

Envelhecer Activamente - Actividades de dinamização da leitura, da escrita e do conto, numa Instituição da Terra Fria Transmontana

Márcia Adosinda Ferreira

*Trabalho de Projecto apresentado à Escola Superior de
Educação de Bragança para obtenção do Grau de Mestre em
Educação Social*

Orientado por

Professor Doutor Henrique da Costa Ferreira

**Bragança
2011**

RESUMO

Descreve-se um trabalho de projecto que se realizou com idosos institucionalizados numa instituição da Terra Fria Transmontana.

Tanto a interveniente como o público-alvo são percebidos como sujeitos de interacção e como co-construtores do seu desenvolvimento.

Os objectivos principais do trabalho são: 1) constituir um quadro teórico que permita compreender, interpretar e gerir o envelhecimento activo através da dinamização da leitura, da escrita e do conto; 2) descrever o plano de actividades, o processo de desenvolvimento de actividades de dinamização da leitura, da escrita e do conto, e respectiva avaliação, junto de idosos institucionalizados e em processo de desprovimento ao nível destas áreas funcionais, devido ao isolamento e passividade a que são votados.

Utiliza-se a metodologia qualitativa do trabalho de projecto, centrada num caso institucional, no processo de desenvolvimento das actividades e sua análise.

Discutem-se os resultados do estudo concluindo-se que o processo de envelhecimento activo requer: 1) motivação, tanto da parte dos idosos como do pessoal da instituição; 2) preparação antecipada e actividade contínua para não deixar cair o idoso em desprovimento funcional das suas competências; 3) actividades que promovam a interacção social entre os idosos, a fim de que as dimensões social, lúdica, afectiva e relacional sejam exercitadas.

Palavras-Chave: idosos, envelhecimento activo, interacção social, leitura, escrita, conto, trabalho de projecto, avaliação.

ABSTRACT

Is described a working project that was carried out on Transmontana Cold Land, in a organization of institutionalized elderly.

Both, the actor and the audience, are perceived as subjects of interaction and co-construction of their development.

Main aims of the study are: 1) provide a theoretical framework to comprehend, interpret and manage active aging through the promotion of reading, writing and story; 2) describe the business plan, the process of developing activities stimulation of reading, writing and story, and their assessment, along elderly institutionalized and in process of dismissal as well as the level of these functional areas, due to isolation and passivity in which elderly are voted.

We use the qualitative methodology of project working, focused on institutional case, in the process of activities development and their analysis.

At end, we discuss the results of the study concluding that the process of active aging requires: 1) motivation, by the elderly, as by the institution's staff, 2) advance preparation and ongoing activity in order to not drop the elderly in dismissal of their functional skills, 3) activities that promote social interaction among the elderly, so that the social, playful, emotional and relational dimensions are exercised.

Key Words: elderly, active aging, lecture, writing, oral story, working project, assessment.

Agradecimentos

Este trabalho projecto reúne contributos de várias pessoas.

Contei com a confiança e apoio de inúmeras pessoas, que em muito contribuíram para que este trabalho fosse possível.

Ao Professor Doutor Henrique Ferreira, orientador deste trabalho projecto, agradeço a compreensão, amizade e a exigência crescente que foi impondo à medida que caminhava para a conclusão deste trabalho, bem como a partilha de saberes e as valiosas contribuições, fruto da sua longa experiência. Acima de tudo, obrigada por me ter acompanhado e por ter estimulado o meu interesse pelo conhecimento e pela vida académica e também pela cordialidade com que sempre me recebeu e orientou pessoalmente e pela via de correio electrónico.

Sou muito grata, também, à minha irmã e ao meu namorado pelo incentivo e pela força e confiança que sempre me prestaram, fundamental para que não abandonasse esta caminhada e conseguisse realizar este sonho.

Deixo também uma palavra de agradecimento aos idosos que participaram directa e indirectamente, neste trabalho, sem os quais esta investigação não teria sido possível, bem como à Instituição que me acolheu, sem esquecer o pessoal técnico e direcção.

À Ana Calvo, minha prima, pela disponibilidade que demonstrou em me ajudar a traduzir para Inglês o resumo deste trabalho.

À Sofia Ferreira, também minha prima, que sempre disponibilizou alojamento, facilitando em muito, a minha prestação e assiduidade.

Por último, à Cidália, à minha companheira de percurso pela sua presença e pelos momentos felizes que desencadeou ao longo desta caminhada e também pelo encorajamento que me confiou nos momentos de maior desânimo.

A todos, os meus sinceros agradecimentos.

Índice

Capa	I
Resumo	II
Abstract	III
Agradecimentos	IV
Introdução	1
Capítulo I – Envelhecimento Activo	5
1. Revisão da Literatura	5
1.1. A Interação Social dos idosos na aceitação da Instituição	13
1.2. Envelhecimento activo	16
1.3. A Opinião do Idoso	19
1.4. A Importância da Leitura e da Escrita	21
1.5. A Importância do Conto	24
Capítulo II – Metodologia do Estudo	27
2.1. Formulação do Problema	27
2.1.1. Definição do Problema	30
2.2. Metodologia utilizada	31
2.2.1. Instrumento de recolha de dados	31
2.3. Tipo de Pesquisa/Natureza do Estudo	32
2.4. Caracterização da Amostra	32
2.4.1. Tipo de Amostra	32
2.5. Apresentação e Tratamento de Dados	33
Capítulo III – Actividades desenvolvidas com vista ao envelhecimento activo	39
3. Contextualização	39
3.1. Apresentação da Instituição e seus objectivos	39
3.1.1. Organização e Respostas Sociais da Instituição	41
3.1.2. Análise de parcerias e de relações de Interdependência com outras Instituições	42
3.1.3. Recursos Humanos	43

3.1.4. Caracterização da População-alvo	44
3.1.5. Documentos que Constituem o Processo Individual do Cliente Identificação e breve Explicação de alguns Modelos	45
3.1.6. Plano de Actividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal (PAODDP) – Animação e Cultura	47
3.1.7. Clubes, Objectivos e breve Apresentação	
3.2. O Plano de intervenção em contexto de estágio	50
3.2.1. Actividades Previstas	60
3.2.2. Reflexão sobre as Actividades Realizadas	66
3.2.3. Avaliação dos efeitos das actividades realizadas	71
Capítulo IV – Discussão dos Resultados – Conclusão	71
4.1. Reflexão global sobre o estágio e sobre o projecto	76
4.2. Discussão dos resultados e Conclusão	78

Referências Bibliográficas

Anexos

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – N.º de Idosos no Lar 1

Gráfico 2 – N.º de Idosos no Lar 2

Gráfico 3 – N.º de Idosos no Centro de Dia

Gráfico 4 – N.º de Idosos no Lar 3

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Apresentação de dados recolhidos por questionário I.

Tabela 2 – Pessoal Técnico e Auxiliar da Instituição.

Tabela 3 – Apresentação de dados recolhidos por questionário II.

.

Introdução

Este Trabalho de Projecto enquadra-se na Unidade Curricular – Trabalho de Projecto que, integra o 2.º ano do Mestrado em Educação Social, na Escola Superior de Educação, do Instituto Politécnico de Bragança.

O tema do trabalho é Envelhecer Activamente – Actividades de Dinamização da Leitura, da Escrita e do Conto numa Instituição de um Concelho do Nordeste Transmontano.

O motivo que nos levou a escolher este tema está relacionado com os hábitos e rotinas dos idosos institucionalizados. À medida que envelhecemos as nossas capacidades físicas e psicológicas diminuem, os hábitos e rotinas alteram-se e procuramos actividades que requerem um esforço menor porque as forças e as capacidades também são menores.

Porque estar intelectualmente ágil é uma das principais medidas para o envelhecimento activo, julgamos vir a contribuir para o enriquecimento da prática da leitura, da escrita e do conto, no sentido de promover uma vida mais saudável aos idosos, graças ao treino cognitivo.

As referências dizem-nos que a actividade cerebral é fundamental para que as capacidades mentais não se percam e é neste princípio que fundamentamos o nosso trabalho.

Outra realidade, reconhecida na maioria dos lares de idosos e que vale a pena ser trabalhada é a solidão. Se considerarmos que os idosos que, agora, se encontram institucionalizados, antes de ingressarem na instituição, viviam situações de isolamento e solidão, faz-nos perguntar se, hoje, na instituição, o sentimento de solidão foi ultrapassado. As famílias chegam cada vez mais tarde a casa, tanto os pais como os próprios filhos que, depois do horário escolar, têm actividades extra-curriculares o que obriga a passar muito tempo fora de casa. Este estilo de vida faz com que o tempo para cuidar e fazer companhia ao idoso seja reduzido e, nesta situação, o idoso pode ser entendido como um elemento desestruturante na família. A razão que leva muitos idosos a permanecer nas suas casas, sozinhos e isolados, ao invés de viverem com familiares é a falta de tempo dos familiares, para cuidar dos idosos e as exigências cada vez maiores que obrigam os filhos destes a passar muito tempo fora de casa.

Podemos dizer que somos um país envelhecido, realidade que é mais visível nas aldeias do interior onde podemos encontrar povoações e localidades desertas, onde apenas vive gente

idosa e raramente se avistam crianças e jovens.

Segundo (Vaz, 2008, p. 40), alguns idosos afirmam querer ir para o Lar, encaram o Lar como um local que pode dar dignidade à pessoa quando ela não tem condições, quando se vive na miséria, suja sem ter ninguém. A maior parte não quer ir, mas é obrigada a ir, não só porque a necessidade de conforto assim o dita, mas também porque está só.

Se as aldeias estão a perder gente, se os vizinhos acabam por desaparecer e não vem ninguém substituir estas faltas, em contrapartida, dentro de algumas instituições, vivem o equivalente a três ou quatro aldeias, entre idosos e equipa técnica. Apesar deste número, a solidão nas instituições parece manter-se inalterada para uns, enquanto, para outros, o bem-estar assegurado pelo facto de as necessidades básicas estarem satisfeitas, parece criar um equilíbrio entre aquilo que perderam e aquilo que ganharam dentro da instituição. Para os idosos, que parecem satisfeitos, e para os menos convencidos, este trabalho procura, por meio de actividades seleccionadas, promover um maior envolvimento nas relações sociais para, em contacto com o outro, enfrentar o destino e a dor da coacção ou obrigação de passar os seus últimos anos numa instituição, dor a que muitos idosos não podem fugir, porque a Instituição, para muitos, é a sua única solução.

Por outro lado, a motivação para trabalhar este tema resulta, como já foi dito, da necessidade que os idosos têm de estar intelectualmente activos para, desta forma, prevenirem as perdas cognitivas que a idade transporta.

Para promover o envelhecimento activo torna-se necessário desenvolver actividades que atrasem ou impeçam o desgaste mental, mas também actividades que impulsionem a interacção social, fundamental na adaptação do idoso à instituição.

Desta forma, pensamos vir a diminuir sentimentos associados à solidão e isolamento e reforçar, ao mesmo tempo, a percepção favorável que, eventualmente, alguns idosos possam ter criado face à instituição, contribuindo desta forma para um envelhecimento bem sucedido.

Em suma, os objectivos deste Trabalho Projecto vão de encontro à promoção da interacção social, que conta com actividades desenvolvidas em grupo e, para além deste objectivo, pensamos, também, vir a promover e preservar o envelhecimento activo e bem-sucedido com actividades dinamizadoras associadas à leitura, à escrita e ao conto, capazes de preservar a imaginação e memória do idoso, razão pela qual, o tema do nosso trabalho se intitula “Envelhecer Activamente – Actividades de dinamização da Leitura, da Escrita e do Conto.”

Este Trabalho de Projecto foi desenvolvido numa Instituição de Acolhimento de Idosos, numa cidade do Nordeste Transmontano, no período compreendido entre Fevereiro de dois mil e dez e Fevereiro de dois mil e onze.

Trata-se de uma instituição que alberga cerca de duzentos idosos, distribuídos por três lares e um centro de dia.

Para a realização deste trabalho contámos com a ajuda da equipa técnica da instituição, que sempre se disponibilizou para orientar e prestar alguns pareceres e sugestões, necessários ao bom desempenho do projecto.

Na sequência desta Introdução, em que evidenciamos o tema do trabalho e o nosso interesse e motivação pessoal para trabalhar o tema, importa referir a estrutura deste trabalho.

No Capítulo I, ao qual atribuímos o título de «Envelhecimento Activo», procedemos à revisão da literatura, subdividida em sub-temas para uma melhor percepção das questões abordadas. Destacamos temas relacionados com a interacção social dos idosos na aceitação da instituição; envelhecimento activo e bem-sucedido; a opinião do idoso; a importância da leitura e do conto nos idosos.

No Capítulo II, evidenciamos a metodologia do estudo, e procedemos à análise diagnóstica, onde se identificam possíveis problemas em contexto, seguindo-se um estudo empírico onde formalizamos o problema, definimos objectivos e apresentamos e tratamos os dados recolhidos pela metodologia utilizada.

No Capítulo seguinte, o Capítulo III, que se intitula «Actividades desenvolvidas com vista ao envelhecimento activo», apresentamos a instituição, organização e respostas sociais da mesma e ainda a caracterização geral da população-alvo, parcerias, recursos físicos e humanos e ainda os tipos de respostas sociais e apoios que esta instituição pratica.

Para completar este capítulo, evidenciamos e descrevemos o Plano de Intervenção, bem como as actividades previstas, uma reflexão e a avaliação dos efeitos das actividades realizadas.

As questões analisadas e estudadas neste ponto foram essenciais para percebermos a organização, estruturação e funcionamento da Instituição.

O Plano de Actividades de intervenção, a apresentação, a organização e as respostas sociais da instituição baseiam-se no trabalho realizado no âmbito do estágio em Educação

Social para a Unidade Curricular de ISE do Mestrado em Educação Social e o presente Relatório do Trabalho de Projecto tem por base o Relatório apresentado como Relatório de Estágio no âmbito daquela Unidade Curricular.

A redacção do presente Relatório toma como base o conteúdo do primeiro mas altera-o e enriquece-o em vários momentos de análise acrescentando-lhe ainda a avaliação do plano de actividades desenvolvidas.

Do mesmo modo, a discussão de resultados e a conclusão são novas.

Finalmente, no Capítulo IV procedemos à discussão dos resultados, uma reflexão global sobre o trabalho, bem como as notas conclusivas.

Ao longo deste trabalho, podemos encontrar em simultâneo a expressão cliente e utente, uma vez que, ambos os termos foram citados, em simultâneo, nos documentos da instituição, que foram por nós consultados para a elaboração deste trabalho. Para melhor percebermos a distinção e relação entre eles, citamos (Blau e Scott, 1970, pp. 54-74) e (Formosinho, 1989, p. 14), citados por (Ferreira, 2002, p. 20), que elaboraram uma concepção do estatuto de cliente, de membro, de utilizador/utente e de beneficiário das organizações.

Segundo os autores referidos, membro de uma organização é aquele que é funcionário e que co-determina, organiza e executa os serviços prestados. Faz parte da organização e da sua cultura. No entanto, pode, nesta qualidade, ser também utilizador dos serviços da organização e seu beneficiário.

Cliente será aquele que paga os serviços de uma organização, podendo, por isso, influenciar a sua oferta, natureza e execução. Neste aspecto, o cliente poderá também ser utilizador e beneficiário mas não membro.

Utilizador/utente é aquele que recebe os serviços da organização e, por isso, também é seu beneficiário.

Finalmente, beneficiário, em exclusivo, é aquele que está fora da organização mas beneficia dela indirectamente, tais como as famílias dos alunos, dos doentes e dos idosos. Mas, *strictu sensu*, todos os utilizadores e membros podem ser beneficiários directos.

Capítulo I – Envelhecimento Activo

1. Revisão da Literatura

Antes de iniciarmos qualquer caminho ou direcção para o nosso projecto, consideramos necessário abordar um aspecto que, do nosso ponto de vista, é precioso para o nosso desempenho como profissionais do Serviço Social.

Referimo-nos aos princípios éticos da nossa acção enquanto profissionais.

Fomos tentar saber o que a bibliografia revela sobre esta questão.

Para começar, evocamos os «Princípios de acção socioeducativa» que contemplam seis menções, conforme texto que a seguir se transcreve de Banks e Nohr:

1. *“Confiança antropológica – reconhecimento e valorização da perfectibilidade de todos os seres humanos, seja qual for a sua situação na vida.*
2. *Crença na educabilidade – intenção pedagógica alicerçada na confiança antropológica e, como tal, crente na possibilidade de aperfeiçoamento e mudança positiva.*
3. *Sensibilidade relacional – proximidade ética ou capacidade para ser afectado pelo destino do outro. Escuta activa, atitude de acolhimento e aceitação do outro na sua condição de outro.*
4. *Distância crítica – relação de proximidade necessária À emergência de laços de cumplicidade e confiança, mas sem perder a capacidade de distanciamento analítico, necessário à manutenção de uma autoridade pedagógica.*
5. *Paciência da vontade – aspiração ao máximo bem, mas na consciência de que nem todos os meios são legítimos para o conseguir. Capacidade de dúvida; abertura ao imprevisível e ao indecível.*
6. *Perseverança profissional – consciência de que as dificuldades não podem servir para justificar comportamentos de desistência, demissão ou negligência profissional.”* (Banks e Nøhr, 2008, p.14).

Conhecidos os princípios da acção, e tendo presente que qualquer profissão, ou situação, apresenta dimensões práticas, técnicas, políticas e éticas, parece fazer sentido abordar mais de perto estas questões. Convém, por isso, lembrar que o trabalho do Educador Social é,

de certa forma, complexo e tem, por vezes, um público-alvo muito vulnerável, com problemas específicos e desiguais, o que torna a nossa profissão mais discutível e, conseqüentemente, a nossa prestação mais exigente.

O trabalho social é um trabalho que, não permite tratar todos da mesma forma, razão pela qual as exigências são maiores.

A ética está presente quando uma escolha difícil tem de ser tomada ou quando ocorre um problema ou dilema. Não pretendemos com esta abordagem encontrar soluções ótimas para dilemas e problemas utópicos, não é este o nosso propósito. Pretendemos com isto despertar a nossa consciência, porque estar atento e ter uma atitude reflexiva, pode pontuar a favor daqueles que aguardam a nossa prestação.

Aquilo que se pretende na atitude de um profissional não é encontrar soluções milagrosas, porque:

“Não está em causa a preparação para situações excepcionais, para a gestão de crises e conflitos que, eventualmente, possam interromper o quotidiano laboral, mas sim a promoção de uma consciência profissional reflexiva e axiologicamente exigente.” (Banks e Nøhr, 2008, p.10).

O trabalho social, é um trabalho que exige que tratemos as pessoas de forma digna e honesta, sem familiaridade ou preferências pessoais e permite criar uma relação de confiança e empatia entre o profissional e o utente/cliente. Esta relação de confiança, pode ser entendida como a chave para o sucesso da intervenção, uma vez que se torna importante:

“...ter em consideração as circunstâncias únicas da vida de cada um, expressar preocupação e até compaixão bem como estabelecer empatia por forma a honrar a confiança depositada em nós pelas pessoas com quem trabalhamos.” (Banks e Nøhr, 2008, p.12).

No centro das nossas preocupações devem estar, como já foi dito, as pessoas, os seus problemas e as suas expectativas. A nossa prestação faz sentido, pelas razões já anunciadas, em situações que exijam iniciativas de auxílio, amparo e necessidade de educação, porque:

“Os educadores sociais estão onde se faz sentir a necessidade de uma resposta humana, procurando dar rosto a iniciativas de ajuda e aprendizagem, a redes de cooperação, a projectos e medidas de política social. Procurando inserir, integrar, acompanhar, orientar, prevenir e remediar situações antigas ou, então criar novas oportunidades, perseverando na tentativa de reestruturar mas também de produzir laços sociais fortes e sólidos num mundo que se anuncia «liquido» e «fragmentado».” (Zygmunt Bauman, 2000, citado por (Banks e Nøhr, 2008, p.26):

Conhecidas as bases essenciais para desenvolver um trabalho de qualidade, fomos tentar perceber os problemas e carências das instituições de acolhimento de idosos, bem como, as fragilidades e necessidades de quem lá habita, uma vez que o nosso estágio decorreu numa instituição de acolhimento de idosos.

Posto isto, podemos referir que as Instituições de acolhimento de idosos são, uma dádiva para algumas famílias e idosos, e um “pesadelo” para outros, se considerarmos que:

“A institucionalização é sempre um momento difícil, mais para uns do que para outros, pois o sentimento de perda é variável em função do sujeito, da sua história de vida e da sua capacidade a fazer face ao luto. Mas deixar a sua casa pode ser um momento de crise, com a perda do seu território, com o sentimento de abandono dos seus familiares que o deixaram em «casa alheia». Quer para os pais quer para os filhos é um momento difícil”.
(Filomena Bayle in Prefácio a Cardão, 2009).

Para uma parte dos idosos, viver, ou vir a viver num Lar é um pesadelo porque estão longe dos seus pertences, longe da família, longe da vizinhança, longe das suas terras e, em alguns casos, longe das suas hortas as quais fizeram parte do seu dia-a-dia durante um período considerável da sua vida.

Não é só a distância que pesa, a liberdade, essa, também tem um peso demasiado porque passa a ser condicionada, não só pela diminuição das forças físicas, mas também pelas regras institucionais a que estão submetidos e às quais não podem fugir, porque “A institucionalização é entendida como uma necessidade percebida pelos outros, os que pensam e decidem sobre a velhice” (Worth, 2000, citado por Vaz, 2008, p.165).

Se questionarmos os idosos que ainda se encontram a viver nos seus lares, sobre a possibilidade de virem a ser “transferidos” para uma instituição de acolhimento de idosos, as reacções e respostas serão certamente diversas, mas terão um ponto em comum. A imagem negativa que se faz das instituições. Esta imagem pode estar relacionada com a ideia de que o tratamento nas instituições é despersonalizado e a pessoa pode não vir a ser tratada da forma que deseja e merece. A falta de intimidade é também uma razão com um certo peso. Estamos a falar de pessoas idosas com valores, culturas e formas de estar diferentes das actuais. Os horários e a rigidez imposta no seu cumprimento, como ter hora para comer, para dormir, etc, tudo isto condiciona a vida nas instituições e impõe um estilo de vida que o idoso não está preparado para desempenhar.

Podemos referir aqui, que ao integrarem uma instituição deste tipo podem surgir sentimentos de desintegração com a sociedade que fica cá fora.

Esta fase da vida humana está associada à reforma e ao preconceito de que ser velho é ser inútil, supérfluo e sobejo. A sociedade que dá empregos e profissões às pessoas é a mesma sociedade que retira e afasta essas pessoas quando entram na fase de decadência, uma vez que “...cada sociedade constrói a imagem da velhice de acordo com a sua estrutura e com os valores que criam a sua própria identidade” (Vaz, 2008, p.37).

A idade da reforma varia em função do tempo e do espaço, mas as alterações que esta traz influenciam não só a profissão como também os horários a que estas pessoas estavam habituados, o tempo livre e as alterações ao nível da família e dos amigos.

