
CULTURA

e

PARTICIPAÇÃO

Animação



em

Sociocultural

contextos

ORG.

Ana Fontes
Jenny Gil Sousa
Maria de São Pedro Lopes
Sara Mónico Lopes

Iberoamericanos

FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Cultura e Participação: Animação Sociocultural
em Contextos Iberoamericanos

EDITOR

RIAP - Associação Rede Iberoamericana
de Animação Sociocultural – Nodo Português

ORGANIZADORAS

Ana Fontes
Jenny Gil Sousa
Maria de São Pedro Lopes
Sara Mónico Lopes

CAPA E PROJETO GRÁFICO

Leonel Brites

ISBN

978-989-20-5122-2

outubro 2014

CULTURA
E PARTICIPAÇÃO

*Animação
Sociocultural
em contextos
Iberoamericanos*

ORGS.

Ana Fontes
Jenny Gil Sousa
Maria de São Pedro Lopes
Sara Mónico Lopes



Índice

Nota introdutória	7
ARTIGOS	
Programação Educativa: uma ferramenta e um desafio à criatividade <i>Ana Isabel Apolinário</i>	II
Serviços educativos – espaços de participação e negociação? Que desafios? Um breve contributo para reflexão <i>Susana Gomes da Silva</i>	14
Podem os Museus ser espaços para construção de experiências pessoais e lugares de memórias como património espiritual? <i>Catarina Loureiro de Moura</i>	18
A ASC numa autarquia: um palco para uma cultura de participação <i>Ana Gama, Tatiana do Carmo</i>	21
Motivar para <i>querer aprender</i>: o papel educativo da Associação <i>Corvos do Lis</i>. <i>Rita Basílio</i>	30
Família: desenvolvendo vínculos comunitários Lazer e participação cidadã <i>Deise Rodrigues Sartori, Paula Caroline de Oliveira Souza</i>	39
“Um dia na aldeia” – projeto para a valorização do mundo rural <i>Cezarina Santinho Maurício</i>	52
“Despertando Conciencias” <i>Merxe Montaner Darás</i>	56
Desenvolvimento humano e mediação – construção de uma identidade <i>Maria João Sousa Santos</i>	69
Os desafios do animador sociocultural na rutura com o conceito de turismo tradicional <i>Anabela Monteiro</i>	77
A elaboração de materiais didáticos para a promoção da cidadania em contexto escolar (pressupostos teóricos) <i>Pedro David Borronha de Pinho</i>	88
Educação e intervenção junto de crianças e jovens em situação de risco social <i>Joana F. Tomé Romano, Filipe M. M. Raminhos</i>	98

Estudantes de animação sociocultural: percursos traçados entre a formação e o mundo do trabalho <i>Carla Cibele Figueiredo</i>	III
A leitura: um sopro sensível de cultura social <i>Catarina Mangas, Paula Cristina Ferreira</i>	I22
Animação sociocultural e terceira idade <i>Maria Conceição Antunes, Joana Pereira</i>	I35
Participação dos idosos: percursos construídos por finalistas da licenciatura em animação sociocultural <i>Ana Gama, Ana Teodoro, Ana Simões</i>	I46
AUCA, PROJECTES EDUCATIUS: la gestion de projectos socioculturales desde la iniciativa empresarial <i>Ximo Valero</i>	I60
Superar o luto: as atividades socioculturais na intervenção com as pessoas idosas institucionalizadas <i>Jenny Gil Sousa</i>	I69
O ballet clássico e as práticas de animação sociocultural <i>Jéssica da Silva Botossi</i>	I8I
Contextos e oportunidades de aprendizagem e o desenvolvimento das identidades musicais das crianças <i>Sandrina Milhano</i>	I89
O papel do animador sociocultural no SESC <i>Andréa de Araujo Nogueira</i>	I99
À procura de uma identidade vocal: A importância da preparação vocal no processo de formação de um animador <i>Ana Margarida D'Aires Pinto Basto Carreira</i>	209
Práticas musicais e artísticas e a (re)construção de identidades numa comunidade sénior <i>Sandrina Milhano</i>	223
Participação, expressão e criatividade em experiências com a linguagem plástica desenvolvidas em espaços educativos por animadores em formação <i>Lúcia Grave Magueta</i>	234

