreve, tem de seguir uma série de regras institucionais, isto é, horários, tarefas, etc., "impostas" no local onde se irá realizar o voluntariado. Porém, caso faça voluntariado na casa de um idoso, por exemplo, apesar de ter mais liberdade nas tarefas, não pode descuidar o dia e o horário da visita ao idoso.

Remontando ao historial do voluntariado este inicia-se desde há longos anos, Landim & Scalon (2000), afirmam que estas ações decorriam já na Idade Média, ainda de forma não oficial, através da igreja. No entanto, outros autores Goldberg (2001) acreditam que o grande impulso do voluntariado surge na colonização de Portugal para o Brasil. No envio de missionários para espalharem a fé cristã e, ao mesmo tempo, escolarizar e dotar as pessoas com ferramentas para melhorarem as suas condições de vida. No século XVI, com a criação das Santas Casas, as organizações religiosas aplicavam este tipo de trabalho não remunerado a

senhoras que seguiam castamente os valores morais e religiosos da igreja católica. Sendo assim apeladas de Damas Católicas pelo tempo dedicado aos doentes. Por isso, podemos assumir que numa fase inicial a igreja assume um grande papel no voluntariado. A igreja defendia que se deveriam suprir as carências e as desigualdades dos mais desfavorecidos. No passado, a igreja encontrava-se na linha da frente e observava as grandes desigualdades que existiam nas comunidades. Assim sendo, tomaram a iniciativa de criarem grupos de intervenção no seio da comunidade, onde acolhiam os mais pobres e ajudavam famílias destruídas. Estes projetos na rua acabaram-se por se tornar instituições de proteção social.

Épocas mais tarde surge a Assembleia Geral das Nações Unidas, em 1945, que se empenha nesta temática e na preocupação de criar um mundo mais fraterno. Já no Estado Novo, em Portugal na década de 30, surgem políticas públicas voltadas para o trabalho voluntário. Mas é desde os anos 90 que o voluntariado se tem vindo a expandir de forma consciente e envolvendo as pessoas para a problemática em questão.

Em 2001 surge pela primeira vez o ano Internacional do Voluntariado. O objetivo deste projeto foi sensibilizar a população para se envolver e cooperar no combate das desigualdades sociais e envolverem os governos neste problema.

O voluntário é movido pela força de acreditar e de não desistir. Acreditar que conseguirá transformar, aos poucos e com dificuldade, o "mundo" e, não desiste por saber que apesar das dificuldades, poderá fazer a diferença.

## **2.2 O isolamento social dos idosos**

A partir de uma determinada idade a nossa predisposição para fazer coisas começa a ser menor. Os idosos que se viram privados de realizar várias tarefas ao longo da vida, que já lidaram com várias perdas, tendem a isolar-se de forma inconsciente no seu lar.

O velho, então, “impotente” e “incapaz” de superar criticamente o modelo vigente que prioriza o jovem, belo, forte e poderoso, a ele se submete tentando apagar as diferenças, passar para o interior do círculo de poder, fazendo tudo por se incluir, muitas vezes de forma maníaca e caricata, ou caindo no isolamento, na renúncia ao desejo (Goldfarb, 1998: 14).

Dependendo da personalidade do idoso e não sendo regra comum, estes começam a ser alvo de um esquecimento a nível de atividades na comunidade. Sentem que o seu tempo já

passou e é "tempo" de dar espaço à juventude. A nível familiar sentem que as visitas diminuem, sentem que são um fardo para a família e sentem que nesta vida pouca coisa faz sentido. Por outro lado, existem idosos que sentem que fizeram tanto pela família que exigem aos filhos e a outros parentes tempo, dedicação e companhia.

A personalidade do idoso fica muito forte à medida que os anos vão passando e, por vezes é difícil conseguir mudar hábitos, rotinas e formas de pensar. Difícil mas não impossível.

Segundo Goldfarb (1998), o isolamento poderá advir da consciência que se tem de ser velho, isto é, ser-se idoso é a linha tênue para o fim da vida. As pessoas e o próprio idoso poderão ter a noção de o que fim está próximo e ninguém tem prazer de lidar com o término das coisas/vida. O idoso fica despojado da beleza, da produção dos seus bens e inicia um trajeto de afastamento da realidade.

A atualidade só nos revela que há uma tendência para isolarmos os idosos por causa da queda dos valores coletivos, por sermos bombardeados a produzir e a consumir. Estamos a ficar com sociedades pobres a nível dos afetos e dos valores. Uma sociedade sem laços afetivos e sociais caminha para uma sociedade vazia.

### **2.3 A qualidade de vida do idoso na permanência da sua residência**

Corpo e tempo se entrecruzam no devir do envelhecimento, e das formas desse entrecruzamento nascerão as múltiplas velhices. Mas não podemos deixar de considerar que esta articulação ocorre em um determinado contexto social e político que a influencia e determina nosso particular modo de abordagem (Goldfarb, 1998: 2).

A velhice para todos nós inicia-se no momento em que nascemos. No entanto, nem todos envelhecemos da mesma forma. Felizmente muitos idosos foram envelhecendo sem acarretar muitas patologias, o que lhes proporciona um envelhecimento com qualidade a nível da saúde. Noutros casos, os idosos são um poço de enfermidades e claramente as doenças impedem-nos de viver com qualidade.

A qualidade de vida, segundo a Organização Mundial de Saúde é a

perceção dos indivíduos sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais vivem e em relação aos seus objetivos, expectativas, preocupações e padrões de bem-estar (OMS, 2002: 13).

A qualidade de vida num idoso passa pelo obter o máximo de conforto possível. Estabilizar as doenças, fortalecer as relações familiares, trabalhar o seu corpo para que não acame, proporcionar experiências, etc. Dar ao idoso tempo, espaço, ritmo e aconchego. Retirar a carga de responsabilidade e oferecer momentos de pacificidade e alegria, é um imperativo

No decorrer do projeto o primeiro pensamento que tínhamos sobre a qualidade de vida do idoso veio a confirmar-se. Viemos a constatar que a residência do idoso e a sua permanência em casa, acarretam mais saúde emocional e mais conforto.

Embora consideremos o Lar ou o Centro de Dia valências de grande benefício para este tipo de grupos, o facto de não existirem recursos humanos suficientes e mais tratamentos personalizados, torna estas valências insuficientes. Apesar de independente nunca poderão fazer o que desejam por estarem submetidos a regras institucionais. Pela experiência que adquirimos pensamos que as instituições voltadas para idosos não conseguem oferecer as rotinas, atividades e a dedicação que um voluntário ou um cuidador poderá fazer. Assumimos também que o facto do idoso se manter em casa o priva das relações com outros idosos, como os que se encontram institucionalizados. Existem duas faces nesta questão. Se o idoso ficar em casa, terá tratamento personalizado e os seus interesses serão valorizados, no entanto, se o idoso ficar institucionalizado poderá ter contacto com outros idosos com histórias de vida. Mas o "conforto, as recordações e a sua casa" fortalecem e dão confiança para o idoso continuar.

Uma outra questão que, importa abordar, é quando são os familiares que impõem a ida do idoso para o Lar. No interior do idoso há um misto de sentimentos: revolta, insegurança, medo, ansiedade e abandono. Importa aqui referir, que aumentam os casos de abandono familiar nos idosos institucionalizados nas épocas festivas (Natal) nos hospitais e nas Instituições. Podemos confirmar que a partir do momento em que o idosos são institucionalizados as visitas dos familiares começam a ser menos frequentes.

Esta constatação é fruto da nossa experiência e também se encontra nas abordagens teóricas que consultamos.

## 2.4 Adultos (mulheres) com mais de 55 anos.

As mulheres, em sua maioria, expressam e vivem a velhice de modo ambíguo, ou seja, apesar de entenderem a velhice como algo negativo e presente em suas vidas, essa fase do ciclo vital representa, para muitas, uma oportunidade de desfrutar os anos de vida que lhes restam de forma mais livre (Fernandes & Garcia 2010: 77)

Chegada a determinada fase da vida, a maioria das pessoas considera que o seu rumo está destinado. A partir dos 55 anos, senhoras que viveram dedicadas à família e num meio rural consideram que a sua vida não terá diferenças significativas. Nas pequenas comunidades depois de terem os filhos independentes e de serem reformadas, parece que nada mais faz sentido. Que ansias têm estas mulheres? Que desejos e que sonhos ficaram por realizar? Qual é o futuro destas senhoras?

Estudos como da Universidade de Monash, na Austrália, e da Universidade de Lancaster, no Reino Unido ([www.publico.pt](http://www.publico.pt)), comprovam que as mulheres vivem mais e que se os homens ficarem viúvos mais tardiamente, estes conseguem refazer a vida arranjando nova companhia. No entanto, as mulheres preferem ficar sozinhas, sendo que existem mais viúvas que viúvos. Infelizmente, se não houver um acompanhamento familiar destas senhoras, elas acabarão por ficar um pouco isoladas socialmente. Qual o futuro de uma mulher frágil e reprimida socialmente?

Pensamos os percursos de vida como faixas etárias, e esquecemo-nos que a vida está marcada, não só pela idade, mas pelos acontecimentos. A sociedade deveria encarar os percursos de vida tendo em conta necessidades e problemáticas. Não existem medidas de apoio a demasiados grupos em Portugal. Referimo-nos a apoio social, emocional e interventivo, não apoio monetário.

Analisando a experiência que tivemos com o Encontro de Mulheres, estamos convictas que elas gostariam de poder aproveitar o resto de vida com novas experiências, com menos preconceitos, com atividades a elas dedicadas, com risos, sem desculpas e sem compromissos. Chegando a adultos, quando já nem o trabalho é desculpa para sobreviver, quando a família já não ocupa o seu tempo, as mulheres anseiam por alguém que lhes mostre alternativas para viver. Começam a ter outras exigências, uma tarde a ver televisão, já não é suficiente. Querem novos ritmos, novas rotinas e novas aprendizagens. Giddens (2002), refere que para o Homem ter conforto e bem-estar é necessário autonomia e autoestima.

## 2.5 A educação de Adultos e a Intervenção Comunitária

Começaremos este ponto dividindo-o em dois. Primeiro faremos a referencia à educação de Adultos e depois à Intervenção Comunitária. Dentro do primeiro ponto é importante ainda distinguir o conceito de Educação e o conceito de Adultos. E no segundo também faremos as distinções dos conceitos de Intervenção e de Comunitária.

O conceito de Educação exprime todo o desenvolvimento do Ser-humano - o desenvolvimento cognitivo, afetivo e moral, isto é, o crescimento integral do corpo e do espírito do individuo como pessoa. Por vezes consideramos a educação apenas na vertente da aquisição de conhecimentos, ou seja, para considerar uma pessoa educada pensamos que seria necessário considerar que todas as aptidões do ser humano se encontram desenvolvidas. Mas a educação é mais do que isso. A educação passa pelos conhecimentos (conhecer), pelo saber estar e pelo saber ser (Faure, 1981). Não podemos cair nas imposições sociais e económicas que consideram que só o conhecimento científico gera educação.

Quanto ao conceito de Adulto, diferentes autores têm noções diferentes deste conceito. A "adultez" biológica, pode-se entender com a maturidade física a todos os níveis. Porém, é uma ideia errada considerar que a partir dos 18 anos já estamos formados a nível físico.

Dependendo de autor para autor, de sociedade para sociedade, este conceito varia consoante os seguintes fatores:

- Critério psicológico;
- Inteligência;
- Vontade;
- Legalidade;
- Enfoque social;
- Perspetiva económica;
- Política;
- Religiosa.

Para determinarmos a fase adulta deveremos ter em conta quatro pontos: 1- A autossuperação ética (o adulto é o que é, capaz de se suportar/superar em favor do bem); 2- O

adulto é o que está integrado comunitariamente/socialmente; 3- A capacidade de decisão de se assumir a decisão - responsabilidade; 4- A Capacidade ser autónomo.

A organização mundial de saúde considera adulto a partir dos 20 anos. Se por um lado um adulto é aquele que atinge os 18 anos (sociedade portuguesa), por outro lado, existem autores que afirmam que a "Adulter" só se atinge quando houver uma maturidade cognitiva e um sentido de responsabilidade, aliado à independência social e financeira.

Voltando agora para o conceito de Educação de adultos, poderemos dizer que a Educação de Adultos de uma forma informal sempre existiu, no entanto, tal como a conhecemos hoje surge no fim da 2ª Guerra Mundial. Parte do Mundo estava destruído, abalado, desmoralizado, e havia a necessidade da colaboração de todos para reconstruir a Europa. O avanço científico e tecnológico possibilitou a reconstrução mas era necessário formar os adultos. É nesta altura que surge a UNESCO e as celebres CONFINTEIAS que vão dar um impulso e um enquadramento legal para o desenvolvimento da Educação de Adultos. No entanto relembram que o sentido da Educação de Adultos discutida nas anteriores CONFINTEIAS, " resume o sentido de educação de adultos bem como a sua integração no contexto de educação permanente e da evolução da educação" (Ribeiro Dias, 1978: 52).