Esta fase da reforma é crucial para um envelhecimento saudável. Não deve ser encarada como uma fase inútil onde só reina a inactividade, mas sim como uma fase de descanso, reflexão e lazer, e consequentemente de valorização pessoal.

Se recuarmos duas ou três décadas encontramos uma estrutura familiar completamente oposta àquela que hoje assistimos. A pessoa idosa, quer ela fosse o avô, a avó, o tio ou a tia, eram uma espécie de “peça de museu” no seio familiar. Queremos com isto dizer que a pessoa idosa era, ainda há bem pouco tempo, respeitada e vista como um elemento primordial e sábio a quem todos veneravam e respeitavam.

A este respeito Tolle refere também que:

“Na maior parte das culturas antigas as pessoas mais velhas eram muito respeitadas e veneradas. Eram repositórios de sabedoria e forneciam a dimensão de profundidade, sem a qual nenhuma civilização pode sobreviver durante muito tempo.

Na nossa civilização, que se identifica totalmente como exterior e ignora a dimensão interior do espírito, a palavra «velho» tem sobretudo conotações negativas. Equivale à palavra «inútil» por isso quase considerarmos um insulto referimo-nos a alguém como velho. Para evitar a palavra usamos eufemismos como «idoso» e «ancião».

A «avó» dos povos indígenas da América do Norte é uma figura com grande dignidade. A «avozinha» actual é, na melhor das hipóteses, «querida».

Por que razão são os velhos considerados inúteis? Porque, na velhice, a ênfase muda do fazer para o Ser, e a nossa civilização, perdida no fazer, desconhece o Ser.” (Tolle, 2005, p. 231),

Podemos dizer, ainda, que a nossa geração foi espectadora e é testemunha desta forma de vida que, rapidamente, se transformou. Com o passar do tempo, o idoso foi perdendo protagonismo e o lugar que ocupava na família, raras vezes, no tempo que corre, a geração mais jovem associa a velhice a uma sabedoria de confiança porque, com o passar do tempo, o idoso perde qualidades físicas e mentais e a confiança por parte dos jovens de hoje, nas capacidades destes idosos, diminuiu uma vez que, “...modernidade tirou ao

idoso este lugar privilegiado, pois os conhecimentos hoje mudam constantemente, acabando este por ficar confinado a um papel secundário ou mesmo desvalorizado. Ele já não sabe tudo e por vezes já não sabe nada deste mundo em mudança constante.” (Filomena Bayle in Prefácio a Cardão, 2009).

A juventude é vista como uma virtude e um bem precioso, enquanto a velhice é vista como uma fase melancólica, inactiva, triste e inútil, próxima do fim de vida.

Por essa razão é frequente as pessoas de hoje sentirem-se elogiadas quando são apelidadas de jovens e sentirem-se ofendidas quando são chamadas de velhas. Devemos ter presente que “...reforma não é velhice, é o olhar dos outros que faz as pessoas velhas, que é a exclusão social que “empurra” para atitudes associadas a velho, isolamento, conflito de gerações, etc.”. (Vaz, 2008, p.168),

Apesar do esforço, a sociedade actual parece não estar atenta, podemos mesmo dizer que a sociedade de hoje não sabe conviver com a velhice.

As razões que estão por trás desta mudança são complexas e merecem alguma reflexão.

A visão que hoje temos do idoso é uma visão contemporânea, porque nem sempre o idoso teve a ajuda externa que recentemente lhe foi disponibilizada. A família tinha um papel que hoje se transformou devido à tão esperada emancipação da mulher e a outros factores. Nos últimos tempos, as “mães” adoptaram uma função diferente daquela que vinham a desempenhar ao longo do tempo, isto graças à oportunidade que surgiu de estas mães encaminharem os seus filhos para as creches e infantários e com a possibilidade de também os idosos terem um espaço de acolhimento fora do seio familiar.

Quem não tinha um seio familiar de acolhimento era, muitas vezes, deitado ao abandono, situação a que ainda hoje se assiste, tanto no meio rural como em espaço urbano, porque as famílias renovaram e as Instituições de Acolhimento para idosos não são, ainda, em número e respostas, suficientes. Sobre esta questão, Fernandes refere que:

“A solidariedade para com os idosos (era) praticamente uma solidariedade familiar, privada, remetida para o interior do espaço doméstico. Na ausência desta, a velhice desprotegida era atirada para o espaço público, identificada com a mendicância e recebia então algum consolo das instituições de caridade.” (Fernandes, 1997, p.23, citado por Vaz, 2008, p.56).

A velhice quando se encontra associada aos internamentos institucionais, muitas vezes silenciosos, leva a possíveis situações de exclusão e isolamento.

A questão que se coloca é, partindo do princípio de que as Instituições são, de forma voluntária ou coerciva, o refúgio ou abrigo para muitos idosos, o que poderemos fazer para melhorar o que já existe de bom e aceite nestas Instituições e qual deverá ser o nosso contributo para ajudar os mais carentes a superar com êxito toda a sua angústia, transformação e mudança?

É fundamental acreditar e ter presente que:

“...para ser possível prevenir melhorar ou otimizar o decurso do desenvolvimento, é necessário encarar o envelhecimento como qualquer outro período do ciclo de vida, sujeito a perdas mas igualmente aberto a ganhos desenvolvimentais. (Fonseca, 2005, p.135).

O conceito de inovação está intimamente ligado à geração mais jovem, mas a experiência, é um privilégio do idoso.

Envelhecer é um direito com que nascemos e por essa razão deve ser garantido, defendido, usufruído, gozado, respeitado e honrado, ou seja, o idoso não deve viver de forma dramática e aflitiva, encarando a sua situação como uma situação de inferioridade cívica. A sociedade tem um papel importante nesta luta que é de interesse comum. Todos têm a ganhar se for dado ao idoso a dignidade suficiente para este aceitar a sua condição, e contrariar a ideia de que ser velho é ser vazio.

Encarar a velhice como um processo natural, bem como ter projectos e objectivos de ordem afectiva, cognitiva e física e um estatuto socioeconómico que proporcione satisfação, estão reunidas as condições para um envelhecimento bem sucedido, onde o idoso dá mais sentido à sua vida, vive mais feliz melhorando assim a sua prestação agido de forma mais positiva.

A velhice não é vista nem vivida pelos idosos da mesma forma. Verifica-se uma heterogeneidade de formas de viver e encarar esta fase da vida, porque o ponto de partida de cada um é diferente o que faz com que haja diferenças na forma como a velhice se apresenta.

Ainda a este respeito podemos referir que uma das formas de mudar mentalidades pode passar por ensinar e divulgar junto dos mais novos, a sabedoria do idoso e prestação do idoso no sentido de valorizar a experiência e testemunhos da geração mais velha.

Para aqueles que por qualquer razão convivem mal com a velhice e para lidarem melhor com a sua condição e com a proximidade de fim de vida, associada por vezes a depressões, uma das formas de contribuir para melhorar a sua condição pode partir de diversas temáticas, sem desprezar a sabedoria que o mesmo adquiriu ao longo da sua vida.

Por outro lado e voltado ao propósito do nosso trabalho na tentativa de encontrar uma temática para trabalhar em Projecto, ressaltou da bibliografia, a importância do treino mental no combate ao enfraquecimento da memória, bem como a necessidade de promover actividades interactivas com o objectivo de permitir uma maior aceitação do idoso face à instituição, promovendo assim um envelhecimento activo e bem sucedido.

Por outro lado trabalhar a interacção social pode vir a demonstrar-se um recurso indispensável para moldar a opinião do idoso relativamente à aceitação da Instituição, uma vez que este processo é, na maior parte das vezes, um processo lento.

As actividades, se forem devidamente desenvolvidas e estruturadas, podem funcionar como referência para a promoção das relações inter-pessoais, que levarão o idoso a criar e desenvolver amizades e, desta forma, contribuir para a aceitação da Instituição e das fragilidades a que está votado. Na realidade, aquilo que se pretende é criar uma rede de amizades, próxima daquela que detinham enquanto permaneciam nas suas casas.

Se tivermos em conta que muitos destes idosos “perderam” a companhia e a amizade de muitos vizinhos e amigos que, ao longo da vida, foram criando e desenvolvendo na localidade onde residiram, parece fazer sentido que esta privação e afastamento da sua rede social traga consequências negativas ao nível da aceitação da instituição.

As perdas são imensas, porque não é só o espaço físico que muda, não nos referimos apenas ao quarto que é diferente, às refeições, às rotinas, porque a mudança maior é, sem dúvida, o grupo social.

Encontram-se facilmente instituições que contam com grupos de cerca de duzentos idosos, onde a diversidade é enorme, podendo ser entendida como factor de predisposição para beneficiar ou prejudicar a criação e desenvolvimento de relações afectuosas.

Se entendemos a velhice como um direito, não podemos deixar que seja vivida de forma angustiada, atormentada e decepcionada porque:

“...velhice é um direito com que nascemos e que, como tal, deve ser garantida, usufruída e respeitada. A velhice é um potencial da pessoa humana – não apenas uma deficiência tardia –, um potencial inclusive da sua juventude, mas estruturalmente distinta desta. Por isso, a velhice não tem de ser vivida dramaticamente como um fardo a suportar pela sociedade ou como uma inferioridade cívica a esconder pelos indivíduos ou pela comunidade. Exige que, para ela, isso sim, se facilitem todos os recursos disponíveis – científicos, sociais e educativos – a fim de, nela e com ela, se assegurar o máximo de qualidade de vida (física, relacional e psicológica) compatível com as suas características e nunca alguém ou para além destas.” (Carvalho, 2008, p.34).

Referindo-nos ainda às perdas, podemos dizer que a perda da imagem tem também um peso negativo em alguns idosos. Devemos por isso, procurar trabalhar a identidade das pessoas. A este respeito Tolle acrescenta que:

As pessoas que ao longo da sua vida se identificam com a sua boa aparência, força física ou com os seus atributos, sofrem muito quando estes começam a enfraquecer, o que é de certo inevitável. [...] Sejam bonitas ou feias, as pessoas retiram uma grande parte da sua identidade, seja ela positiva ou negativa, do seu corpo. Retiram a sua identidade do pensamento do Eu que associam erroneamente à imagem ou conceito mental do seu corpo, que, na realidade não passa de uma forma física que partilha o mesmo destino de todas as formas – a impermanência e, por fim, a decadência.” (Tolle, 2005, p.46),

Se pretendemos dar qualidade de vida aos idosos institucionalizados não devemos ficar agarrados a uma só questão porque todas são manifestamente importantes.

Com todas as perdas a que o idoso está destinado, não se avizinha um futuro tranquilo para aqueles idosos que adquirem um envelhecimento patológico.

A explicação para existirem diferentes formas de os idosos reagirem ao envelhecimento e ao facto de se mostrarem optimistas ou pessimistas pode ser justificada com base nos factores genéticos, uma vez que:

“... os padrões de envelhecimento são muito variáveis, quer entre pessoas, quer entre áreas de desenvolvimento dentro da mesma pessoa; do ponto de vista cognitivo, apesar de a maioria das pessoas mostrar estabilidade ou diminuição de performance, algumas evidenciam uma ligeira ou mesmo apreciável melhoria no seu empenho; a heterogeneidade entre os idosos deve-se não apenas à idade, mas também a uma grande e complexa variedade de factores genéticos fisiológicos (incluindo a saúde, vivenciais e psicossociais. (Fonseca, 2005, p.134).

Ainda sobre esta questão e porque nos parece importante realçar este facto, uma vez que o bem-estar de alguns idosos pode estar comprometido, tornando-se necessário uma atenção especial ao tipo de envelhecimento que cada idoso adopta pois,

Apesar de o processo de envelhecimento comportar sempre determinadas perdas com reflexos em termos adaptativos, no âmbito de um envelhecimento normal, tais perdas vão sendo devidamente integradas no funcionamento individual, não implicando uma diminuição acentuada de qualidade de vida. Pelo contrário as consequências de um envelhecimento patológico afiguram-se bastante prejudiciais para o bem-estar quer do individuo, quer das pessoas que o rodeiam, conferindo ao acto de envelhecer uma dimensão muito pouco ou menos nada gratificante.” (Fonseca, 2005, p.135).

Posto isto, enumeramos as razões que levaram à escolha dos temas abordados neste trabalho, apoiadas nas razões anunciadas, desenvolvidas e fundamentadas nos pontos que a seguir se enumeram.

1.1. A Interação Social dos idosos na aceitação da Instituição

Tal como referimos anteriormente, a interação Social, pode ser fundamental na adaptação do idoso à Instituição.

Neste ponto abordaremos um pormenor as questões que envolvem o processo da interação social.

Começamos por referir que sendo o Homem um ser social, quando preservamos as relações pessoais estamos a combater o isolamento e a melhorar a qualidade de vida.

É na interação social que, por vezes, se descobrem aptidões e se criam relações e, desta forma, se preserva a autonomia e a independência da pessoa, porque *“A qualidade de vida na velhice tem sido, muitas vezes, associada a questões de dependência-autonomia.”* (Sousa, Galante, & Figueiredo 2003, p.353).

É comum, nas instituições de acolhimento, os idosos terem ao seu dispor diferentes tipos de actividades. Por vezes, toda a diversidade de actividades que os idosos têm ao seu dispor, não chega porque a motivação para agir não é suficiente para se envolverem em actividades.

Torna-se necessário procurar as razões que levam muitos idosos a mostrarem-se renitentes à participação e se serão válidas as desculpas que se ouvem de muitos idosos para não participarem e se essas causas são ou não autênticas.

A determinação para participar em actividades não é abraçada por todos os idosos da mesma forma, como referimos no ponto anterior. Esta ausência de determinação ou falta de vontade, pode advir da experiência de vida e do passado que cada um dos idosos vivenciou, se considerarmos que:

“...o passado continua vivo dentro de nós através das memórias, mas as memórias em si não constituem um problema. Na realidade, é através delas que aprendemos com o passado e com os erros do passado. Só quando as memórias, ou seja, os pensamentos sobre o passado nos dominam por completo, é que se transformam num fardo e se tornam problemáticas.” (Tolle, 2005, p. 119).

Cada idoso tem, por isso, a sua coragem, a sua convicção, a sua fé, a sua crença, e o seu empenho. O técnico deve ser, nestas situações, ouvinte, confidente e conselheiro.

Ignorar as razões que levam um idoso a não participar nas actividades, pode levar a que este seja mal interpretado e, com isso, podemos estar a prejudicar a sua prestação, porque: *“Na sociedade ocidental os idosos têm sido estereotipados (e desqualificados) como rígidos, senis, aborrecidos, inúteis e dependentes.”* (Sousa, Galante, & Figueiredo, 2003, p.370).

Muitas vezes a não participação e apatia por parte do idoso deve-se ao facto de este não ter ainda totalmente sarada a “ferida” que é estar “depositado” numa Instituição onde não tem o conforto e/ou a liberdade que tinha quando ainda estava em sua casa, já que:

“... a rejeição do Lar subsiste, assente na oposição instituição casa no sentido de que no Lar falta-lhes o melhor. Faltam as relações construídas junto dos familiares e dos vizinhos, e as memórias (objectos e locais habituais do quotidiano) o que os desenraíza da identidade construída.” (Vaz, 2008, p.165).

Este sentimento de revolta pode, em alguns casos, transformar-se em recusa, desolação e revolta, porque, *“ A institucionalização ocorre, geralmente, na sequência da incapacidade funcional do Indivíduo”* (Paul, 1997, citado por Vaz, 2008, p.165).

É neste momento que o idoso tem propensão a isolar-se, a ignorar os outros e a virar-se para ele próprio, pondo em causa a interacção social e conseqüentemente a recusa da instituição.

Nesta fase são frequentes os casos de pessoas idosos que perdem a vontade de viver porque perderam o seu cônjuge, porque este(a) companheiro(a) foi ao longo da sua vida aquela pessoa que o compreendia e por isso era visto como um apoio e uma companhia.

Se o idoso for capaz de aceitar a sua condição e situação, agarrando-se ao que a vida lhe ofereceu de bom, pode vir a desenvolver um envelhecimento positivo. Se o idoso considerar a velhice como um fenómeno natural irá com certeza dar mais sentido à sua vida e serão certamente mais felizes e desta forma melhoram a sua auto-imagem e auto-estima porque se vêem de forma mais positiva

Sobre esta constatação Fonseca refere que:

“À medida que a pessoa se vai apercebendo das discordâncias entre as suas aspirações e as suas realizações actuais ou potenciais, um curto número de reacções são possíveis: - Identificação com as realizações dos filhos e netos, revisão das expectativas, aceitação da situação tal como ela se apresenta, adopção de novos comportamentos.

No fundo, perante as transformações impostas pelas mudanças biológicas ou pela sociedade, as pessoas idosas vêem-se confrontadas com duas possibilidades de adaptação: ou ajustam as suas representações cognitivas da realidade (mudando a sua perspectiva dessa mesma realidade para melhor a poder suportar) ou modificam o seu comportamento social assumindo novos papéis. (Fonseca, 2005, p.128)

Mas se, ao invés, se recusa a aceitar e se isola tornando-se incapaz de mudar a sua perspectiva, neste caso, é mais propício vir a desenvolver um envelhecimento doentio.

Devemos por isso estar atentos à solidão, ao retiro e afastamento voluntário dos idosos institucionalizados. Esta forma de estar, se assim se pode definir, pode em alguns casos resultar de motivos internos e/ou externos ao próprio idoso, ou seja, pode não ser por vontade do próprio e a sociedade pode tornar-se uns dos principais elementos que induzem à exclusão, uma vez que “...a velhice revela-se um factor potencial de exclusão, ainda que frequentemente encoberto pelo silêncio dos internamentos institucionais e familiares, pela vergonha disfarçada com os vários véus do orgulho individual...” (Carvalho, 2008, p.33).

A interacção social pode, aqui, permitir que a proximidade com o outro traga vantagens a vários níveis.

Não podemos negligenciar o papel da família, os laços de amizade e de proximidade com a família são fundamentais para o bem-estar dos idosos,

Ao falarmos da interacção social, devemos falar também do factor afectivo, uma vez que

“...as relações afectivas são apontadas como o contexto no qual a maior parte da socialização ocorre, valorizando aspectos como a aquisição de aptidões comunicacionais, a regularização de emoções e a construção do auto conceito” (Canavarro, 1999, p.55).

Partindo do princípio de que a interacção social é a base da vida social e de que sem ela, as pessoas viveriam umas ao lado das outras como estranhas e isoladas, parece fazer sentido que esta deva ser uma prioridade para os idosos institucionalizados. Um idoso em estado de solidão está constantemente sozinho com as suas incapacidades e com as suas dificuldades que o impedem de ter uma vida diferente. Precisa por isso de ser compreendido e aceite e de viver onde se sente feliz.

Porque a interacção social está intimamente ligada ao envelhecimento activo, no ponto seguinte abordamos alguns conceitos para uma melhor compreensão da temática abordada neste trabalho de projecto.

2.2. Envelhecimento activo

O segredo de um envelhecimento bem sucedido é, sem dúvida, a preparação para ele. Existe uma série de medidas preventivas tanto a nível biológico como psicológico e físico para que o idoso venha a ter uma velhice com a qualidade necessária.

Ao longo do ciclo de vida, em todas as fases que o constituem, são visíveis, presentes e inevitáveis coisas boas e coisas más. Na última fase, talvez por estar mais perto da morte, surge com maior intensidade o recurso à espiritualidade e à religião. Sobre esta etapa Tolle refere que:

“...o movimento de retorno na vida de uma pessoa, a debilidade ou a dissolução da forma, seja através do envelhecimento, da doença, da incapacidade, da perda ou de algum tipo de tragédia pessoal, carrega um enorme potencial para o despertar espiritual. [...] Dado que a morte não passa de um conceito abstracto para as pessoas, a maior parte delas não está minimamente preparada para a dissolução da forma que as aguarda. Quando ela se aproxima, ocorre o choque, a incompreensão, o desespero e um medo enorme.

Tudo deixa de fazer sentido para elas, pois o significado e propósito da vida estavam unicamente associados à acumulação de coisas, aos seus êxitos, ao que construíram, à sua protecção e aos seus prazeres dos sentidos.

É precisamente através dos primeiros sinais de envelhecimento, de perda ou de tragédia pessoal que a dimensão espiritual tradicionalmente entra na vida das pessoas.” (Tolle, 2005, p. 230).

A dimensão espiritual pode ser encarada por alguns idosos como um elemento primordial na preservação do seu bem-estar, mas não podemos deixar de realçar a importância do exercício físico e mental na promoção e manutenção das capacidades físicas e psicológicas, ou seja, as diversas funções fisiológicas podem manter-se ou ser melhoradas, não só na idade adulta como também na velhice com exercício apropriado.

Na velhice, os hábitos e rotinas diárias vão sendo progressivamente alterados e substituídos por actividades que exigem um menor grau de actividade, facto este que condiciona o desempenho cognitivo do idoso, porque *“Existe uma relação favorável entre exercício físico e as capacidades cognitivas, nomeadamente o raciocínio, a memória activa e o tempo de reacção”* (Paul, 2001, citado por Vaz, 2008, p.36).

Estar intelectualmente activo é uma das principais medidas para o envelhecimento activo. As funções cognitivas como a atenção, a memória, o raciocínio, etc. desenvolvem-se e ficam mais fortes se forem devidamente estimuladas.

O envelhecimento cognitivo depende, em muito, da actividade intelectual que cada idoso pratica, porque:

“...não só o envelhecimento cognitivo normal se manifesta em idades avançadas, como não é um processo homogéneo que afectaria da mesma maneira as diferentes capacidades, havendo pessoas, sobretudo as que desenvolvem intensa actividade intelectual, que não perdem capacidades intelectuais, durante todo o seu ciclo de vida.” (Marchand, 2001, p.70, citado por Vaz, 2008, p.33).

A visão do idoso difere das sociedades tradicionais para as sociedades industriais. Nesta última, a inovação na prestação de serviços e as transformações que a tecnologia desenvolveu, ao longo dos anos, bloqueou, de certa forma, a prestação daqueles que detendo sabedoria, proveniente da idade, se encontravam, ainda, em situação activa para, nesta fase, prestar os mais diversos tipos de serviços, porque:

“...o idoso, relativamente raro nas comunidades tradicionais em que o passado é o fundamento das normas sociais e culturais, é aí olhado como tendo o privilégio da experiência; nas sociedades industriais e pós-industriais, surgindo como a percentagem mais significativa da população, é a juventude que, tornada rara, lhe disputa os privilégios, mas aqui em nome da inovação” (Carvalho, 2008, p.33).

A tecnologia informática foi de tal maneira rápida e impetuosa que só os jovens conseguiram acompanhar com o sucesso que hoje é conhecido.

Muita da sabedoria que os idosos adquiriram ao longo da vida foi, de certa forma, substituída e transformada. Como exemplo desta transformação que deixou para trás sabedorias únicas, podemos referir a realidade vivida hoje, nas aldeias do nordeste transmontano, e a vivida há três ou quatro décadas atrás.

