



IPG Politécnico
|da|Guarda
Polytechnic
of Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ana Filipa dos Santos Pereira

novembro | 2016





Relatório de Estágio

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ana Filipa Dos Santos Pereira

Novembro | 2016



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

Relatório de Estágio

Ana Filipa Dos Santos Pereira

Relatório para obtenção do grau de licenciado em Animação Sociocultural
Casa de Saúde Bento Menni

Novembro | 2016

Ficha de Identificação

Nome da Estagiária: Ana Filipa dos Santos Pereira

Número da Aluna: 5007686

Estabelecimento de Ensino: Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto -
Instituto Politécnico da Guarda

Docente Orientador: Prof^a. Marisa Filipa Ramos Teixeira

Entidade Acolhedora: Casa de Saúde Bento Menni

Endereço: Rua José dos Santos, Bairro da Luz, 6300-575 Guarda

Telefone: 271 200 840

E-mail: direcao.csbm@irmashospitaleiras.pt

Site web: <http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/>

Período do Estágio: 3 meses

1 de Julho de 2016 a 7 de Outubro de 2016

(interrupção de uma semana (- 5 a 9 de Setembro de 2016)

Dedicatória

Este projeto é dedicado a todas as utentes com quem tive o prazer de trabalhar e que estão hospitalizadas, com o desejo de que o internamento seja encarado por elas, como o espaço mais apropriado para darem mais anos às suas vidas.

Agradecimentos

A conclusão da minha licenciatura tornar-se-ia muito mais difícil se não pudesse contar com o apoio de todos os que me são indispensáveis, por isso está na altura de agradecer.

Em primeiro lugar quero de uma forma especial salientar um muito obrigado ao Instituto Politécnico da Guarda, e a todos os docentes do curso de Animação Sociocultural da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto pelos conhecimentos transmitidos, e por todo o apoio prestado ao longo destes três anos.

Agradeço com especial apreço à docente orientadora professora Filipa Teixeira, pelo apoio, ajuda, disponibilidade e profissionalismo que foi sempre mostrando, contribuindo em muito para o meu crescimento pessoal, e sobretudo profissional.

Agradeço, a toda a equipa da Casa de Saúde Bento Menni, pela sua ajuda e colaboração em todos os momentos. Também um muito obrigado a todas as pessoas que trabalharam comigo ao longo destes meses, e que no dia-a-dia dão parte de si para proporcionar uma melhor qualidade de vida a estas utentes. Foi com a colaboração e trabalho destes profissionais, que me foi possível terminar este estágio com sucesso.

Também quero agradecer a todas as pessoas institucionalizadas com quem tive a oportunidade de trabalhar que participaram da forma mais ativa que lhes foi possível, independentemente das suas patologias, estando presentes semanalmente nas atividades propostas por mim nesta Casa de Saúde.

Por último e não menos importante, quero agradecer ao meu Pai, a minha Mãe, à minha Irmã, aos meus Avós e à minha Tia, por terem acreditado e confiado sempre em mim, pela dedicação que ao longo destes anos me disponibilizaram incondicionalmente, mas acima de tudo por todos os esforços que fizeram ao longo da minha vida, preocupando-se sempre com a minha educação.

Ao Davide, pelo apoio, carinho, amizade e paciência durante estes três anos.

Resumo

O presente relatório tem como finalidade testemunhar todas as atividades realizadas na Casa de Saúde Bento Menni (CSBM), no âmbito do estágio curricular, integrado na licenciatura em Animação Sociocultural (ASC) da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda.

Neste sentido foram desenvolvidas atividades socioculturais de caráter não formal, em consonância com atividades de caráter formal, que a casa de saúde já oferecia. O público-alvo escolhido para a realização do estágio, foram essencialmente utentes portadoras de deficiência mental, com idades compreendidas entre os 37 e os 66 anos, provenientes de diferentes contextos socioeconómicos, culturais e sociais. Foram desenvolvidas diversas atividades que permitiram aprofundar, aplicar e adquirir novos conhecimentos e competências na área da ASC, nomeadamente no âmbito socioeducativo, oferecendo a possibilidade de recordar ações, que um dia já souberam desempenhar.