Mas de onde vem esta necessidade de educar os adultos? Se por um lado se pretende tornar os adultos mais capazes, mais autónomos, mais realizados, por outro lado, pretende-se que adquiram algumas ferramentas que os capacitem nesse sentido.

É na reunião em Nairobi, Quênia em 1976, que surge a primeira definição de Educação de Adultos:

designa a totalidade dos processos organizados de educação, qualquer que seja o conteúdo, o nível ou método, quer sejam formais ou não formais. quer prolonguem ou substituam a educação inicial ministrada nas escolas e universidades, e sob a forma de aprendizagem profissional, graças aos quais as pessoas consideradas como adultos pela sociedade a que pertencem desenvolvam as suas aptidões, enriquecem os seus conhecimentos, melhorem as suas qualificações técnicas ou profissionais ou lhes dão uma nova orientação, e fazem evoluir as suas atitudes ou comportamento na dupla perspectiva de um desenvolvimento integral do homem e de uma participação social, económico e cultural. equilibrado e independente (Recomendation, Nairobi <sup>1</sup> cit. por Ribeiro Dias, 1978: 10).

Uma vez consolidada esta primeira definição de educação de adultos surge, em 1997 em Hamburgo, a segunda definição:

O conjunto de processos de aprendizagem, formal ou não, graças ao qual as pessoas consideradas adultos pela sociedade a que pertencem desenvolvem as suas capacidades, enriquecem os seus conhecimentos, e melhoram, as suas próprias necessidades e as da sociedade. A educação de adultos compreende a educação formal e a educação permanente, a educação não formal e toda a gama de oportunidades de educação informal e ocasional existentes numa sociedade educativa multicultural, em que são reconhecidas as abordagens teóricas e baseadas prática.(UNESCO, 1998 citado por Barbosa, 2004:104)

Fazendo uma comparação entre a primeira e a segunda definições constatamos algumas diferenças. A Educação de Adultos já não se limita à educação nas escolas ou universidades, mas a um conjunto de processos de aprendizagem; Na Educação de Adultos também já fazem parte os conceitos de educação não formal, educação permanente e educação informal; Surge a sensibilidade para a aprendizagem multicultural; reconhece-se o valor do conhecimento ser baseado nas práticas dos adultos.

Define-se que a educação de adultos é toda aquela formal ou não formal e informal, que prolonga os seus conhecimentos ou que os substituam, mas que concedam aos mesmos, a oportunidade de melhorar e evoluir as suas atitudes e comportamentos visto que são cidadãos de uma sociedade. A educação deve desenvolver de forma integral o Homem e fazê-lo participar ativamente no desenvolvimento comunitário, económico e cultural. O Homem deve ser dotado de ferramentas para que ele próprio seja o agente da sua educação, seja voz ativa no processo e para isso tem de ser trabalhada a constante reflexão e a coerência das suas ações.

Segundo Barbosa (2004) a educação é um processo que não é finito e que vai sendo construindo ao longo do tempo. Por isso, falar em Educação de Adultos não seria de todo uma utopia. A Educação de Adultos pode ser feita na vertente da "Educação não Formal" e na "Educação Informal". A Educação Formal, apesar de ser dedicada a Currículos específicos, de metas e objetivos a cumprir em determinado período de tempo, não se aplica neste contexto. O nosso projeto foca-se essencialmente na Educação Informal. Porque ao trabalharmos com adultos inseridos numa determinada sociedade pretendemos, especificamente, desenvolver aquilo que eles já sabem e evidenciar os conhecimentos que já possuem. Cada adulto tem o seu tempo específico de aprendizagem, para além de possuírem também experiências diferenciadas. Na Educação Informal as aprendizagens realizam-se no quotidiano, diariamente nos contextos em que os adultos estão inseridos.

Uma educação independente do sistema escolar, cujo o objetivo é compensar as lacunas da formação escolar que os adultos tiveram em crianças/jovens, por outro lado, visa também a resposta às expectativas culturais e funcionais dos adultos. Surge a oportunidade de os adultos entrarem em contacto com a cultura e com isso, a autorrealização do adulto. Por outro lado, surgem novas problemáticas em cima da mesa. Um adulto é um ser diferente de uma criança e é composto por experiências, por isso, os educadores dos adultos não devem ser os mesmos que os das crianças. Estes devem ser facilitadores de aprendizagem, aprendendo até com os educandos ( todos aprendem com todos). Devem ter em conta ainda, que a educação de adultos não deve seguir a programas rígidos, pois os adultos têm de aprender mediante o seu tempo.

Posto isto, não podemos delimitar uma fase para se usufruir da educação e esta deve-se prolongar para toda a vida. Uma educação que foque diferentes domínios, que aumente o leque de interesses dos Adultos, que trabalhe a autonomia, o seu desenvolvimento e a sua personalidade.

Para o adulto ter consciência de si e do seu valor, tem de passar pelo processo educativo, todavia esse processo não pode recorrer a programas preestabelecidos, pois o adulto é um ser com experiência e com memória. Devem-se usar os problemas e situações reais que os adultos transportam consigo. Para além de ser uma forma de motivar os adultos para esta nova aprendizagem, é também uma valorização dos seus conhecimentos. Como refere Canário (1999) as próprias práticas serão complexas pois a marca desta educação é a heterogeneidade, de saberes e de experiência de vida. Como os adultos, ainda não foram preparados para a autonomia na aprendizagem, precisam de profissionais que os encaminhem e os aconselhem, no entanto, estes profissionais não se podem revelar como seres superiores e detentores do único saber, para não desmotivar e perder o interesse espontâneo dos adultos. Para reforçar a ideia, apesar de inicialmente a educação de adultos ter sido uma escolarização e instrução - um complemento à formação inicial - esta é diferente da educação ao longo da vida.

O ser humano começa a ser entendido como o conjunto de crenças, desejos, emoções e esperanças que se vão combinando continuamente em função das inter-ações que ele vai estabelecendo com as comunidades específicas que faz parte (família, vizinhança, trabalho, etc.) e com a comunidade mais alargada a que pertence – humanidade. (Antunes, 2001: 44)

Ander - Egg refere ainda que a Educação Permanente

Considerada pela UNESCO como a «Pedra angular da política educativa nos próximos anos» é uma proposta educativa que afirma a necessidade de que os serviços educacionais (sistemáticos ou para sistemáticos) tenham um carácter contínuo ou permanente, ao alcance do indivíduo em qualquer momento da sua vida. (...) Trata-se de uma nova perspectiva que redefine toda a educação e reconsidera, a partir desta perspectiva, todo o sistema educativo, a fim de que toda a pessoa, em qualquer etapa da sua vida possa seguir formando-se (Ander - Egg, 1999: 32).

Falar em Educação de Adultos é falar em Paulo Freire. Confrontado com a problemática da Educação de Adultos desenvolveu uma pedagogia influenciada pelas características e pelo tempo em que foi criado. Na pedagogia do Oprimido (1975) este refere que o Homem é um ser que nasce inacabado e que tem de ir sendo concluído e realizado. Essa conclusão ou aperfeiçoamento do Homem dá-se a através da educação. Essa educação pode ter 2 sentidos:

- Mais do que ele é;

ou

- Menos do que ele é quando nasce (prejudicar);

O Ser **mais** é uma educação humanizadora, o **menos** é desumanizadora - uma educação bancária onde os adultos são oprimidos de maneira subtil (os adultos são depósitos de informação). Na educação desumanizadora a relação entre educador e educando é distante, onde o educador é o único que sabe e é o único que tem competência inquestionável. Na educação problematizadora (ser mais) os educandos são pessoas com capacidade de decisão e de realização, promove a capacidade de pensar e criticar o mundo - é uma educação libertadora.

Finalizando a abordagem à expressão Educação de Adultos daremos início à exploração dos termos Intervenção Comunitária.

Intervenção, segundo o dicionário online de língua portuguesa, é o "ato de exercer influência em determinada situação na tentativa de alterar o seu resultado"; e o conceito de comunidade é descrito como um "estado do que é comum; paridade; comunhão, identidade: comunidade de sentimentos" ([www.dicio.com.br](http://www.dicio.com.br)).

Após termos um Homem educado é necessário que a sua comunidade (local onde se encontram pessoas ligadas por interesses e valores comuns) trabalhe nesta simbiose de ideologias. O Homem numa comunidade é o aplicar destas novas competências adquiridas. Agora, o Homem sabe como potenciar a sua comunidade, irá saber valorizá-la e resolver os problemas em harmonia.

A noção de comunidade pode ter 2 sentidos: ser a destinatária de programas; ou ser a comunidade como protagonista do processo que se vai levar avante. Segundo Marco Marchioni (2001), cabe a cada comunidade, implicada no processo, tomar consciência do que pode ser melhorado; cabe depois, ao educador detetar os problemas prioritários e importantes. É urgente consciencializar a comunidade que os problemas podem ser resolvidos com os recursos existentes e que se podem criar recursos sem ter que se recorrer a fundos monetários internos ou externos. Um bom educador/animador é aquele que através do inexistente consegue aumentar e gerar riqueza (cultural, social, etc.). Mas, mais uma vez, a comunidade tem de estar consciencializada que a sua implicação é direta.

Para essa consciencialização a Educação de Adultos, na sua realidade diversificada e heterogénea, a nível dos contextos, instituições e profissionais, faz com que se exija do educador a sua multiplicidade e aptidões para executar múltiplas funções. Para o educador envolver a comunidade tem de dotar a mesma com capacidades: autonomia, iniciativa, criatividade e inovação. Para além desta consciencialização das capacidades humanas, há a preocupação de valorizar e coordenar todos os recursos disponíveis na comunidade. Otimizar e procurar criar recursos como humanos, técnicos, financeiros e tecnológicos.

A animação torna-se num meio/instrumento e estratégia ou função imprescindível para desencadear e promover mecanismos e motivação, dinamização, participação e auto-organização na comunidade. A animação sociocultural e o desenvolvimento comunitário são dois tipos de intervenção social dificilmente diferenciáveis. Pois ambos intervêm na comunidade com o sentido de a desenvolver social e culturalmente. Ambas querem trabalhar a participação e esta “significa por parte da comunidade: tomada de consciência espontânea e/ou suscitada dos próprios problemas e interesses (...) espírito de iniciativa na resolução dos problemas e promoção da qualidade de vida” (Antunes, 2008: 84-85). É neste sentido que a participação vai gerando a implicação e a motivação para a alteração e transformação dos comportamentos

sociais. Se assim for, a comunidade torna-se independente para resolver os seus problemas, conseguindo atingir a sua autonomia.

O educador deve arriscar na sua postura de emancipador e de mediador comunitário, deve sempre valorizar o saber do outro, pois faz parte da sua cultura, da sua experiência de vida. Tem de se partir daquilo que eles já sabem, do que querem, para se iniciar a ação, pois é ele que vai ouvir e interpretar as necessidades, anseios e desejos das pessoas e tentar trabalhá-los em conjunto com a cultura e com os interesses da comunidade.

A sua maior tarefa é, sem dúvida, incitar, sensibilizar e motivar as populações à mobilização, à participação ativa em ações/programas/projetos que a população considere interessantes e proveitosos para uma melhoria da qualidade de vida (...) No entanto, participar pressupõe saber (para poder participar) (Antunes, 2008: 88).

Mais uma vez, o educador tem de dotar as pessoas de ferramentas para que possam compreender, participar e modificar/transformar a sua comunidade. É através destas passagens de conhecimentos que as pessoas se consciencializam que não é o educador que vai resolver os problemas, mas que elas conseguem encontrar a solução em conjunto para os alterar.

O desenvolvimento comunitário, segundo Garcia, J. Sánchez, M. (1997) está assente em três pilares básicos. O primeiro refere-se a uma intervenção integrada, coordenada e globalizada (onde a comunidade se insere num projeto mais amplo); uma intervenção sistematizada e planificada (dividida em cinco fases – o estudo e conhecimento da realidade; escutar e individualizar os problemas; intervenção inicial; intervenção regular; e fase intercomunitária de ensinamento fora da comunidade); uma intervenção baseada na participação da comunidade (implicar as pessoas, compreender a realidade etc). Para que a comunidade participe, tem de se dotar a mesma de capacidades (responsabilidade, autoestima, respeito e iniciativa). Após este incorporar de conhecimentos e competências, o educador agiliza os recursos, em comunhão com a comunidade e, deve dotá-las para a valorização dos diversos recursos disponíveis.

Assim, usa-se o recurso da Animação Sociocultural como instrumento/meio/ estratégia ou função imprescindível para desencadear/promover mecanismos de motivação, dinamização, participação e auto-organização na comunidade.

Mas para que a intervenção na comunidade possa ser efetuada da melhor forma, tem de ser realizada através de uma metodologia da investigação. Esta Metodologia tem por nome

Investigação Ação Participativa, que por sua vez é diferente do método Investigação Ação. É a metodologia mais utilizada na Intervenção comunitária por envolver o educador e a população diretamente.