Rua, praça e ponte: os encontros circenses-malabarísticos como uma opção cultural no Brasil	
<i>Olívia C. F. Ribeiro, Marco A. C. Bortoleto, Jéssica Montanini</i>	242

Criação artística na Fundação de Serralves	
<i>Manuel Gama</i>	254

O papel do Animador na intervenção com população em situação de sem-abrigo	
<i>Ana da Conceição de Jesus Fontes, Joana Ferreira Louro Silva</i>	266

RELATOS

“Promoción de la lectura y TIC, acercamiento participativo al libro y la escritura”	
<i>Carlos Torrado Lois, Gabriela Di Landro, Walter Sollier</i>	280

Xistórias – performance e animação como resposta comunitária à exclusão digital	
<i>Eunice Gonçalves Duarte, Mário Montez</i>	282

“Promoción de salud y TIC, adolescencia saludable, presente.”	
<i>Prof. Carlos Torrado Lois</i>	293

Levadas da região autónoma da Madeira: Património natural e cultural	
<i>Laura Patrícia Silva Fernandes e Ana Lopes</i> – IPG.....	295

Lazer e envelhecimento na perspectiva do envelhecimento saudável.	
<i>Douglas Silva Ribeiro, Andrea Viude</i>	303

Workshops de Estratégias de Animação Sociocultural	
<i>Diana Lopes, Catarina Serra, Patrícia Silva e Mariline Silvestre</i>	305

POSTERS	309
----------------------	-----

Artigos

Animação sociocultural e terceira idade

Maria Conceição Antunes

Instituto de Educação – Universidade do Minho

Joana Pereira

Instituto de Educação – Universidade do Minho

Resumo

O fenómeno do aumento do envelhecimento humano pela sua expansão e intensidade tem vindo a impulsionar alterações significativas relativamente aos serviços e cuidados de apoio à população idosa. Na sequência destas preocupações, atualmente, as instituições de apoio ao idoso procuram responder não só às necessidades básicas, nomeadamente, alimentação, higiene e cuidados médicos mas, simultaneamente, incentivam a promoção da saúde e participação e promoção da vida social.

Neste enquadramento, a animação sociocultural na terceira idade tem vindo a ser uma metodologia de intervenção favorecedora do desenvolvimento da qualidade de vida da população idosa, promovendo a sua saúde física e mental, a dimensão dos afetos e das relações facilitando a continuidade de uma vida com sentido e com qualidade integrada na família e na comunidade.

O presente trabalho pretende cumprir dois objetivos: i) apresentar um programa de intervenção com a população idosa em contexto institucional, operacionalizado com base na metodologia da animação sociocultural que envolveu a conceção, implementação e avaliação de dez projetos de curta duração desenvolvidos em instituições de apoio à população idosa, designadamente, dois lares e oito centros de dia; ii) ilustrar este programa através da descrição de um dos projetos desenvolvidos.

Introdução

Enquanto modalidade de intervenção educativa que supõe a implicação e participação ativa das populações na resposta às suas necessidades e expectativas com vista ao aumento da qualidade de vida e bem-estar, na perspetiva de Ventosa (2009) a animação sociocultural com pessoas idosas é, não apenas uma das mais recentes especialidades de animação sociocultural, mas, também, a que apresenta maiores perspetivas profissionais futuras, dado o progressivo aumento da esperança de vida humana.

Efetivamente, numa sociedade em que o envelhecimento da população se tem vindo a revelar um fenómeno progressivo e transversal ao mundo desenvolvido, revelam-se cada vez mais importantes as questões em torno do envelhecimento, da

velhice e do bem-estar da população idosa. O aumento significativo da esperança média de vida da população fez emergir uma série de transformações e desafios de entre os quais o imperativo de responder às necessidades e exigências da população idosa, de forma a proporcionar um envelhecimento ativo e bem sucedido, ou seja, proporcionar qualidade de vida e bem-estar nesta fase entendida, hoje, como uma nova etapa da vida em que continuam abertas as possibilidades de desenvolvimento pessoal e social (Ventosa, 2009; Leandro, Dias & Leandro, 2010; Jacob, 2007; Osório & Pinto, 2007; Fonseca, 2005).