Para que o desenvolvimento das atividades acontecesse como desejado, contei com o apoio das diversas áreas de intervenção que ASC tem ao seu dispor, servindo-me das expressões como recurso material. No desenvolvimento das atividades, tive como objetivo fundamental melhorar a qualidade de vida do utente, estabelecer ligações de empatia entre todo o grupo e promover a participação, valorizando a autoestima e as suas capacidades.

Palavras-chave: Animação Sociocultural; Educação Não-Formal; Animação em Necessidade Educativas Especiais, Deficiência Mental/Cognitiva; Inclusão Social.

Abstract

This report aims to witness all the activities in the House Health “Bento Menni” (CSBMs), under the integrated internship at degree in Sociocultural Animation (ASC) of the School of Education, Communication and Sport Guarda.

In this sense social and cultural activities of non-formal character were developed in line with the formal character of activities that home health care already offered. The audience chosen for the stage, are essentially utents with mental disabilities, aged between 37 and 66, from different socio-economic, cultural and social contexts. various activities were developed that allowed to deepen, apply and acquire new knowledge and skills in the ASC area, particularly within childcare, offering the possibility of recall actions already knew that one day play.

For the development of activities happen as desired, counted with the support of the various areas of intervention that ASC has at its disposal, serving me of expressions such as material resource. The development of activities, had as main objective to improve customer quality of life, empathize connections between the whole group and promote the participation, enhancing self-esteem and their capabilities.

Keywords: Sociocultural Animation; Non-Formal Education; Animation Special Educational Needs, Mental Retardation / Cognitive; Social Inclusion.

Índice Geral

Introdução	1
CAPÍTULO I 	3
Entidade Acolhedora	3
1.1. Enquadramento Geográfico.....	4
1.3. Valências da Casa de Saúde	7
1.3.1. Projetos de Intervenção Especializado.....	7
1.3.2. Programas de Reabilitação Sócio Ocupacional	8
1.4. Estratégias de Atuação da Casa de Saúde Bento Menni	11
1.5. Recursos afetos à Casa de Saúde Bento Menni	12
CAPÍTULO II	16
Contextualização Teórica	16
2.1. Evolução da Animação Sociocultural	17
2.2. Caraterísticas e âmbitos da Animação Sociocultural	19
2.3. ASC como Estratégia de Intervenção Social e Comunitária	22
2.4. O papel do Animador enquanto promotor e investigador/ mediador	25
2.5. Deficiência Mental	28
CAPÍTULO III	30
Estágio	30
3.1. Plano de Estágio	31
3.1.1. Caraterização do público-alvo	32
3.1.2. Finalidades e objetivos.....	35
3.1.3. Recursos utilizados	37
3.1.5. Quando realizar as atividades ocupacionais	38
3.1.6. Metodologia	38
3.1.7. Atividades Desenvolvidas.....	41
3.1.8. Avaliação das Atividades	64
Reflexão Crítica	68
Bibliografia	73

Índice de Figuras

Figura nº 1 - Localização Geográfica	4
Figura nº 2 - Casa de Saúde Bento Menni	7
Figura nº 5 - Sessão de Relaxamento	44
Figura nº 6 - Conhecimento	45
Figura nº 7 - Responde à questão	46
Figura nº 8 - Estátua Gémea	46
Figura nº 9 - Mímica em grupo	47
Figura nº 10 - Mímica.....	47
Figura nº 11 - Massagem	47
Figura nº 12 - Jogo da memória.....	49
Figura nº 14 - Conta com as molas.....	50
Figura nº 14 - Conta com as molas.....	50
Figura nº 13 - Conta com as molas.....	50
Figura nº 15 - Bingo dos sons.....	51
Figura nº 17 - Dominó	52
Figura nº 16 - Dominó	52
Figura nº 19 - Quem é?.....	53
Figura nº 19 - Quem é?.....	52
Figura nº 19 - Quem é?.....	52
Figura nº 18 - Identifique o sujeito	52
Figura nº 20 - Jogo do galo.....	53
Figura nº 22 - Sopa de letras.....	54
Figura nº 21 - Descubra as diferenças	54
Figura nº 23 - Relógio	56
Figura nº 24 - Pompons	57
Figura nº 25 - Discos de lã.....	57
Figura nº 26 - Desenha a imagem.....	57
Figura nº 27 - Girassol.....	58
Figura nº 28 - Girassol.....	58
Figura nº 30 - Árvore de valores	59
Figura nº 29 - Árvore dos valores.....	59
Figura nº 31 - Aniversários.....	59
Figura nº 33 - Borboletas.....	60
Figura nº 32 - Bolinhas de papel	60
Figura nº 37 - Costura.....	61
Figura nº 36 - Crouché.....	61
Figura nº 34 - Bordados.....	61
Figura nº 35 - Crouché.....	61
Figura nº 38 - Momento de descanso	63
Figura nº 39 - Jardim Mirante.....	63
Figura nº 40 - Macaquinho de Chinês	64
Figura nº 42 - Passeio de canoagem	64
Figura nº 41 - Canoagem	64
Figura nº 42 - Passeio de canoagem	64