Nestas aldeias, havia um número significativo de pessoas que se dedicava ao fabrico próprio de pão, prática da costurara e do trabalho da terra, etc. Hoje, encontramos um ou dois casos em que essa actividade ainda vigora, tornando-se cada vez mais raro encontrar esta e outras práticas, porque quem detinha este saber perdeu a força física, e os jovens acomodaram-se às novas tecnologias e às novas exigências que a vida impõe.

A qualidade de vida que a sociedade alcançou permitiu e disponibilizou à nova geração, múltiplos bens e serviços, que não exigiram ao jovens o saber transmitido pelos mais velhos.

Este facto reflecte-se no papel social do idoso. Quando o idoso chega à idade de ensinar a fazer, e transmitir a sua sabedoria, vê-se confrontado com as novas tecnologias que substituíram muita da aprendizagem que adquiriu até então.

As famílias organizaram-se e o idoso é, cada vez mais, encaminhado para instituições de acolhimento, onde a distância impede que avós e netos se vejam com frequência. Esta distância interfere no papel social do idoso e na percepção que os netos fazem dos avós.

Somos uma sociedade envelhecida, a comunicação social, cada vez mais, vai dando conta de novos casos de isolamento geográfico, uma vez que:

“...o prolongamento da vida constitui também um dos êxitos da nossa época: nunca tantos viveram tanto! [...] Apesar das proclamações que reiteradamente afirmam os direitos dos idosos e dos progressos reais verificados na assistência que lhes é prestada, a sociedade contemporânea convive mal com a velhice: esta representa no fundo, o seu fracasso, a sua incapacidade para evitar a degradação.” (Carvalho, 2008, p.33).

Para responder a esta realidade, são criadas diversas respostas, que tentam responder às mais diversas e complexas dificuldades sociais. É aqui que surgem as Instituições de acolhimento de idosos, como uma solução para determinados problemas sociais. A sociedade tenta arranjar soluções e as soluções mais frequentes vão de encontro às instituições de acolhimento de idosos. Se considerarmos as instituições como uma solução vantajosa e útil para os idosos, podemos estar conscientes que o trabalho social não acaba aqui.

A instituição coloca à disposição do idoso um plano de actividades diversificado com objectivos inquestionáveis e frutuoso que pretendem o bem-estar do idoso e aumentam a sua auto-estima.

Quando falamos em promover o envelhecimento activo, referimo-nos a todo o trabalho conjunto, entre idoso e instituição, que se torna necessário desenvolver, para que a sabedoria que o idoso adquiriu e ainda mantém, seja estimulada, e que este estímulo seja compreendido pelo próprio idoso como algo benéfico para a sua saúde mental e para o enriquecimento da sociedade, uma vez que há saberes que a televisão, os livros e a internet não disponibilizam e não partilham.

Ao contar histórias e relembrar memórias, o idoso estimula a sua actividade mental e contribui para que as suas capacidades cognitivas regridam a um ritmo mais lento.

Esta tarefa ou exercício pode, ao mesmo tempo que contribui para o favorecimento da saúde mental do idoso, lutando contra o envelhecimento cognitivo, contribuir para que a auto-estima seja reforçada, uma vez que “... *o modo como somos vistos pelos outros converte-se no espelho que nos diz como somos e quem somos.*” (Tolle, 2005, p. 43),

Os idosos vêem assim ampliadas as suas faculdades sentindo-se úteis e proveitosos para a sociedade, em vez de incapazes e rejeitados.

Os idosos precisam e merecem um outro olhar e uma outra atitude por parte da sociedade e a sociedade precisa também da participação dos idosos, nomeadamente a sua participação, maturação a sua sabedoria, lições de vida e testemunhos.

Sobre este facto, Gusmão refere:

“ À medida que uma pessoa cresce e amadurece o seu conceito move-se duma total dependência para o predomínio da auto-directividade e da independência pessoal [...] o adulto tem muito mais experiencia e gosta de vê-la valorizada. Teve várias oportunidades de educação informal e a vida pessoal e profissional ensinou-lhe muita coisa. Enquanto a experiência para a criança é algo que lhe acontece para ao adulto é algo do que ele é, pois ajudou a formar o seu próprio eu.” (Gusmão, 1978, p.113)

Por tudo isto, aquilo que se pretende é uma sociedade mais justa e solidária com o idoso.

1.3. A Opinião do Idoso

A questão que procuramos tratar neste ponto vai de encontro à questão, até que ponto as actividades que a Instituição promove podem ser benéficas ou prejudiciais para o bem-estar do idoso?

A literatura diz-nos que: “*Quanto mais for utilizada uma aptidão intelectual, mais ela será protegida do envelhecimento.*” (Gyll, 1980, p.70, citado por Vaz, 2008, p.36).

Quando projectamos actividades, procuramos que estas sejam, em número e tema, do interesse dos idosos, mas:

“...se por um lado trabalhar uma aptidão intelectual pode adiar o envelhecimento, por outro, pode ter um efeito contrário. “O envolvimento em mais actividades não é mais benéfico para o bem-estar do que o envolvimento em menos actividades quando as razões para essas actividades não são tidas em conta” (Everard, 1999, p. 335, citado por Vaz, 2008, p.37).

Ainda sobre esta questão podemos referir que a sociedade actual e os “novos pais” têm tendência para envolver os seus filhos nas mais diversas actividades, como o ballet, musica, dança, futebol, aulas de defesa pessoal, aulas de inglês e francês extra-curriculares, clubes, associações, etc. Por vezes o tempo livre e o tempo para passar em família é consumido por estas actividades. Com os idosos a situação pode repetir-se (Everard, 1999, citado por Vaz, 2008, p.36), vai mais longe e apresenta um estudo realizado por (Washington, 1999) sobre a saúde das pessoas de idade, onde podemos verificar que:

“...o envolvimento num grande número de actividades não significa que o bem-estar esteja assegurado, podendo mesmo ser-lhe nocivo se essas actividades estiverem simplesmente equacionadas com o intento de passar o tempo. As razões que as pessoas de idade evocam como básicas na sua motivação para o desenvolvimento de certas actividades tornam-se mais importantes do que a ocupação em si mesma. Os dados do estudo contrariam as noções da teoria da actividade que defende que o bem-estar dos indivíduos é tanto maior quanto mais actividades tiverem.” (Vaz, 2008, p.36).

O envelhecimento está associado a um processo biológico de declínio das capacidades físicas e está relacionado com as fragilidades psicológicas e comportamentais, como referimos anteriormente, porque *“a quebra de relações profissionais e sociais induz a uma menor exercitação dos desempenhos que favorece uma atitude de passividade e de compressão de energias.” (Vaz, 2008, p.36).*

Esta diminuição da actividade, ou mesmo inactividade, pode induzir consequências negativas para o idoso, uma vez que:

“...à medida que as pessoas envelhecem, os seus percursos de vida vão-se diferenciando cada vez mais uns dos outros, quer devido ao cruzamento de variáveis de ordem biológica e cultural, quer devido à influência exercida por toda uma serie de acontecimentos de vida que vão marcando os seus comportamentos e as suas personalidades” (Fonseca, 2005, p.13).

O papel do educador social passa, essencialmente, por encontrar e trabalhar as causas e origens que levam o idoso a negar a participação nas actividades, aceitando razões e decisões dos mesmos e, simultaneamente, deve aconselhar o idoso no sentido de este encontrar as actividades que mais se adequam à sua situação.

Convêm referir aqui que as relações pessoais e afectivas que os idosos estabelecem entre si, dentro da instituição, podem funcionar como uma alavanca para a mudança de opiniões e comportamentos, da mesma forma que os “grupos de pares”, na adolescência, são assinalados como os impulsionadores de determinados comportamentos nos adolescentes. Também na velhice, os companheiros de quarto, os colegas da sala de convívio, etc. podem moldar e delinear uma atitude diferente daquela que inicialmente o idoso exhibe. Já salientámos aqui os benefícios que a interacção pessoal pode desenvolver em proveito dos idosos e o quanto é importante ouvir a opinião do idoso quando este se recusa ou se afasta para não participar nas actividades juntamente com os restantes.

No ponto que se segue, abordamos a importância da Leitura e da Escrita, essenciais para combater o envelhecimento cognitivo.

1.4. A Importância da Leitura e da Escrita

Com a progressiva diminuição das suas capacidades físicas e psicológicas, os idosos alteram os seus hábitos e rotinas diárias que podem levar à diminuição da concentração, da reacção, da auto-estima, que podem, conseqüentemente, dar origem à apatia, desmotivação, solidão e isolamento social.

Em termos cognitivos, podemos dizer que realizar actividades que exercitem a memória é uma mais valia para que esta não se apague a um ritmo acelerado.

Quando o idoso lê, está a exercitar a memória e a língua e, desta forma, está a aprender mais palavras e novas formas de estruturar as frases. Com tudo isto melhora o seu poder de argumentação, por isso se diz que a leitura ajuda a interpretar o mundo e a compreendê-lo. Por esta razão, a leitura é fundamental e deveria ser praticada em todos os locais e por todos nós e não somente nas escolas.

Para formar leitores é fundamental incentivá-los. Nunca é tarde para incentivar a leitura.

O Governo Português tomou a iniciativa e criou o Plano Nacional de Leitura que tem como objectivo central elevar os níveis de literacia dos portugueses.

O princípio fundamental do nosso projecto não é necessariamente elevar os níveis de literacia dos portugueses mas sim utilizar a leitura, a escrita e o conto para preservar as funções cognitivas do idoso e, desta forma, contribuir para a sua saúde mental e, da mesma forma, promover a interacção social fundamental na visão que o idoso cria da

Instituição.

A leitura é um bem essencial, como podemos constatar no site do Plano Nacional de Leitura, na medida em que refere que:

“...para viver com autonomia, com plena consciência de si próprio e dos outros, para poder tomar decisões face à complexidade do mundo actual, para exercer uma cidadania activa, é indispensável dominar a leitura. Determinante no desenvolvimento cognitivo, na formação do juízo crítico, no acesso à informação, na expressão, no enriquecimento cultural e em tantos outros domínios, é encarada como uma competência básica que todos os indivíduos devem adquirir para poderem aprender, trabalhar e realizar-se no mundo contemporâneo.” (Plano Nacional de Leitura.)¹

Se pretendemos que a leitura chegue a todos os idosos, a questão que se coloca é como podemos levar a leitura a todos e a cada um.

Admitindo que o leitor pode ser também recitador, podemos através deste, levar a leitura e o conto aos idosos que, por qualquer razão, se vêm impossibilitados de praticar a leitura. Para isso, torna-se necessário encontrar idosos que dominem a leitura, outros que, dominando a leitura, também dominam a escrita e também idosos com habilidade para relatar contos, porque:

“Ler, para o leitor silencioso, é pactuar e não só receber [...] o leitor interioriza, estrutura, faz o conhecimento crescer, o que conduz à acção social. O recitador, por outro lado, executa uma acção externa, tosca e mecânica. No caso do leitor, o que escreve e o que lê são igualmente criativos, enquanto o recitador tem a sua criatividade diminuída ante a mensagem do escritor.” (Fernandez, 2006, p. 40).

Envolvendo cada um com as suas capacidades pessoais, ler pode ser uma experiência única porque a imaginação e o poder de argumentação permite-nos ter acesso a uma vida melhor na medida em que nos ajuda a debater assuntos, a refutar argumentações e a lutar por uma vida mais saudável, produtiva e participativa.

Tendo em consideração a importância da leitura e da escrita pensamos ser pertinente abordar alguns aspectos gerais e comuns à leitura e à escrita, porque:

“...do ponto de vista da psicologia cognitiva a leitura e a escrita são consideradas actividades cognitivas complexas que requerem o esforço combinado de uma série de operações ou sub-componentes e de um conjunto de conhecimentos, que actuam de maneira sinérgica.” (Cruz, 2007, p.23).

¹ Acedido em <http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/pnltv/apresentacao.php?idDoc=3>, em 03/07/2010.

Para entendermos melhor as palavras do autor, e porque consideramos necessário abordar este tema, citamos os quatro aspectos que o autor refere necessários ao processo de aquisição da leitura e da escrita:

Para entendermos tanto o processo de aquisição como a natureza executiva da leitura e da escrita é necessário perceber previamente os quatro aspectos que a determinam, isto é, a linguagem visual ou escrita pode ser caracterizada como um processo: construtivo; activo; estratégico e afectivo. É um processo construtivo porque implica uma elaboração, uma interpretação e uma reconstrução por parte da pessoa, a qual tem de construir o significado através da combinação das exigências da tarefa com os seus conhecimentos prévios.

É um processo activo porque existe uma absoluta necessidade de a pessoa se implicar activamente para aprender a tarefa, qualquer que seja o processo de aprendizagem.

É um processo estratégico porque é requerido que a pessoa seja activa na sua construção e competente do pronto de visto das estratégias.

É um processo afectivo pois, o desejo de ler e escrever, a estabilidade emocional, o auto-conceito, o interesse pela aprendizagem, em síntese, os factores afectivos-motivacionais, vão ter um alto nível de influência no rendimento da pessoa” (Cruz, 2007, p.23).

Para além dos pressupostos que acabamos de referir, necessários à compreensão da importância da leitura e da escrita, o autor referenciado vai mais longe e acrescenta que tanto a leitura como a escrita assentam em quatro aspectos, conforme citamos a seguir:

“Simultaneamente, projectando-se a múltiplos níveis, a leitura e a escrita envolvem outros quatro aspectos funcionais, nomeadamente os aspectos: social, cultural, informativo e ocupação de tempo livre (Boroja & Riesgo, 1993, citado por Cruz, 2007, p. 23).

Quando uma pessoa lê, pode fazê-lo por curiosidade, por necessidade, por obrigação ou por prazer.

Ler não é só juntar as letras e formar palavras, é associar as palavras a emoções e sentimentos, porque *“Ler é o meio mais real de conhecer o homem invisível e o mundo por conhecer que está por detrás dos textos escritos. (Fernandez,2006, p.42).*

Hoje em dia, os hábitos de leitura vêm-se perdendo. Com as novas tecnologias, a leitura dos livros está, cada vez mais, a ser substituída pela leitura das legendas da TV e pela diversidade de informação disponibilizada na Internet, ou seja, ver filmes e/ou novelas em vez de ler livros tornou-se um hábito na sociedade em que vivemos. É muito mais fácil ver do que ler. Ler implica o exercício da interpretação e da criatividade, por isso podemos dizer que *“O leitor, como diria posteriormente Paulo Freire, é aquele que se implica no*

texto e implica o texto na vida: é aquele que usa a palavra para transformar a vida e usa a vida para transformar os textos.” (Fernandez, 2006, p. 42).

Em nossa opinião, são poucos os estímulos à leitura na nossa sociedade. Deveriam existir formas mais didáticas de apresentar o livro às pessoas e mostrar o lado bom da leitura, assim como todos os benefícios que a leitura pode trazer para o desenvolvimento e preservação das capacidades intelectuais da pessoa porque,

“A falta de uso social da leitura numa alta percentagem de alfabetizados desencadeou uma ausência de sentido funcional desta aprendizagem que desembocou no fenómeno do iletrismo. [...] admite-se que os analfabetos não são só aqueles que não foram à escola, como também aqueles que, tendo ido e aprendido, não encontram um sentido nem uma função social para aquilo que aprenderam” (Fernandez, 2006, p. 35).

Reportando-nos à realidade vivida nas instituições de acolhimento de idosos, se os estímulos não forem em quantidade suficiente e ajustados às necessidades, a percentagem de idosos que não encontram um sentido nem função social para aquilo que aprenderam vai seguramente aumentar, porque:

“A necessidade de implementação de intervenções que aproveitem a capacidade adaptativa dos idosos, potencializando essa capacidade no sentido de adaptação de formas de envelhecimento positivas: «O objectivo da intervenção [sobre o desenvolvimento] numa perspectiva de ciclo de vida não é apenas evitar o declínio mas promover o crescimento» (Lachman e Baltes, 1994, p.591,cit in Fernandes-Ballesteros, 2001, citado por Fonseca, 2005, p.135).

Não faz sentido falar da leitura e da escrita sem fazer referência ao conto, por essa razão no ponto que se segue abordamos alguns conceitos que consideramos fundamentais para este trabalho.

1.5. A Importância do Conto.

No que diz respeito à importância do conto podemos referir algumas questões e opiniões que consideramos pertinentes para a sua fundamentação. Verificamos que existe pouca bibliografia sobre este tema, deste modo, a visão que fazemos dele pode parecer um pouco parcial.

Rebuscando possíveis trabalhos que decorrem neste âmbito, e nas proximidades da nossa região, encontramos no site oficial do Município de Mirandela, um espaço dedicado ao Conto. Neste espaço, podemos encontrar, entre outros temas, várias referências dedicadas

ao conto e à sua importância na sociedade, podemos retirar alguns conceitos que consideramos pertinentes para a fundamentação de algumas actividades susceptíveis de serem trabalhadas em Projecto.

Podemos referir a este respeito e citando um excerto dessa publicação que:

“...os contos tinham (têm) uma função de entretenimento e uma função educativa. Por um lado, constituíam uma das formas de ocupar os tempos livres, geralmente os serões, reforçando os laços de convivialidade entre os membros da comunidade e despertando a imaginação dos assistentes; por meio deles era possível compensar a dureza e a monotonia da vida quotidiana, fugindo para mundos distantes e vivendo papéis e situações empolgantes. Por outro, concediam aos mais velhos um instrumento privilegiado para levarem os mais novos a interiorizarem valores e comportamentos considerados aceitáveis.”²

O conto esteve sempre mais associado à mulher, já que:

“A mãe de família era a principal transmissora de canções, lendas, provérbios, ditados populares e contos. Os contos e lendas eram um tema muito recorrente nos serões de inverno, enquanto as mães e filhos se dedicavam a fiar ou debrulhar legumes. Os provérbios e ditados populares eram outro veículo directo da filosofia popular também utilizado nos serões familiares.” (Fernandez, 2006, p. 46).

Foi nos serões à lareira que o conto se expandiu, ganhou contornos que o asseguraram e fizeram chegar aos nossos dias, pois:

“Os contos tradicionais e as lendas fizeram assim parte da cultura de todos os povos. Tal não resulta do acaso, mas do instinto de sobrevivência. Antes da escola do Estado (um fenómeno recente) existiu a escola da vida, velhinha, de muitos, muitos séculos: por isso, sábia.”³

O aspecto que, para nós, se revelou o mais capaz no sentido de valorizar a sabedoria do idoso foi, trabalhar o “Conto” e com isto, promover a sua auto-estima. Ocupar o idoso com novas aprendizagens é igualmente importante, mas não deve ser negligenciada nem esquecida a sabedoria que o idoso adquiriu ao longo da sua vida. Este saber poderá vir a demonstrar-se fundamental na prestação do idoso, na medida em que o Conto valoriza aspectos inéditos, originais e únicos de cada idoso.

Os idosos podem colaborar com o seu precioso contributo, com as suas lições e testemunhos de vida, bem como os conhecimentos e experiência que os idosos conservam e nos podem confiar através da sua presença do seu olhar, gesto, afecto e palavras.

² <http://www.cm-mirandela.pt/index.php?oid=3936>, acedido em 28 de Dezembro de 2010

Assim, no capítulo II deste trabalho procedemos à apresentação de um estudo empírico, desenvolvimento de objectivos, processos e meios.

Capítulo II – Metodologia do Estudo

2.1. Formulação do problema.

Neste capítulo procedemos à formalização do problema explicando as razões que nos conduziram a identificá-lo como prioritário e, posteriormente, definimos os objectivos e propósitos do nosso trabalho.

Para detectar as necessidades é necessário analisar a situação objecto de estudo, estudando a realidade, as pessoas e o meio que as rodeia, bem como as suas características e circunstâncias em que se encontram.

A fase do diagnóstico permite, por isso, localizar os principais problemas e as suas causas ao mesmo tempo que nos indica direcções para a resolução dos problemas, uma vez que:

“É preciso que o projecto se baseie numa necessidade real para a qual se pretende encontrar uma solução e, também, que esta possa ser resolvida com a colaboração de todos. É conveniente estudar as necessidades e os recursos de que dispomos, tanto pessoais como materiais, para ir ao encontro das necessidades de uma forma realista. Entendemos por necessidade uma discrepância entre o que é e o que deveria ser. (Pérez, 2008, p. 31).

Da análise feita à Instituição, complementada com a informação disponível no Sítio Oficial da mesma, concluímos que esta dispõe de actividades diversificadas, pensadas e desenvolvidas em proveito dos idosos, todas vantajosas em termos de ocupação de tempos livres e de entretenimento, algumas com carácter educativo, como podemos verificar no Plano de Actividades da Instituição, (Ver anexo I).

Concluimos dessa análise que estas actividades pecam pelo facto de os idosos se encontrarem numa posição de dependência, perante os técnicos, para interagir nessas actividades. Por regra, as actividades têm dias e horas estipuladas e o idoso, na maior parte dos casos, depende do técnico para desempenhar essas actividades, ou seja, se não houver nada programado, não há nada que o idoso possa fazer sozinho, a não ser um jogo de cartas ou um jogo de dominó.

Partindo do pressuposto de que estes idosos dispõem de um plano de actividades variado e calendarizado, parece não fazer sentido procurar mais actividades mas, quando analisamos em pormenor a diversidade e a frequência das mesmas, verificámos que as actividades que envolvem a Leitura e a Escrita estão resumidas às actividades desenvolvidas no Clube das

Letras, que tem como principio alfabetizar e desenvolver actividades no computador, como constataremos mais à frente, aquando da caracterização da Instituição.

Para contribuir para o desenvolvimento deste tema, a Instituição promove, também, uma visita anual à Feira do Livro que tem como principal objectivo estimular a leitura e promover o gosto pela mesma.

O horário de funcionamento do Clube das Letras é, conforme relatado no ponto referente à caracterização da Instituição, todos os dias das 14h00m às 15h00m, sendo que as aulas de informática decorrem às Segundas e Quartas-Feiras das 14h00m às 16h00m.

O facto de existirem horários e datas estipuladas é benéfico para a organização do dia-a-dia do idoso e os intervenientes sabem que podem participar no dia e hora marcados “naquela” actividade. É, sem dúvida, um factor preponderante para a organização, pontualidade e assiduidade dos participantes.

Perante este facto, podemos acrescentar que nem sempre o idoso tem predisposição para participar nas actividades, que têm horas estipuladas.

Porque os benefícios da leitura e da escrita são, para a saúde do idoso, uma mais valia, consideramos que as medidas existentes podem tornar-se rotineiras e insuficientes com o passar do tempo. Urge por isso, inovar, procurar e alternar actividades que dissimulem a leitura e a escrita, ou seja, actividades em que a leitura e a escrita estejam presentes mas de uma forma disfarçada para não serem vistas como enfadonhas e aborrecidas, sempre com o propósito de atrair, aliciar e angariar mais participantes.

Da análise feita à instituição verificamos que se tivermos em conta o elevado número de clientes desta instituição, verificamos que a percentagem de livros e material de leitura nesta Instituição é muito reduzida para o número de clientes que alberga. Os programas e actividades que a instituição desenvolve estão direccionados para as necessidades dos clientes mas, apesar de todo o esforço desenvolvido pela Instituição, o trabalho nunca pode ser dado como concluído porque as necessidades não são para sempre as mesmas e os idosos evoluem e as suas necessidades transformam-se ao longo do tempo.