## 2.6 A Animação Sociocultura e o Perfil do Educador / Animador

“É a praxis, a reflexão e a acção do homem sobre o mundo, para depois transformá-lo”  
(Freire cit. por Canto 2010: 8)

Não há melhor forma do que transformar o mundo que a Animação, essa palavra que significa animar e dar vida. A animação proporciona um dar sentido à vida, um dinamismo que leva o Homem a ter a atitude certa para poder transformar o mundo à sua volta. Com a animação pode-se proporcionar a vontade de agir, de lutar, de encontrar valores e polos em evidência. Neste sentido é dar ferramentas para que o indivíduo se torne confiante e capaz de enfrentar barreiras.

Segundo Trilla (1999) o conceito de animação sociocultural já vem sendo usado desde os anos 60 na Europa. O conceito pretende "designar um conjunto de ações dirigidas a gerar processos de participação da gente tendentes à dinamização do corpo social" (Trilla, 1999: 9). A animação sociocultural surge para combater o desapego pelas pessoas nos centros urbanos, criar espaços para os tempos livres e para facilitar a educação como forma de expressão, criatividade e iniciativa. No entanto, ao longo dos tempos, a área da animação começa a ficar mais exigente. Já não se podem só criar atividades para os tempos livres, têm de se criar projetos com outra dimensão.

Nos momentos de desânimo o Homem tende a procurar uma solução que o coloque capaz de enfrentar as crises (sociais, económicas, culturais). Aí entra um Animador, ou um Técnico de Educação capacitado com as tais ferramentas que darão bagagem a quem tanto necessita de se sentir fiel a si mesmo e de bem com a vida.

O Animador pode encontrar-se mais na área sociocultural e o Técnico Superior de Educação na área socioeducativa. Todavia ambos se complementam apesar de se vir observando que consideram que o animador sociocultural engloba três áreas: cultural, social e educativo. Ambos com a perspetiva de trabalhar com grupos, com pessoas, com comunidades.

É exercido um papel muito importante de intervenção que deve ser executado por pessoas capacitadas e conscientes, isto é, a animação sociocultural/animação socioeducativa deve ser representado por pessoas cujas características são: dinamismo, criatividade, responsabilidade, sentido crítico, trabalho em equipa, empatia, etc.

A nível de perspectivas de edificação da animação sociocultural poderemos falar do paradigma dialético, por ser um modelo mais flexível, interpretativo, cuja relação encontra-se no “dar e receber”, uma teoria voltada para a consciência, voltada para o olhar do outro. Deve existir uma abertura e flexibilidade quando se trabalham com pessoas. As pessoas são heterogéneas, sentem as coisas de forma diferente e interpretam à sua maneira. Apesar de o animador trabalhar com grupos este, deve ter em conta as diferenças que existem.

O animador não se deve restringir a um público específico mas deve conseguir chegar até todos e, por vezes conseguir criar dinâmicas entre gerações e entre diferentes públicos. Quanto às temáticas, este, também não deve ficar intimidado com medo de falhar por não ser uma área que domina. O animador deve investir na sua formação e na procura de informações ou de pessoas que o possam ajudar a realizar a ideia que tem em mente.

Quando surgem projetos, ideias que podem ser concebidas sem que o público-alvo estivesse definido (como ditam algumas regras) o animador não pode colocar pré-projecto na gaveta. Haverá sempre uma oportunidade de o colocar em prática.

É necessário atender às necessidades do público com que se está a executar um trabalho, todavia as potencialidades são muito importantes. Não se pode esquecer que as pessoas não têm só carências a colmatar, mas têm também características e pontos fortes que devem ser trabalhadas.

# **3. ENQUADRAMENTO METEDOLÓGICO DO ESTÁGIO**



### 3.1 Apresentação e Fundamentação da metodologia de Intervenção

#### a) Paradigma

O Paradigma, do grego *parádeigma* - "modelo ou padrão aceite" um conceito voltado para as ciências e para a epistemologia, representa um modelo a seguir. Como refere Tierno (1973:119, citado por Trilla, 1997: 51) "serve para definir comportamentos e atitudes de acordo com um critério fixo". O paradigma será o orientador da ação e do desenvolvimento do projeto.

Neste projeto utilizamos preferencialmente o paradigma crítico. O facto de se estar numa comunidade e provocar mudanças transversais a todos os grupos fez com que fosse este o paradigma eleito. Este paradigma é construído a partir da diversidade, da história, onde se pretende libertar, criticar, modificar e transformar comportamentos.

Através deste paradigma impulsionamos as pessoas a participar e a se envolverem, porque não as colocamos apenas como agentes recetores mas como agentes de conhecimento e de necessidade. Isto é, facultar as pessoas o reconhecimento dos problemas e a força para os debater e resolver em comunidade. É uma teoria voltada e dirigida para a consciência, pois só assim haverá um comprometimento e uma revolução/transformação.

Este modelo passa pelo dialogar das problemáticas em comunidade e colocar as pessoas a intervir. Dotar as pessoas de capacidades de resolução dos problemas, em que o técnico, neste caso, se torna num co-gestor em partilha da responsabilidade de forma cooperativa.

Segundo Barbosa (2004) "Para a pedagogia crítica mais importante que os conteúdos são as intenções críticas dos seus atores. " Onde a função do Educador "é motivar, facilitar e animar as sessões" (Barbosa, 2004: 28). Isto de forma apelativa e indo de encontro às expectativas dos intervenientes no processo.

#### b) Metodologia

A metodologia abordada neste projeto foi a metodologia qualitativa, no entanto foi usada uma técnica quantitativa (Inquérito) na fase de avaliação. Esta metodologia é, segundo Weber (1970) uma metodologia adequada às ciências sociais, uma vez que a estas desvendar e compreender as ações do Homem e não apenas descrever os seus atos.

Por isso, e pelo facto de trabalhar com pessoas diferentes optamos por não seguir a metodologia quantitativa. O facto de se observar, observar e intervir, questionar e libertar tomou este trabalho interpretativo.

Não partimos à procura de uma resposta, até porque não havia nenhuma pergunta de partida, mas pelo compreender e interpretar comportamentos. "O importante na investigação qualitativa é o procedimento hermenêutico e a compreensão da realidade" (Trilla, 1997: 103). É ao colocarmo-nos na realidade social e tentando entrar na pele dos sujeitos que vamos entender o porquê e as razões de agirem.

As realidades são complexas e exigem muito tempo para as observar. Depois de observadas, é necessário abrir a mente e analisar as questões sem tomar partidos. Exige ao sujeito uma empatia e uma colocação no ponto de vista do outro. Deve existir ainda a preocupação de questionar o porquê de determinado comportamento - qual a sua origem/razão? Devemos enfrentar essa realidade com um olhar crítico para conseguirmos alcançar mudança.

### **c) Métodos**

Seguindo uma metodologia Qualitativa, humanista e interpretativa, tendo como foco a ação para a mudança, escolhemos o método de o investigação-ação-participativa.

No caso da Investigação-Ação- Participativa, para que a intervenção na comunidade possa ser efetuada da melhor forma, poderá ainda ser utilizada esta metodologia. Esta que é a metodologia mais utilizada na Intervenção comunitária por envolver o educador e a população diretamente.

Esta ação é participativa porque nos obriga a planificar, a agir, a observar e a refletir. As nossas práticas devem ser refletidas para conseguirmos intervir e provocar uma mudança social. Só assim conseguiremos agir transformando a realidade.

Como nos apresenta Ander-Egg, E. (1990) é Investigação porque é um procedimento reflexivo que tem por finalidade estudar algum aspeto da realidade; é Ação pois como é um método de intervenção vai possibilitar agir para recolher conhecimento; e é Participativa pois estão envolvidos tanto os investigadores (educadores) como os que seriam os simples objetos, mas neste caso, serão sujeitos ativos que irão contribuir para conhecer e transformar a realidade

onde estão inseridos. Há uma simultaneidade no processo de conhecer a realidade, o contexto, as pessoas, os problemas, as necessidades. Essas mesmas pessoas irão começar a prestar atenção nos problemas, nas necessidades, ficando conscientes da realidade em que vivem. Posto isto, irão receber a bagagem do conhecimento para saber como modificar a realidade e como a potenciar.

Neste método devem ser dadas oportunidades às pessoas envolvidas para perceberem quais são os problemas que têm e quais gostariam de ver solucionados, têm implicações nas suas vidas reais. As pessoas são o foco da atenção e são os principais agentes de mudança. Como já foi referido, não devem surgir hierarquias nestas situações, o animador deve apenas orientar o percurso que a comunidade está a seguir para resolver os problemas. A comunidade deve estar envolvida a 100% e isso, supõe um compromisso de todas as partes envolvidas no projeto de modificação e transformação da realidade. Mas não se pode esquecer que o técnico tem as suas responsabilidades de orientação, motivação etc.

Para que a Investigação Ação seja participativa, para além das ferramentas e das condições para o fazer e para que haja uma efetiva participação é importante que exista um local para participar. Um local aberto a todos onde se possa participar dentro do projeto naturalmente estabelecido.

Os sujeitos devem estar implicados nas decisões. Toda a comunidade deve estar consciente das dimensões dos projetos. A autonomia deve ser das competências que mais força e persistência deve tomar ara trabalhar o COM e não o PARA – criar sujeitos emancipados, uteis, responsáveis e sustentáveis.

Uma vez preparadas as pessoas, estando estas capacitadas, no futuro serão autónomas, trabalhadores e com capacidade de desenvolverem projetos na comunidade sozinhas.

#### **d) Técnicas de educação/Formação e Avaliação**

Quanto a técnicas utilizadas neste projeto temos algumas.

A **Análise documental**: " A pesquisa documental apresenta-se como um método de recolha e de verificação de dados: visa o acesso a fontes pertinentes, escritas ou não, e, a esse título, faz parte integrante da heurística da investigação" (Saint-Georges, 1997: 30), Onde

analisamos documentos sobre a vila e sobre a problemática em questão. De forma a debruçarmo-nos sobre os problemas e a tentar perceber as suas causas, quais as suas razões e motivos. A análise documental poderá servir como fonte de pesquisa sobre uma temática ou como um complemento a outra técnica. Esta técnica é muito vasta pois trabalha com documentos escritos e não escritos, cabe ao profissional saber distinguir o útil e o pertinente para a sua recolha, investigação e intervenção.

A **Observação direta e participante** foi utilizada durante toda a implementação do projeto. "O principal instrumento de pesquisa é o próprio investigador e os principais procedimentos são a presença prolongada no contexto social em estudos e o contacto direto, em primeira mão, com as pessoas, as situações e os acontecimentos" (Silva e Pinto, 1986:137).

O **Tratamento de dados:** Para melhor análise e capacidade crítica sobre as situações, é necessário recorrer a um tratamento dos dados pesquisados e alcançados nas intervenções ocorridas no percurso do estágio. Através das técnicas enunciadas neste capítulo, cabe ao profissional conseguir analisar, interpretar e conseguir manter-se fiel aos dados, de forma a não perder pormenores de grande importância e ou dar importância a pormenores irrelevantes para o estudo ou para o projeto. O profissional, como o maior responsável e conhecedor do projeto, deve ser o único capaz de tratar os dados atribuindo-lhes o verdadeiro significado.

A **Entrevista:** uma das técnicas de conseguir obter respostas/ opiniões e experiências através de uma série de perguntas. Para ocorrer esta técnica são necessárias duas pessoas (entrevistador e entrevistado) sendo que podem ocorrer entrevistas a grupos. As entrevistas podem ser agrupadas em três categorias: abertas, semi-estruturadas e estruturadas. Neste caso foram realizadas várias entrevistas semi-estruturadas. A partir de um guião estruturado, criou-se um ambiente de conversa e de diálogo entre o entrevistado e o entrevistador para criar a liberdade da pessoa poder de forma livre expressar-se pelas questões, questionar-se e debater-se sobre as problemáticas. A confiança é muito importante para se poder obter os melhores resultados através desta técnica.

O facto de se dotar as pessoas de ferramentas de se questionarem e refletirem, também implica dar espaço para o indivíduo se problematizar e discutir em diferentes aspetos. A

entrevista, para além de uma técnica de recolha de dados poderá ser uma forma de levar o indivíduo a refletir sobre determinadas ações ou comportamentos.

A utilização desta técnica serviu para conhecermos a opinião de pessoas importantes sobre a temática do voluntariado da vila e ao mesmo tempo, dar a conhecer o projeto. Noutro casos a entrevista serviu para conhecer os interesses dos voluntários e interpretar as suas experiências e quais os contributos para o projeto (apêndice 4).