Índice de Tabelas

Tabela nº1 - Atelier de Expressão Dramática.....	40
Tabela nº 2 - Atelier de expressão cognitiva	43
Tabela nº 3 - Atelier de Atividades de Expressão Plástica.....	46
Tabela nº3 - Atelier de Atividades de Expressão Físico-Motora.....	50

Índice de Gráficos

Gráfico nº 1 - Atividades preferidas Erro! Marcador não definido.

Glossário de Siglas

ASC - Animação Sociocultural

APAP - Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia

APDC - Associação para a Promoção e Divulgação Cultural

FNAT - Federação Nacional para a Alegria no Trabalho

IPSS - Instituições Particulares de Solidariedade Social

UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura

CSBM – Casa de Saúde Bento Menni

OMS – Organização Mundial de Saúde

NEE - Necessidades Educativas Especiais

ASTA - Associação Sócio Terapêutica de Almeida

Introdução

O presente relatório remete para um conhecimento geral de todo o percurso de estágio curricular, que contempla o término da licenciatura em Animação Sociocultural (ASC), ao facultar a possibilidade de colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo destes 3 anos de formação.

Durante este último percurso que me concede acesso à certificação académica, foi-me dada a oportunidade de conhecer e assimilar novas técnicas ao serviço das ferramentas da ASC, em contexto de trabalho. Este estágio está subdividido em várias etapas, desde a análise da instituição, planificação de objetivos a alcançar, reflexão descritiva e avaliação. O estágio curricular decorreu na Casa de Saúde Bento Menni (CSBM) da Guarda, teve início a 1 de julho de 2016 e terminou a 7 de Outubro de 2016, com interrupção de uma semana para férias no início do mês de Setembro.

As Irmãs Hospitaleiras têm pelo mundo espalhadas cerca de duzentas e quinze IPSS, direcionadas para a vertente da prestação de cuidados de saúde hospitalares/comunitários. A Casa de Saúde Bento Menni tem ao seu dispor uma diversidade de programas e projetos, a fim de conseguir oferecer uma melhor qualidade ao utente.

A decisão da escolha para desenvolver o meu estágio curricular, prendeu-se ao facto de me possibilitar a experiência com um grupo de pessoas portadoras de deficiência mental. Este foi um período de constantes desafios, nunca antes tivera tido um contacto tão direto com pessoas portadoras desta doença, e como anteriormente já a oportunidade de desenvolver um estágio curricular com idosos, achei que devia dar especial oportunidade a este público. A Animação neste contexto tem um papel fundamental ao possibilitar a estas pessoas que os seus dias se tornem mais felizes, mais ativos e participativos, de forma a melhorar a sua auto-estima, confiança e a interação com o outro.

O meu estágio incidiu essencialmente no trabalho com o grupo de deficiência mental, tendo-me sido dada a oportunidade de interagir de uma forma mais ativa como os restantes públicos (psiquiatria, geriatria e deficiência profunda).

No que concerne aos objetivos deste trabalho, estes consistiram na implementação de atividades inovadoras e quiça diferentes, quebrando de alguma forma a rotina diária que as utentes levam ano após ano promovendo uma ação abrangente, associada ao

desenvolvimento integral, através da estimulação das suas capacidades, proporcionando uma vida mais ativa.

Desta forma, a ASC atua como metodologia crucial no desenvolvimento social, cultural e educativo das utentes portadoras de deficiência, inserido num contexto lúdico e recreativo, onde a participação e a integração se transformam num factor essencial para a planificação e programação das atividades de ASC. O maior desafio deste estágio, para além dos objetivos serem alcançados, passava por aumentar a qualidade de vida deste público, fortalecendo as relações interpessoais e comunicativas entre a comunidade.