Esta nova perspetiva evidencia a possibilidade de um envelhecimento ativo e bem sucedido, centrado na manutenção e/ou estimulação, quer das capacidades físicas e psicológicas, quer das dimensões afetivas e emotivas.

A animação sociocultural apresenta-se como um novo paradigma de intervenção com idosos caracterizado por atribuir ao idoso o papel de protagonista da sua história de vida e por uma postura ativa e participativa apostada na promoção da relação interpessoal e da participação social com vista a possibilitar a continuidade da integração do idoso no seu universo familiar e comunitário favorecendo, assim, a manutenção de uma vida com sentido e com qualidade.

Sabemos que o envelhecimento humano é um fenómeno que se caracteriza por ser um processo de transformações que vão ocorrendo ao longo da vida, transformações do organismo que vão desde a aparência física, às manifestações cognitivas e comportamentais, e alterações concernentes aos papéis sociais, experiências e relações estabelecidas e vividas ao longo dos anos (Portella, 2004; Parente, 2006). Nesta perspetiva que entende o envelhecimento como um processo a ocorrer ao longo da vida, a manutenção do bem-estar e da qualidade e sentido da vida na terceira idade prepara-se e, neste enquadramento, afigura-se necessário levar a cabo estratégias de prevenção e promoção de um envelhecimento ativo e bem sucedido, ou seja, desenvolver modalidades de intervenção educativa com vista a sensibilizar e consciencializar os indivíduos para a importância das estratégias de melhoria do seu estado de saúde, para a sua participação na sociedade, para a manutenção da rede de relações interpessoais, etc.

Para além do trabalho a desenvolver com os idosos no sentido da promoção de um envelhecimento com mais qualidade acresce, ainda, a necessidade de desenvolver um trabalho educativo com os adultos com o objetivo de “(...) preparação para o processo de envelhecimento, aposentação, adaptação aos novos papéis sociais, e por fim a preparação para a última fase de vida (morte, aprender a despedida)” (Fragoso, 2012, p. 173).

Tendo em consideração os benefícios da animação sociocultural para a população idosa o Nodo do Minho da Rede Iberoamericana de Animação Sociocultural em parceria com o Mestrado em Educação, área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, do Instituto de Educação da Universidade do Minho desenvolveu um programa de intervenção educativa com idosos, em contexto institu-

cional, baseado na metodologia da animação sociocultural que envolveu a concepção, implementação e avaliação de 10 projetos de curta duração desenvolvidos em instituições de apoio à população idosa, designadamente, dois lares e oito centros de dia. O programa integrou um conjunto de 120 participantes, maioritariamente idosos mas, também, alguns adultos com problemas de foro mental, todos partilhando a característica de frequentarem instituições de apoio à população idosa.

Para o desenvolvimento do programa entramos em contacto com as instituições de apoio à população idosa que de imediato e com agrado aceitaram a nossa proposta de intervenção durante um período de três meses e com a duração de uma ou duas tardes por semana. A finalidade dos projetos de intervenção consistiu na promoção do bem-estar e da qualidade de vida, através da implicação dos próprios idosos na transformação das suas formas e condições de vida.

Não obstante o facto de cada projeto ter sido concebido e implementado tendo em consideração a realidade social da comunidade a que se destinava e os interesses e necessidades da população envolvida, todos eles foram desenvolvidos com base na dinamização de atividades lúdico-formativas, através da estratégia de intervenção da animação sociocultural na vertente socioeducativa. Neste enquadramento foram trabalhadas questões que favorecem a integração do idoso numa nova fase da vida e questões que promovem o desenvolvimento pessoal, ou seja, favorecedoras da promoção da educação/formação permanente do idoso.

Integradas na perspetiva de uma intervenção socioeducativa as atividades desenvolvidas, para além de uma função recreativa tinham, também, um função formativa potenciando o desenvolvimento integral da população idosa (Ander-Egg, 2000, 2009; Ventosa, 2007; Serrano, 2007). Assim, procurámos responder às necessidades e interesses dos idosos, através de estratégias que estimulassem a sua motivação e autoconfiança, de forma a que a sua participação nas atividades a desenvolver se tornasse efetiva. O que caracterizou esta intervenção foi, efetivamente, o modo como procurámos satisfazer as necessidades dos idosos, ou seja, os métodos que utilizámos para ativar e estimular as suas potencialidades enquanto agentes ativos do seu próprio desenvolvimento, potenciando a passagem de “públicos espectadores” a “participantes-actores” (Ander-Egg, 1988, p.38).