O estereótipo de que o idoso passa muito do seu tempo a jogar cartas pode ser explicado com base em diversos factores. Como primeira análise, entendemos o “Jogo” como uma actividade que pode ser desenvolvida de forma autónoma e a qualquer momento, pelo idoso. Por outro lado, o “Jogo” é eleito pelos idosos, como a melhor e mais apetecida forma de distração e passatempo. Sobre esta questão (Vaz, 2008, p. 41), afirma que: “...*é moda entreter os velhotes a jogar cartas como atitude etnocêntrica de olhar e decidir sobre os outros.*”

O trabalho social vai no sentido de procurar actividades proveitosas para os idosos. Não se pretende substituir nem eliminar o que já existe e o que é aceite, mas sim reforçar e ampliar o que existe para que possa chegar ao maior número de idosos com mais benefícios.

Segundo a autora acima referenciada, se por um lado é bom conviver com pessoas da mesma idade, porque se entendem na maneira de falar e de recordar coisas antigas, por outro lado, sobressai a necessidade de conviver com todas as idades, porque os mais novos podem dar esperança, vitalidade, optimismo que às vezes os mais velhos não têm. Destaca-se aqui a necessidade de incluir novas caras e novos participantes nas actividades, através do apelo ao voluntariado.

Na tentativa de encontrar actividades que não criassem conflitos e que não se sobrepussem, no tempo e no espaço, com as actividades desenvolvidas pela Instituição, consideramos necessário procurar actividades inovadoras que se pudessem complementar com as já existentes, mas também uma actividade que conferisse ao idoso alguma autonomia na sua realização.

Quando falámos em autonomia, neste caso em concreto, referimo-nos à possibilidade do idoso usufruir e participar numa actividade na hora e dia do seu interesse, sem que para isso seja necessário a presença ou serviço de um técnico.

Considerámos por isso necessário encontrar actividades que se adequassem ao interesse e necessidade de cada idoso, mas também procurar actividade(s) que, depois de acompanhadas e explicadas pelo técnico, pudessem ser, num momento posterior, utilizadas/usufruídas pelos idosos, no dia e hora do interesse destes.

Foi no princípio da funcionalidade que procurámos uma actividade específica que pudesse ser manejada e gerida pelo idoso a qualquer hora ou dia.

Sendo a leitura um bem precioso para o idoso se manter intelectualmente activo, e necessária para preservar as suas capacidades cognitivas como a atenção, memória, raciocínio, etc., torna-se fundamental trabalhar este tema com os idosos, como foi dito na revisão da literatura.

Salientamos que inúmeros autores afirmam que estimular a memória pode vir a revelar-se um factor preponderante no combate às doenças cognitivas, nomeadamente a doença de *Alzheimer* porque, para (Kalténbach 2001, citado por Gomes, 2006) a doença de *Alzheimer* é uma perda de memória com início superior a 6 meses, articulada ao compromisso de uma ou mais funções cognitivas. Esta patologia atinge ambos os sexos,

sendo a sua etiologia desconhecida. Contudo especula-se que advenha de um processo de auto destruição, desencadeado pelo sistema imunitário, sendo a hereditariedade um factor possível. É muito rara em pessoas com menos de 60 anos e torna-se mais frequente ao envelhecer. Afecta somente 1 a 3% das pessoas entre os 60 e os 64 anos de idade e até 30% das que têm mais de 85anos. Estima-se que, em 2020, 30 milhões de pessoas sofrerão da doença de Alzheimer. (Sharp e Dohme, 2004, p. 158).

Para estimular as capacidades cognitivas devem manter-se hábitos de leitura. Nunca deixar de ler pode ser uma medida preventiva para o envelhecimento.

A leitura pode ser considerada uma ferramenta útil para o entretenimento e saúde dos idosos bastando, para isso, criar as condições necessárias para que não seja vista como uma obrigação ou tarefa mas sim como uma opção aliciante, acessível e de interesse comum, fundamental na preservação da memória.

Desta forma, o problema que identificamos como prioritário passa por encontrar, uma forma de retardar o envelhecimento mental do idoso através de actividades de dinamização da Leitura, da Escrita e do Conto de forma a promover uma vida mentalmente activa e interactiva.

Posto isto, o problema de Trabalho de Projecto será:

- Como promover um envelhecimento saudável e feliz através do desenvolvimento de actividades de animação e estimulação do Conto, da Escrita e da Leitura?

2.1.1 – Definição dos objectivos

Tendo em conta o problema exposto, definimos como objectivos do projecto:

- Promover e preservar o envelhecimento activo e bem-sucedido.
- Estimular a imaginação e memória do idoso.
- Promover a interacção social do idoso.

Estes objectivos estão associados a actividades de dinamização da leitura, da escrita e do conto, bem como a actividades desenvolvidas em grupo, capazes de promover a interacção.

2.2. Metodologia utilizada

2.2.1. Instrumento de recolha de dados

São vários os métodos de recolha de dados que se podem utilizar numa investigação e cabe ao investigador seleccionar os que respondem melhor aos objectivos da investigação, ao tipo de amostra e contexto.

Para a recolha de dados, optamos por escolher o questionário (ver anexo II e III), porque permite conhecer os modos de vida, atitudes, costumes, comportamentos, valores, opiniões, e outros.

O nosso trabalho segue a metodologia do Trabalho de Projecto interagindo com a metodologia do estudo-de-caso institucional, recorrendo a diferentes fontes de informação mas principalmente o inquérito por questionário e análise documental.

Consideramos o questionário um método adequado, capaz de quantificar dados e retirar conclusões e é também uma técnica de recolha com custos razoavelmente baixos onde as questões são idênticas para todos os entrevistados, com a vantagem do anonimato. A cada idoso questionado foi atribuído um número, desta forma, os dados obtidos e trabalhados foram registados através de uma referência de números, com o objectivo de manter o anonimato dos idosos que participaram neste estudo e que fizeram parte integrante do grupo de intervenção.

O questionário foi pensado com quinze perguntas do tipo abertas e apenas uma pergunta do tipo fechado, possibilitando ao cliente liberdade de resposta quer no conteúdo quer na forma.

A pesquisa documental baseou-se essencialmente em documentos fornecidos e disponibilizados pela Instituição que, em alguns aspectos, foi complementada com a informação disponível no site oficial da instituição.

A pesquisa bibliográfica permitiu o conhecimento das diferentes contribuições científicas, disponíveis sobre o tema abordado, que nos ajudaram a definir o problema e a definir objectivos.

Para avaliar a eficácia do nosso trabalho foi aplicado um segundo questionário que visou recolher opiniões dos idosos relativamente à implementação do projecto.

2.3. Tipo de Pesquisa/Natureza do Estudo

Relativamente ao tipo de pesquisa podemos considerar este estudo de natureza qualitativa, e descritiva porque promove a descrição das características do grupo. Este tipo de pesquisa justifica-se em estudos relacionados com o levantamento de opiniões, atitudes e crenças de um determinado grupo e caracterização de instituições.

2.4. Caracterização da Amostra

2.4.1. Tipo de Amostra

A amostra é de doze clientes de ambos os sexos.

Optámos pelo tipo de amostra aleatória, questionando um grupo de idosos que frequenta a sala de convívio do Lar 2.

A selecção foi feita tendo em conta a hora de chegada à sala de convívio, sendo que desta amostra fazem parte não só voluntários do referido Lar, como também voluntários do Lar 1 e Lar 3 que frequentam a mesma sala de convívio.

Apesar de se tratar de uma instituição que alberga um número considerável de idosos, não se verificou muita receptividade por parte dos mesmos para participar na recolha de dados. Na tentativa de contrariar esta limitação, propusemo-nos recolher os dados num momento diferente, dando possibilidade ao idoso de escolher um dia, local e hora do seu interesse, o que, mais tarde, não se veio a revelar muito significativo.

Para se alcançar este número de cooperadores, optámos por aplicar o questionário pela forma indirecta, ou seja, foram lidas as perguntas e registadas as respostas pelo investigador, facilitando assim o papel do idoso.

A medida adoptada permitiu a aplicação do questionário a doze clientes. Pecou pelo facto de ter sido aplicado de forma directa, possibilitando que algumas respostas possam ter sido “encenadas” devido à presença do investigador.

Para uma melhor compreensão da informação recolhida, optámos por apresentar a mesma, sob a forma de tabela, seguindo-se posteriormente uma breve explicação dos temas e factos associados.

2.5. Apresentação e Tratamento de Dados.

Apresentação de Dados															
	1a) Idade	1b) Estado civil	1c) N.º anos Inst.	1 d) Hab. Literárias	2 - Sabe ler e escrever?	2.1.1 - Que tipo de Leitura costuma fazer?	2.1.2 - Que tipo de escrita costuma fazer?	2.2 - Sente necessid. de Ler?	2.3 - Sente necessid. de Escrever?	3 - Acha que a Leitura poderá favorecer a sua relação com as pessoas com quem se relaciona no Lar?	4 - Costuma conversar com os seus amigos sobre os temas que lê nos jornais?	5 - A sua Inst. Oferece actividades que promovem a leitura?	6 - A sua Inst. Oferece actividades que promovem a escrita?	7 - Gostaria de colaborar e participar na criação de um "livro" onde cada cliente pode registar os seus contos, relatos de vida, receitas, cantigas, etc.	8 - Que outras actividades sugere para a promoção da leitura e da escrita?
idoso (1)	87	sol.	NS	2. ^a Clã.	MP	Revistas	-	Agora já é tarde	S	N/S	N	NS	NS	N/S	N/S
idoso (2)	79	div.	1	4. ^a Clã.	S	livros, jornais, revistas	-	S	S	S	S	Revistas e jornais	S	S	as que existem são suficientes
idoso (3)	83	sol	5	-	N	-	-	S	N	N/S	-	Revistas e jornais	NS	S	N/S
idoso (4)	78	sol.	11	1. ^a Clã.	N	-	-	Às vezes	S	NS	-	N/S	NS	S	N/S
idoso (5)	77	div.	25	4. ^a Clã.	MP	-	-	Agora já é tarde	N	S	N	sim. o "mensag."	Clube das letras	"Já estou velho"	N/S
idoso (6)	80	Viu.	8 m	2. ^a Clã.	S	"Revistas e papelinhos da D. ^a Guida"	Com os professores	S	S	S	N	Uma sala para aprender a ler	Clube das letras	"Já estou velho"	Ler os livros dos pastorinhos
idoso (7)	79	sol	NS	-	N	-	-	S	N	S	-	N/S	S	NS	N/S
idoso (8)	88	sol	7	-	MP	-	Com os professor	S	S	S	N	S	Clube das letras	S	N/S
idoso (9)	96	Cas.	5	-	S	"Jornal que o filho traz"	-	S	N	S	MP	S	S	NS	N/S
idoso (10)	91	Viu.	11	-	N	-	-	Agora já é tarde	N	N/S	-	Pouca Coisa	N/S	"Já estou velho"	N/S
idoso (11)	87	cas	6	-	N	-	-	S	N	S	-	S	S	"Já estou velho"	N/S
idoso (12)	66	Sol.	10	4. ^a Clã.	S	-	-	Às vezes	N	S	N	S	S	S	N/S

Tabela 1 – Apresentação de dados recolhidos por questionário I.

S-SIM/ N-NÃO/ MP-MUITO POUCO/ N/S- NÃO SABE/

Da análise da tabela, podemos concluir que:

A amostra contou com doze entrevistados. Apesar de ser pequeno em número, permitiu chegar a algumas conclusões que passamos a referir:

Os idosos que mais se disponibilizaram para responder ao questionário foram aqueles cujo estado civil era de solteiro.

Segue-se o estado de viúvo em que a perda de um(a) companheiro(a) de uma vida pode vir a trazer consequências negativas ao nível da relação pessoal de cada idoso.

Este problema vai de encontro, à questão da necessidade de trabalhar a interacção social com os idosos institucionalizados, em virtude de, nesta fase, as contrariedades da vida se poderem transformar num peso grande que muitos idosos não estão preparados para suportar dando origem a situações de isolamento e afastamento.

A amostra conta, somente, com 16,6% de idosos cujo estado civil é casado.

A média de idades em anos completos é de 82 anos. O facto de terem uma idade, de certa forma, avançada pode contribuir para que a percentagem de idosos que não sabe ler ou que sabe ler muito pouco seja elevada. Alguns, porque nunca frequentaram a escola, outros porque aprenderam de forma muito rápida e severa e por isso esqueceram o pouco que aprenderam.

Quando procuramos saber as habilitações literárias, todos justificaram a razão de terem poucos anos de estudo, exemplificando que os idosos de hoje, no seu tempo de crianças, guardavam os animais nos campos no período que deveriam frequentar a escola, contribuindo, com o seu trabalho, para o sustento e reforço dos bens das famílias. A vida era difícil, por essa razão, não deram importância à escola e, desta forma, muitos não aprenderam a ler devidamente.

Pensamos ser esta a razão que determina a média das habilitações literárias da amostra nos 1,4 anos de escolaridade. Os idosos que frequentaram a escola primária e aprenderam a ler apenas concluíram os primeiros anos escolares, conforme verificamos nas respostas às questões 1a), e 1c). Conhecendo a média das habilitações literárias, procurámos saber se sabiam ler e escrever. Daqui, verificamos que 41,6% afirmaram “não saber ler”, 25% afirmaram “saber ler muito pouco” e apenas 33.3% afirmaram “saber ler”.

Concluimos com estes números que uma parte significativa da amostra não sabe ler, existindo um caso em que, apesar de ter frequentado a escola, não foi suficiente para aprender a ler e escrever. Por outro lado, registamos outro caso de um idoso, que não

tendo frequentado a escola, no seu tempo de criança, aprendeu em adulto, mais tarde, na instituição a ler e escrever pequenas palavras.

No que respeita à percentagem da amostra que referiu saber ler e/ou saber ler muito pouco, podemos referir que somente 57,1% dos inquiridos respondeu que pratica a leitura, no seu dia-a-dia, dentro da instituição, e que o faz através de jornais e revistas. Por lapso, o questionário apresentado não fez referência ao género do idoso, por essa razão, não podemos apresentar a relação entre o tipo de leitura e o género do idoso. Relativamente à escrita, os mesmos investigados, referiram que, nos tempos de hoje, já não precisam escrever, contabilizando 71,4%. Os restantes responderam que escrevem na “sala de estudo”.

Para complementar esta informação prosseguimos para a análise das questões 2.2 e 2.3. respectivamente.

Assim, quando questionados sobre a necessidade que sentem de ler, 58,3% responderam sentir necessidade de ler, 25% respondeu que agora já é tarde e, 16,6% respondeu apenas às vezes.

Relativamente à escrita, a percentagem de idosos que referiu sentir necessidade de escrever foi, comparativamente, mais baixa em relação à necessidade de ler, assim, contabilizou 41,6% para a escrita e 58,3% para a leitura.

Quando questionados sobre o número de anos que permanecem institucionalizados, a média ronda os nove anos. Salientamos que dois dos auscultados referiram não se lembrar do número de anos que se encontram a permanecer na instituição.

Relativamente à questão dos benefícios da leitura nas relações pessoais, podemos referir que 58,3% dos clientes consideram que a leitura os poderia favorecer na sua relação com os outros clientes. Este número poderá anunciar um eventual conhecimento, por parte destes idosos, sobre as potencialidades e benefícios da leitura. As respostas a esta questão revelaram ainda que, mesmo aqueles que não sabiam ler nem escrever entenderam a leitura como um possível recurso para facilitar as relações pessoais, na medida em que responderam afirmativamente, apesar de se assumirem iletrados.

Apesar dos números ditarem uma maioria nesta questão, os mesmos não se renovaram nem se apuraram na questão 4., onde foi perguntado aos idosos se conversavam com os amigos e colegas sobre os temas que eventualmente liam nos jornais e nas revistas. Se inicialmente pensávamos poder vir a fazer uma associação e comparação entre a opinião do idoso face ao poder da leitura no favorecimento das relações com o seu comportamento face à leitura, as respostas, a esta última, ficaram muito longe daquilo

que, eventualmente, poderíamos prever, ou seja, verificámos que 71,4 % responderam que não costumam conversar com os amigos e colegas da instituição sobre os temas que lêem nos jornais e nas revistas, o que nos levou a concluir que a leitura pode, fortuitamente, ser entendida como um recurso positivo para as relações inter-pessoais, mas não está a funcionar como impulsionador dessas mesmas relações e, previsivelmente, não está, também, a ser utilizada como um ferramenta útil para a preservação da memória. Somente 14,2% respondeu “Muito Pouco” o que revela uma amostra, de certa forma, desligada, pouco participativa e sem interesse na partilha de informação.

O material de leitura que os idosos identificaram como “aquele” que a instituição mais disponibiliza para a leitura foi as revistas e os jornais. O “clube das letras e números” foi identificado por 25% dos idosos como a actividade que a instituição disponibiliza para promover a escrita, 33,3% referiu não ter conhecimento de nenhuma actividade e 41,6% respondeu afirmativamente, apesar de não ter indicado nenhum exemplo para justificar a sua resposta.

Quanto à questão (7) que pretendia apurar a opinião do idoso relativamente à vontade deste na participação e criação de um “Livro” denominado Diário do Conto, onde cada cliente pudesse ter oportunidade de registar os seus contos, histórias, relatos de vida, receitas, cantigas, etc., as respostas foram variadas, assumindo três vertentes. Assim, contou com 41,6% de respostas favoráveis; 25% referiu sem opinião; e 33% respondeu negativamente, alegando que já se sentem demasiado velhos para participar em actividades.

Algumas respostas podem prognosticar alguns casos de resistência à participação e à mudança que poderão estar relacionados com a já supracitada disposição para a inactividade e isolamento, anunciada na bibliografia abordada no capítulo anterior.

Quando questionados sobre que outras actividades gostariam de sugerir, relativamente à leitura e à escrita as respostas não demonstraram inspiração e as tentativas para indicar novas sugestões foram escassas e quase inexistentes. Assim, 83,3% referiu não saber ou não ter opinião, 8,35% referiu que o que existe é suficiente e 8,35% referiu que gostava de ler livros dos pastorinhos de Fátima.

Da análise das respostas podemos concluir que uma pequena percentagem de idosos revelou desconhecimento face às actividades que a instituição desenvolve no âmbito da escrita e, conseqüentemente, testemunhou pouca disposição para sugerir novas actividades, alegando que as existentes são suficientes.

Verificou-se também uma percentagem significativa de idosos que justificou a sua «futura» não participação nas actividades, alegando que já se sentem velhos para participar. As causas que estão na origem destes comportamentos podem variar de idoso para idoso, podem estar relacionadas com factores externos ou internos ao próprio idoso.

Ainda sobre a aplicação dos questionários e em jeito de conclusão, podemos referir que a aplicação do questionário veio fundamentar e legitimar algumas das nossas suposições. Encontramos um número considerável de idosos que, sabendo ler e escrever, utilizavam esse saber em poucos momentos, no seu dia-a-dia, dentro da Instituição apesar, desta disponibilizar meios para a sua actividade. Esta constatação vem, de certo modo, fundamentar a necessidade de novos incentivos e estímulos para que aquilo que vem sendo disponibilizado pela instituição seja, com a ajuda deste projecto, complementado e valorizado, contribuindo assim para um aumento do número de leitores e utilizadores da leitura e do relato do conto.

A razão da pouca procura e predisposição para a leitura poderá estar relacionada com o número elevado de iletrados e, conseqüentemente, com a escassa diversidade de oportunidades de leitura, uma vez que a instituição não acondiciona ainda uma biblioteca acessível a todos os idosos, por essa razão as preferências para a leitura foram as revistas e os jornais, ficando de fora o livro e outros associados. Nenhum idoso referiu a Biblioteca como um recurso à leitura nem a sugeriu como uma possível necessidade.

Sobre esta questão podemos adiantar que uma revista e/ou jornal pode ser vista como mais atractivo e cobiçado do que propriamente um simples livro. Enquanto os primeiros são ricos em imagens e letras gordas de fácil leitura, com títulos ilustrativos e convidativos, os segundos são ricos em cumplicidade, permitem sonhar, viajar. As revistas, por seu lado, abordam uma diversidade de temas o que as torna mais encantadoras e menos monótonas, à primeira vista, em relação ao livro, mas pecam pela falta de cumplicidade, sendo que esta está mais direccionada para o livro, devendo por isso ser promovido.

Parece existir uma disparidade na opinião dos idosos sobre a necessidade de ler e a necessidade da escrever, ou seja, a primeira parece predominar sobre a segunda.

Esta constatação remete-nos para outra linha de análise. Se, por um lado, a escrita exige maior concentração, exercício e habilidade, a leitura, por sua vez, exige um esforço menor e pode tornar-se a necessidade que mais se faz sentir no dia-a-dia,

comparativamente à escrita, porque através da leitura pode-se adquirir informação e algumas notícias por meio das revistas, dos jornais e dos cartazes, enquanto a escrita é, segundo a opinião dos entrevistados, uma actividade praticada somente no Clube das Letras, de certa forma supérflua e desnecessária para o seu dia-a-dia dentro da Instituição, se comparada com a leitura.

Julgamos, com estes factos, poder explicar a diferença de opinião destes idosos relativamente à leitura e à escrita, fundamentando-a na dificuldade e na funcionalidade que uma e outra representam para o idoso.

Com tudo isto, pensamos poder produzir um Plano de Actividades que possa ir de encontro às necessidades aqui evidenciadas.

Capítulo III – Actividades desenvolvidas com vista ao Envelhecimento Activo e Interação.

3. Contextualização

3.1. Apresentação da Instituição e seus Objectivos

Relativamente à Instituição objecto de estudo podemos referir que se trata de uma instituição Particular de Solidariedade Social, sediada numa cidade do Nordeste Transmontano, bem no centro da cidade. Este facto contribui para que haja uma maior integração e adaptação por parte dos idosos à Instituição, uma vez que a sua centralidade com as diversas Instituições, e a proximidade com as aldeias anexas, contraria o sentimento de deslocação, isolamento e distância.

Para caracterizar a Instituição, no que respeita à missão e objectivos, consultámos o site oficial da instituição⁴, do qual citamos o documento “*Compromisso da Irmandade*”, no seu Art. 1.º, n.º 1, que refere que a instituição referida foi fundada em 1516, como uma associação de fiéis, constituída na ordem jurídica canónica, com o objectivo de satisfazer carências sociais e praticar actos de culto canónico, de harmonia com o seu espírito tradicional, informado pelos princípios da doutrina e moral cristãs.

3.1.1 Organização e Respostas Sociais da Instituição

Relativamente à constituição e organização da Instituição, podemos, pela análise documental e ocular, referir que se trata de uma instituição que conta com várias respostas sociais, das quais destacamos o Lar 1 que acondiciona trinta quartos, trinta e oito quartos para o Lar 2 e dezassete para o Lar 3. Em todos os quartos há casa de banho privativa e no total há capacidade para albergar cerca de duzentos clientes.