O relatório de estágio surge para descrever e refletir a importância das atividades desenvolvidas e aferir a importância desta área polivalente que, é a Animação Sociocultural. Foi necessário subdividir o relatório em 3 capítulos, de forma a facilitar a sua compreensão.

O primeiro capítulo faz referência ao enquadramento territorial do concelho, onde a entidade acolhedora pertence; analiso a sua estrutura organizacional, a sua origem, recursos e estratégias de intervenção.

No segundo capítulo, apresento a contextualização teórica e concetual que, engloba os conteúdos relacionados com a ASC, onde são aplicados os conhecimentos obtidos durante a licenciatura. Desta forma, realizou-se uma pesquisa bibliográfica sobre a epistemologia da ASC, nos diversos âmbitos de atuação. É referida também a importância do papel do animador, enquanto promotor e investigador.

O terceiro capítulo, retrata todo o meu percurso enquanto estagiária. Faço referência aos objetivos gerais e específicos, caracterização do público-alvo, atividades realizadas, onde a teoria completa a prática, ao fazer uma síntese da aprendizagem adquirida ao longo desta formação académica. Termina com uma reflexão crítica que, integra um balanço geral dos resultados obtidos e dos obstáculos que foram surgindo, o que resultou numa experiência recheada de novas aprendizagens que serão um marco importante na minha vida, enquanto futura profissional de Animação Sociocultural.

CAPÍTULO I |

Entidade Acolhedora



Neste primeiro capítulo irei abordar a caracterização da entidade que me abriu portas, e me deu as mãos durante estes três meses de estágio curricular, contribuindo em muito para o término da minha licenciatura, dando-me a oportunidade de colocar em prática todos os conhecimentos teórico-práticos obtidos. A Casa de Saúde Bento Menni (CSBM), encontra-se situada na cidade da Guarda, tendo sido inaugurada em abril de 1994. É gerida pelo Instituto das Irmãs Hospedeiras do Sagrado Coração de Jesus, sendo uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS).

Este ponto será composto por cinco subpontos, nomeadamente pelo enquadramento geográfico; Casa de Saúde Bento Menni; Valências da Casa de Saúde; Projetos de Intervenção Especializado; Centro de Atividades Ocupacionais; Caracterização dos beneficiários; Estratégias de Atuação da Casa de Saúde Bento Menni; Recursos afetos à Casa de Saúde Bento Menni.

1.1. Enquadramento Geográfico

De acordo com a página o Guia da Cidade, o concelho da Guarda encontra-se localizado, na Região da Beira Interior, com população residente de 173 832 habitantes.

Geograficamente (**figura nº 1**) este distrito limita os concelhos de Pinhel (nordeste), Almeida (leste), Sabugal (sudeste), Belmonte e Covilhã (sul), Manteigas e Gouveia (oeste), Celorico da Beira (noroeste).

De acordo, com informação apurada pelos Censos de 2011, a cidade da Guarda acolhe um total de 42 541 habitantes, este é um dos maiores concelhos de Portugal, que abrange 43 freguesias e 14 municípios.

O declínio da população residente deu-se devido à falta de emprego, levando a população a emigrar procurando melhorar a sua vida. A saída populacional concentrou-se nos mais jovens e adultos, implicando quebras das taxas de fecundidade e natalidade, tornando esta cidade envelhecida.

Figura nº 1 - Localização Geográfica



Fonte:

Este concelho possui um território montanhoso com elevações de diferentes altitudes, alcançando na Serra da Estrela uma altura máxima de (1991 metros), e é pelas mesmas características que é considerada a principal atração turística da região.

As estâncias climáticas da serra no inverno, são destacadas pelo frio e pela neve, e é por entre estas montanhas que passam as águas dos rios Zêzere, Douro e Mondego.

A cidade da Guarda, é considerada a mais alta de Portugal com 1056 metros de altura, situada numa das encostas da Serra da Estrela. Esta é conhecida pela cidade dos cinco F's (Forte, Farta, Fria, Fiel e Formosa). Cada "F" associa-se a uma característica e a um conceito individual, que se liga a inúmeras histórias de ficção. Esta cidade é a personagem principal, é o retrato de cada uma dessas histórias. "A condição que apresenta é ser sozinha, e o seu interior é como um coração oculto de um corpo visível."¹

A cidade da Guarda apresenta-se como património cultural de vários monumentos arquitetónicos, maioritariamente localizados no centro Histórico: Sé Catedral, Torre de Menagem (Castelo), Igreja da Misericórdia, judiaria da Guarda, entre outros.