Apesar de se tratar de uma intervenção de curta duração os resultados foram muito positivos, dado que na avaliação final os participantes de todos os projetos foram assertivos ao referirem que a intervenção tinha contribuído para aprendizagens significativas e, de um modo muito particular, para a melhoria do bem-estar e da boa-disposição consequência das atividades lúdico-formativas e de convívio desenvolvidas que ajudaram, fundamentalmente, a combater a desânimo, o isolamento e a solidão.

Esta experiência de trabalho reiterou a importância da animação sociocultural como intervenção promotora de aprendizagens, do bem-estar e da qualidade de vida junto da população idosa.

Para ilustrar o programa realizado passaremos a apresentar, de seguida, a descrição de um dos projetos desenvolvidos.

O Projeto “A Magia de Viver”

O projeto “A Magia de Viver!”, foi desenvolvido numa Instituição de Apoio à Terceira Idade com valência de Centro de Dia que se caracteriza pela particularidade de integrar não só idosos mas também adultos com problemas de foro mental. O projeto teve como finalidade a promoção de relações interpessoais entre os utentes, e desenvolveu-se com recurso à metodologia de intervenção da animação sociocultural, enquanto um conjunto de técnicas sociais que baseadas numa pedagogia participativa promove nos agentes sociais o desenvolvimento de práticas e atividades voluntárias com vista à melhoria das condições e qualidade de vida (Ander-Egg, 2000).

Dado os participantes do projeto serem adultos e idosos cujas capacidades são diminuídas e/ou em fase de diminuição, consideramos fundamental optar por uma intervenção no sentido de minimizar o aumento dos défices físicos e cognitivos de modo a proporcionar melhor qualidade de vida. A opção pela animação justifica-se pelo facto de esta estratégia de trabalho ajudar as pessoas a sentirem-se mais capazes de realizar atividades, incentivando-as ao convívio e à relação e, conseqüentemente, levando-as a sentirem-se uteis e bem com elas próprias e com os outros. A animação permitiu de forma lúdica despertar o movimento e sobretudo a motivação para as atividades tornando, assim, os utentes os agentes do seu próprio desenvolvimento, favorecendo o dinamismo da instituição de acolhimento, o bem-estar dos utentes e a sua qualidade de vida (Jacob, 2007).

O projeto desenvolveu-se com base em atividades de expressão plástica, expressão motora e estimulação cognitiva que pretenderam satisfazer os interesses e necessidades da população envolvida, tendo como objetivo contrariar as situações de solidão, isolamento e falta de vontade para aproveitar o tempo livre de forma proveitosa e criativa potenciando maior bem-estar.

Metodologia

Finalidade e Objetivos

O projeto teve como finalidade a promoção do bem-estar e da qualidade de vida, através da implicação dos próprios idosos na transformação das suas formas e condições de vida. Considerando os objetivos os pressupostos que se pretendem alcançar com a execução de uma ação (Serrano, 2008), tendo em conta os problemas detetados na fase de diagnóstico, com vista à amenização ou solução das necessidades sentidas, delineámos como objetivos para atingir a finalidade traçada: i) fomentar momentos de socialização e de lazer; ii) reforçar a destreza física e mental dos utentes; iii) criar momentos de reflexão e desenvolvimento pessoal.

Participantes

O público abrangido pelo projeto constituiu um grupo de 13 pessoas, a maioria do sexo masculino (oito homens), e cinco elementos do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 37 e os 83 anos. A grande variação etária deve-se ao facto de os participantes mais jovens (sete adultos com idades compreendidas entre os 37 e os 54 anos) serem adultos com problemas de foro mental, os restantes seis são idosos com idades compreendidas entre os 68 e os 83 anos. A maioria dos utentes são solteiros, no entanto cinco são casados e têm filhos, alguns vivem sozinhos, ainda que tenham a ajuda de familiares, outros vivem com os conjugues ou com outros familiares.