As **Conversas Informais**: muito presentes em contacto com os idosos e com o grupo de senhoras. Pensamos que será a forma mais genuína de se obter respostas porque é através da conversa e do diálogo onde não há distinção do "controlo" da oratória. Aqui, obtém-se muito mais que informações concretas. Existe a necessidade de se refletir sobre as palavras e procurar as motivações. Consideramos uma técnica importante pelo facto da pessoa ser pessoa sem pensar que está a ser avaliada por alguém, apesar de poder haver limitações no discurso. Um valor importante na utilização desta técnica é a confiança, isto é, as informações obtidas serão mais ricas e importantes quanto mais houver relações de confiança entre os intervenientes no diálogo. Esta técnica torna-se difícil de trabalhar se não for trabalhada no momento. Isto é, como é uma conversa muitas informações importantes podem estar a ser "debitadas" e cabe ao profissional ir assimilando e organizando mentalmente essas informações - tirar notas e ter um diário de bordo ajuda na interpretação e na organização da conversa.

O **Inquérito** é realizado, normalmente, para atingir um grande numero de pessoas e ser analisado. Quanto maior for a amostra maior será a veracidade do estudo em questão. Quanto mais fechadas as questões forem melhor será o seu tratamento. O inquérito deverá ser um questionário de perguntas com opção de respostas e onde o inquirido, responde sozinho. Com a evolução das tecnologias o inquérito poderá ser online e onde a introdução de dados e o seu tratamento poderá ser mais fácil.

No entanto, neste caso o inquérito apenas serviu para que as pessoas pudessem expressar e avaliar as problemáticas de forma sigilosa e neutra. Isto porque o inquérito foi aplicado a um numero reduzido de indivíduos - voluntários. No entanto, consideramos

importante, para haver essa clareza e despreocupação pelo facto de serem inquiridos anónimos.

As **Técnicas grupais** inseridas aqui basearam-se nas formações e nas sessões de grupo com os voluntários e todas as sessões realizadas com o "Encontro de Mulheres". Foram técnicas que se basearam na exposição, interação e relação com os intervenientes no processo. Técnicas de passagem de conhecimento e de transmissão de valores. Isto é, a partilha de experiências, o debate de ideias, a comunicação e a confiança estiveram presentes nestas sessões.

No Encontro de Mulheres, todas as sessões foram realizadas em grupo e em trabalho de grupo, isto é, o trabalhar com a arte (dança, canto e manualidades) o facto de se partilharem experiências, jogos de confiança, almoço convívio, etc. fez com que se criasse um grupo coeso, novas amizades, e um espírito de partilha e confiança.

As **Técnicas de criação de espetáculo/intervenções artísticas** foram deveras importantes, isto porque acreditamos numa educação pela arte e a arte na educação. Isto é, as manifestações artísticas despoletam nas pessoas emoções. O ser-humano é um animal que vive de emoções e se gere com elas. O facto de colocarmos as pessoas em contacto com a arte, a produzir e a realizar, são formas de transmitir mais energia, postura e confiança.

"A educação pela Arte tem por objetivo o desenvolvimento da personalidade, sendo efetuada por educadores e professores. As Artes na Educação centram-se nas artes, consistindo na sua inclusão (...) " (Sousa, 2003: 240) a ideia não é formar artistas ou especialistas em arte, mas usar a arte como forma de provocar emoções e valores.

### 3.2 Identificação dos Recursos Mobilizados e das Limitações do Processo

Para a realização deste projeto foram utilizados vários recursos. Felizmente o facto de haver alguns constrangimentos nos recursos, não foram impeditivos da realização das atividades. Na fase de arranque do projeto V.E.R + deparamo-nos que necessitávamos de um espaço físico para o nosso gabinete, para isso, foi-nos disponibilizada a sala de reuniões para a criação de um gabinete de atendimento de assuntos ligados à Casa do Povo e ao mesmo tempo o gabinete da Rede de Voluntariado. A Casa do Povo cedeu-nos o espaço, cartão de telemóvel (com plafom), telefone e internet, a secretária e uma estante, no entanto o resto do material: computador e impressora foi emprestado pelas alunas.

A nível físico tínhamos as condições garantidas, no entanto necessitávamos de apoio a nível financeiro para suportar as atividades planeadas. A Casa do Povo, na sua maioria, garantiu todas as despesas: lanches para o encontro de mulheres; material para os voluntários e impressões/cartazes. No entanto alguns dos recursos tiveram de ser pedidos ao agrupamento de escolas da vila, que nos emprestaram pontualmente: o sistema de som (durante o período que a Casa do Povo ainda não possuía), o projetor, luzes e a tela de projeção.

A nível dos Recursos Humanos a equipa da Casa do Povo esteve sempre a colaborar com os projetos, assim como ajudaram na divulgação dos momentos. Foram estabelecidas também parcerias com o Centro Social e Paroquial de R.

Quadro nº 2 - Recursos

Recursos			
Humanos	Técnicos	Materiais	Monetários
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estagiária</li> <li>• Direção da Casa do Povo</li> <li>• Voluntários</li> <li>• Senhoras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador</li> <li>• Colunas</li> <li>• Projetor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel</li> <li>• Caneta</li> <li>• Copos</li> <li>• Café</li> <li>• Máquina de Café</li> <li>• Agulhas</li> <li>• Tecido</li> <li>• Linhas</li> <li>• Açúcar</li> <li>• Tintas</li> <li>• Pinceis</li> </ul>	<p>Valor aproximado de 600€</p>

R • PROJECTO

## Voluntários precisam-se para projecto de apoio a idosos

Projecto de aluna de mestrado pretende, numa primeira fase, abranger 15 idosos da vila

Luis Pereira

**A** Casa do Povo de procura voluntários para o projecto "Ver mais", direccionado para apoiar idosos. A iniciativa, coordenada por Vera Lima (na foto), aluna do mestrado de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, pretende proporcionar um envelhecimento com qualidade a quinze idosos da vila. "Muitos são independentes mas estão isolados, resumindo as suas vidas à lida caseira. Queremos aliar uma rede de voluntariado que coloque os conhecimentos individuais ao serviço dos mais velhos", explica a mentora. Os voluntários recebem uma formação básica em técnicas de animação e algumas noções de terapias da fala e ginástica para desenvolverem as capacidades motoras dos mais velhos. De momento, a iniciativa está a criar a rede de voluntários e a sinalizar os idosos. "Numa fase inicial não se pretende retirar os idosos



das suas áreas de conforto até porque são muito reticentes a sair do cantinho deles. Exploraremos primeiro o contacto deles com os voluntários, e, depois, com a comunidade", sintetiza Vera Lima. O voluntário terá, também, de trabalhar a me-

mória do idoso e desenvolver ofícios antigos e ajudar em pequenas tarefas diárias (compras ou pagar a luz). "Alguns jovens saídos das universidades e sem emprego já se mostraram receptivos". As reticências dos fa-

miliares dos idosos são entraves ao projecto, que tentará abranger entidades como a Junta e o Centro Social. Os interessados podem obter informações na Casa do Povo, entre as 13:00 e as 17:30 horas ou na página do Facebook.



# **4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PROCESSO DE INTERVENÇÃO/INVESTIGAÇÃO**



#### 4.1 Apresentação do trabalho de intervenção/investigação desenvolvido em articulação com os objetivos definidos

Quadro nº3 - 1ª Fase Sensibilização

Fase	Atividades	Calendarização										
		Set.	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Julh.
1ª fase Sensibilização	• Conversas Informais com o Diretor da Casa do Povo											
	• Conversas Informais com Pessoas Ligadas à Casa do Povo											
	• Sinalização de Idosos											
	• Divulgação do Projeto V.E.R+ (Eucaristias, <i>Facebook</i> e Jornal)											
	• Entrevista semi-estruturada com o Pároco											
	• Entrevista semi-estruturada com a Presidente da Junta											
	• Reunião com o Centro Social e Paroquial - Protocolo											
	• Entrevistas com Voluntários											

Quadro nº4- 2ª Fase Intervenção

Fase	Atividades	Calendarização										
		Set.	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Julh.
2ª fase Intervenção	• 1ª Criação do Encontro de Mulheres (E.M)											
	• 1ª Formação dos voluntários - Ser-se voluntário											
	• 2º E.M. - Sensibilização e atração para o grupo											
	• 3º E.M, - Manicura e Dança											
	• 4. E.M - Quem somos nós?											
	• 2ª Formação - Noções de Suporte Básico de Vida											
	• 3ª Formação - Animação Sociocultural											
	• 5º E.M - Memórias e Histórias de Vida											
	• 4ª Formação - Ginástica para Idosos											
	• 6º E.M - 3 Sentidos											

• 5ª Formação - Memória e Higiene																		
• 7ª E.M. - Aprendizagem em Computadores																		
• 6ª Formação - Gerontologia																		
• 8ª E.M - Conversas Sobre receitas e Tradições Culinárias																		
• 9ª E.M. - Computador e Baile																		
• 10ª E.M. - Manicura, Maquiagem e Dança																		
• Distribuição dos Voluntários pelos Idosos																		
• 11ª E.M - Preparação de um vídeo																		
• Divulgação do Video por parte dos Expensive Soul																		
• 12ª E.M. - Preparação para a Festa da Casa do Povo																		
• 13ª E.M - Preparativos para o Espetáculo - Pintar Camisolas																		
• Espetáculo dos 80 anos da Casa do Povo																		
• 14ª E.M. - Preparação de Novos eventos - ensaios																		







## 4.2 Descrição das atividades

Para facilitar a compreensão das atividades e o seu desenvolvimento serão apresentadas pequenas introduções e tabelas que discriminarão cada sessão que decorreu durante o percurso de estágio.

As atividades serão divididas de acordo com os "grupos alvo" do nosso projeto ou seja

- Grupo I - Idosos
- Grupo II - Voluntários
- Grupo III - Encontro de Mulheres

### **Grupo I - Idosos**

#### **Sinalização dos Idosos**

Nos meses de Novembro e Dezembro partimos na procura de pessoas para ajudarmos na criação da rede. Conversando com algumas pessoas, estas conseguiram-nos indicar alguns idosos. Por isso, partimos à Casa dos idosos com pessoas que eles conheciam.

No dia 11 de Novembro de 2014 fomos à casa da Dona G, acompanhadas pela D.M. A Senhora, recebeu-nos muito bem visto que estávamos acompanhadas por uma pessoa que ela conhecia. Depois de conversarmos um pouco, apresentamos à senhora o projeto da Rede de Voluntariado e questionamos se ela estaria interessada a receber um Voluntário de forma gratuita. Ela mostrou-se entusiasmada e aberta a receber um voluntário desde que fosse do sexo feminino. Terminamos a tarde com um lanche oferecido pela senhora onde ela colocou as suas melhores bolachas.

No dia 13 de Novembro de 2014 fomos à casa da Dona L e à Dona I com a D.M. São irmãs e moram sozinhas, quando lá chegamos tínhamos uma vizinha a conversar com elas. Depois de alguma conversa apresentamos o projeto no início ficaram um pouco desconfiadas do que seria. Mais tarde, de visita, chegou uma irmã das senhoras. Aproveitamos a ocasião para explicar novamente o projeto e ela, tentou mostrar às irmãs que o projeto não tinha malefícios nenhuns e que deveriam usufruir deste serviço. Elas mostraram-se um pouco reticentes mas disseram que poderiam experimentar ter lá alguém com elas.

No dia 14 de Novembro de 2014 pelas 10horas dirigimo-nos à casa da Dona J. Fomos sozinhas porque a senhora em questão já nos conhecia. Ela ficou toda entusiasmada e ansiava por ter alguém por perto, porque apesar dos filhos morarem relativamente perto da senhora, o facto de trabalharem durante o dia a impedia de ter contacto com mais pessoas. No entanto importa frisar que esta senhora almoça na casa de uma filha todos os dias e vai ao café um bocadinho no final do almoço para se obrigar a interagir e a se mobilizar.

No dia 14 de Novembro pelas 15horas partimos em direção à casa de uma senhora que nos foi chamada à atenção através do facebook. Isto é, apresentaram-nos um caso de uma família (avó, mãe e filho) um pouco desestruturada e com muitas dificuldades. A Dona M. sofre de Alzheimer e tem como acompanhante diária a filha que sofre de algum défice cognitivo. Neste caso decidimos que a filha também iria ser alvo da nossa intervenção. As condições da casa também nos deixou apreensivas e com vontade de intervir a esse nível.

No dia 21 de Novembro fomos à casa da Dona Mi, chovia muito e encontramos a senhora deitada na cama doente. Explicamos o projeto e ela achou muita graça alguém a ajudar de graça. Até porque ela, quando foi mais nova, também fazia visitas aos doentes. Esta senhora nunca foi casada, nem tem filhos, no entanto tem sobrinhos que fazem visitas regulares. Chegada uma das sobrinhas, explicamos o projeto no qual concordou e ficou muito contente por haver algo na vila assim.

No dia 25 de Novembro dirigimo-nos à casa de uma das idosas sinalizadas por pessoas conhecidas, visto que era uma senhora com alguns problemas de saúde que vivia sozinha. A Dona MPJ recebeu-nos à porta de casa. Desconfiada com o projeto disse que não estava interessada em receber ninguém para a ajudar.