A estância montanhosa é considerada uma das atrações turísticas mais procurada, nas últimas duas décadas, por qualquer faixa etária. A aldeia do Sabugueiro dispõe das condições necessárias para proporcionar um dia de passeio diferente, a quem revele interesse pela prática de desportos na neve.

A gastronomia tradicional desta região é muito rica e variada, sendo considerada uma das principais atrações. A pastorícia é uma das atividades principais desta zona, identificando o produto mais importante da região o famoso queijo de ovelha da Serra da Estrela. Para acompanhar a prova do queijo ou possíveis refeições de quem nunca o saboreou, temos as tão apreciadas variedades de pão (pão de mistura, centeio, brã de milho).

É ainda destacando na gastronomia tradicional os pratos principais: Bacalhau ou Polvo à Lagareiro, o Cabrito Assado e o Arroz Doce. Para acompanhar temos o tão saboroso vinho da região "D. João".²

¹ Informação recolhida e adaptada do site: <https://coelhocidadedaguarda.wordpress.com/5-fs/>, consultado no dia 22 de Julho de 2016.

² Informação recolhida e adaptada do site: <https://www.guiadacidade.pt/pt/distrito-guarda-09>, consultado no dia 22 de Julho de 2016.

1.2. Casa de Saúde Bento Menni

A congregação das Irmãs Hospedeiras do Sagrado Coração de Jesus, foi consolidada a 31 de Maio de 1881 em Madrid (Espanha).

Os fundadores deste projeto Hospitaleiro foram São Bento Menni, Maria Récio e Maria Gímenez, determinando estratégias legítimas de hospitalidade vivida com sentimentos de Cristo Bom Samaritano e de S. João de Deus. Este projeto seguiu em frente, com o objetivo principal de dar resposta à exclusão social, das quais as pessoas portadoras de doenças mentais/cognitivas são vítimas.

Segundo o projeto Hospitaleiro a sua missão é proporcionar aos seus utentes e à comunidade melhores cuidados de saúde, às pessoas portadoras de deficiência mental, ou doença mental entre outros doentes. A hospitalidade é definida pelo acolhimento a todos os seres humanos que necessitem, sem admitir qualquer tipo de distinção, dando prioridade aos mais desfavorecidos e excluídos da sociedade. A assistência das instituições das Irmãs Hospitaleiras, surge numa perspetiva de saúde integrada numa prevenção primária, secundária e terciária.

Uma das frases que se faz destacar pelos fundadores é **“Acolhemos, servimos e cuidamos a pessoa com respeito, humanidade, competência e qualidade, promovendo a vida a partir do nosso compromisso sanador.”**³

Este projeto hospitaleiro permanece há cerca de 125 anos, contando com o apoio de cerca de nove mil irmãs e colaboradores, alcançando a missão desejada.

A congregação permanece em vinte e quatro países da Europa, América, Ásia e África. Esta é uma rede universal de prestação de serviços, que desenvolve a sua atividade em cerca de duzentas e quinze estruturas de carácter Hospitalar/Comunitário: Centros Psiquiátricos, Centros de Deficientes Físicos e Psíquicos, Centro Geriátricos e Psicogeriátricos, Hospitais Gerais, Serviços Ambulatórios/Comunitários, respostas em situações urgentes nas diversas estruturas.

A Casa de Saúde Bento Menni está incluída numa das duzentas e quinze estruturas (**figura nº2**), tendo sido inaugurada em abril de 1994. É gerida pelo Instituto das Irmãs Hospedeiras do Sagrado Coração de Jesus, uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS). A sua construção foi um sonho realizado, para muitas das

³ Informação recolhida e adaptada do manual: Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus “Cuidar com ciência e caridade”, (2006:11).

irmãs pertencentes a este Distrito. O terreno onde atualmente esta permanece, foi ofertado por dois caridosos egitanienses.