Quase todos os participantes são autónomos com exceção de um que apresenta falta de equilíbrio, no entanto face aos problemas de foro mental muitos necessitam de acompanhamento para garantia da sua própria segurança pessoal. Não obstante terem boa mobilidade, apresentam problemas de saúde relacionados com patologias muito diversificadas desde Alzheimer, Parkinson, Deficiência Mental, problemas psiquiátricos, cardíacos, respiratórios e outros, constituindo um grupo com graves problemas de saúde.

Caracterizam-se, também, por serem pessoas, maioritariamente, com baixos níveis de escolaridade: duas pessoas não frequentaram a escola; duas têm o 2º ano do ensino básico; duas o 3º; quatro o 4º e duas o 6º ano de escolaridade, apenas uma possui uma licenciatura.

Quanto às profissões exercidas antes da reforma são diversificadas, destacando-se um utente que possui licenciatura em Engenharia Geológica, sendo o único com elevada escolaridade; dois utentes nunca trabalharam devido a problemas mentais; dois foram mecânicos; um motorista; duas costureiras; duas domésticas; uma operadora fabril e outra trabalhou nas limpezas.

Método e Técnicas

De acordo com Greenwood (1965) o método define-se como “um dispositivo ordenado, um procedimento sistemático, um plano geral”, por outro lado, as técnicas são uma “aplicação específica do plano metodológico e a forma especial de o executar” (p.314). Numa investigação social é sempre utilizado um ou mais métodos de trabalho, tendo sempre em atenção os objetivos da investigação, como referem Pardal & Correia (1995, p.7) “não se trata (...) de arquitectar um somatório de técnicas, mas de conceber os traços fundamentais de um percurso de trabalho global, sustentado por referentes teóricos em que as técnicas têm lugar”.

Para desenvolver o nosso projeto orientámo-nos pelo paradigma interpretativo ou qualitativo, enquanto paradigma de investigação que procura compreender o comportamento e experiência humana e os significados que os agentes sociais lhe atribuem (Bogdan & Biklen, 1994) dado que pretendíamos compreender o significado que os acontecimentos e interações tinham para os idosos no sentido de melhorar as

suas relações interpessoais e bem-estar. Por tratar-se de um projeto de intervenção, recorreremos à investigação-ação-participativa por ser uma orientação metodológica que supõe simultaneamente a investigação e a ação, pressupondo a participação ativa dos participantes entendidos não como meros objetos de investigação mas agentes ativos do processo de construção do conhecimento e transformação da realidade em que estão integrados (Ander-Egg, 1990). Neste enquadramento e face à finalidade do nosso projeto a metodologia da animação sociocultural evidenciou-se, também, muito útil na medida em que incentivou à motivação e participação dos agentes sociais na tomada de consciência dos seus problemas e necessidades e na negociação e ação com vista à sua resolução (Viveiros, 2011).

Quanto às técnicas de investigação utilizámos: a análise documental, a observação, as conversas informais e o inquérito por questionário, no que concerne às técnicas de intervenção, utilizámos as técnicas de animação sociocultural designadamente: as técnicas de formação e de expressão artística e lúdica.

Procedimentos

De forma a identificar as necessidades e interesses dos participantes do projeto, iniciámos por realizar um acompanhamento e uma pesquisa prévia, durante algum tempo, junto da população com a qual pretendíamos intervir no sentido de levar a cabo uma avaliação diagnóstica que permitisse a compreensão das situações problema existentes, pois um bom diagnóstico é a garantia da adequação e eficácia de qualquer projeto de intervenção (Guerra, 2002; Pardal & Correia, 1995; Serrano, 2008; Robertis, 2011).

O primeiro contacto com um profissional da instituição, através de uma conversa informal e a análise de alguns documentos por ele facultados, deram-nos acesso a um conjunto de informações gerais sobre os participantes do projeto. A observação direta que fomos realizando facilitou a aproximação e a confiança dos utentes, permitindo obter informações mais específicas de cada um deles e do funcionamento da instituição designadamente: tentativas de fuga de um dos utentes; inexistência de atividades de ocupação durante o período da manhã; falta de estimulação física e cognitiva dos utentes; falta de acompanhamento profissional; etc.

Através do inquérito realizado constatámos que os participantes no projeto são pessoas com variados problemas de saúde, sendo os mais preocupantes os problemas psíquicos, psiquiátricos e deficiência mental.