Disponibiliza ainda a toda a comunidade institucional salas de visita e de convívio, de dois salões de cabeleireira/barbearia, de uma capela dedicada ao Arcanjo S. Rafael e espaço exterior com Jardim, entre outras.

⁴ Consultado em: <http://www.scm-braganca.org/content/historia>, acedido em 12-03-10

Faz também parte da sua constituição e organização um Centro de Dia que conta com a presença de vinte clientes e tem como principal objectivo prestar um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sócio-familiar, evitar o isolamento e fomentar as relações inter-pessoais.

Consultando a mesma fonte de informação, podemos referir que esta Instituição soma, ainda, um Serviço de Internamentos Provisórios que surge com o objectivo de dar resposta a situações pontuais e urgentes, no qual o utente pode ter uma permanência máxima de trinta dias.

Dispõe também de um Gabinete Médico onde são consultados os utentes, aos quais é prestada a assistência médica e de enfermagem a todos que o necessitam, devendo submeter-se às prescrições clínicas e aos exames que, periodicamente, lhes são feitos. Conta ainda com serviços na área dos cuidados de higiene e conforto pessoal; arrumação e pequenas limpezas no domicílio; tratamento de roupas; confecção e distribuição de refeições. Para além da vertente de apoio aos idosos, a Instituição abrange também um Centro Infantil, com três pólos e ainda Amas e Creche Familiar.

O sector de ATL (Actividades de Tempos Livres) tem como finalidade dar resposta às necessidades dos pais, promover o desenvolvimento integral da criança, promover a destreza manual, aumentar o poder de concentração, e também contribuir para a socialização das crianças. Admite crianças entre os seis e os doze anos de idade. Para a ocupação dos tempos livres dos idosos foram criados ateliês.

Para finalizar, referimos a Casa Abrigo a Mulheres Vítimas de Violência, que tem como missão acolher vítimas de violência cuja problemática não seja susceptível de outra resposta. Esta casa abrigo garante a prestação dos seguintes serviços: alojamento; alimentação, protecção e segurança; apoio psicológico e social; informação e apoio jurídico; apoio médico e de enfermagem; serviço de lavandaria; apoio educativo nos centros de infância afectos à instituição.

Citando o mesmo documento a Casa Abrigo, tem como objectivos: acolher temporariamente as utilizadoras, tendo em vista a protecção da sua integridade física e psicológica; proporcionar às utilizadoras e às crianças as condições necessárias à sua educação, saúde e bem-estar integral, num ambiente de tranquilidade e segurança; promover a aquisição de competências pessoais, profissionais e sociais das utilizadoras; proporcionar, através dos mecanismos adequados, a organização das suas vidas, visando a respectiva de reinserção familiar, social e profissional.

Podemos, desta forma, concluir que os objectivos das respostas sociais englobam o acolhimento e outros tipos de auxílio a crianças, adultos e idosos, possibilitando meios indispensáveis para que estes usufruam de qualidade de vida.

Por esta razão, assume como objectivos evitar o isolamento, promovendo relações inter-pessoais entre iguais e com outras gerações, assim como colocar à disposição da pessoa idosa formas adequadas de ajudas, ao nível material e moral, quando não consigam obtê-las junto da família.

Das respostas sociais acima mencionadas fazem parte dois tipos de apoio que passamos a enumerar, conforme informação disponibilizada no sítio oficial da Instituição e certificada nos documentos institucionais disponibilizados para consulta:

- Serviço de Apoio Domiciliário Integrado (ADI) que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, temporariamente ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as actividades da vida diária, além de prever a prestação de cuidados de saúde, cuidados prestados em parceria com o Centro de Saúde; Presta apoio a sessenta clientes.

- Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) que consististe na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e ou as actividades da vida diária. Presta apoio a quarenta e cinco clientes.

3.1.2. Análise de parcerias e de relações de Interdependência com outras Instituições

Para atingir os objectivos a que se propõe, conforme referimos no ponto anterior, a instituição conta com o trabalho em paralelo das mais diversas instituições.

Tratando-se de uma instituição que reúne várias respostas sociais e um público-alvo heterogéneo tornam-se necessários os mais variados tipos de parcerias para que se cumpra um intercâmbio de informação, baseado na competência técnica de todos os intervenientes, necessários à boa execução dos objectivos propostos.

Pretende-se com as parcerias reforçar projectos, por vezes complexos, razão pela qual se torna necessário o envolvimento comunitário.

Assim, a instituição mantém parcerias com organismos e serviços sedeados no distrito e outros, como o Centro de Saúde, Instituto Piaget de Macedo de Cavaleiros, Instituto Politécnico de Bragança, Centro Regional Segurança Social, Câmara Municipal, GNR, PSP, Bombeiros Voluntários, etc, sempre com o objectivo de potenciar recursos e articular respostas adequadas para os diversos e complexos problemas sociais.

Estas instituições são, por isso, pontos de contacto importantes porque actuam nos mais diversos sectores.

Da mesma forma, a instituição em estudo necessita de ter uma equipa técnica a trabalhar diariamente, para assegurar o bom desempenho da instituição.

Conhecendo as parcerias, no ponto seguinte fazemos referência aos recursos humanos que constituem a Instituição.

3.1.3. Recursos Humanos

Por se tratar de um instituição complexa e abrangente nas respostas sociais que presta à comunidade, exige que seja também dotada de uma diversificada equipa técnica.

Com os dados fornecidos pelos técnicos ao serviço da Instituição e citando o documento institucional cujo assunto se designa “ Distribuição de funções dos membros da Mesa Administrativa para o triénio 2010/2011, podemos dizer que a instituição é administrada por uma Mesa Administrativa, com os seguintes corpos gerentes: Provedor, Vice-Provedor, Tesoureiro e seis vogais; pela Assembleia-geral, constituída pelo Presidente, pelo Vice-Presidente e por um Secretário; por último, existe o Conselho Fiscal, que é constituído pelo mesmo número de elementos e o mesmo cargo.

Conta ainda com sessenta e quatro funcionários que integram o pessoal técnico e auxiliar da Instituição, como podemos verificar na tabela abaixo indicada.

Pessoal técnico auxiliar que incorpora a instituição

<i>Categoria</i>	<i>N.º</i> <i>Func.</i>	<i>Categoria</i>	<i>N.º</i> Func.
Motorista Ligeiros	1	Ed. Social 1. ^a	2
Porteiro 1. ^a , 2. ^a	2	Aj. Técnico Farmácia	1
Ajudante Acção Directiva 1. ^a	26	Enfermeiro	1
Cozinheiro Chefe	1	Animador Cultural	1
Cozinheiro 1. ^a	1	Pedreiro/Trolha	1
Cozinheiro 2. ^a	1	CEB-POC-Pintor	1
Trabalhador Auxiliar	3	Guarda Rondista 1. ^a	2
Enc. Sector (Lav. Rouparia)	1	Enc. Sector Armazém	1
Costureiro	2	Fiel Armazém 1. ^a	1
Lavadeiro/Roupeiro	4	Barbeiro/Cabeleireira	2
Psicólogo	1	Jardineiro	1
Trabalhador Auxiliar	7		
Sub-Total	50	Total	64

Tabela

Tabela 2 – Pessoal Técnico e Auxiliar

Porque a população-alvo do nosso projecto abrangeu essencialmente idosos institucionalizados, procedemos, no ponto seguinte, à caracterização da mesma.

3.1.4. Caracterização da População-alvo

Consultando a relação de utentes, fornecida gentilmente pelo pessoal técnico da Instituição, procedemos à contagem dos nomes que, à data de Abril do ano dois mil e dez, se encontravam a residir nos três Lares e Centro de Dia que, depois de analisada e conferida, nos proporcionou os resultados que a seguir apresentamos em gráfico.

Salientamos que os dados aqui apresentados não coincidem com os apresentados no sítio da Instituição, uma vez que a recolha de dados foi feita em datas diferentes.

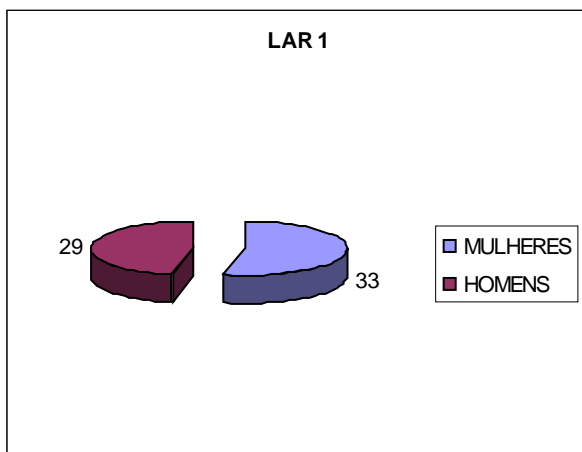


Gráfico 1 – N.º de Idosos no Lar 1

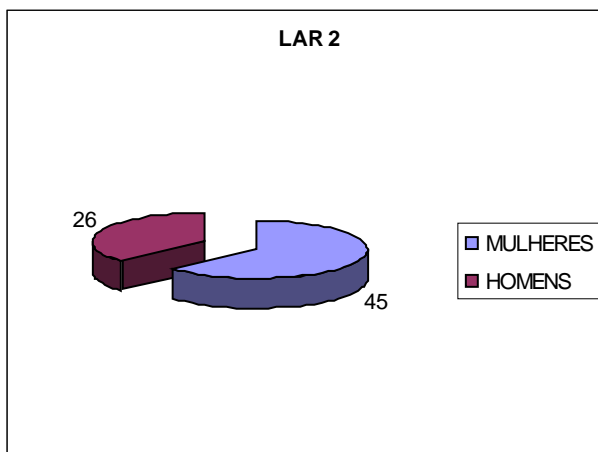


Gráfico n.º 2 – N.º de Idosos no Lar 2

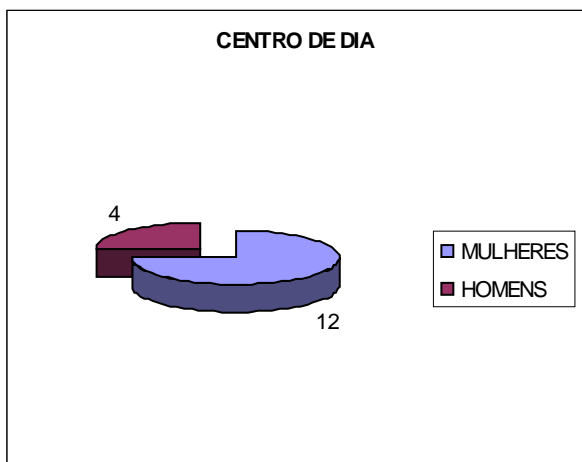


Gráfico n.º 3 – N.º de Idosos no Centro de Dia

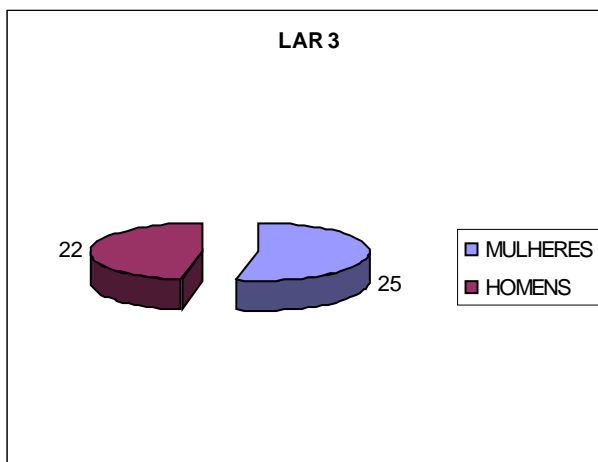


Gráfico n.º 4 – N.º de Idosos Lar 3

À data da pesquisa, a instituição, objecto de estudo, contava com cento e noventa e seis idosos, repartidos pelos oitenta e cinco quartos, com idades compreendidas entre os trinta e os noventa e seis anos de idade, distribuídos pelos três Lares. Da análise dos gráficos podemos verificar que a percentagem de clientes do género feminino é superior à dos clientes do género masculino. Encontram-se institucionalizadas cento e quinze mulheres e apenas oitenta e um homens, número que, pensamos, pode estar relacionado com a teoria de longevidade atribuída às mulheres, conforme podemos verificar na literatura, uma vez que:

“...as manifestações de envelhecimento são percebidas de forma diferente pelos indivíduos e surgem em combinações variadas em idades distintas conferindo ao envelhecimento uma marca individual. A variável género é um dos factores de maior visibilidade da diferença no envelhecimento tendo por base a esperança média de vida da mulher que é, nos nossos dias, superior à do homem.” (Cuz-Jentoft, 1999, citado por Vaz, 2008, p.117).

3.1.5. Plano de Actividades Ocupacionais e de Desenvolvimento Pessoal (PAODDP) – Animação e Cultura

Citando os documentos disponibilizados para consulta, pela Directora da Instituição, podemos referir que o Plano de Actividades Socioculturais é um documento que permite organizar as acções, quer ao nível da calendarização quer ao nível do pormenor de cada acção, melhorando assim a qualidade de vida do cliente.

A instituição envolve várias áreas de formação, para atingir os objectivos a que se propõe. Aposta na formação humana, afectiva, intelectual, profissional, sociocultural e na formação cristã.

Consultando o Plano de Actividades da Instituição (ver anexo I), podemos verificar que os utentes beneficiam de uma vasta área de actividades, das quais destacamos a dança, a poesia, a leitura, o teatro, a pintura, os bordados, etc. São também promovidos encontros com outros idosos da comunidade, para participarem em actividades conjuntas, por exemplo “Encontro de Idosos”, em que participam diversas instituições que acolhem idosos, sempre com o objectivo de existir um convívio e momentos de lazer entre instituições.

Para estimular a expressão musical, dispõem de uma actividade denominada “Dia Mundial da Dança”, que tem como objectivo sensibilizar os idosos para a prática da dança, o que obriga os idosos a movimentarem-se e torna-se por isso saudável para todos.

No que toca à expressão plástica, criatividade e imaginação, é treinada em actividades com plasticina, barro, pintura e outros tipos de materiais, alguns deles reaproveitados. Alguns destes trabalhos contam com a ajuda e orientação de outros estagiários de outras áreas de formação, e o resultado é visível uma vez que alguns destes trabalhos são colocados em exposições e expostos para venda.

Para desenvolver o gosto pela leitura, esta Instituição promove uma visita à Feira do Livro, visita anual, que tem como principal objectivo estimular a leitura.

No sentido de dar mais consistência às actividades socioculturais, foi feito um estudo englobando as necessidades, interesses e expectativas dos clientes e, em seguida, um Plano de Actividades Socioculturais, para planificar anualmente as actividades, cujos princípios passamos a citar, conforme documento disponibilizado para consulta pela instituição.

Assim, o referido Plano tem como princípios:

- promover a participação activa dos clientes e/ou pessoas próximas nas diversas fases da planificação das actividades;
- promover a autonomia e a qualidade de vida;
- promover a comunicação, convivência e ocupação do tempo do cliente;
- respeitar as diferenças religiosas e éticas e culturais dos clientes;
- respeitar o cliente quanto à sua individualidade, capacidade, potencialidade, hábitos, interesses e expectativas;
- considerar que a ocupação quotidiana do tempo dos clientes depende do seu projecto de vida, hábitos de lazer ou outros;

Do Plano de Actividades Socioculturais, e citando a mesma fonte de informação, podemos referir que deste faz parte um Projecto denominado “Projecto Envelhecer com Qualidade”, que pretende criar um programa de intervenção para o envelhecimento activo, procurando promover competências ao nível individual e colectivo, orientado para uma perspectiva psicossocial do processo de envelhecimento.

Dirige-se aos clientes do Serviço de Apoio Domiciliário, incluindo seus familiares, idosos dos Lares e crianças da Escola Primária e Centros de Infância.

Consiste na realização de actividades diversificadas como:

- organização de um grupo de voluntários sénior;
- abertura de uma Ludoteca inter-geracional;
- ajuda na promoção de hábitos alimentares saudáveis;
- actividades de Educação física;
- elaboração de um programa de prevenção de quedas no domicílio;
- serviço de telealarme;
- banco de ajudas técnicas.

O Plano de Actividades Ocupacionais organiza-se em Clubes para uma maior funcionalidade e consciencialização das actividades de cada clube.

No ponto que se segue fazemos uma breve exposição dos Clubes e seus objectivos para uma melhor compreensão e conhecimento dos mesmos.

3.1.6. Clubes, Objectivos e breve Apresentação.

Para o desenvolvimento deste ponto, à semelhança com o anterior, contamos com a documentação que nos foi disponibilizada para consulta, pela Directora da Instituição.

O Plano de Actividades acima identificado estruturou, como já foi dito anteriormente, as actividades em Clubes, cujos objectivos gerais passamos a enumerar:

- valorização das capacidades e apetências de que cada idoso é portador;
- proporcionar qualidade de vida, onde se inclua o bem-estar do idoso;
- proporcionar funcionalidade de todo o organismo;
- desenvolver o espírito de iniciativa e criatividade de cada um;
- promover a auto-confiança e motivação dos idosos nos exercícios;
- promover a qualidade das competências de cada um;
- aumentar a consciencialização dos movimentos.

Para os clientes com maior grau de dependência destacam-se os seguintes objectivos:

- promover o espírito e comunicação adequada com o idoso;

- estabelecer uma relação de empatia;
- prestar ajuda na satisfação das necessidades de qualidade de vida e bem-estar a utentes que preferem permanecer no seu ambiente familiar;
- actuar ao nível dos cuidados primários, secundários e terciários nas de natureza física, mental de desenvolvimento ou outras incluindo a dor;
- tratar e/ou prevenir a doença, a incapacidade e a inadaptação.

Feita a descrição geral dos objectivos dos Clubes, procedemos à especificação de cada um, em particular, discriminando o objectivo específico para cada clube.

- **o Clube do Culto:** o Culto dos idosos tem como objectivo, em primeiro lugar, louvar a Deus pelos irmãos que têm o privilégio de chegar àquela idade e depois incentivar esses mesmos irmãos a não baixar os braços e continuar a servir a Deus, da forma que puderem.

Assim, o Clube do Culto engloba todo o tipo de actividades da Igreja, como a Eucaristia, Adoração ao Santíssimo, Terço, etc.

A Eucaristia acontece todos os dias, das 10h30m às 11h00m na Capela da Santa Casa da Misericórdia.

- **o Clube da Fantasia** consiste na organização e ensaio de peças de teatro para depois serem representadas. Esta actividade desenvolve-se às sextas-feiras, das 11h00m às 12h00m nas Instalações da Santa Casa.

Os principais objectivos deste Clube são:

- libertar possíveis sentimentos de tristeza e desânimo;
- intensificar as interacções sociais;
- criar momentos de recreio e lazer de uma forma divertida
- aumentar a auto-estima e auto-confiança. Estimular a criatividade e imaginação

O Grupo de Teatro é constituído por idosos da Santa Casa e tem uma participação activa especialmente em eventos festivos, há uma preocupação por parte da instituição em recriar peças alusivas às épocas. Este tipo de actividades procura proporcionar aos idosos momentos de alegria e prazer.

- **o Clube da Informática:** a Informática, na terceira idade, pode ser um instrumento de autonomia, criando um elo de ligação inter-geracional, através da linguagem, da troca de informação e da formação de uma rede de relacionamentos.

A população idosa que, por factores de transição e especificidades, ficou excluída do processo de inclusão tecnológica, tem neste clube da informática uma nova oportunidade de reconstruir os seus referenciais afectivos, familiares e sociais.

Tem como objectivos gerais permitir ao idoso contactar com as novas tecnologias e conhecer o material informático.

- **o Clube da Letras e Números** é composto pela Alfabetização e Informática.

A alfabetização é uma actividade que proporciona ao idoso a possibilidade de aprender a ler e escrever, ou, simplesmente, recordar alguns conhecimentos adquiridos “anteriormente”. As aulas decorrem no salão do Lar da Imaculada Conceição todos os dias das 14h00m às 15h00m.

Este Clube tem uma actividade relacionada com a Informática, que visa estimular a criatividade e imaginação do idoso, exercitar a memória e a possibilidade do idoso desenvolver uma actividade diferente e aprender coisas novas. Estas aulas decorrem à Segunda-feira e Quarta-Feira, das 14h00m às 16h00m.

- **o Clube da Cultura** encontra-se em funcionamento de Segunda a Sexta-feira, das 9h00m às 17h30m e procura promover actividades sócio-culturais que contribuam para um retardamento do envelhecimento e dignificação do idoso, nomeadamente através de: Visitas e Passeios Culturais a Museus; Exposições; Feiras Temáticas e Teatro Municipal.

Tem como principais objectivos a promoção da autonomia dos idosos através da livre participação nas actividades propostas; estimular e fomentar as relações interpessoais entre os idosos da instituição e a comunidade e realizar diversos jogos de descoberta cultural e patrimonial da região. Procura combater o isolamento, a discriminação e propiciar a igualdade de oportunidades e bem-estar ao cidadão.

- **o Clube de Fotografia** engloba actividades como visualização de filmes, fotografia, organização de passeios que permitam a recolha de material para posteriormente apresentar.
Tem como objectivos contribuir para o reforço da auto-estima dos idosos através da actualização mensal do quadro de fotografia com os aniversários.
Promover a exibição de filmes antigos e actividades realizadas pelos idosos (Natal, Carnaval, Dia da Instituição).

- **o Clube dos Lavo**res funciona diariamente e conta com duas colaboradoras da área de animação que contribuem para o envolvimento e motivação dos clientes na realização de actividades de ocupação, como croché, tapeçaria, pinturas, etc.

- **o Clube do Mexe-Mexe** inclui ginástica de manutenção. Foi criado com o intuito de proporcionar à população idosa actividade física orientada e vocacionada para a promoção da saúde e bem-estar.
Neste Clube, os idosos podem praticar ginástica localizada e hidroginástica.

- **o Clube da Música** (Grupo de Cantares) participação nestas actividades proporciona momentos de convívio e permite ao grupo estabelecer relações sociais mais amplas e um maior contacto com o exterior, uma vez que se desloca com alguma frequência a outras instituições ou festas para actuarem.

Feita a caracterização da instituição, no ponto seguinte fazemos referência ao plano de intervenção em contexto de estágio no qual descrevemos as actividades previstas, às quais se segue uma reflexão e avaliação dos seus efeitos.

3.2. Descrição e Reflexão sobre as Actividades Realizadas

De acordo com o plano de intervenção, avançámos com a descrição e reflexão sobre as actividades que integram o projecto.

Relativamente às actividades desenvolvidas, baseadas na animação cognitiva/mental,

foram actividades que exigem ao idoso que a atenção, a memória, a linguagem e a compreensão, fossem trabalhadas na procura do desenvolvimento e envolvimento pessoal e social, no auto-conhecimento, na divulgação de histórias de vida e na promoção da dinâmica de grupo.

Houve a preocupação inicial de conhecer bem a instituição, as gentes com quem pretendíamos trabalhar e as carências e dificuldades, não só dos idosos como também da Instituição, para depois definir os objectivos e encontrar as actividades adequadas ao público-alvo, capazes de despertar o interesse, a curiosidade, a vontade de fazer e a participação.