No dia 26 de Novembro pelas 09:00h dirigimo-nos à casa de uma idosa, a Dona Is. Nesse dia levamos uma amiga de infância da senhora para que ela percebe-se a natureza do projeto e não tivesse medo. A senhora tinha ficado recentemente viúva e os amigos achavam que estava a entrar em depressão. Infelizmente a senhora não estava em casa. Falamos com os vizinhos e não sabiam dela, ainda não a tinham visto. No entanto, falando com uma das voluntárias de lá de perto percebemos que havia uma relação e que se conheciam. Por isso acabamos por lá ir no dia 28 de Novembro ao final da tarde. Depois de alguma insistência conseguimos chegar à

fala com a senhora. Ela recebeu-nos em prantos, ainda muito fragilizada com a situação, mas gostou da ideia de ter aquela voluntária (V.E) a acompanha-la.

No dia 29 de Novembro dirigimo-nos à Casa de mais duas idosas. A Dona Is2 e a Dona AT. No entanto não quiseram entrar no projeto. Talvez a desconfiança de colocar alguém desconhecido dentro de casa seja o maior impeditivo.

No dia 29 de Novembro último dia de contacto com os idosos, falamos com a Dona M.A mas ela não se mostrou disponível para receber alguém. Dizia que o terreno já lhe dava trabalho suficiente e gostava de fica sozinha à tarde para ver os seus programas da tarde.

Exemplos de atividades que realizaram durante o tempo que estiveram com os voluntários:

- Ginástica;
- Cozinha;
- Jogos de memória;
- Passeios/caminhadas;
- Alteração da disposição de objetos em casa;

## **Grupo II**

### **Voluntários**

Depois de recebermos contacto de voluntários por telefone, email, facebook e pessoalmente. Agendamos individualmente com os voluntários para os entrevistarmos, percebermos os interesses, horários e algumas informações complementares.

Nesta fase alguns "candidatos a voluntários" desistiram. Porém avançamos com os que mostraram interesse.

Depois organizamos as formações e começamos a realiza-las. As formações foram dadas pelos estagiários, assim como por os voluntários e por pessoas externas convidadas para o efeito. Decorreram durante dois meses (Dezembro e janeiro) com componentes teóricas e

práticas, acompanhadas com material didático. Mais abaixo encontram-se alguns exemplos de atividades.

#### Quadro nº 6 - Exemplo de atividade 1

<b>Data:</b> 17 Dezembro 2013	<b>Responsável:</b> Vera Lima e Enfermeira Iv.
<b>Nome:</b> 2º dia de Formação - Noções de Suporte Básico de Vida	
<b>Recursos</b> <b>Recursos Materiais:</b> Projetor, Computador, Colchão <b>Recursos Humanos:</b> Enfermeira, Voluntários e Estagiária	
<b>Local:</b> Auditório Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dotar os voluntários de noções de Suporte vida;</li><li>• Exibir casos específicos de acidentes com idosos e como atuar.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> A sessão decorreu no Auditório da Casa do Povo para haver mais espaço para a componente prática. Uma Enfermeira iniciou a sua formação por componentes mais teóricas explicando com casos reais. Terminou a sua formação com a explicação real do que se deve fazer quando encontramos alguém desmaiado ou em paragem cardíaca. Por exemplo: Analisar as condições de segurança de acesso à vítima; Verificar se a vítima responde. Verificar os sinais vitais através do VOS (ver, ouvir e sentir); Chamar por ajuda; Caso não respire iniciar manobras de reanimação.	
<b>Avaliação:</b> Esta formação foi excelente e os voluntário viram grande utilidade para a sua vida quotidiana. Afirmando que deveria ser obrigatória a aprendizagem destas técnicas.	

## Quadro nº 7 - Exemplo de atividade 2

<b>Data:</b> 7 de Janeiro 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima e Prof. H.
<b>Nome:</b> 4ª Formação - Ginástica para idosos	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Bola, jornais, garrafas de água, cadeira, colchão, projetor, corda, projetor e computador.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Voluntários e Professora de Desporto	
<b>Local:</b> Auditório da Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Dotar os voluntários de técnicas de ginástica para séniores;</li><li>• Incentivar os Voluntários para a prática de exercícios laborais na casa dos idosos.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> A professora iniciou o seu trabalho com uma explicação mais teórica dos conteúdos. Depois, na parte prática, criou um circuito onde explicava que através de materiais que tínhamos em casa, poderíamos exercitar e estimular os músculos do nosso corpo. Todos nós praticamos o circuito e fizemos os exercícios. Sendo que foi referido que é importante que cada exercício seja adaptado à mobilidade de cada idoso.	
<b>Avaliação:</b> Foi um trabalho muito interessante e criativo onde os voluntários se sentiram atraídos para a prática do exercício físico. Foi ainda mais estimulante o facto de reconhecerem que ao longo do tempo ficaremos limitados e que é muito fácil estimular através de objetos que temos em casa.	

### Quadro nº 8 - Exemplo de atividade 3

<b>Data:</b> 23 de Janeiro 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> Voluntários - Avaliação	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Inquérito, canetas, mesas e cadeiras	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária e Voluntários	
<b>Local:</b> Escritório Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Avaliar as formações e a sua pertinência</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Foi passado um inquérito (apêndice 5) simples para perceber se os voluntários consideraram ou não pertinente as formações realizadas.	
<b>Avaliação:</b> Analisando os inquéritos pôde-se constatar que os Voluntários ficaram muito satisfeitos, referindo que a formação da "Ginástica para idosos" foi a mais divertida e a mais interessante para se praticar com os idosos porque se realizaram exemplos práticos. A formação de noções básicas de suporte de vida também se mostrou pertinente por ser importante para o quotidiano. Quanto à da Animação Sociocultural referiram que a explicação da construção de um projeto foi interessante para a construção dos seus próprios projetos.	

### Quadro nº 9 - Exemplo de atividade 4

<b>Data:</b> Abril 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> Encontro Idoso e Voluntário	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Carro, Plano Individual do Idoso	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Voluntário e Idoso	
<b>Local:</b> Casa do Idoso	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Analisar a relação do Voluntário com o Idoso;</li><li>• Perceber se há melhorias na qualidade de vida do idoso;</li></ul>	

**Descrição:** Durante este mês tentamos estar com todos os voluntários na Casa dos Idosos. Para perceber que relação é que já estabeleceram, se existem algumas melhorias, que problemas é que detetaram. Neste dia definiu-se outra visita para traçar o plano individual do idoso. Deixou-se o documento com o voluntário (apêndice 6) para ir preenchendo. Este documento não é o plano final, mas é um documento que vai ajudar a perceber melhor os interesses do idoso.

**Avaliação:** Nesta fase percebemos que deveríamos ter agrupado os voluntários em duplas. Existem sempre dias em que não se pode visitar o idoso e se fossem duas pessoas, a visita estaria minimamente garantida. Ou caso acontecesse alguma coisa que impedisse as visitas, tentaríamos arranjar outro voluntário.

### **Grupo III**

#### **Encontro de Mulheres**

Em conversa com algumas senhoras, apercebemo-nos que havia descontentamento, falta de atividades e falta de motivação. Expusemos o projeto a duas senhoras e elas consideraram interessante. Decidimos implementá-lo no dia 27 de Novembro e contamos com 6 senhoras, as sessões foram decorrendo, inicialmente as quartas-feiras e depois para as terças-feiras. Desde o início com 6 senhoras até ao momento, contamos com 15 senhoras.

O projeto passa pelo repensar o ser mulher. Devolver a senhoras com mais de 55 anos a oportunidade de realizarem pequenos sonhos e de proporcionar experiências. Um espaço de convívio e de relaxamento. Um espaço que promove também a ajuda e a interação com a comunidade.

## Quadro nº 10 - Exemplo de atividade 5

<b>Data:</b> 11 Dezembro 2013	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> 3º Encontro de Mulheres - Manicura e Dança	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Bancos, Mesa, Máquina de Café, Copos, Açúcar, Bolachas, máquina fotográfica, vernizes, colunas para som e música.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Senhoras e Voluntária.	
<b>Local:</b> Auditório Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Proporcionar experiências novas a um grupo de senhoras;</li><li>• Realizar alguns dos seus desejos;</li><li>• Valorizar a pessoas enquanto Ser Mulher;</li><li>• Dinamizar o grupo e a interação através da dança.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Nesta atividade, como foi divulgada junto das senhoras na ultima sessão, contamos com um grupo de 10 mulheres. Para além do convívio inicial que é obrigatório em todas as sessões, fez-se uma tarde dedicada ao embelezamento feminino. Uma tarde dedicada às unhas. No final ainda dedicamos algum tempo à dança.	
<b>Avaliação:</b> Foi muito bom ver as senhoras a experimentar cores garridas nas unhas e algumas delas, a pintarem as unhas pela primeira vez. Como são senhoras muito enérgicas ficou acordado que sempre que possível as sessões deveriam ter um pouco de dança/ginástica.	

## Quadro nº 11 - Exemplo de atividade 6

<b>Data:</b> 14 de Janeiro 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> 6º Encontro de Mulheres - Os sentidos	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> perfume, cebola, laranja, acetona, colunas, computador, projetor, limão, alho, café, açúcar, copos e máquina de café.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Voluntária e Senhoras	
<b>Local:</b> Auditório da Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Estimular 3 dos sentidos;</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Após a conversa habitual, deu-se início a atividade. Esta pretendia estimular 3 dos 5 sentidos. A visão, o olfato e a audição. Iniciou-se a dinâmica vendando as senhoras. Passamos alguns objetos com cheiros característicos para ver se elas conseguiam identificar. Depois passamos alguns sons do quotidiano para ver se elas conseguiam identificar também. No final, passamos umas imagens de ilusões de ótica. Terminamos a sessão com um momento de dança	
<b>Avaliação:</b> Os cheiros e a audição foram mais fáceis de desvendar do que a visão. Talvez porque as ilusões eram um pouco complicadas e as senhoras nunca foram estimuladas para a percepção de duas realidades distintas na mesma imagem. Mesmo quando se tentava mostrar o outro lado da imagem elas tinham alguma dificuldade.	

## Quadro nº 12 - Exemplo de atividade 7

<b>Data:</b> 21 de Janeiro 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> 7º Encontro de Mulheres - Aprendizagem em Computadores	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Café, bolachas, copos, máquina de café, açúcar, 2 computadores, mesas e cadeiras.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Voluntária e Senhoras	
<b>Local:</b> Auditório da Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Proporcionar às senhoras o contacto com as novas tecnologias.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Infelizmente nesta sessão só tínhamos disponíveis dois computadores. Nesta fase tentamos ensinar as senhoras a ligar e a desligar o computador; a abrir e a escrever o nome num documento word.	
<b>Avaliação:</b> Notamos grande entusiasmo por parte das senhoras. Foi-nos pedido que voltássemos a realizar mais sessões destas.	
Infelizmente, é uma pena não termos uma sala dotada com computadores para podermos trabalhar mais afincadamente esta vertente.	

### Quadro nº 13 - Exemplo de atividade 8

<b>Data:</b> 15 de Abril 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> 17º Encontro de Mulheres - Visita ao Centro de Dia de G.	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Letras das músicas, Camisolas	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária e Senhoras/ Idosos Centro de Dia, Funcionários e Técnicas.	
<b>Local:</b> Polivalente Centro de Dia de G	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Animar a tarde a Idosos Institucionalizados;</li><li>• Proporcionar novos ambientes e novas relações.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> O dia tinha chegado. As carrinhas do Centro de Dia vieram à Casa do Povo buscar as Senhoras. Sentiam-se todas confiantes de Camisola a dizer "Encontro de Mulheres". Quando chegaram ao Centro de Dia começaram logo a socializar e a conversar com os idosos. Depois demos início à nossa animação. Começamos por cantar umas cantigas tradicionais portuguesas, onde os idosos institucionalizados iam nos acompanhando. Foram contadas algumas anedotas de seguida entre as Senhoras e os Idosos. Houve momento para 3fados. Para terminar colocou-se musica e fez-se um pouco de dança/ginástica, adaptada também aos idosos que não podiam andar. A tarde terminou com um lanche oferecido pelo Centro de Dia, mas onde o Encontro de Mulheres fez questão de levar alguns doces para partilhar. Para despedida o Centro ofereceu uma lembrança - um terço feito pelos idosos.	
<b>Avaliação:</b> Esta atividade foi motivadora. Algumas das senhoras achavam que era a sua missão ajudar outras pessoas. Sentiram-se contentes e realizadas. Tanto que quisemos fazer estes encontros mais vezes e quem sabe organizar um na Casa do Povo.	