Quando questionámos se gostavam de realizar atividades e quais as atividades que gostariam de realizar, todos os utentes afirmaram gostar de realizar atividades e do grande elenco de atividades mencionadas, das que reuniram maior número de adeptos contam-se: ouvir música; pintura; trabalhos manuais; ginástica e passear.

Partindo dos dados fornecidos pela avaliação de diagnóstico, procedemos ao planeamento da nossa intervenção que desenvolvemos na oficina do lúdico e da expressão artística que pretendeu ser um espaço de estimulação e manutenção de ca-

pacidades físicas e intelectivas onde os participantes eram incentivados a explorar a criatividade e intensificar a comunicação e relação interpessoal.

Oficina do Lúdico e da Expressão Artística

A oficina do lúdico e da expressão artística subdividiu-se em dois grupos de atividades, um relacionado com a realização de trabalhos manuais, utilizando várias técnicas como: desenho, pintura, colagem, etc. , outro com a realização de sessões de desporto ao ar livre. No âmbito da expressão artística foram realizadas várias atividades:

- a “Árvore BomFim” que depois de desenhada, foi pintada com tintas acrílicas pelos utentes e onde foram penduradas as fotografias de todos os utentes com os respetivos nomes e data de nascimento, ficando exposta na sala de estar.
- as “Mãos da Sabedoria”, cada utente desenhou a sua mão e escreveu nos dedos três qualidades e dois defeitos.
- “A Magia da Primavera” atividade que consistiu na pintura de garrafas e garrafões que serviram de vasos e no desenho e pintura de flores que foram posteriormente colocadas nos vasos que foram usados para decorar a sala de estar.

As atividades de trabalhos manuais contribuíram não só para uma ocupação saudável dos tempos livres mas, também, para promover um envelhecimento mais ativo dado potenciar a manutenção da dimensão motora, estimular a criatividade e favorecer as relações interpessoais. “O que se pretende com estas actividades é que [...] todos tenham a oportunidade de se manifestar de forma criativa, as suas ideias e valores do mundo, a sua forma de ver e interpretar as coisas” (Ander-Egg, 2000, p. 354).

As sessões de desporto serviram o propósito de sensibilizar o idoso para a importância da prática de exercício físico na terceira idade, salientando a ideia de que uma vida ativa contribui para a melhoria da qualidade de vida. Para estas sessões serviu a atividade “Idobowling” que usando as garrafas pintadas como pinos motivou os utentes para aproveitarem o ar livre e jogarem bowling.

Resultados

A avaliação é algo natural e presente em muitas atividades do nosso quotidiano que permite analisar se os resultados das nossas práticas foram ao encontro do que definimos inicialmente. A avaliação é, pois, uma dimensão importante no desenvolver de um projeto, na medida em que permite saber quais os objetivos que estão a ser cumpridos, e definir ou redefinir decisões para que a finalidade do projeto se cumpra. Neste sentido, assume-se a avaliação como “(...) uma atividade empreendida com vista a determinar se um programa resulta em conformidade com os objetivos planeados” (Erasmie & Lima, 1989, p.105).

A avaliação foi um processo transversal ao nosso trabalho, desde uma fase inicial,

aquando da avaliação diagnóstica, passando pela avaliação contínua, até à avaliação final dos resultados da intervenção. Por questões de espaço apresentaremos apenas a avaliação final que realizámos através de um inquérito de satisfação passado aos utentes que procurou produzir informação sobre o resultado das atividades em termos de eficácia e eficiência (Capucha et al, 1996).

Apresentação e discussão dos resultados do inquérito por questionário aplicado aos idosos. Relativamente à questão inicial, “Gostou de participar nas atividades realizadas?” todos os participantes responderam afirmativamente. Após um trabalho de sensibilização e motivação, todos os utentes se foram progressivamente integrando nas dinâmicas da oficina, de forma que no final da intervenção os participantes mostraram-se bastante satisfeitos por participarem no projeto. Relacionamos este facto não só com a ausência deste tipo de atividades na instituição mas, também, à importância que os idosos atribuíram à criação de um espaço de convívio e interação social, constituindo-se esta dimensão um dos objetivos do projeto.