Houve também a preocupação de estabelecer datas e horários de forma a não causar mudanças na rotina dos idosos e de estabelecer pelo menos uma actividade que pudesse ser usufruída pelo idoso na hora e dia do seu interesse e continuada de forma autónoma. Procurámos explicar previamente as actividades que pretendíamos pôr em prática e quais os objectivos ou fins previstos para cada actividade.

Para uma melhor compreensão sobre o contributo das actividades desenvolvidas, optámos por abordar separadamente cada uma delas, conforme se descreve de seguida.

Criação do Diário do Conto

A actividade principal do projecto foi a criação do Diário do Conto, não só por ser uma actividade que permite ao idoso fruir da mesma, sempre que o desejar, mas também porque outras actividades estão inventariadas para integrar e fazer parte desta actividade.

Esta actividade consistiu, num primeiro momento, em explicar aos idosos intervenientes aquilo que se pretendia com esta actividade. Num segundo momento, com a ajuda dos idosos deu-se início à decoração de um caderno de capa grossa, o qual foi encadernado com papel de veludo e aplicado um título com os diversos materiais, de modo a criar um diário feito pelos idosos decorado ao seu gosto.

A justificação para a sua utilidade está relacionada com o facto de os fins-de-semana na instituição serem, por norma, pobres em actividades, os técnicos e animadores têm o seu plano de actividades traçado para os dias úteis da semana. A literatura diz-nos que inventar mais actividades para trabalhar com o idoso, pode não ser tão saudável e vantajoso como podemos eventualmente pensar. Por essa razão podemos encarar o fim-

de-semana como tempo útil para o descanso e o relaxamento se pensarmos que, durante a semana, há uma série de actividades em que os idosos podem participar.

Foi neste princípio que fundamentámos esta actividade, ou seja, o Diário do Conto é uma actividade em que a participação do idoso depende unicamente da sua vontade.

Enquanto que a maioria das actividades desenvolvidas durante os dias úteis da semana, têm dias e horas estabelecidas, pode, eventualmente, o dia e a hora não ser do interesse do idoso e este não participar porque se encontra menos disposto a participar naquele momento.

O objectivo desta actividade é permitir que o idoso possa usufruir da actividade sempre que o desejar, sem que para isso seja necessária a presença do técnico naquele momento ou esperar pelo dia e hora marcados, ou seja, pode ser visto como uma alternativa de ocupação e entretenimento.

Na tentativa de tornar este “livro” familiar aos idosos, propusemos que o mesmo fosse decorado pelos mesmos.

O Diário do Conto pode, depois de trabalhado inicialmente com os idosos, ser uma ferramenta útil não só para ocupar os tempos livres, mas também para estimular o gosto pela leitura e pela escrita, contribuindo directa e indirectamente para a promoção de um envelhecimento activo e bem-sucedido e, conseqüentemente para a promoção da interacção.

Por ser uma actividade que exige por parte dos idosos alguns conhecimentos de leitura e escrita, e sabendo, da análise previamente feita, que uma parte dos idosos não sabe ou tem dificuldade em ler e escrever, procurámos conjugar a actividade com a interacção social e o envolvimento de todos, ou seja, os idosos capazes de ler e de escrever assumem o papel de escritores e leitores dos restantes idosos que, por incapacidade física ou por não saberem ler e escrever, estão incapacitados de participar.

Aqueles que dominam a escrita e a leitura podem, em qualquer momento, praticá-la, individualmente ou em grupo, sendo que os restantes dependerão destes para verem reproduzidos os seus contos e histórias de vida.

O idoso pode, a qualquer momento, escrever histórias e contos que queira ver reproduzidos, como por exemplo, histórias de vida, quadras dos Santos Populares, Contos, Receitas Gastronómicas, lendas, etc.

Visita à Feira do Livro

As condições atmosféricas não foram satisfatórias, obrigando ao não cumprimento da actividade. Esta actividade estava também prevista no Plano de actividades da Instituição

Visionamento de Filmes

Esta actividade consistiu em reservar um espaço da sala de convívio, que foi utilizado para criar as condições, mais próximas o quanto possível, de uma sala de cinema.

Os idosos com capacidade de mobilidade contribuíram com a sua prestigiosa ajuda, para orientar os trabalhos, tapando as janelas da entrada de luz e ajeitando as cadeiras de modo a conseguirem visionar o ecrã.

Foi tarefa dos idosos escolherem os filmes que eram do seu agrado.

O visionamento de filmes foi uma aposta que, inicialmente, julgávamos secundária, mas que surpreendeu pelo número de participantes e entusiasmo dos mesmos, motivo pelo qual se decidiu renovar a actividade, passando para além daqueles que estavam previstos, mais dois filmes de género semelhante.

Tendo em conta que nas salas de convívio o idoso tem disponível uma televisão onde pode, a qualquer momento, ver os programas do seu interesse, desde que essa escolha seja conjugada com o interesse dos restantes, foi esta a razão que nos fez pensar que esta actividade não viesse a surpreender os idosos, uma vez que a televisão é uma presença constante nas salas de convívio. Apesar disso, o visionamento de filmes foi uma revelação positiva, na medida em que criou um ambiente de diversão, entretenimento e interacção. Foi uma actividade que ocupou um período considerável de tempo, exigindo ao idoso permanecer no mesmo espaço durante duas largas horas, apesar disso não se verificou um único caso de abandono e desistência, excepto pessoas que receberam visitas de familiares.

Angariação de Revistas Variadas de Distribuição Gratuita

Esta actividade teve como principal objectivo proporcionar uma maior diversidade de temas e formas de leitura aos idosos desta Instituição.

Para tal, solicitamos verbalmente às diversas instituições públicas e privadas, como por exemplo à Câmara Municipal, à Junta de Freguesia e às Farmácias, a doação de revistas variadas e boletins municipais, de distribuição gratuita, com destino ao enriquecimento cultural destes idosos.

Esta actividade teve o resultado esperado, graças à boa vontade das Instituições doadoras. Por parte dos idosos, registou-se curiosidade nas notícias das terras e pessoas que fizeram e continuam a fazer parte da existência e história deste distrito.

Com esta actividade conseguiu-se, também, proporcionar momentos de aquisição de informação e notícias locais aos idosos que não possuem capacidades literárias e/ou físicas suficientes para conseguir decifrar a informação exposta nestas revistas e boletins municipais, graças à abundância de fotografias e imagens de terras e pessoas deste concelho, conhecidas pelos mais variados motivos.

Uma das dificuldades encontradas nesta actividade foi encontrar uma estratégia que diminuísse o risco de conflitos causados pela apropriação do material fornecido, por tempo prolongado, por parte de alguns idosos.

Com o desenvolvimento desta prática, nos meses que a precederam, foi encontrada uma estratégia, que contou com a iniciativa de alguns idosos lerem em voz alta e também com um aumento significativo do número de revistas e boletins doados.

Festejo dos Santos Populares

A comemoração dos Santos Populares foi uma actividade pensada para enriquecer o “Diário-do-Conto”. Desta forma propusemos a recolha de quadras populares destinadas à publicação.

Passeio de “Acamados” pelas Ruas da Cidade

Esta actividade levou algum tempo para se realizar porque exigia alguns pré-requisitos como por exemplo temperatura amena, ausência de chuva e/ou vento e também condições físicas favoráveis por parte do idoso.

Foi feita uma pré-selecção, elementar, dos idosos que reuniam as condições necessárias

para participar nesta actividade e escolheram-se, de entre muitos, aqueles que permaneciam há mais tempo na Instituição e que durante esse tempo tiveram poucas oportunidades de passear, assim como, o interesse demonstrado e a determinação para participar quando foram confrontados com a possibilidade de poder passear ao ar livre pelas ruas da localidade

Esta actividade teve como objectivo proporcionar um dia diferente ao idoso, possibilitar-lhe oportunidades de reviver memórias e usufruir dos espaços e amizades que permanecem fora da Instituição.

Concluída esta actividade, comprovamos, pela satisfação dos idosos, que esta iniciativa é essencial para promover uma melhoria na auto-estima destes idosos e essencial na quebra da rotina, essencial também na aceitação da Instituição.

Concluímos que estes passeios ao ar livre, apesar de exigirem algumas condições favoráveis para se poderem realizar, são bem aceites pelos idosos, facto que se reflecte na boa disposição, na atitude positiva perante as fragilidades a que estão voltados, e, acima de tudo na aceitação da própria Instituição. Neste tipo de actividade devemos preparar o idoso para facto de ela não ter hora nem dia fixo, uma vez que é condicionada por factores externos e também internos ao próprio idoso.

Jogo de Dominó

O Jogo de Dominó teve como objectivo estimular as capacidades cognitivas e interactivas do idoso. Por se tratar de um jogo onde há a criação de equipas e espectadores, contribuiu para o envolvimento e interacção do grupo.

Esta actividade permitiu, para além do entretenimento, contribuir para o treino mental dos idosos participantes no torneio como também para os observadores, nos quais estiveram incluídos idosos iletrados, estimulando desta forma o cálculo mental. Tornou-se também uma actividade em que participaram homens e mulheres, dando origem a novos grupos, renovando e forjando novas convivências e amizades.

Foi um momento em que interagiram não só os idosos residentes no Lar 1 (independentes), como também os idosos do Lar 2 (dependentes) e do Lar 3.

Durante o desenvolvimento das actividades e na tentativa de chegar também aos idosos “acamados”, fizemos uma análise primária e geral das capacidades físicas e mentais destes idosos que integram o Lar 3.

Concluímos, dessa análise, que estes idosos são, como é óbvio, mais dependentes em relação aos restantes, no que diz respeito à mobilidade e também ao manuseamento de objectos, e em alguns casos, de paralisia cerebral.

Procurámos, dentro do possível, encontrar meios para conseguir essa aproximação.

Sabíamos que um idoso paralisado dos membros inferiores e de um membro superior, podia vir a participar num torneio de dominó mas já não podia, se fosse um torneio de sueca, pela razão que necessita de duas mãos para jogar, enquanto o dominó consegue na perfeição com apenas uma mão.

Foi com esta certeza que envolvemos idosos dependentes na participação das actividades propostas, com a prévia selecção das actividades destinadas a estes.

Pintura de Caixas de Papelão para recolha de Livros

Esta actividade foi desenvolvida também por idosos dependentes, que conseguiram, apesar da sua deficiência física, pintar, a seu tempo, caixas destinadas à recolha de livros.

Para a realização desta actividade, foi imprescindível criar as condições necessárias para que a actividade fosse alcançada com sucesso, nomeadamente a escolha das tintas, pincel adequado, tamanho e forma da caixa, e mesa adequada.

O facto de, previamente, ter sido explicado o destino e objectivo das referidas caixas, contribuiu para que houvesse, por parte dos idosos, um aperfeiçoamento e empenhamento na concretização da actividade, no sentido de verem o fruto do seu trabalho passar para o exterior como um trabalho de qualidade, ao mesmo tempo que sabiam que estavam a contribuir para uma causa comum.

Verificámos, também, que a pintura é, de entre muitas, uma actividade do agrado da maioria dos idosos, facto esse, que se reflectiu não só na qualidade do trabalho prestado, como também no desejo de que actividades deste género se voltassem a repetir.

Esta actividade foi desenvolvida em parceria com outras estagiárias.

Elaboração de Cartaz alusivo ao tema da Leitura

Trata-se de uma actividade que contou com a participação de idosos com diferentes capacidades literárias. Apesar de aparentemente se destacar como uma actividade de

fácil concretização, revelou-se uma actividade temida e receosa por parte dos idosos.

Quando lhes foi pedido que se pronunciassem sobre o que pensavam da leitura e qual a importância da mesma nas suas vidas, registaram-se alguns comportamentos de embaraço, que pensamos poderem estar relacionados com o facto de as respostas produzidas ficarem expostas em cartaz, com indicação do nome do autor, uma vez que a actividade implicava a transcrição das respostas pelo próprio idoso.

A preocupação, pensamos que adveio do facto de não se sentirem seguros na sua prestação, ao nível da imaginação e do rigor e precisão na escrita. Desta forma, não demonstraram segurança e confiança por considerarem que a sua prestação não iria surpreender os leitores do cartaz.

Quanto à possível falta de imaginação e criatividade das frases, foram fornecidas pistas que resultaram em ideias e, posteriormente, foram complementadas por frases de autores conhecidos, previamente seleccionadas.

No decorrer da actividade, foram ganhando pouco a pouco confiança, não só na actividade como também na sua prestação pessoal, comprovada pelo esforço demonstrado em produzir uma caligrafia trabalhada com o propósito de embelezar o cartaz.

Preparação para a Época Natalícia

Esta actividade foi desenvolvida num espírito de grande sensibilidade e melancolia que, mais tarde, se veio a revelar mais optimista e com argumentos mais festivos, graças a toda a envolvente que se montou para festejar o Natal.

Tentou-se, num momento inicial, saber qual a opinião dos idosos sobre que tipo de actividades gostariam de desenvolver para reacender o espírito do Natal. Todos foram unânimes em mencionar que, naquela sala de convívio, não era habitual a presença de uma árvore de Natal e que a decoração existente nas paredes e no tecto não era suficiente, alegando, também, que a mesma se repetia ano após ano, razão pela qual ambicionavam um outro tipo de decoração.

Tendo em conta a opinião destes idosos, procurámos desenvolver actividades que fossem de encontro às suas necessidades e pretensões.

A actividade consistiu em decorar com bolas, anjos e estrelas, uma árvore de Natal que ficou colocada num canto da sala de convívio, em lugar visível graças ao seu tamanho e

decoreção. Para a decoreção das bolas de esferovite foi feita uma pré-estruturacão da bola para que pudesse ser finalizada com sucesso pelo idoso, ao mesmo tempo que foram explicadas todas as fases da sua construçao. Os anjos e as estrelas foram desenvolvidos em cartolina e, desta forma, a sua construçao foi facilitada.

Como foi uma actividade indicada e solicitada pelos próprios idosos e, por se encontrarem num espírito natalício, o número de participantes e o nível de satisfação no desenvolvimento das mesmas foi notável. Todos os idosos que se encontravam na sala de convívio juntaram-se e, enquanto uma parte do grupo trabalhava os materiais a outra parte dava dicas para a decoreção.

Recolha de Receitas Gastronómicas para Publicaçao no “Diário-do-Conto”.

Esta actividade envolveu apenas o público feminino, num total de sete participantes das quais quatro não sabiam ler nem escrever e as restantes três, não se sentiram capazes de transcrever as suas receitas, apesar de saberem ler e escrever, alegando já não se sentirem capazes de executar a actividade, quando lhes foi explicado que a actividade consistia na reproduçao da informaçao no “Diário do Conto”.

A disponibilidade para proferir verbalmente as receitas foi total.

Na incapacidade de encontrar um(a) voluntário(a) para transcrever as receitas para o “Diário-do-Conto”, optamos por participar indirectamente na actividade, transcrevendo próximo dos elementos do grupo, para que pudessem assistir e, desta forma, participar na construçao das frases, permitindo-lhes reconhecer no Diário as suas receitas, as suas histórias e os seus contos.

Angariaçao de Verba para Assinatura da Revista “Visão”

Esta actividade não chegou a ser concluída. Surgiram alguns impedimentos ao nível da disponibilidade de tempo e, em parte, no grau de exigência.

Esta actividade tinha como objectivo envolver o idoso na produçao de artigos, destinados a venda. A verba tinha como objectivo a assinatura da Revista “Visão” para desta forma, enriquecer e reforçar as ofertas de leitura.

Pensávamos poder vir a contribuir, com esta actividade, para um aumento da

predisposição para a leitura, fundamentada na diversidade e na variedade de temas abordados pela nova revista, uma vez que esta se destaca pelos temas mais instrutivos, educativos e informativos, em oposição e/ou complementação ao tipo de revistas que a instituição disponibiliza – “Maria”; TV7Dias”; etc.

Esta actividade consistia na pintura e decoração de materiais, alguns deles com motivos do Natal e outros, que pecou pelo facto de ter sido programada para o mês de Janeiro/Fevereiro, quando o mês do Natal é mais propício para doações e ofertas.

Para atingir o valor da assinatura, o ritmo de trabalho teria que ser adaptado, a periodicidade das actividades teria que sofrer alterações porque esta actividade exigia algum trabalho, tempo e dedicação.

Não foi possível, por isso, concluir esta actividade, que assegurava a anuidade da revista, no entanto, conseguimos, por outros meios, a oferta, a título gratuito, da revista em causa, durante os meses em que interviemos na instituição.

Porque a actividade não foi concluída, apenas nos referimos ao impacto que a revista “doada” teve nos idosos. Para aqueles que habitualmente liam o jornal, quando lhes foi sugerida a revista, a mesma foi objecto de desinteresse e negação que, mais tarde, com alguma insistência, foi ganhando espaço e conquistando o interesse daqueles que apenas, e só, liam o jornal.

3.2.1. O Plano de Intervenção em Contexto de Estágio:

3.2.2. Actividades Previstas

Calendarização Intervenção	Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material a utilizat	Observações
Março/10 Abril/10	Apresentação à Instituição. Recolha de dados; Procura de necessidades e carências existentes, ao nível da Instituição possíveis de serem trabalhadas em projecto.	Num primeiro momento, procederemos à apresentação junto do Pessoal Técnico da Instituição, seguindo-se a recolha de informação relativamente aos recursos físicos e humanos da instituição. Num segundo momento, procedemos ao estudo da documentação fornecida pela Instituição, sucedendo-se uma apresentação guiada pelos diversos espaços que constituem a Instituição.	Conhecer a instituição: horários de funcionamento; espaços; actividades desenvolvidas; recursos humanos; objectivos da Instituição.	(...)	
Abril/10 Maio/10	Apresentação aos idosos; Procura de necessidades e carências existentes, ao nível do próprio idoso possíveis de serem trabalhadas em projecto.	Apresentação geral aos idosos seguindo-se de um diálogo/convívio nas diversas salas de convívio. Recolha de informação útil para trabalhar em projecto.	Conhecer os idosos, as suas características pessoais; valores; princípios; cultura; capacidades; dificuldades; gostos pessoais.	(...)	

Calendarização Intervenção	Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material a utilizar	Observação
Maio/10 Junho/10		Avaliar todas as necessidades identificadas em função da prioridade. Definição de Tema de trabalho. Perguntar directamente aos idosos a opinião relativamente ao tema do projecto que se pretende desenvolver. Confrontar os idosos sobre a necessidade de se trabalhar o tema que, por nós, foi considerado prioritário. Registar depoimentos.	Avaliar as necessidades e aspirações do idoso e conjugá-las com as necessidades da Instituição. Conhecer a opinião do idoso face ao tema a trabalhar.		
		Apresentação do Tema do Projecto aos utentes.	Dar a conhecer o tema do projecto, objectivos, actividades....		
		Festejo dos Santos Populares	Recolher quadras alusivas aos Santos Populares, para posterior publicação no Diário-do-Conto.	Promover o envolvimento e participação do idoso na comemoração dos Santos Populares.	Anunciar a actividade, exemplificando a actividade pretendida. Procurar e incentivar participantes.
		Visita à Feira do Livro	Anunciar a Feira do Livro, a sua importância e estimular os idosos para a visita.	Estimular o interesse pela Leitura	Anunciar a actividade junto dos idosos.

Calendarização da Intervenção	Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material a utilizar	Observações
Julho/10	A importância da leitura	Elaboração de um cartaz alusivo ao tema com opiniões dos utentes complementadas com frases celebres de autores conhecidos. O idoso escreve no cartaz as frases e ilustra-o.	Incentivar a reflexão e a elaboração de opinião face à leitura. Incentivar os idosos a pensar, a reflectir, a formar opinião e defender as suas convicções.	Cartolina.... Tintas Pincel Papel Veludo, Esferografica	Esta actividade exige uma prévia explicação dos conteúdos da actividade aos idosos, exemplificando aquilo que se pretende com a actividade. Depois de lidas em voz alta, as frases célebres relacionadas com o tema, o idoso escolhe e escreve no cartaz, aquela que mais simpatiza.
		Falar da importância da leitura na preservação da memória. Exploração do tema. Estimular a leitura de livros, revistas, jornais.	Ampliar o campo de visão do idoso. Aquisição de conhecimentos sobre assuntos da actualidade, através da leitura.	Livros, Revistas, Jornais.	Após uma pesquisa bibliográfica sobre a importância do tema, e após uma selecção das citações que melhor explicam a importância do mesmo, é pedido ao idoso que procure ler em voz alta o texto e simultaneamente que outros ouçam, para posterior reflexão.
		Angariação de Revistas variadas doadas por Instituições Públicas e Privadas, como Câmara Municipal, Junta de Freguesia e Farmácias.	Proporcionar uma maior diversidade de Temas e formas de leitura aos idosos.	Boletins Municipais Revistas diversas	Numa primeira fase envolve apenas o trabalho de angariação de revistas e boletins editados pelos organismos concelhos e aldeias vizinhas. Posteriormente, é disponibilizado ao idoso todo o material conseguido.

Calendarização da Intervenção	Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material a utilizar	Observações
Agosto Setembro	Torneio de Dominó	Divulgar, promover e acompanhar um torneio de dominó. Adaptar a sala de convívio, de modo a permitir as condições necessárias para o decorrer do torneio.	Promover a interacção entre os idosos. Estimular a memória Impulsionar um convívio/diálogo entre os idosos	Jogo de Dominó Prémio (Dominó)	
	Visionamento de Filme “O leão da Estrela”.	Procurar, junto dos idosos, qual a sua preferência e gosto na área do cinema. Seleccionar os filmes mais votados. Divulgar com uma semana de antecedência a passagem do filme. Adaptar a sala convívio a sala de visionamento de filme. Projectar filme.	Entretenimento; Interacção;	Computador Retroprojector CD	
Outubro Novembro	Recolha do conto, Relatos de Vida.	Relembrar aos idosos o tema do projecto. Pedir a participação e envolvimento do idoso. Recolher individualmente, relatos e contos. Esclarecer o destino do material recolhido e os procedimentos que se seguem.	Estimular o treino mental. Promover a interacção.	Gravador áudio.	
	Elaboração das capa do livro que dará origem ao “Diário do Conto”	Com um caderno de capa grossa, os idosos recortam papel de veludo para a encadernação e decoração do mesmo. As letras que constituem a capa, do futuro livro, são recortadas individualmente pelos idosos.	Permitir o envolvimento do idoso na construção do livro. Promover interacção.	Papel de veludo, 2 cores, cola, tesoura, régua. Caderno com capa dura.	