## Quadro nº 14 - Exemplo de atividade 9

<b>Data:</b> 27 de Maio de 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> Encontro de Mulheres - Acolhimento das Instituições C.S.P e do Centro de Dia de G na nossa Casa do Povo	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Lanche, Lembranças, Som, Computador, Bancos, Mesas, Toalhas, Copos, Facas.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Voluntária, Técnico de Som, Senhoras, Idosos, Técnicas e Auxiliares.	
<b>Local:</b> Auditório da Casa do Povo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Devolver vida à Casa do Povo;</li><li>• Proporcionar momentos de convívio entre gerações;</li><li>• Dotar as Senhoras de Responsabilidade e de espírito de Partilha.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Há longos dias vínhamos a preparar esta atividade. Desde o planeamento do lanche, à confeção das lembranças para cada idoso e para cada auxiliar (sacos em crochet com um sabonete), aos ensaios de músicas e às coreografias.	
No dia da atividade, combinou-se aparecer duas horas mais cedo para se tratar do lanche, do som, da disposição dos bancos. Depois, de t-shirts vestidas, aguardamos pelas carrinhas das instituições. Algumas das senhoras ajudaram os idosos a entrarem na Casa do Povo e outras senhoras encaminhavam para os bancos. Depois de tudo sentado, cerca de 80 idosos, deu-se inicio do espetáculo. Começou-se por cantar algumas cantigas tradicionais, depois houve tempo para umas anedotas e mais uma cantiga a solo protagonizada por uma das senhoras. Deu-se de seguida inicio a uma coreografia de dança (Show das poderosas) e continuamos com mais umas cantigas e umas anedotas. Para finalizar mais uma coreografia (Não me toca) e uns fados.	
Espetáculo terminado, começamos a servir o lanche aos idosos. Para despedida entregamos a cada idoso a lembrança e ajudamos a encaminhar para as carrinhas.	
Como já estava na hora de "entregar" os idosos em casa, alguns deles ficaram na Casa do Povo a ouvir música popular e a dançar comas Senhoras do Encontro de Mulheres.	

**Avaliação:** Foi a experiência mais marcante para o Encontro de Mulheres. Acolher, organizar, criar e dar. Adoraram o facto de serem elas a fazer toda a intervenção, de terem gente a aplaudir e de provocar emoções nos outros. Concluíram que há uns meses atrás não imaginavam poder estar em cima de um palco a fazerem o que fizeram. Encontram-se radiantes e muito motivadas

#### Quadro nº 15 -Exemplo de atividade 10

<b>Data:</b> 17 de Junho 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> Encontro de Mulheres - Visita ao C.S.P	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Letras das músicas, T-shirts, Bolos, Computador e Colunas	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Senhoras, Voluntária, Idosos Institucionalizados e Auxiliares.	
<b>Local:</b> Sala de Convívio do Centro Social e Paroquial de R.	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover a interação com outros grupos sociais;</li> <li>• Proporcionar uma tarde de convívio aos idosos;</li> <li>• Despoletar emoções no grupo de senhoras.</li> </ul>	
<b>Descrição:</b> Em romaria, com a camisola do Encontro de Mulheres, partimos em direção ao Centro Social - Centro de Dia.	
Chegando la convivemos com os idosos, ouvimos os seus desabafos e conversamos um pouco, até porque são idosos da vila e há sempre coisas para se conversar.	
Depois demos inicio à nossa animação com as musicas tradicionais, o fado, as anedotas e terminamos com coreografia de musicas brasileiras animadas.	
Depois convivemos com o lanche e demos inicio à despedida dos idosos. Uma tarde bem passada.	
<b>Avaliação:</b> Com estas atividades apercebemo-nos que as senhoras se sentem realizadas, felizes e motivadas para fazer mais.	
O interagir com pessoas da vila dá-lhes força para criarem e se envolverem nas problemáticas subjacentes a estas idades.	

Quadro nº 16 - Atividades Paralelas

Atividades  (compromisso e responsabilidade)	Calendarização											
	Set.	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Julh.	
• Feira das Velharias - 1º sábado de cada mês	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
• Fashion Day - Desfile de Moda e Penteados		■										
• Festa de Natal				■								
• Gestão de aulas diversas (danças de salão, Zumba, Dança criativa) - Pagamentos, horários, alunos, etc.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
• Criação de Sócios e recepção de quotas	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
• Carnaval						■						
• Exposições		■		■	■							■

• Fim de semana de atividades dos comemorações dos 80 anos												
• Flower Power - Festa com Dj's e Comediante												
• Espetáculos												
• Grupo de Teatro -Oh Poça (Domingos)												
• Turma de Dança Criativa e Expressão Corporal (sexta-feira)												
• Encontro de Mulheres (Terça-feira)												
• Rede de Voluntariado												
• Criação de um grupo de Folclore												
• Dinamização de Páginas de Facebook												
• Espaço Jovem												

Fica ainda um quadro dedicado a outras atividades que realizávamos para além das discriminadas no projeto.

#### Quadro nº 16 - Exemplo de atividade 11

<b>Data:</b> 21/22/23 de Março 2014	<b>Responsável:</b> Vera Lima
<b>Nome:</b> Comemorações 80 anos - 1º Fim de semana	
<b>Recursos</b>	
<b>Recursos Materiais:</b> Equipamento de Som, Luzes, Computador, Mesa de Som, Bebidas, Publicidade, Cartazes.	
<b>Recursos Humanos:</b> Estagiária, Membros da Direção, Voluntários, População em Geral, Dj's, Comediante, "Encontro de Mulheres", "Danças de Salão", Alunas de Dança Criativa, Alunos Musiminho, Grupo de Teatro, Judo.	
<b>Local:</b> Auditório da Casa do Povo e Sala de treinos do Judo	
<b>Objetivos:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Devolver à vila o contacto com diferentes formas artísticas;</li><li>• Comemoração dos 80 anos da Casa do Povo.</li></ul>	
<b>Descrição:</b> Foram uns meses complicados de agendamento deste grande evento (cartaz em Apêndice 7). Neste primeiro-fim de semana, depois de todos os contacto, agendamento, criação de cartazes e divulgação, seguiram-se 3 dias de atividade. O primeiro dia (sexta-feira) foi dedicado à prata da casa. Onde atuaram todos os grupos que frequentam a Casa do Povo (Encontro de Mulheres, Danças de Salão, Dança Criativa, Escola de Musica Musiminho e o Grupo de Teatro) No segundo dia realizamos uma festa <i>Flower Power</i> onde contamos com Dj's convidados e onde tivemos a presença de um comediante televisivo Hugo Sousa. No Domingo, durante a tarde, realizamos junto do Judo uma workshop, onde ainda havia modelagem de balões e pinturas faciais.	
<b>Avaliação:</b> É gratificante dar às pessoas, de forma gratuita, experiências. Apesar de tanto trabalho compensa.	



## **4.3 Avaliação do projeto**

### **4.3.1 Evidenciação e Discussão de resultados obtidos**

#### **a) Voluntários**

Para melhor avaliação destes resultados foram aplicados pequenos inquéritos (apêndice 5) aos voluntários. Estes evidenciaram que as formações foram excelentes. Alguns voluntários referiram que já tinham tido formação e desenvolvido algumas atividades neste âmbito, no entanto, as formações que frequentaram, só se referiam à legislação e aos direitos e obrigações dos voluntários, não tendo nenhuma componente prática

A experiência de voluntariado foi positiva, no entanto apontam que o aspeto negativo foi o facto de se realizar o voluntariado sozinho. Isto é, sendo em dupla seria mais satisfatório e provavelmente menos exaustivo e mais tranquilo.

Todos desejam que o projeto prossiga, mas que se acrescentem novos moldes e que avance para além do voluntariado para os idosos e que haja intervenções noutras áreas.

O projeto de voluntariado despertou na comunidade o levantamento de necessidades por um lado, e por outro lado conseguiu criar redes de acompanhamento a pessoas e necessidades até aqui ignoradas. O lançamento do projeto veio, no nosso entender, criar mais uma plataforma de intervenção social e de acompanhamento às necessidades da população, uma plataforma que ganhou corpo e que possivelmente se irá solidificar na comunidade, fruto deste trabalho de estágio desenvolvido pela aluna.

Há muito que a Casa do Povo de R procurava lançar mãos desta nova realidade que é o despertar do voluntariado na comunidade e que apenas agora foi possível construir fruto do conhecimento e do trabalho desenvolvido pela aluna. (Acompanhante da Instituição)

#### **b) Idosos**

Através das conversas que fomos tendo percebemos que os voluntários se tornaram um ponto de abrigo para a maioria dos idosos. O projeto, na sua implementação, não decorreu durante muito tempo, mas já deu para estabelecer relações de proximidade entre idosos e voluntários.

Os idosos não se arrependem de ter aceite a integração no projeto e lamentam não poder haver mais e por mais tempo.

Acrescentam que se houvesse uma carrinha de transporte que gostariam de dar pequenos passeio pela zona, para conhecer sítios onde nunca estiveram.

Os idosos, revelaram que se sentiram melhor ao saber que teriam, no determinado dia, uma pessoas para lhes fazer companhia.

Quanto a alguns problemas detetados na casa dos idosos: como os tapetes e a colocação de objetos em local de difícil acesso foram alterados nas casas onde tinham esse problema.

Relativamente à filha da Dona M., esta foi estimulada a mexer nas redes sociais e no computador, de forma a conseguir falar com o marido emigrado. Foram também feitas algumas alterações na sua casa, como a remoção de uma porta e o arranjo do fogão a gás, onde contamos com um voluntário para o fazer.

### **c) Encontro de Mulheres**

Quanto ao encontro de mulheres, as senhoras estão satisfeitas com o projeto e não querem que ele termine. Deram novo sentido à vida e viram-se a fazer coisas que nunca imaginaram poder estar a fazer.

O projeto denominado “Encontro de mulheres”, destacou-se pelo sucesso da iniciativa, um projecto que foi capaz de agrupar um conjunto de mulheres á volta de um trabalho de conquista de capacidades, conquista de conhecimentos, partilha de experiencias e por fim uma partilha do trabalho desenvolvido pelo próprio grupo e apresentado à comunidade.

Este grupo de mulheres foi conseguindo desenvolver um projecto próprio, coordenado pela aluna, que hoje em dia é uma referência na nossa comunidade.

Este grupo, para além de enriquecer ele próprio com a partilha e conquista de conhecimentos conseguiu, também ele, tornar-se em mais um agente de intervenção social na comunidade. (Acompanhante da Instiuição)

Para o Encontro de Mulheres este projeto foi e é um sucesso, porque ainda não teve pausa para descanso. Neste momento continua a ser implementado

Mulheres o que são mulheres

Um da alguém se lembrou de juntar mulheres, mas mulheres que já ultrapassaram um patamar da vida em que já estão um pouco cansadas mas não esquecidas, pois ainda são capazes de alguma coisa fazer.

Estamos cá, em grupo, onde viemos aprender com os saberes de cada uma, mais não seja para tirar conclusão de que vale ou não ser-se mulher. (...) para que no futuro possamos engradecer a nossa terra e todas juntas possamos ser melhores mulheres" ( Senhora do Encontro de Mulheres)



## **5. Considerações Finais**



## 5.1 Análise crítica dos resultados e das implicações dos mesmos

De uma forma geral penso que podemos considerar o projeto como um sucesso.

A nível institucional, devolveu vida à Casa do Povo havendo atividades a decorrer praticamente todos os dias e alargando o seu horário e os seus serviços.

A Casa do Povo, para além de um polo de cultura na vila, transformou-se também num polo de desenvolvimento social. Esta instituição renasce em força numa vila dinâmica, interativa e arrojada. No entanto as preocupações sociais estavam a ser abafadas pelo folclore de iniciativas. Havia uma consciência de que alguns grupos estavam a ser negligenciados e que era necessário introduzir a vertente do voluntariado, mas até então nada estava a ser feito.

Por isso, começando pela Rede de Voluntariado, intervimos na comunidade detetando casos de idosos abandonados socialmente, onde as suas rotinas passam pelas tarefas diárias de casa e nada mais. Não existem compromissos, familiares próximos e com visitas frequentes. Após esta consciencialização foi necessário perceber como poderíamos ajudar estes idosos que ansiavam por algo. E a única solução seria colocar gente formada a intervir junto deles e das suas casas, visto que os idosos se recusavam a frequentar o Centro de Dia acusando o facto de serem autónomos. Nesta intervenção, para além da companhia ao idoso, incluímos estímulos cognitivos, afetivos, sociais, participativos etc. Conseguimos adequar as suas residências às suas limitações. Em alguns casos fizemos com que planeassem melhor as compras e racionalizassem as suas economias, assim como fizemos pequenos consertos nas casas e, as levamos à loja social para adquirirem novas roupas e ficarem mais bonitas. Por vezes, surgiram tardes onde o voluntário e o idoso só conversaram e tomaram chá, mas outras, onde cozinham, fizeram exercícios e caminhadas.

Um projeto útil e de rica intervenção na comunidade, apesar de se ter alcançado um pequeno número de pessoas.

No caso do Encontro de Mulheres, o projeto vem crescendo cada dia que passa, o projeto só teve um mês de interrupção que foi no mês de Agosto, e continua a ser realizado. Fazem sessões de terapia do riso, convidam chefes de cozinha para lhes darem *workshops*, trabalham com computadores, cantam, dançam, vão ajudar os mais velhos a lares de acolhimento, etc. O grupo é incansável e é já, um projeto de referência na Vila e para as freguesias vizinhas. O grupo

tornou-se coeso e forte, com uma ligação de amizade e de confiança. É um local onde as senhoras desabafam os seus problemas, mas ao mesmo tempo, esquecem-se que os têm.