Estas instalações estão aptas para oferecer uma boa qualidade de vida aos utentes, assim como possíveis tratamentos de reabilitação.⁴

Figura nº 2 - Casa de Saúde Bento Menni



Fonte: Própria

1.3. Valências da Casa de Saúde

A Casa de Saúde Bento Menni tem uma capacidade de lotação de cento e sessenta e cinco camas, distribuídas por sete unidades de internamento. Foi então criado um conjunto de áreas de intervenção adaptadas a cada tipo de doença, designando-se por valências, sendo estas: Psiquiatria, Psicogeriatria (ambas são unidades de médio a longo prazo de internamento), Deficiência mental (unidade de longo internamento), e dois equipamentos de Reabilitação Psicossocial.

Esta instituição de saúde, está direcionada unicamente para tratamentos de reabilitação e reintegração de pessoas portadoras de doença mental de vários graus.

A equipa de profissionais é composta por irmãs, Enfermeiros, Médicos, Psicólogos, Assistentes Sociais, Fisioterapeutas, Terapeutas, Técnicos de Reabilitação, Psicopedagogos, Assistente Espiritual, Monitores, entre outros.⁵

1.3.1. Projetos de Intervenção Especializado

⁴ Informação recolhida e adaptada do livro: Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus “Cuidar com ciência e caridade”, (2006:64).

⁵ Informação recolhida e adaptada do site: <http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/>, consultado no dia 15 de Julho de 2016.

Nos últimos anos, a CSBM sentiu a necessidade de criar novos projetos de intervenção no âmbito especializado em demências, e na reabilitação psicossocial. Os projetos criados são: “Espaços- Afetos”, “Recriar”, “Dar + Vida”, “Reviver”, “Projetar’te”, “Grão-a-Grão”, “Re(a)cordar e “ReaCog”, “Despertares”, “Movimento e Saúde”, “Pastoral da Saúde, “Escola Viva”.

Para além destes programas, a CSBM possui ainda de atividades diversas, como: Boletim quadrimestral “O Serrano”, “Ó da Guarda”, “Jornal de Parede”, “Grupos Psicoeducativos”, “Reuniões Comunitárias”, “Novas Dimensões”, “Borboletas”, “Tintas e Pinceis”, “Teclinas”, “Linhas e Agulhas”, “Arco-íris”, “Árvore”.⁶

O facto de esta casa de saúde se situar na cidade, fortalece o envolvimento da família durante o processo terapêutico-reabilitador.

1.3.2. Programas de Reabilitação Sócio Ocupacional

As atividade sócio ocupacionais tem como objetivo principal, fomentar as capacidades e promover o bem-estar das utentes. Os programas de reabilitação foram promovidos correspondendo sempre às necessidades, potencialidades e interesses de cada utente. Antes da criação de qualquer projeto nos âmbitos das atividades ocupacionais, é definido um plano de intervenção a cada utente e familiar, procurando atualizar o seu processo de internamento, à medida que o tempo passa.

O serviço de Reabilitação Sócio Ocupacional é constituído por diversos ateliers ocupacionais, onde são desenvolvidas atividades adaptadas às necessidades e interesses dos utentes, organizados consoante os graus de funcionalidade e autonomia.

Na CSBM existem vários projetos e atividades de intervenção de Reabilitação Psiquiátrica, em curso estão os seguintes projetos:⁷

- **Programa “Espaços- Afetos”** Destina-se essencialmente para utentes com maior dependência portadores de deficiência intelectual. As atividades promovidas centram-se na promoção de bem-estar, reduzindo agitação psicomotora, na estimulação multissensorial e mobilidade.
- **Programa “Recriar”** É direcionado para utentes que possuam de maior autonomia da área da deficiência intelectual. Estas atividades são ocupacionais, que

⁶ Informação disponibilizada pela Casa de Saúde Bento Menni.

⁷ Informação disponibilizada pela Casa de Saúde Bento Menni.

envolve diversos materiais para a realização de diferentes trabalhos, como o objetivo principal de manter ativas as capacidades, motoras, cognitivas e funcionais.