Calendarização da Intervenção	Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material Essencial	Observações
Novembro Dezembro	Passeio pelas Ruas da Cidade	Aproveitar um dia de sol, com temperaturas amenas. Escolher, de entre muitos, o idoso que há mais tempo não sai da Instituição, e que demonstre vontade em sair.	Proporcionar um dia diferente, reviver memórias, usufruir dos espaços e amizades que permanecem foram da Instituição.		Idoso dependente em de cadeira de rodas.
	Pintura de caixas de papelão para recolha de livros	Numa caixa de papelão aplica-se previamente a “Técnica-do-Guardanapo”, posteriormente o idoso com ajuda de um pincel procede à pintura da respectiva caixa. As caixas depois de concluídas são colocadas em instituições, em lugares de estilo, destinadas a recolha de livros	Angariar livros doados para enriquecer a Biblioteca da Instituição, no sentido de promover o treino mental através da leitura dos mesmos.	Caixa de papelão, Guardanapos, cola, pincel, tesoura, tinta.	(Em parceria com a colega de estágio)
	Recolha de Receitas gastronómicas típicas da Época Natalícia, para publicação no Diário do Conto.	Explicar previamente o destino e objectivo da informação recolhida. Encontrar voluntários para a transcrição das receitas para o Diário do Conto.	Envolver o idoso na transmissão da sabedoria gastronómica. Promover a auto-estima e interacção.		
	Decoração Natalícia.	Com material previamente seleccionado e com a mão-de-obra dos idosos, proceder à elaboração de decoração de Natal, nomeadamente: - Presépio, Bolas, Anjos e estrelas de Natal com motivos alusivos ao Tema do Projecto, uma vez que, após concluídas as bolas e as estrelas em tecido, o idoso com a ajuda de uma caneta de tecido, procede à escrita dos votos de “Feliz Natal”.	Criar um ambiente de interacção entre os Idosos. Promover a escrita.	Tecido, bolas, estrelas de esferovite, tesoura, cola, fita, lista telefónica, papel, caneta de tecido, árvore de Natal.	

Calendarização das Actividades		Tema	Descrição da actividade	Objectivo das actividades	Material a utilizar	Observações
Jan 2010 a Fev 2011		“Diário-do-Conto”	Acompanhar e orientar os idosos, no sentido de estes se tornarem autónomos na realização da actividade. Relembrar regras de cumprimento. Recordar a importância da leitura para a saúde intelectual.	Instruir os idosos para que no futuro possam de forma autónoma dar seguimento à actividade, ganhando hábitos de leitura e escrita. “ Diário-de-Conto”.		Abordar individualmente cada idoso.
		Angariação de verba para a Assinatura da “Revista Visão”	Envolver o idoso na angariação de verba, através do trabalho prestado na pintura e elaboração de artigos destinados a venda.	Proporcionar ao Idosos uma maior diversidade de leitura através da assinatura de revista visão. Envolver o idoso na produção dos artigos destinados a venda.	Papel, Tintas, Pincel, figuras em marfinita para pintar,	

3.2.3. Avaliação dos efeitos das actividades realizadas

Conhecido o relatório das actividades, considerámos pertinente ouvir novamente os intervenientes no Projecto, no sentido de avaliar a proficuidade e utilidade do mesmo.

Assim, e na tentativa de verificar os factos relatados, procurámos aplicar um segundo questionário (ver anexo III) para a recolha de informação relativa à satisfação do idoso, após a implementação do projecto.

Optámos por apresentar as respostas em tabela, seguindo-se uma breve apreciação e avaliação das respostas analisadas.

N.º Idosos	Apresentação de dados recolhidos por questionário II.					
	Questão 1.	Questão 2.	Questão 3.	Questão 4.	Questão 5.	Questão 5.1
idoso (1)	R. a)	R. a)	Decoração Natalícia	R. b)	Sim	R. a)
idoso (2)	R. b)		Receitas Gastronómicas e Filmes	R. b)		R. a)
idoso (3)	R. a)		Torneio de Dominó	R. c)		R. d)
idoso (4)	R. a)		Torneio de Dominó	R. b)		R. d)
idoso (5)	R. b)		“Decoração Natalícia”, “Contos”	R. b)		R. a)
idoso (6)	R. b)		“Revistas”, “Contos”, “Receitas Gastronómicas”	R. b)		R. a)
idoso (7)	R. a)		“Torneio de Dominó”	R. c)		R. d)
idoso (8)	R. b)		“Revistas”, “Contos”, “Receitas Gastronómicas”	R. c)		R. d)
idoso (9)	R. b)		Revistas, Boletins, Torneio de Dominó	R. b)		R. a)
idoso (10)	R. b)		“Receitas Gastronómicas” e “Filmes”	R. c)		R. d)
idoso (11)	R. b)		Filmes, Revistas, Boletins	R. c)		R. d)
idoso (12)	R. b)		“Passeio” e Pintura da Caixa de Papelão, Torneio de Dominó (vencedor do torneio).	R. b)		R. d)

Tabela 3 – Apresentação de dados recolhidos por questionário II.

A aplicação deste questionário permitiu-nos comparar e reflectir sobre alguns aspectos, em virtude de ter sido aplicado à amostra inicial que contou com doze idosos.

Relativamente à primeira questão, na qual pretendíamos aferir a opinião de cada um dos idosos que intervieram no projecto, relativamente à sua aceitação e participação nas actividades que fizeram parte do projecto, da mesma concluímos que o retraimento destes idosos em se envolverem de imediato nas actividades, foi de facto perceptível, conforme verificamos nas respostas obtidas. Assim, a questão 1, a qual passamos a citar: (*“ Ao longo do desenvolvimento do Projecto “Envelhecer com Qualidade – Actividades de Dinamização da Leitura da Escrita e do Conto” foi convidado para participar nas actividades que este apresentava. a) Aceitou de imediato o convite; b) Propôs ficar a assistir, acompanhando a actividade como espectador num primeiro momento, passando depois a integrar o grupo de intervenção após ter conhecimento prático do conteúdo da actividade.”*), registou-se, nesta questão, que 58,3% dos idosos referiram que preferiram ficar a assistir, acompanhando a actividade como espectador num primeiro momento, passando depois a integrar o grupo de intervenção após ter conhecimento prático do conteúdo da actividade. Apenas 33,3% responderam que aceitaram de imediato o convite.

Antes de iniciar o Projecto, procurámos passar o tempo necessário junto destes idosos, convivendo e associando-nos de forma a estabelecer uma amizade e sentido de confiança. Este período foi primordial e teve como objectivo conhecer o outro e darmos-nos a conhecer.

Apesar de ter existido um período de apresentação e aproximação de ambas as partes, o mesmo, não se revelou suficiente para que estes idosos integrassem de imediato o grupo de intervenção. Foi necessário dar a estes idosos o tempo óptimo para que pudessem assimilar aquilo que pretendíamos fazer, os meios, métodos e fins.

A questão 2., (*“Relativamente às actividades que fizeram parte integrante do projecto, no qual participou, quais das seguintes afirmações se adapta mais à sua opinião pessoal? a) As actividades foram acessíveis e permitiram criar momentos de convívio; b) Não tiveram qualquer interesse, foram apenas mais actividades.”*), questionava os idosos sobre a acessibilidade das actividades, as respostas evidenciaram conformidade, uma vez que todos afirmaram tratar-se de actividades acessíveis e de interesse comum.

Relativamente à questão 3., que interrogava quais as actividades que mais contribuíram para que fossem criados momentos de convívio, reforçando as amizades, ao mesmo tempo que funcionaram como treino mental, a resposta a esta questão exigiu que fossem

relembradas as actividades em que estes idosos participaram, pela razão de ter decorrido algum tempo desde a sua implementação.

Após lida em voz alta a pergunta, cada um dos idosos tentou lembrar-se de uma actividade e, na impossibilidade de se lembrar de todas, tornou-se necessário recapitular a cada um dos idosos todas as actividades que fizeram parte do projecto.

As respostas foram muito diversificadas e verificou-se algum embaraço em escolher apenas uma actividade, levando a que fossem enumeradas mais do que uma escolha na sua resposta.

Desta forma, não se destacou nenhuma actividade em particular sendo as mais salientadas pelos idosos, os relatos das receitas gastronómicas e as histórias que fizeram parte do “Diário do Conto”, os filmes e os boletins municipais, o torneio de Dominó, a decoração natalícia e, por último, também os passeios dos idosos que se mantinham à data em cadeiras de rodas.

Relativamente à questão n.º 4 e para um melhor entendimento da questão citámos uma parte do seu conteúdo, (“*Após ter conhecimento dos benefícios da leitura, continuou com a rotina diária que mantinha, ou introduziu algumas alterações? a) Continuou tudo na mesma; b) Depois de ter tido conhecimento da oferta e disponibilidade dos Boletins Municipais, da Revista Visão e do Diário do Conto, passaram a fazer parte da minha escolha, incentivando e complementando a minha leitura; c) Não sei ler, mas gosto de desfolhar e ver imagens, fotografias e paisagens ao mesmo tempo que faço os meus comentários.*”), julgamos que as respostas, podem justificar-se com a capacidade e incapacidade que cada idoso tem na prática da leitura e da escrita.

Uma parte dos idosos que constituíram o grupo de trabalho não sabe ler, ou sabe ler muito pouco e não tem por hábito ler. Esta realidade é comprovada com a elevada percentagem de idosos que respondeu não saber ler, e que opta por desfolhar e ver imagens e fotografias e comentar aquilo que vê.

Sendo esta uma pergunta que permitia ao idoso escolher a resposta que mais se adaptava à sua situação, verificaram-se dois casos de idosos que, após terem respondido à questão, acrescentaram à sua resposta que ver as fotografias e imagens é uma prática comum, que realizam sempre que lhes é disponibilizado material de leitura, sendo que, de vez em quando, se dedicam e esforçam para também ler os títulos apresentados em letras “gordas”, apesar da sua dificuldade, uma vez que têm poucos conhecimentos académicos e também pela falta de visão.

No tocante à questão 5. (“*Participou no Diário do Conto?*”), todos referiram ter participado.

Foi sugerido que assinalassem qual ou quais das afirmações que se disponibilizavam, aquela que mais se ajustava à sua situação pessoal. Assim, alínea a) referia (“*Lendo os textos proferidos por terceiros; b) Escrevendo textos na 1.ª pessoa; c) Escrevendo os textos proferidos por terceiros; d) Proferido contos que foram depois transcritos por terceiros.*”), das quatro opções apresentadas, apenas duas foram escolhidas, tendo a maioria respondido que participaram pela forma de proferir contos que foram depois transcritos por terceiros. Apenas 41,6% responderam que participaram lendo os textos escritos por terceiros.

Mais uma vez, com esta resposta, concluímos que as actividades relacionadas com a leitura são mais apreciadas por estes idosos. Pensamos justificar esta preferência no esforço físico e mental que consideramos ser menor na prática da leitura.

Ler é para estes idosos mais fácil do que escrever. Para contrariar este comportamento, poderíamos ter adoptado uma estratégia diferente, que conferisse alguma facilidade na realização da actividade, como por exemplo, ouvir os relatos e contos dos participantes, transcrevê-los para um folha à parte com letra perceptível e depois sugerir ao idoso a transcrição ou cópia do texto para o livro. Desta forma, pensamos que estaria facilitado o papel do idoso que se encontra inseguro e se sente incapaz de produzir um texto sem apoio.

Após análise feita à opinião dos idosos, que contou com a ajuda de um segundo questionário, achamos ser conveniente incluir alguns pontos de reflexão sobre o contributo do estágio.

Assim, no ponto que se segue abordamos algumas considerações sobre a contribuição do estágio para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional e, conseqüentemente, a contribuição que, do nosso ponto de vista, este trabalho teve para a instituição e grupo de intervenção.

Capítulo IV – Discussão dos Resultados e Conclusão

4.1. Reflexão Global sobre o Estágio e sobre o Projecto

Durante o trabalho de estágio percebemos que trabalhar com idosos é muito mais exigente do que aquilo que realmente se possa pensar. Este estágio exigiu muito mais do que actividades, exigiu dedicação, concentração e imaginação.

O próprio idoso reivindicou mais do que aquilo que tínhamos programado, o que nos obrigou a improvisar e a reconhecer que detínhamos o saber necessário para improvisar e ajustar o nosso trabalho.

Sabíamos que não estávamos lá nem para impor regras nem para impingir as actividades. Sabíamos, também, que o nosso trabalho tinha de ir ao encontro da satisfação do próprio idoso e que essa satisfação exigia que o mesmo percorresse também um longo caminho.

Foi claro, em todas as actividades, o sinal de cansaço anunciado pela maioria dos idosos, no período que antecedeu o início de cada uma das actividades.

Este trabalho requereu algumas especificidades e estratégias na forma como se desenvolveu. Quando falamos em estratégia, falamos no trabalho de adaptação ao nível da velocidade de realização das actividades, duração e periodicidade das mesmas e ainda na diversidade cultural e social de cada idoso.

Se percebermos as capacidades, motivações e limitações do nosso grupo de trabalho, podemos adequar a cada um, em particular, as actividades propostas.

Para encontrar o melhor método de trabalho tivemos em conta a especificidade do grupo e do indivíduo, numa prévia selecção das actividades compatíveis com as possibilidades do idoso.

Quando colocámos em andamento o projecto de intervenção, sabíamos pela experiência, que as actividades propostas iriam causar diversas reacções nos idosos. Destacou-se o entusiasmo, o desinteresse, a indiferença e algum desprezo inicial por parte dos idosos face às actividades do projecto. Procurámos trabalhar actividades inovadoras que não causassem cansaço e desmotivação nos idosos. Tínhamos consciência de que, mesmo as actividades pioneiras na instituição poderiam, depois de um determinado período, ser classificadas de aborrecidas pelos idosos. Por essa razão, tivemos preocupação em não prolongar as actividades e alternar os temas.

Os objectivos a que nos propusémos foram, na sua generalidade, alcançados, alguns mais facilmente do que outros. Este facto está intimamente relacionado com a heterogeneidade e a diversidade das capacidades e interesses de cada idoso.

Criaram-se momentos de interacção que contribuiram para o reforço de amizades e de aceitação da Instituição. Este facto foi comprovado pela disponibilidade, satisfação e empenho na realização das actividades.

Quanto ao tema trabalhado em projecto, pensamos ter sido um tema que, manifestamente, foi do interesse dos idosos, comprovado com o número de participantes, assiduidade, pontualidade, criatividade e rigor no desenvolvimento das actividades.

Apesar do esforço que existiu de ambas as partes para que as actividades fossem desenvolvidas, no sentido de cumprir os objectivos, consideramos que, a apatia que estes idosos estabelecem face à leitura e à escrita é de tal maneira vincada que só com a insistência de terceiros, será possível criar hábitos de leitura e escrita nestes idosos.

Quando questionados sobre a necessidade de ler e escrever as respostas foram unânimes. “ - Agora já não é preciso escrever cartas porque agora há os telemóveis.”

Entendemos que o “Diário-do-Conto” pode funcionar, no futuro, como mais um estímulo e um incentivo para induzir os idosos a praticar a leitura e a escrita.

Consideramos que o “Clube das Letras” poderá operar como uma alavanca para desencadear o gosto pela leitura e pela escrita, de forma a que esta vontade se torne autónoma e, desta forma, poderá dar seguimento ao “Diário-do-Conto” que, como dissemos anteriormente, pretendemos que tenha continuidade, depois de finalizado o nosso projecto.

Assim, a leitura, a escrita e o conto foram a base do nosso trabalho para, de certa forma, alcançar os objectivos a que nos propusemos.

Apesar das dificuldades que surgiram, devido ao facto de para estes idosos a leitura e a escrita se encontrar num estado avançado de esquecimento e inaptidão, entendemos que, o tema trabalhado nas actividades foi imprescindível, na medida em que promoveu momentos de trabalho cognitivo, contribuindo, assim, para a estimulação de competências nesta área. Por outro lado, o facto de incluir actividades que foram desenvolvidas em grupo, permitiu que fossem criados momentos de interacção, distracção, divertimento e comunicação entre os participantes, factores que julgamos necessários para que a aceitação do idoso à instituição seja reforçada.

Pensamos, desta forma, ter contribuído para o bem-estar deste grupo e para o cumprimento dos objectivos a que nos propusemos.

A seguir enunciamos algumas situações e problemas contextualizados e, simultaneamente, procuramos fazer uma meditação sobre eventuais soluções para os problemas levantados.

No decorrer do estágio, e no decorrer das actividades, foram surgindo situações que assinalámos como possíveis áreas a serem trabalhadas.

Devido à nossa pouca experiência na área, uma vez que este foi, para nós, o nosso primeiro contacto e trabalho com este público-alvo, sentimos que, por essa razão, pudemos estar mais propícios a cometer erros, não só na identificação e reconhecimento de possíveis áreas a serem trabalhadas como também nas soluções que pensamos ter encontrado para esses problemas.

Registámos situações de tensão, de fraqueza, de solidão, de abatimento e de alguma violência física, verbal e psicológica entre os idosos.

A situação problemática que mais se destacou, não pela frequência dos acontecimentos, mas pela gravidade do problema foi, de entre todas, a violência que, ao longo deste período, se demonstrou generalizadamente esporádica e isolada para a violência física e moderada/discreta para os restantes tipos de violência acima evidenciados.

A procura de razões que justifiquem este tipo de comportamento exige alguma delicadeza na abordagem do problema.

A resposta poderá estar na gestão de grupo. Analisando estes idosos verificamos que existe uma grande heterogeneidade nos percursos de vida, nos gostos, nas idades e nos interesses de cada um, sem esquecer as capacidades físicas e mentais. Cada idoso tem uma capacidade diferente e um saber único. O facto de serem todos diferentes agita a organização da “equipa” e dificulta que novos membros se unam ao grupo. Este facto é comum no dia-a-dia da maioria das pessoas e não se verifica somente nos idosos.

A sobrevivência obriga-nos a conviver, no nosso dia-a-dia, com pessoas distintas e com objectivos divergentes.

O facto de serem idosos e estarem condicionados a um espaço partilhado e com liberdade, de certa forma, condicionada, não pode ser encarado como factor de predisposição para a violência, porque:

“...a rejeição do Lar subsiste, assente na oposição instituição-casa no sentido de que no Lar falta-lhes o melhor. Faltam as relações construídas junto dos familiares e dos vizinhos, e as memórias (objectos e locais habituais do quotidiano) o que os desenraíza da identidade construída.”

(Vaz, 2008, p.165).

A experiência dos programas televisivos da actualidade, em que adultos que não se conhecem são “depositados” num espaço onde partilham as mesmas divisões da casa, como o quarto, espaços de lazer e refeições, mostra todas as fraquezas e fragilidades do ser humano.

As razões que levam os concorrentes a permanecer fechados na “casa” são diferentes das razões que levam os idosos a permanecer na instituição mas as respostas comportamentais manifestam alguma semelhança.

O problema, em ambos os casos, surge quando o tempo passado em comum ultrapassa o desejado e a proximidade do outro começa a incomodar e a liberdade tão desejada está condicionada.

Viver numa casa com regras e com imposições e partilhá-la com pessoas que não conhecemos, não é propriamente o sonho de qualquer pessoa, e se essa situação se arrastar por um longo período de tempo, são inevitáveis as acusações e apontam-se defeitos aos colegas... Aquilo que o outro é, e tem, incomoda com o passar do tempo e ganha contornos difíceis de controlar. Devemos realçar aqui, que o facto de estarem condicionados ao mesmo espaço e passarem muitas horas em companhia pode, por outro lado, produzir um efeito diferente e ocasionar e suscitar relações amorosas e afectuosas.

Nas Instituições de acolhimento de idosos o problema da exclusão social assume contornos que merecem alguma atenção por parte dos técnicos da Instituição.

Para além da exclusão social, ressalta a agressão. A este respeito, Tolle refere:

Quando não conseguem obter elogios ou admiração, alguns egos têm de se contentar com outras formas de atenção e desempenham papéis que criem essa atenção. Se não conseguirem uma atenção positiva, podem procurar, em alternativa, uma atenção negativa, por exemplo, provocando uma reacção negativa noutra pessoa. (Tolle, 2005, p. 76).

Se trabalharmos a fonte do problema, ou seja, os motivos que levam alguns idosos a “agredir” física, verbal ou psicologicamente outros idosos, estamos a travar uma parte do problema da exclusão social dentro da instituição, sem esquecer que há idosos que se auto-excluem por outras razões.

Esta auto-exclusão poderá, também, ser um tema a trabalhar, que pensamos estar relacionada com o facto de o idoso não conseguir, nesta fase, sozinho, aceitar aquilo que o destino lhe reservou, e sente-se envergonhado ou magoado pelo facto de os filhos ou

outros familiares o terem “depositado” no Lar, mesmo sabendo que não era essa a sua vontade.

Voltando à questão da exclusão descrevemos um acontecimento, resultado da observação que julgamos necessário para perceber os contornos desta problemática.

Aquando dos trabalhos de grupo, num momento em que foi pedido aos idosos para estarem mais perto uns dos outros, verificaram-se comportamentos desajustados ao nível da aceitação social, o que culminou, em pelo menos duas ocasiões, em ofensas e insultos, acompanhados de promessas de agressão física que, graças à presença e prestação exemplar dos técnicos da Instituição, não veio a ter sequelas.

Identificámos, para além das situações descritas, situações de exclusão e de rejeição de idosos que, por razões de saúde, não conseguem controlar a saliva, outros porque tiveram empregos públicos e usufruem de uma boa reforma, outros ainda porque arranjaram um(a) companheiro(a), e ainda casos para os quais não tinham argumentos.

Os sentimentos mais evidentes, aqueles que vislumbraram mais, foram a indiferença perante a fragilidade do outro e a “inveja” e “ciúme” perante a felicidade do outro.

Pensamos poder explicar este problema com base na Teoria de Erikson, segundo a qual podemos referir que esta idade (8.ª idade) é uma idade de balanço. O idoso faz a avaliação da sua vida e tenta aceitar o seu passado.

Sobre esta questão, Vaz faz referência à teoria do ciclo de vida de Erikson, na qual refere que:

“A fragilidade psico-afectiva que tendencialmente acompanha a mudança de papéis e de estatuto social faz-se acompanhar de um auto-questionamento ou estágio de integridade do Ego Versus Desespero e Desgosto, definindo como a aceitação do ciclo vital humano e dos indivíduos que nela tiveram importância.” (Vaz 2008, p.40)

Segundo o autor, se o balanço for positivo e se o idoso se sentir capaz de aceitar a sua idade e todas as consequências que surgiram dessa mesma idade aceitando a vida tal e qual ela foi, nestes casos, a consciência que se tem é de “Integridade”. Se, ao invés, considera que a vida que teve foi pouco produtiva e mal sucedida e, se lamenta tudo o que de mal aconteceu e as oportunidades que perdeu, ao mesmo tempo que sente que o tempo que lhe resta já é pouco para corrigir aquilo que esteve mal e, por essa razão, não se sente capaz de se reconciliar, neste caso, o sentimento associado é de “Desespero”.

Ainda sobre esta questão, e citando a mesma autora, podemos acrescentar que, neste estágio, integram-se as transformações ao nível biológico e os seus efeitos psicológicos conflituais entre a imagem que o indivíduo tem do seu corpo na sua juventude e a

imagem do seu corpo envelhecido.

Ainda nas palavras da autora:

“As transformações são encaradas como irreversíveis o que gera um sentimento de proximidade do fim de vida. Esta realidade é muitas vezes vivida num contexto depressivo, de insegurança e angústia agravado pelo isolamento familiar e sócio-profissional.” (Vaz, 2008,p.40).