Quando procurámos saber porque gostaram de frequentar a oficina, os idosos apontaram várias razões, sendo as que reuniram um maior número de respostas “estar ocupado” e “ser bonito o que se faz”. Como referiu um utente com problemas do foro mental “*Quando estou ocupado não penso em fugir*” (A1). Estes dados corroboram a literatura de referência que releva a importância da integração em atividades na promoção do bem-estar e do envelhecimento bem sucedido. As atividades proporcionam momentos de lazer, aprendizagem e descontração, fazendo com que os idosos se sintam uteis e não pensem em assuntos desagradáveis.

No que concerne à questão “Qual a atividade que mais gostou e porquê?” a atividade que decisivamente mais agradou foi a “Árvore Bomfim”, seguida da atividade “Mãos de Sabedoria”. Os utentes adoraram ver a árvore com as suas fotografias expostas e a sua mão com algumas das suas características. Os participantes referiram que o motivo que os levou a eleger estas atividades como as preferidas se prende com o facto de elas terem promovido a relação interpessoal e a socialização como revela o testemunho seguinte: “*Este tipo de atividades faz mais união no grupo*” (A5).

Relativamente à questão “Quais as vantagens das atividades” a maioria das respostas recaiu sobre “ocupação do tempo” e “distração” surgindo ainda outros indicadores como “aprender a fazer coisas novas” e “união do grupo”.

Como refere Osório (2005), é importante desenvolver ações em que os adultos se sintam implicados e integrados, de forma a obter um maior sucesso na intervenção. Os idosos sentindo-se integrados estavam motivados e satisfeitos e, conseqüentemente, perceberam e viveram a passagem pela oficina do lúdico e da expressão artística como algo vantajoso e positivo.

Corroborando a literatura de referência os dados obtidos permitem realçar que a participação dos idosos em atividades congrega vários benefícios pois, para além de pre-

encher o tempo livre de uma forma saudável e enriquecedora, cria novos objetivos de vida, permite a partilha e a aprendizagem de novos conteúdos e promove a socialização.

Ao nível do bem-estar, estas dinâmicas produzem, também, resultados positivos dos quais podemos destacar o aumento da autoestima e da motivação, que se traduzem numa maior vontade de se cuidar, de viver e de ter novos objetivos de vida. Todos estes aspetos são significativos do ponto de vista da qualidade de vida pois, no período da velhice é importante que os idosos consigam manter os seus objetivos e projetos de vida; as suas atividades de vida diária, as atividades físicas, cognitivas e sociais que lhes permitam ser autónomos, manter a sua qualidade de vida e usufruir de uma velhice bem sucedida (Paúl, 2005).

Considerações Finais

Tal como os resultados do estudo que aqui apresentámos, os resultados de todos os outros projetos integrados neste programa de intervenção socioeducativa com idosos levam-nos a afirmar que a animação sociocultural se revela uma estratégia excelente na promoção de um envelhecimento mais ativo. Os dados recolhidos concernentes à avaliação dos diversos projetos são coincidentes no que se refere à relevância da intervenção socioeducativa com idosos, desde o gosto e a satisfação com que os idosos se referem à participação nas atividades, aos novos conhecimentos adquiridos, à oportunidade de descobrir competências adormecidas, ao favorecimento das relações interpessoais e, conseqüentemente, a uma melhoria significativa do bem-estar.

Esta metodologia enquanto estratégia que incentiva a motivação e a participação potencia a participação dos idosos na construção do seu próprio futuro e no da comunidade, desencadeando um maior dinamismo nos idosos ajudando-os a sentirem-se mais ativos e mais integrados e, por consequência, mais felizes e saudáveis. Por outro lado, ao favorecer o convívio, as relações e laços sociais desempenha um importante papel ao nível do isolamento e da exclusão social. Ao promover a manutenção e/ou estimulação das capacidades físicas e cognitivas, o desenvolvimento da criatividade e de laços sociais, favorece a estabilidade emocional e um maior bem-estar físico, psicológico, social e espiritual. Como refere Ander-Egg (2009, p.246) “as amizades e as relações sociais são um medicamento fundamental para todas as idades, mas de maneira especial para os idosos”.