- **Programa “Dar + Vida”** Destina-se a utentes da área da psicogeriatrica com autonomia funcional e cognitiva. As atividades são de caráter expressivo, lúdico, produtivo, socialização e valorização das capacidades dos utentes mais idosos.
- **Programa “Reviver”** Destina-se a utentes da área da psicogeriatrica de grande dependência funcional e cognitiva, que tem como objetivo fundamental preservar as capacidades que ainda presentes, através de atividades de orientação temporal, atividades lúdicas e de interação.
- **Programa “Projetar’te”** é aplicado a utentes da área da psiquiatria, e tem como objetivo estimular o empowerment e a autodeterminação. Este programa envolve muitas atividades, nomeadamente, “dinâmicas de grupo, atividades expressivas, musicais, treino de competências pessoais e sociais, atividades aquáticas, relaxamento, clube de leitura, informática e atividades artísticas, tais como schimmelart e trabalhos em mosaico.”
- **Programa “Grão-a-Grão”** é um projeto de treino de aptidões e competências, promovidas nos ateliers de atividades produtivas, expressivas e criativas adaptadas à área da deficiência intelectual.
- **Programas “Re(a)cordar e “ReaCog”** são dois projeto de estimulação cognitiva ou treino de memória, direcionados um para a área de psiquiatria e o outro para a psicogeriatrica numa fase inicial de demência, ou não.
- **Programa “Despertaes”** dinamiza sessões de estimulação multissensorial com benefícios a nível fisiológico cognitivo, sensitivo, experiencial e de memória, através do Snoezelen.
- **Programa “Movimento e Saúde”** desenvolve atividades adaptadas de expressão físico motor, para as diferentes áreas assistenciais.
- **Programa de Pastoral da Saúde** promove sessões de caráter espiritual.
- **Programa “Escola Viva”** é um projeto de alfabetização dinamizado, apenas por voluntárias da Casa de Saúde onde tem a possibilidade de readquirem novas aprendizagens.
- **Programa “Tocan”** consiste numa sessão por semana, em que unicamente as utentes portadoras de deficiência mental ganham ou perdem pontos, avaliando o seu comportamento semanal. Quem obtiver um comportamento positivo dessa semana

ganha pontos, e ao final de várias sessões são trocados os pontos, por bens matérias dos quais as utentes tem a possibilidade de escolher a seu agrado.

Atividades diversas:⁸

- **Boletim quadrimestral “O Serrano”** é um jornal pedagógico editado pelos funcionários responsáveis pelas atividades promovidas com maior destaque, ou então pelos funcionários que acompanham os utentes aos convites que a casa de saúde tem o prazer de aceitar, descrevendo o evento desde que começa até terminar. Este tem por objetivo divulgar as atividades e eventos em que a Casa de Saúde Bento Menni participa.
- **“Ó da Guarda”** é um grupo de pessoas pertencentes ao rancho folclórico, onde estão inseridas cerca de quarenta pessoas (utentes da casa de saúde, voluntários, colaboradores, irmãs e amigos dos utentes) que se juntaram a este projeto cultural. Foi a 19 de Março 2001 que começaram a existir atuações públicas, tendo sido este integrado no projeto “Andarilho” da Câmara Municipal da Guarda, que como o próprio nome indica irá contribuir para levar a cultura as aldeias do Concelho.
- **“Jornal de Parede”** é mais conhecido pelo clube dos pensadores dinamizados apenas por utentes da psiquiatria.
- **“Grupos Psicoeducativos”** promove sessões de escuta ativa, e resolução de problemas para oferecer permanentemente melhor qualidade de vida aos utentes.
- **“Reuniões Comunitárias”** são promovidas apenas por técnicos nas diferentes áreas de intervenção.
- **“Novas Dimensões”** é um projeto direcionado apenas para atividades ocupacionais, ludo terapêuticas, ou de lazer, turismo terapêutico, atividades aquáticas (piscina e rio), grupo de pesca, etc...
- **“Borboletas”** está relacionado para atividades musicais e de expressão corporal, promovida apenas por um professor de música uma vez por semana, direcionada para as utentes da psiquiatria e deficiência.
- **“Tintas e Pinceis”** é um projeto que envolve a arte e a expressão plástica como terapia.
- **“Teclinas”** promove aprendizagem de novas tecnologias.

⁸ Informação disponibilizada pela Casa de Saúde Bento Menni.