A impaciência, a irritabilidade e a frontalidade com que se discriminam exige que haja algum cuidado no tratamento deste problema. Por essa razão identificamos este problema como um possível tema a ser trabalhado.

Um outro possível tema vem no seguimento das actividades, aquando da realização de actividade com idosos dependentes, onde evidenciamos a solidão no seu estado mais sentido a que muitos destes idosos estão votados.

Associadas à solidão talvez possam estar as queixas muito frequentes e repetidas nos idosos. Convivendo e trabalhando com os idosos, as queixas são muito presentes e praticadas pela maior parte dos idosos.

Também Tolle refere que:

“... o ego adora queixar-se e sentir-se magoado não apenas pelas outras pessoas mas também pelas situações. O que aplicamos a uma pessoa também podemos aplicar a uma situação: transformá-la num inimigo. A implicação é sempre a seguinte: isto não devia estar a acontecer; não quero estar aqui; não quero estar a fazer isto; estou a ser tratado injustamente.” (Tolle, 2005, p. 57),

Estas são as queixas que a maior parte das pessoas faz no seu dia a dia, muitas vezes de forma irreflectida.

Voltando à realidade dos idosos e como estes estão sujeitos às mais diversas patologias, é frequente ouvi-los queixarem-se, antes e durante as actividades, da falta de audição, visão, da diminuição das suas capacidades físicas e mentais, da falta de memória, da falta de companhia, etc.

Estas queixas são frequentes e são muitas vezes, utilizadas para justificar a sua presença ou ausência no desempenho das actividades.

Por outro lado, podem ser entendidas como forma de conversação, ou seja, faz parte do ritual de alguns idosos enumerarem as perdas a que ficaram sujeitos e como tem sido a sua vida e sobrevivência.

Encontrar um ouvinte novo no espaço, ou até mesmo, um companheiro diferente, um visitante ou voluntário pode contribuir para aliviar a tensão e desabafar.

Os idosos que permanecem no mesmo espaço físico que lhes confere proximidade, mas

não têm interacção porque a maioria destes idosos que integram o Lar 3, têm, para além de outras limitações, dificuldades físicas e de locomoção, o que os obriga a permanecer muito tempo no mesmo local, sem possibilidade de mobilidade e com a possibilidade de conversação diminuída. Não são autónomos e, por essa razão, precisam de um procedimento especial por parte dos técnicos da Instituição. Mas, alguns são totalmente capazes, em termos cognitivos e estes, pelo menos, deveriam frequentar um espaço rico em estímulos.

Este facto, conjuntamente com a satisfação demonstrada pelos idosos nas actividades decorridas, permite-nos acreditar que vale a pena questionar a necessidade de programas de intervenção que vão de encontro à homogeneidade dos idosos. Quando nos referimos à homogeneidade, sabemos que pode ser uma utopia para alguns porque as dificuldades e capacidades divergem muito de idoso para idoso, o que faz com que na generalidade das Instituições haja uma “separação necessária”, entre dependentes e independentes.

A questão que se levanta é a mesma que se coloca no dilema da escola inclusiva. Será que estes idosos estariam «mais» satisfeitos e com uma atitude de maior aceitação, se estivessem num espaço mais atractivo, mais rico em estímulos e incentivos para interagir, ao invés de se encontrarem acondicionados num espaço pobre em estímulos, onde a predominância de incapacidades e dificuldades pode funcionar como uma barreira para o desenvolvimento destes idosos, uma vez que o habitual e mais frequente estímulo que lhes é oferecido para passar o tempo é uma televisão no fundo da sala.

Vaz refere a este respeito que:

“A representação social da velhice, na sociedade actual, aparece configurada em instituições especializadas em responder às necessidades da velhice, por sua vez, construídas na base do interesse de determinados campos.” (Vaz, 2008, p.111)

Incluir e inserir estes idosos, juntamente com os idosos independentes, pode trazer consequências orçamentais, para a instituição, ao nível do número de horas de trabalho que cada funcionário teria que fazer, assim como a contratação de novos funcionários para dar resposta ao aumento de solicitações de amparo e assistência. No fundo, estamos a falar de políticas de gestão, tão importantes como as políticas de inclusão e de inserção.

Sobre este ponto podemos acrescentar que é no decorrer de um projecto que se verifica a necessidade de trabalhar temáticas diferentes daquela que estamos a trabalhar.

O período reservado para a análise das necessidades de uma Instituição e de um

público-alvo é fundamental para encontrar um tema susceptível de ser trabalhado, cujo conteúdo e necessidade de implementação seja devidamente fundamentado com base na pesquisa bibliográfica, documental e por entrevista ou questionário. Apesar disso, é no decorrer do projecto, no momento em que a proximidade permite ter um contacto mais directo com as pessoas e com os serviços, que surgem outros temas que, aquando da análise das necessidades não estavam visíveis e que por essa razão, não foram identificados e considerados.

4.2. Discussão dos Resultados e Conclusão

Meditando, um pouco, sobre o que foi e o que representou este trabalho, achamos ser conveniente incluir alguns pontos de reflexão, antes de seguirmos para a discussão dos resultados.

Começamos por referir que este trabalho exigiu alguns ajustes porque no campo social existem necessidades muito diversas e nem sempre é fácil identificar as mais urgentes e a forma como se devem abordar. Não basta ter só uma ideia do que é realmente importante para aqueles que estão na mira do nosso trabalho, a experiência é, sem margem de dúvida, o melhor aliado para que o trabalho se cumpra na direcção ideal.

Tal como referimos na parte teórica deste trabalho, a moral e a ética do profissional podem influenciar de certa forma os fins e os meios de um projecto, incutindo caminhos e direcções. Sabemos que as normas morais podem ser classificadas de boas, más, justas e injustas e são orientadas por princípios e valores que funcionam como deveres impostos pela sociedade, tendo sempre como alvo o bem da sociedade. Através da moralidade, o profissional estabelece juízos de valor que interferem no seu comportamento e na sua visão.

A profissão do Educador Social bem como o desempenho do estagiário não pode ser entendida como uma profissão de uniformidade, ou seja, isolada, porque não é possível desempenhar com sucesso as suas funções se toda a equipa técnica não estiver envolvida no processo.

Todo o profissional deve ter presente que a elaboração de projectos sociais exige uma aprendizagem permanente e constante porque é sempre possível aperfeiçoar, limar e otimizar o trabalho que se realiza, mesmo quando ainda estamos a executá-lo. Basta para isso estarmos atentos a sinais e ter meios físicos, humanos e disponibilidade de tempo para ajustar o nosso projecto.

Relativamente ao projecto, em si e às actividades desenvolvidas, podemos dizer que foram aceites pelos idosos, e achadas pertinentes e adequadas pelos mesmos, com o pequeno contra de, num primeiro momento da sua implementação, terem sido «ignoradas», ou melhor, a sua participação foi adiada, levando algum tempo até que o grupo se formasse.

A metodologia foi considerada eficaz, uma vez que se desenvolveu de modo flexível, mas pecou em alguns aspectos, obrigando a adoptar algumas modificações que foram necessárias ao longo do processo, nomeadamente a forma como pensávamos aplicar o questionário porque, se, inicialmente, tínhamos pensado aplicá-lo por administração indirecta – não produziu efeito, tornando-se necessário adaptá-lo à realidade que detínhamos, uma vez que uma parte considerável dos idosos não sabiam ler ou mantinham dificuldade em ler e transcrever as suas respostas para o questionário. Este facto revelou que, neste público-alvo, o método de recolha de dados que mais se adequa é a entrevista.

A individualidade dos idosos, foi respeitada, assim como o seu ritmo, capacidade física e mental.

A socialização também foi tida em consideração através dos trabalhos de grupo e mediante o trabalho de equipa.

Os temas e conteúdos foram, de certa forma, os adequados, embora alguns exigissem muito tempo e dedicação na sua prática, tornando-se demasiado extensos e, por essa razão, tornou-se impossível aplicá-los na íntegra, como por exemplo a “Angariação de Verba para Assinatura da Revista Visão”.

Ao analisar todo o procedimento do projecto comprovámos que, ao longo do mesmo, foram encontrados aspectos positivos e negativos, havendo actividades previstas que não foram realizadas.

Como aspectos negativos, podemos destacar a escassa colaboração e participação, por parte de alguns idosos que, inicialmente, se negaram a participar em algumas actividades, acabando por ceder passado algum tempo, tal como referimos anteriormente. Este facto atrasou consideravelmente a nossa prestação porque exigiu

uma adaptação e ajustamento das técnicas de trabalho em grupo e conseqüentemente uma adaptação das actividades.

Assim, o tempo empregue para a realização de algumas actividades em algumas situações foi insuficiente, tendo sido considerada a possibilidade de prolongar no tempo as actividades, particularmente no mês de Natal, em virtude de as visitas de familiares e amigos dos idosos se tornarem mais frequentes e mais extensas em termos de tempo, encurtando o tempo previsto para a realização das actividades.

Como estes idosos tinham mais do que uma ocupação, o tempo nem sempre foi suficiente para realizar continuamente as actividades. Em algumas actividades, foi exigido um abrandamento, uma repetição e um resumo das mesmas, pela razão de, nas horas em que decorriam as actividades, decorrer também a missa eucarística, tratamentos de enfermagem e visitas de familiares e amigos.

Na realização deste trabalho, tentámos ter em conta a relevância da informação, demonstrar o que é evidente e tentar reduzir o discurso do senso comum.

Estamos conscientes de que, através da elaboração de bons projectos adaptados às necessidades do contexto, a qualidade de vida das pessoas a quem os projectos se dirigem pode ser elevada e, desta forma, poderemos erguer a qualidade e a profissionalização do nosso trabalho. Por outro lado, também os maus projectos podem servir de orientação e dar origem a novas ideias e invenções porque a experiência é o caminho percorrido que nos permite avaliar e distinguir o que vale a pena e funciona e o que pode ser melhorado.

Bibliografia

- Banks, S e Nøhr, K. (2008). *Ética Prática para as Profissões do Trabalho Social*. Colecção Educação e Trabalho Social n.º 8, Porto: Porto Editora.
- Canavarro, M. (1999). *Relações Afectivas e Saúde Mental*, Coimbra: Quarteto Editora.
- Cardão, S. (2009). *O Idoso Institucionalizado*, Colecção Olhar: Coisas de Ler.
- Carvalho, A. (2004). *Educação Social: Fundamentos e Estratégias*, Colecção Educação e Trabalho Social n.º 1, Porto: Porto Editora.
- Cruz, V. (2007). *Uma Abordagem Cognitiva da Leitura*, Lisboa: Lidel Edições.
- Ferreira, H. (2002). *A participação dos Professores na Direcção da Escola Secundária entre 1926 e 1989*. Bragança: IPB (Série e Estudos, n.º 51).
- Fonseca, A. (2005). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa, Portugal: Climepsi Editores.
- Fernández, F. (2006). *As raízes históricas dos modelos actuais de educação de pessoas adultas*. Cadernos Sisifo 2. Educa/Unidade de I&D de Ciências de Educação: Imprensa de Coimbra.
- Gusmão, M. *et al (coord)*, (1978). *Educação de Adultos*, Braga, Universidade do Minho.
- Gomes, C. & Gomes, C. (2003). *Doença de Alzheimer da Neblina ao Eclipse Total*. Revista NURSING, Ano 16 (214).
- Sousa, L., Galante, H., & Figueiredo. (2003). *D. Qualidade de vida e bem-estar dos idosos: um estudo exploratório na população portuguesa*: Rev Saúde Pública, 37.

Serrano, G. (2008). *Elaboração de Projectos Sociais: Casos Práticos*. Coleção Educação e Trabalho Social n.º7: Porto: Porto Editora.

Tolle, E. (2005). *Um Novo Mundo: Despertar para a Essência da Vida*. Traduzido de: A New Earth – Awakening to your Life's Purpose, por. Lisboa: Editora Pergaminho.

Vaz, E. (2008). *A Velhice na Primeira Pessoa*: Penafiel Editorial Novembro.

Webgrafia

Portugal. Governo da República Portuguesa. Ministério da Educação (2010). Plano Nacional de Leitura. Consultado em <http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/pnlvtv/apresentacao.php?idDoc=3>. Acedido em 03 de Junho de 2010.

Portugal. Câmara Municipal de Mirandela. Consultado em <http://www.cm-mirandela.pt/index.php?oid=3936>, acedido em 28 de Dezembro de 2010.

Portugal. Santa Casa da Misericórdia de Bragança. Consultado em <http://www.scm-braganca.org/content/historia>, acedido em 12 de Março de 2010.

Anexos

Anexo I

HOMEPAGE

ORGÃOS SOCIAIS

HISTORIA

DOCUMENTOS

RESPOSTAS SOCIAIS

CENTRO DE MEDICINA

EMP. DE INSERÇÃO

ESCOLA EB1

MUSEU ETNOGRÁFICO

SEMANA SANTA

IGREJA MISERICÓRDIA

ATL JULHO

CONTACTOS

CORREIRO DA MANHÃ

CNIS

UNIÃO DAS MISERICÓRDIAS

CÂMARA MUNICIPAL DE
BRAGANÇA

AGÊNCIA ECLESIA

PUBLICO

A VOZ DO NORDESTE

JORNAL DE NOTÍCIAS

NORDESTE

MESSAGEIRO DE BRAGANÇA

Santa Casa da Misericórdia de Bragança

Plano de Actividades – Lar de Idosos

2009/2010

Mês	Dia	Actividade	Local	Participantes	Objectivo
Setembro	21	Dia Mundial da Paz	Lar Terceira Idade	Idosos	Sensibilizar a comunidade solidária no sentido de promover a paz e a concórdia
	30	Acção de Sensibilização - Dia Nacional da Prevenção do Cancro da Mama	Lar Terceira Idade	Idosos e Funcionários	Sensibilizar para as consequências da não prevenção do cancro da Mama
Outubro	1	Dia Internacional das pessoas Idosas	Lar Terceira Idade	Idosos e crianças da Santa Casa	Promover uma maior interacção entre o idoso e as crianças
	16	Dia Mundial da Alimentação	Lar Terceira Idade	Idosos	Sensibilizar os idosos para a importância da alimentação no nosso dia-a-dia.
	19	Passeio de Outono	Miranda do Douro	Idosos	Conhecer novos ambientes e novas pessoas
Novembro	1	Dia de todos os santos – Missa pelos irmãos defuntos e familiares dos idosos	Lar da Terceira Idade – Capela	Idosos	Promover o sentimento de união, amor e família.
	11	Dia de São Martinho – Magusto da Instituição	Lar Terceira Idade	Idosos e funcionários	Convívio entre idosos e funcionários, promovendo a socialização, evitando o isolamento, a tristeza e a depressão.

Mês	Dia	Actividade	Local	Participantes	Objectivo
Dezembro	8	Missa em honra da Imaculada Conceição	Lar Terceira Idade e Igreja da Misericórdia	Idosos e familiares	Honrar a Imaculada Conceição e pedir-lhe bênçãos para todos os utentes deste lar
	21	Festa de Natal	Lar Terceira Idade	Idosos	Comemorar o nascimento do Jesus de Nazaré e promover o sentimento de união, amor e família
Janeiro	6	Cantar as Janeiras	Lar da Terceira Idade	Idosos, crianças, funcionários	Promover o convívio, a paz, a concórdia valorizar o canto tradicional
	18	Matança do porco	Lar da Terceira Idade	Idosos e funcionários	Promover o convívio e valorizar as tradições
Fevereiro	11	Feira do Fumeiro de Vinhais	Vinhais	Idosos	Retirar os idosos do lar, aumentando a sua auto-estima, conhecendo novos lugares e novas gentes.
	12	Festa de Carnaval – Junta de Freguesia da Sé	Discoteca Mercado	Idosos do Concelho	Promover o convívio com idosos de outras instituições Particulares de Solidariedade Social
Março	15	Passeio às Amendoiras em Flor	Moncorvo e Freixo de Espada à Cinta	Idosos e acompanhantes	Conhecer outras culturas no que diz respeito ao Turismo Regional
	19	Dia do Pai	Lar Terceira Idade	Idosos e filhos	Assinalar um dos dias mais importantes do ano
	22	Comemoração do dia da Árvore	Lar Terceira Idade	Idosos	Sensibilizar os idosos para a importância das árvores e da sua contribuição para o meio ambiente
	26	Via Sacra dos Idosos	Lar Terceira Idade	Crianças da Escola EB 1 Dr. Diogo Albino de Sá Vargas	Assinalar os Passos da Vida e Morte de Jesus Cristo
	28	Domingo de Ramos – Via Sacra da Cidade	Sé Catedral	Idosos e Povo de Deus	Assinalar os Passos da Vida e Morte de Jesus Cristo

Mês	Dia	Actividade	Local	Participantes	Objectivo

Abril	1	Quinta-feira Santa	Sé Catedral	Idosos e Povo de Deus	Sensibilizar os idosos para as últimas horas de Jesus Cristo e a Ceia do Senhor com cerimónia de Lava-pés
	2	Sexta-feira Santa – Procissão do Enterro do Senhor	Início na Igreja da Misericórdia	Idosos e Povo de Deus	Viver com intensidade a Procissão que atravessa as ruas da cidade, assinalando a morte de Jesus Cristo
	4	Domingo de Páscoa	Lar Terceira Idade	Idosos e Familiares	Promover a alegria, a união e o conceito de família no dia em que o Senhor Ressuscitou
	29	Dia Mundial da Dança	Lar Terceira Idade	Idosos	Sensibilizar os idosos para a prática da dança como uma disciplina variante do desporto, portanto, saudável para todos
Maio	2	Dia da Mãe	Lar Terceira Idade	Idosas e filhos	Assinalar um dos dias mais importantes do ano.
	3	Feira das Cantarinhas	Ruas da cidade	Idosos e acompanhantes	Participar numa das Feiras mais importantes da cidade de Bragança
	10/11	Passeio de Primavera ao Gerês	Gerês	Idosos e acompanhantes	Conhecer novas terras e galvanizar laços de amizade entre utentes
	31	Festa da Instituição	Lar Terceira Idade	Idosos e Funcionários	Promover o convívio dos idosos com funcionários e familiares

Mês	Dia	Actividade	Local	Participantes	Objectivo
Junho	3	Corpo de Deus	Ruas da Cidade	Idosos e Povo de Deus	Lembrar a festa do Corpo de Deus onde as crianças que realizaram a Primeira Comunhão vão vestidas na Procissão
	11	Feira do Livro de Bragança	Zona Polis	Idosos	Estimular a leitura através de livros expostos pelos vários livreiros
	21	Intercâmbio com Santa Casa da Misericórdia de Macedo	Macedo	Idosos	Promover o convívio com idosos de outras Instituições Particulares de Solidariedade Social
	24	Festa de São João	Lar Terceira Idade	Idosos e Funcionários	Promover o convívio dos idosos com funcionários e familiares
Julho	25	Encontro de Idosos do Concelho de Bragança	Local a designar	Idosos do Concelho	Promover o convívio com idosos de outras Instituições Particulares de Solidariedade Social
	26	Dia dos Avós	Lar Terceira Idade	Idosos	Assinalar um dia importante para todos os utentes que estão na instituição

Anexo II

QUESTIONÁRIO

Este questionário enquadra-se no âmbito do Estágio do Curso: Mestrado em Educação Social, da Escola Superior de Bragança, do Instituto Politécnico de Bragança.

Tem como principal objectivo saber a opinião do cliente relativamente à importância da leitura e da escrita no seu dia-a-dia na Instituição.

O questionário é anónimo e os dados obtidos são confidenciais.

Responda com sinceridade.

1 – Caracterização do cliente

Idade _____

Estado civil _____

N.º de anos em que está institucionalizado _____

Habilitações literárias _____

2 - Sabe ler e escrever?

Sim Não Muito Pouco

2.1. Se respondeu “sim” ou “muito pouco”:

2.1.1. Que tipo de leitura costuma fazer?

2.1.2. Que tipo de escrita costuma fazer?

2.2. Sente necessidade de Ler?

2.3. Sente necessidade de Escrever?

3 – Acha que a leitura poderá favorecer a sua relação com as pessoas com quem se relaciona no lar?

4- Costuma conversar, com os seus amigos, sobre os temas que lê nos jornais e nas revistas?

5 – A sua Instituição oferece actividades que promovem a leitura?

6 – A sua Instituição oferece actividades que promovem a escrita?

7 – Gostaria de colaborar e participar na criação de um “Livro” denominado “Diário-do-Conto” onde cada cliente pode registar os seus contos, relatos de vida, receitas gastronómicas, cantigas populares e outras vivencias que ache importante partilhar?

8 – Que outras actividades sugere para a promoção da leitura e da escrita?

Obrigada pela colaboração.

Anexo III

QUESTIONÁRIO

Este questionário enquadra-se no âmbito do Estágio do Curso: Mestrado em Educação Social, da Escola Superior de Bragança, do Instituto Politécnico de Bragança.

Tem como principal objectivo saber a opinião do cliente relativamente à implementação do projecto denominado “ Envelhecer com Qualidade – Actividades de Dinamização da Leitura da Escrita e do Conto “

O questionário é anónimo e os dados obtidos são confidenciais.

Responda com sinceridade.

1. Ao longo do desenvolvimento do projecto “Envelhecer com Qualidade – Actividades de Dinamização da Leitura da Escrita e do Conto “ foi convidado para participar nas actividades que este apresentava.

Escolha a opção que melhor caracteriza a sua posição.

- a) Aceitou de imediato o convite.
- b) Propôs ficar a assistir, acompanhando a actividade como espectador num primeiro momento, passando depois a integrar o grupo de intervenção após ter conhecimento prático do conteúdo da actividade.

2. Relativamente às actividades que fizeram parte integrante do projecto, no qual participou, quais das seguintes afirmações se adapta mais à sua opinião pessoal?

a) As actividades foram acessíveis e permitiram criar momentos de convívio reforçando as amizades e ao mesmo tempo permitiram o treino mental.

b) Não tiveram qualquer interesse, foram apenas mais actividades.

3. Se escolheu a alínea a), indique a actividade que mais contribuiu para esse reforço.

4. Após ter conhecimento dos benefícios da leitura, continuou com a rotina diária que mantinha, ou introduziu algumas alterações?

Das afirmações que se seguem assinale aquela que lhe parece estar mais próxima da sua opinião pessoal.

a) Continuou tudo na mesma. Nada mudou!

b) Depois de ter tido conhecimento da oferta e disponibilidade dos “Boletins Municipais”, da “Revista Visão” e do “Diário do Conto”, passaram a fazer parte da minha escolha, incentivando e complementando a minha leitura.

c) Não sei ler, mas gosto de desfolhar e ver imagens, fotografias e paisagens ao mesmo tempo que faço os meus comentários.

5. Participou no “Diário do Conto”?

SIM

NÃO

5.1. Se respondeu sim, de que forma?

(Assinale a afirmação que mais se adequa à sua situação)

a) Lendo os textos proferidos por terceiros.

b) Escrevendo textos na 1.^a pessoa

c) Escrevendo os textos proferidos por terceiros

d) Proferindo contos que foram depois transcritos por terceiros

Obrigada pela colaboração. 😊