O programa de intervenção levado a cabo reitera a importância da animação com a população idosa, pois, ao proporcionar o convívio e a ocupação dos tempos livres de uma forma educativa, lúdica, ativa e saudável contribui para a promoção do envelhecimento ativo e bem sucedido. Partindo de uma perspetiva que entende a velhice como um período de desenvolvimento do ser humano, a animação sociocultural revela-se um instrumento dinamizador do processo social, cultural e educativo orientado a criar formas participativas transformando os idosos em agentes ativos da sua própria história.

Referências Bibliográficas

- Ander-Egg, E. (2000). *Metodología e prática dela animación sociocultural*, Madrid, Editorial CCS.
- Ander-Egg, E. (1988). *Qué es la animación socio-cultural ?* Santa Cruz de Tenerife, Cabido Insular de Tenerife.
- Ander-Egg, E. (1990). *Repensando la investigación-acción participativa*, México, Editorial El Ateneo.
- Ander-Egg, E. (2009). Como envelhecer sem ser velho: a animação sociocultural como meio de dar anos à vida e vida aos anos. In J. Pereira ; M. Lopes. (Coords). *Animação sociocultural na terceira idade*, Amarante, Intervenção - Associação para a promoção e Divulgação Cultural, pp. 240-248.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*, Porto, Porto Editora.
- Capucha, L. Almeida, J. Pedroso, P., & Silva, J. (1996). Metodologias de avaliação: o estado da arte em Portugal, In *Sociologia problemas e práticas*, N° 22, pp. 9-27.
- Erasmie, T. & Lima, L. (1989) *Investigação e projetos de desenvolvimento em educação*, Braga, Unidade de Educação de Adultos, Universidade do Minho.
- Fonseca, M.A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*, Lisboa, Clepepsi Editores.
- Fragoso, V. (2012). Gerontologia educativa e promoção do envelhecimento ativo. In Cláudia Moura (Ed.) *Processos e estratégias do envelhecimento: intervenção para o envelhecimento ativo*, Porto, Euedito, pp.165-177.
- Guerra, I. (2002). *Fundamentos e processos de uma sociologia de acção - Planeamento em Ciências Sociais*, Cascais, Princípa.
- Greenwood, E. (1965). Métodos de Investigação Empírica em Sociologia. *Análise social*, vol.2, nº11, pp. 313-345.
- Jacob. L. (2007). *Animação de idosos: actividades*, Porto, Âmbar.
- Leandro, M. E., Dias, I., Leandro, A. S. (2010), Fragilidades e sentimentos no outono da vida, *Revista da Misericórdia de Braga*, nº 6, pp. 137-164.
- Osório, A. & Pinto, F. (Coord.). (2007). *As pessoas idosas. Contexto social e intervenção educativa*, Lisboa, Instituto Piaget.
- Osório, A. (2005). *Educação permanente e educação de adultos*, Lisboa, Instituto Piaget.
- Parente, M. A. (2006). Envelhecimento: um processo adaptativo multifatorial. In: M. A. Parente, (Org.) *Cognição e envelhecimento*, Porto Alegre: Artmed, pp. 17-18.
- Pardal, L. & Correia, E. (1995). *Métodos e técnicas de investigação social*, Porto, Areal Editores.
- Portella, M. (2004). *Grupos de Terceira Idade: a construção da utopia do envelhecer saudável*, Passo Fundo, UPF.
- Paul, M. (. (2005). *Envelhecimento ativo e redes de suporte social*, Porto, ICBAS-UP.
- Robertis, C. (2011). *Metodologia da intervenção em trabalho social*, Porto, Porto Editora.

- Serrano, P.G. (2007). Qué es la animación sociocultural?. In X., M. Cid, Américo Peres (Editores). *Educación social, animación sociocultural e desarrollo comunitario*.Vigo, Universidade de Vigo, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, pp.197-205.
- Serrano, G. P. (2008). *Elaboração de Projectos Sociais – Casos Práticos*, Porto, Porto Editora.
- Ventosa, V. P. (2009). Animação sociocultural e terceira idade. In J., Pereira & M., Lopes (Coords). *Animação sociocultural na terceira idade*, Amarante, Intervenção – Associação para a promoção e Divulgação Cultural, pp. 333-341.
- Viveiros, A. L. (2008). Os desafios que se colocam à animação sociocultural. Uma visão a partir da região autónoma da Madeira, *Revista Iberoamericana Animador Sociocultural*, N° 2, pp. 110-121.