O resto das atividades realizadas para a Casa do Povo, ocorrem pelo particular gosto pela Cultura e pela Arte e por acreditar que elas estão ligadas à Educação. Quanto maior for a oferta de atividades maior os interesses dos grupos poderemos atingir. Quando organizamos atividades pensamos sempre em as realizar de forma a que atinja todos os públicos alvo. Temos atividades para crianças, jovens, adultos e idosos. A Casa é do Povo é para o povo, não nos podemos focar num só grupo.

Por isso, a criação da Associação Juvenil, foi a forma de suprir mais uma necessidade sentida pelos jovens. De forma a intervir na comunidade esta associação trabalhará o desporto, a cultura, a arte e o voluntariado. Queremos que a Rede V.E.R + aumente a sua extensão e que alie os jovens às suas atividades.

## 5.2 Evidenciação do impacto do estágio

### a) A nível pessoal

Se ao escolhermos a Casa do Povo e a nossa vila para trabalharmos foi porque já sentíamos que poderíamos fazer a diferença. A nível pessoal este estágio foi transformador. O estágio ofereceu-nos uma segunda Casa. Ofereceu-nos a oportunidade de crescer, de procurar, de trabalhar, de inventar e de descobrir. Desenvolveu diferentes competências, nomeadamente: comunicação, coordenação, criatividade, produção e responsabilidade. Posto isto, a Casa do Povo estimulou e deu a liberdade para o desenvolvimento de projetos em diferentes âmbitos.

Esta oportunidade fez com que não passe um dia sem estarmos na Casa do Povo. É um cuidar da casa como se fosse nossa.

Não há como explicar que transformações se evidenciaram. Quando nos perguntam "Porque passam tanto tempo na Casa do Povo?" Nós respondemos, "porque é o nosso suor que está marcado naquelas portas, porque é um representar de memórias e de oportunidade e é o facto de sabermos que se nós não estivermos, dificilmente alguma coisa poderá ser feita". Foi um erguer de uma casa fechada, foi um devolver de uma história a uma vila que também nos pertence, que nos faz trabalhar todos os dias.

O ajudar as pessoas, o transformar vidas, fazer a diferença, fez com que nos apercebêssemos do que queremos para o futuro. É um orgulho carregar o nome da Casa do Povo, carregar as chaves na mala e dizer que o nosso trabalho está à vista de todos.

Este estágio ainda nos proporcionou a oportunidade de criar uma Associação Juvenil, para oferecer atividades mais recorrentes para a juventude. Existem muitas atividades para crianças e atividades para idosos, mas para jovens só existem atividades esporádicas. Sentimos a necessidade de ter um espaço nosso. Sentimos a necessidade de conseguir trocar ideias e de as colocar em prática. Sentimos a necessidade de fazer mais pela Vila, de fazer coisas para os jovens e de ter novas experiências. O facto de existir um espaço chamado "Espaço Jovem" na Casa do Povo e haver pouca dinamização, fez com que nos lançássemos nesta tarefa de fazer mais pelos jovens da terra.

O estágio ofereceu ainda uma oportunidade de trabalho - mais um ano em estágio remunerado pelo IEF. Foi com muito entusiasmo que na reta final deste trabalho se fez a

candidatura para ficar mais um ano a trabalhar na Casa do Povo. A candidatura já foi aceite, por isso não houve tempo para férias, mas muita dedicação e continuação de alguns dos projetos e a criação de novos.

#### **b) A nível institucional**

A nível instituição houve uma grande revolução. A Casa estava aberta esporadicamente em dia de atividades e com a realização do estágio passou a estar aberta todos os dias. Com atividades a decorrer durante a semana e com mais dinâmicas. Começou a haver menos preocupação da direção por saberem que poderíamos ajudar a tratar de tudo. Isto é, desde a receção de quotas, à direção de atividades, à criação e implementação de projetos, isto foi tudo responsabilidade da estagiária.

A Casa do Povo ganhou uma nova dinâmica e uma nova aposta em projetos de intervenção na comunidade. Ganhou novos jovens empenhados a fazer mais pela vila, ganhou um grupo de senhoras que levam o nome da Casa do Povo para além da fronteira da freguesia, ganhou um grupo de voluntários dispostos a partir na ajuda ao outro. Ganhou ainda o reconhecimento dos emigrantes, que através das redes sociais, nos saúdam e enaltecem por ver a freguesia em movimento e por voltarem a ver rostos de relevo na freguesia a fazerem mais.

Ganharam um reconhecimento em Assembleia de Freguesia pelo trabalho desenvolvido, ganharam destaques em jornais e ganharam a oportunidade de ter a casa disponível para as pessoas.

Quanto à Rede de Voluntariado, recentemente foi feita uma reunião com a coordenadora do Projeto: Banco do voluntariado da Camara Municipal, para se criar uma parceria. A ideia é fazermos do Banco do Voluntariado uma extensão do projeto para a vila. Desta forma o projeto V.E.R + ficará regularizado e terá todos os parâmetros legais (seguros, despesas de deslocação, material, etc).

### c) A nível de conhecimento na área de especialização

Trabalhar com a Educação de Adultos e com a Intervenção Comunitária já é uma opção desde há longos anos. O facto de se conseguir intervir numa comunidade, interpretar as problemáticas e apresentar alternativas de resolução, sempre foi fascinante.

Para o desenvolvimento deste projeto, para a sua realização e para a sua implementação, foi necessário recorrer à opinião de especialistas da área para nos ajudarem na construção e na resolução de problemáticas. No entanto, a intuição, a observação e a interpretação foram muito importantes neste processo.

Consideramos que o facto de termos entrado numa experiência, onde não havia ninguém na instituição dotado de conhecimentos teóricos sobre o Voluntariado, sobre adultos e sobre a intervenção na comunidade, foi um empurrar para conseguirmos desenvolver atividades pioneiras mas de forma arriscada. Isto é, foi o facto de termos de procurar os caminhos, as pessoas e os instrumentos que nos deu esta bagagem sobre os projetos desenvolvidos.

A Educação de Adultos deve ser realizada de forma a corresponder às necessidades das pessoas, mas ao mesmo tempo integra-las de forma a desenvolver a pessoa e a comunidade. Na intervenção comunitária, trabalhando com adultos ou com outros grupos, deveremos sempre defender a máxima de fazer projetos *com* o grupo e não *para* o grupo. O mais importante é envolver as pessoas e consciencializa-las dos problemas e das suas necessidades. Por consequência, abarcar as pessoas em todas as decisões e em todos os passos importantes e decisivos na resolução de problemas/necessidades.

Deste projeto aprendemos que o mais importante são as pessoas. As pessoas que são singulares, que têm histórias de vida únicas e que têm personalidades distintas. As pessoas que, apesar de diferentes, têm objetivos comuns:

- Viver a vida com tranquilidade e qualidade;
- Aproveitar o contacto com novas experiências;
- Ser recordado.



## **6. BIBLIOGRAFIA REFERENCIADA**



- ANDER-EGG, E. (1990) *Repensando la investigación-acción participativa*. México: Editorial El Ateneo
- ANDER-EGG, E. (1999) *O léxico do animador*. Portugal: Edições ANASC
- ANTUNES, M. C. (2008) *Educação, saúde e desenvolvimento*. Coimbra: Edições Almedina
- ANTUNES, M.C. (2001) *Teoria e prática pedagógica*. Lisboa: Instituto Piaget
- BARBOSA, F (2004) *Educação de Adultos: Uma visão crítica*. Portugal: Estratégias críticas.
- CANÁRIO, R. (1999) *Educação de Adultos. Um campo e uma problemática*. Lisboa: Educa
- DANIELLE & SAINT-GEORGE, P (1997) *Práticas e Métodos de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gravide.
- DICIONÁRIO ONLINE PORTUGUÊS - Intervenção - Consultado a 10 de Setembro de 2014 pela 17:25h aceso em: <http://www.dicio.com.br/intervencao/>
- DICIONÁRIO ONLINE PORTUGUÊS - Voluntário - consultado a 17 de Setembro de 2014 pelas 16:00h aceso em:  
<http://www.dicio.com.br/voluntario/http://jornaldovoluntario.blogspot.pt/2007/09/historia-do-voluntariado.html>
- FAURE, EDGAR (1981) *Aprender a ser*. Tradução de Maria Helena Cavaco e Natércia Paiva Lomba. Amadora: Bertrand
- FERNANDES & GARCIA (2010) *O Sentido da velhice para Homens e Mulheres Idosos*. São Paulo saúde soc. vol 19 nº 4. Oct/Dec
- FREIRE, Paulo (1975). *A pedagogia do oprimido*. Porto: Afrontamento.
- FREIRE, Paulo cit. por Canto, Carla (2010) *A música como meio de animação socioeducativa no contexto escolar*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação Área de Especialização em Animação Sociocultural. Portugal - Chaves
- GARCIA, J. SÁNCHEZ, M. (1997) Desarrollo humano, participación y dinamización sociocultural. In Carrasco, J.G. (coord). *Educación de Adultos*. Barcelona: Editorial Ariel
- GIDDENS, A. (2002) *Modernidade e Identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

- GOLDBERG, R. (2001) *Como as Empresas podem implementar programas de voluntariado*. São Paulo: Instituto Ethos,
- GOLDFARB, D. (1998) *Corpo, Tempo e Envelhecimento*. Brasil: Editora do Psicólogo
- JORNAL PÚBLICO - Porque é que as Mulheres vivem mais que os Homens. Consultado a 30 de Outubro de 2014 pelas 16:10 aceso em - [www.publico.pt/ciencia/noticia/por-que-e-que-as-mulheres-vivem-mais-do-que-os-homens-1557622](http://www.publico.pt/ciencia/noticia/por-que-e-que-as-mulheres-vivem-mais-do-que-os-homens-1557622)
- LANDIM & SCALON (2000) *Doações e Trabalho Voluntário no Brasil - uma pesquisa*. Rio de Janeiro: Ed. 7 letras.
- MARCHIONI, M. (2001) *Comunidad, participación y desarrollo*. Madrid Editorial Popular.
- OMS (2002). *Active Ageing: Policy Framework*. Consultado em 8/10/2014, disponível em [http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who\\_nmh\\_nph\\_02.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf).
- PINHEIRO, L. R. (2002) *Voluntariado e aprendizagem nas organizações: interações no Albergue João Paulo* REAd. Revista Eletrônica de Administração, Porto Alegre, v. 8, n. 1, p. 1-16, mai./jun.
- SILVA, A. & PINTO, J. (1986) *Metodologias das Ciências Sociais*. Porto: Edições Afrontamento.
- SOUSA, A. (2003) *Educação pela arte e Artes na Educação*. Lisboa: Instituto Piaget.
- TRILLA, J. (1997) *Animação Sociocultural*. Lisboa: Instituto Piaget
- UNESCO (1976) *Recomendación relativa ao desarrollo de la educación de Adultos*. Nairobi
- UNESCO Consultado em 9/10/2014 disponível em <http://unesdoc.unesco.org/>
- WEBER, M (1970) *The methodological foundation sociology - Sociological Theory*. Toronto: The McMillan Company

## 7. Apêndices



### Apêndice 1 - Dados de Voluntários

Voluntário	Idade	Sexo	Escolaridade/Formação	Experiência Voluntariado	Desistiu ?
V.Fr	36	M	9º ano	Não	Não
V.F	23	F	Licenciada em Terapia da Fala	Sim	Sim
V.J	36	F	Licenciada em Serviço Social	Sim	Não
V.A	30	F	Licenciada em Serviço Social	Sim	Sim
V.C	49	F	12º ano Técnica Educativa	Não	Não
V.M	56	F	12º ano	Sim (não oficial)	Não
V. E	55	F	9º ano	Não	Não
V. JM		M	Licenciado em Gerontologia		Não
V. H	24	F	Licenciada em Desporto	Sim	Sim
V.R	27	F	A terminar a Licenciatura em Serviço Social		Sim
V.AP	20	F	12º ano em Gestão de Empresas	Não	Não
V. R	16	F	10º ano	Não	Não

### Apêndice 2 - Dados Encontro de mulheres

1ª Fase (Novembro)	2ª Fase (Dezembro a Março)	3ª Fase (Abril a Julho)
6 Mulheres	10/11 Mulheres	15 Mulheres

### **Apêndice 3 - Entrevistas**

Segue o Guião da Entrevista e as respostas dadas pelos entrevistados. Estas duas entrevistas foram feitas a duas pessoas de grande importância na Freguesia. A primeira realizada à autarca e a segunda ao pároco. Os nomes não são divulgados para não os implicar diretamente.

#### **Entrevista 1:**

Autarca

#### **1ª Considera que R. tem uma população idosa (mais de 70 anos)?**

R. tem uma faixa etária de gente muito jovem, mas por outro lado, tem também uma parte da população idosa. Temos gente com idade ativa para o mercado de trabalho mas que até nem se encontram a trabalhar (jovens recém formados) e gente idosa. São as duas grandes forças da vila.

#### **2ª Apesar de serem, muitos deles, independentes não acha que muitos se encontram isolados?**

Alguns sim, mas parte também pela própria geografia da vila. Muitas pessoas vivem longe do centro da vila e, vivem nas zonas mais altas ou mais baixas o que dificulta a deslocação para a igreja e para outras atividades. Mas em R. funciona muito o sistema de vizinhança. Temos muitos idosos e bons vizinhos, gente que está sempre preocupada e que se acontecer alguma coisa vão contactando.

#### **3ª Quais é que serão os fatores que levam ao isolamento desses idosos?**

Para além da geografia, temos muita gente emigrante e estes idosos já não têm os filhos perto.

#### **4ª Que equipamentos conhece que oferecem atividades lúdicas para os mais velhos?**

Neste momento conheço o Centro Social e Paroquial de R. que oferece esse serviço.

**5º Para os idosos o medo e a ideia de perder a casa e as suas recordações, não pode ser um fator que os condiciona a usufruírem de algumas atividades de R., nomeadamente do Centro de Dia?**

Sim, sobretudo nos lares. O que se vê hoje é um aumento exponencial nos apoios domiciliários, e há uma menor preocupação de atividades nos lares. Hoje questiona-se a ideia do lar como algo prioritário. Sendo que o apoio domiciliário, quando bem organizado, poderá ser uma mais valia para um envelhecimento com qualidade. Isto porque os idosos têm todos (na sua maioria), as suas casas, têm algum carinho e apego aquilo que é seu e têm alguma dificuldade em se deslocar, e o medo perder alguma autonomia

**6º Será que são apenas as dificuldades económicas que levam alguns idosos a se isolarem e a não pedir ajuda?**

Talvez o nível económico seja um bocado controverso. Porque cada caso é analisado consoante os seus rendimentos. Pois os utentes só pagam uma percentagem do seu rendimento para usufruírem de um Lar.

**7º Será que estes idosos consideram que é natural verem as suas capacidades físicas e mentais a ficarem mais débeis com o tempo, desconhecendo que o estímulo as atenua?**

Eles reconhecem isso, alias eles gostam de companhia. Por isso estão sempre à espera que alguém chegue, nem que seja só para 2 minutos de conversa

**8º Na sua perspetiva, o que acha de uma rede de voluntariado que possa suprimir parte dos problemas destes idosos?**

Acho que a Rede de Voluntariado em R. é muito importante. Na minha opinião, neste caso para ajudar idosos, tem de ser aliado a outro serviço já existente. Isto para transparecer confiança, privacidade e respeito aos próprios idosos. Porque existe medos de colocar gente desconhecida dentro de casa. A forma mais fácil seria a ligação ao Centro de Dia. O que lhe traria uma maior dinâmica no apoio domiciliário e quem sabe, a criação de uma nova valência.

É importante que o voluntário tenha formação específica para trabalhar com o idoso. O gosto só não chega e tem de se ter uma formação.

**9º Se neste momento tivesse 80 anos e com as suas faculdades mentais saudáveis, mas por infelicidade da vida os seus familiares mas próximos não pudessem visitar e ou fazer atividades consigo, não iria querer usufruir da companhia de um voluntário?**

Iria gostar claro, de ter pelo menos uma pessoa que passasse de vez em quando pela minha casa para ver como eu estava e para dar "dois dedos de conversa".

**10º Sendo presidente de Junta, o que a levou a colocar no seu manifesto eleitoral o voluntariado em R.?**

Existem muitos jovens em R. licenciados e que não estão a executar. O que pretendemos é dar a oportunidade de, pelo menos, pô-los ao serviço da comunidade esses conhecimentos adquiridos. Se nós, Junta de freguesia, não podemos pagar, pelo menos dá-mos a oportunidade de eles exercerem. E com isto, motivar e dar valor às suas aprendizagens.

**11º O que pensa sobre a Rede VER +? Vê utilidade neste projeto?**

Vejo utilidade. Mas como já referi, seria mais fácil para o projeto se ele fosse aliado ao Centro Social. Integrado no Centro de Dia cresceria muito mais e poderia ser um projeto de referência, mas sendo esta a minha opinião. Sei que haverá uma parceria com o Centro de Dia mas será um trabalho externo, no entanto compreendo a escolha para que não se torne num serviço concorrente.

**Entrevista 2:**

Pároco

**1º Considera que R. tem uma população idosa (mais de 70 anos)?**

Existe imensa gente. Não posso precisar um número. Mas comparativamente com outras freguesias aqui à volta, temos uma população de gente nova.

**2º Apesar de serem, muitos deles, independentes não acha que muitos se encontram isolados?**

Haverá alguns casos isolados. Não sei um número, mas há gente que vive sozinha. Há parte dessa população que têm autonomia e ainda saem de casa. Neste caso, a questão religiosa ainda os faz sair de casa.

**3º Quais é que serão os fatores que levam ao isolamento desses idosos?**

Por um lado é a falta de necessidades. Preferem viver no seu mundo, é uma opção ficarem no seu canto. Por outro lado, existem outros idosos cuja família não é interessada e os deixa um bocado ao abandono.

**4º O que é que o Centro Social e Paroquial de R. pode oferecer aos idosos?**

Em principio, o Centro está atento aos casos de isolamento. Nos casos em que os idosos não querem sair de casa temos os serviços de Apoio domiciliário. Também temos o serviço de Centro de Dia e, daqui a pouco tempo a valência de Lar de Idosos. Temos em conta e ter o cuidado de ir ao encontro das necessidades deles. Por fim, aqueles idosos que não usufruem diretamente destes serviços e querem conviver um bocadinho ainda temos as idas à piscina, a ginástica e alguns convívios.

**5º Para os idosos o medo e a ideia de perder a casa e as suas recordações, não pode ser um fator que os condiciona a usufruírem de algumas atividades de R., nomeadamente do Centro de Dia?**

Sim, sem duvida alguma. Porque as pessoas gostam da sua liberdade e gostam de estar no seu espaço. Por muito aberto que seja o Centro de Dia, há sempre regras que se têm de cumprir (como ex: os horarios das refeições). Por mais autonomia que o Idoso tenha é sempre um risco a instituição deixa-lo sair e fazer as coisas à sua vontade visto que estão sobre a sua responsabilidade.

**6º Será que estes idosos consideram que é natural verem as suas capacidades físicas e mentais a ficarem mais débeis com o tempo, desconhecendo que o estímulo as atenua?**

Julgo que sim. A maioria dos idosos têm necessidade de fazer as suas coisas. Como ainda estamos num meio rural os idosos ainda se entretêm no seu terreno, nos seus galinheiros, etc. E esse afazeres trabalham as suas capacidades e julgo que eles têm consciência disso.

**7º Se neste momento tivesse 80 anos e com as suas faculdades mentais saudáveis, mas por infelicidade da vida os seus familiares mas próximos não pudessem visitar e ou fazer atividades consigo, não iria quere usufruir da companhia de um voluntário?**

Se tivesse 80 anos e se tivesse mentalmente saudável e autónomo, iria preferir sair de casa. Possivelmente iria precisar de um voluntário para me acompanhar nas minhas saídas.

**8º O que pensa sobre a Rede VER +? Vê utilidade neste projeto?**

Tudo o que seja para ajudar os idosos é sempre útil. É claro que um projeto deste tem de ser trabalhado em parceria. Isto para que não se torne um serviço concorrente e se torne um parceiro. Porque as instituições por vezes não têm recursos humanos suficientes e este serviço pode ajudar a instituição. Para além de dar o apoio isolado aos idosos, podem ajudar quando algum idoso na nossa instituição padecer de um acompanhamento especializado e urgente, isto é, para não destacar um colaborador e deixar os outros idosos mais desprotegidos, seria bom usar os vosso serviço para ajudar o idoso em causa.

### **Conclusões (entrevista 1 e 2)**

O voluntariado em R. faz falta, segundo os entrevistados, e deve ser abordado em parceria com outras entidades para se tornar mais credível para a população em geral. Em consequência irá transparecer mais confiança aos idosos que serão alvo da nossa intervenção e aos possíveis familiares. O projeto, em parceria, deve estar aberto a ações que não envolvam só a rotina dos voluntários, mas que vá para além disso, isto é, haver espaço para outras situações esporádicas que possam surgir no seio do Centro Social (por exemplo).

É importante valorizar a autonomia do idoso e nunca retirar-lhe esse "poder" e incutir nele que existe uma preocupação pela população e que este, faz parte de uma comunidade que lhe quer

bem e quer usufruir daquilo que ainda tem para oferecer. Não se pretende que seja um projeto fechado mas que seja inclusivo. Para isso, há abertura para que seja divulgado perante a freguesia para que o projeto cresça e se fortifique.

#### Apêndice 4 - Esquema da Entrevista para os Voluntários

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Profissão: \_\_\_\_\_

Nível Académico: \_\_\_\_\_

1. Como Conheceu a Rede de Voluntariado Ver +?

---

---

---

2. Já fez voluntariado em alguma Organização?

---

---

---

3. O que a leva a querer participar neste projeto?

---

---

---

4. Como se sente a lidar com os idosos?

---

---

---

5. Possui alguma formação ligada à geriatria? E cuidados básicos de Suporte de Vida?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Mediante a sua formação académica, considera que pode "dar" aos outros voluntários algumas técnicas para ligar com os idosos?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Que disponibilidade tem para receber formação?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8. Sentir-se-á à vontade para estar pelo menos uma vez por semana com uma pessoa idosa (mediante a sua disponibilidade)?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. Acha que este projeto é uma mais valia para Ronfe?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Apêndice 5 - Inquérito de Avaliação aos Voluntários

1. Como classifica a Rede de voluntariado V.E.R +.		
Fraca <input type="checkbox"/>	Razoável <input type="checkbox"/>	Boa <input type="checkbox"/>

2. Considera as Formações obtidas importantes?		
Sim <input type="checkbox"/>	Não <input type="checkbox"/>	Sem opinião <input type="checkbox"/>

2.1 Qual considerou mais importante? (Assinale 2)		
Ser Voluntário <input type="checkbox"/>	Ginástica para Idosos <input type="checkbox"/>	Gerontologia <input type="checkbox"/>
Higiene e Memória <input type="checkbox"/>	Suporte Básico de Vida <input type="checkbox"/>	Animação <input type="checkbox"/>

		Sociocultural
--	--	---------------

### 2.1.1 Porquê?

--

### 3. Como classifica a sua experiência no acompanhamento ao idosos?

Fraca <input type="checkbox"/>	Razoável <input type="checkbox"/>	Boa <input type="checkbox"/>
--------------------------------	-----------------------------------	------------------------------

### 3.1 Como se sentiu com esta experiência?

Mal <input type="checkbox"/>	Normal <input type="checkbox"/>	Bem <input type="checkbox"/>
------------------------------	---------------------------------	------------------------------

### 3.2 De forma sucinta o que alterava?

--

## Apêndice 6 - Plano Individual do Idoso

### Plano Individual do Idoso (parte informativa)

#### Caracterização Pessoal

Nome:

---

Data de Nascimento:

Idade:

---

Morada:

---

Contacto telefónico:

---

---

Escolaridade:

---

Antiga(s) Profissão(ões):

---

Estado Civil:

---

Nº de Filhos:

---

### **Vida Quotidiana**

---

Com quem habita?

---

Quantas pessoas pertencem ao agregado familiar?

---

Tem quarto pessoal?

---

É autónomo(a) ou dependente?

---

Quais são as suas maiores dificuldades?

---

---

### **Interesses**

---

O que mais gosta de fazer?

---

---

O que mais gosta que lhe façam?

---

---

O que não gosta de fazer?

---

---

---

Qual o seu prato preferido?

---

---

O que não gosta de comer?

---

---

---

Onde gostava de ir?

---

---

O que gostava de fazer quando era mais novo(a)?

---

---

Quais são os seus desejos?

---

---

Outras informações:

---

---

---



# Comemorações dos 80 Anos Casa do Povo - R. Romão

*21 de Março Sexta-feira*  
21h30 - Espetáculo com a Prata da Casa:

- Encontro de Mulheres;"
- Danças de Salão;
- Dança Criativa;
- Ritmos;
- Escola de Música Musiminho;"
- Grupo de Teatro: Oh Poça - Grão a grão...



*22 de Março Sábado*  
21h30 - Flower Power  
DJ Convidados:

- Mister Cox
- Cookies DJ's (Carina)

Comediante Televisivo:

- Hugo Sousa



*23 de Março Domingo*  
15h00 - Whorkshop de Judo

- Pinturas faciais
- Modelagem de balões

*28 de Março Sexta-feira*  
09h00 - Hastear da Bandeira

*29 de Março Sábado*  
16h30 - Sessão Solene

- Homenagem a diferentes personalidades;
- Apresentação da música da Casa do Povo;
- Animação por parte do músico Jonel.

**Esta casa é tua. PARTICIPA!!!**



**Entrada Grátis**