- **“Linhas e Agulhas”** é uma oficina onde se desenvolvem atividades de renda e bordados. Os trabalhos realizados muitas das vezes são encomendas, isto significa que o trabalho dos utentes é de alguma forma remunerado.
- **“Arco-íris”** foi inaugurado a 10 de Outubro de 2002 (Dia Mundial da Saúde), este é um projeto de reabilitação psicossocial, que tem como objetivo a reinserção social de um grupo de pessoas portadoras de doenças psiquiátricas de evolução crónica e clinicamente estáveis.
- **“Árvore”** é um projeto de reabilitação intra-hospitalar, inaugurado a 24 de Abril de 2003.

1.4. Estratégias de Atuação da Casa de Saúde Bento Menni

As estratégias são uma forma de tentar responder de forma concisa aos problemas ou necessidades encontradas num determinado grupo de pessoas.

Na Casa de Saúde Bento Menni, as estratégias de atuação identificam-se com a política de qualidade, passando essencialmente pela promoção de um serviço mais qualificado e certificado.

O objetivo institucional tem uma forte associação à missão do Instituto das Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus, de responder eficazmente às situações de abandono e exclusão social.

No que remete para a prestação de cuidados gerais de saúde, a CSBM tenta oferecer uma melhor qualidade de vida aos utentes, através de diversos níveis de intervenção: “prevenção, diagnóstico, tratamento, reabilitação e reintegração”, satisfazendo as necessidades e expectativas desejadas pela comunidade, utentes, familiares, profissionais, voluntários, entidades parceiras e financiadoras, passando pelos seguintes critérios (2006:15):

- Assistência eficaz hospitalar;
- Exigências legais e regulamentares aplicáveis;
- Apostar na evolução do grau de satisfação dos utentes, familiares, e outros;
- Promover o desenvolvimento de sustentabilidade, através de uma lógica eficaz de gestão de recursos físicos e humanos;
- Valorizar a qualidade do desempenho de todos os presentes colaboradores, através de trabalho contínuo das suas capacidades e competências;

- O planeamento da prestação de cuidados, resulta das condições e dos resultados adquiridos, no sentido de uma melhoria contínua dos cuidados integrados, nas dimensões técnicas e científicas.⁹

Como qualquer Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), esta tem como finalidade expor o trabalho desenvolvido pela missão hospitaleira, através de uma maior envolvência, na integração das pessoas portadoras de doença/deficiência mental.

A CSBM tem como visão ser um estabelecimento de saúde, especializado em psiquiatria e saúde mental, numa constante evolução adequando-se as necessidades do homem. Por sua vez, Instituto das Irmãs Hospedeiras do Sagrado Coração de Jesus determina os seguintes valores hospitaleiros:

- “Sensibilidade em relação aos excluídos”;
- “Serviço aos doentes e necessitados”;
- “Acolhimento libertador”;
- “Saúde integral”;
- “Qualidade profissional”;
- “Humanidade na atenção”;
- “Ética em toda a atuação”;
- “Consciência histórica”.¹⁰

1.5. Recursos afetos à Casa de Saúde Bento Menni

Os recursos são elementos considerados essenciais para garantir um bom funcionamento institucional, respondendo às necessidades do utente, oferecendo-lhe ainda assim, uma melhor qualidade de vida. Os recursos tanto físicos como humanos, têm como objetivo geral colmatar a exclusão social de pessoas com doenças mentais, acolhendo primeiramente todos aqueles que sejam considerados mais desfavorecidos. O funcionamento da CSBM em termos de estrutura e organização, são fatores que

⁹ Informação recolhida e adaptada do livro: Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus “Cuidar com ciência e caridade”, (2006).

¹⁰ Informação recolhida e adaptada do site: <http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/> consultado no dia 20 de Julho de 2016.

dependem dos recursos físicos, humanos e financeiros para alcançar com sucesso a missão hospitalar.¹¹

▪ **Recursos Físicos**

A Casa de Saúde encontra-se construída num terreno pertencente à cidade da Guarda, com condições acessíveis, e infraestruturas que visam apoiar as necessidades que os utentes apresentam. Os recursos físicos (**quadro nº1**) contribuem para uma assistência integrada e com qualidade. De uma forma muito geral os recursos físicos dos quais a CSBM dispõe, são:

Quadro nº 1 - Recursos Físicos

Serviços	Nº de elementos
Ateliers de Atividades Produtivas e Criativas	5
Sala de estimulação sensorial (Snoezelen)	1
Gabinete de Psicologia	1
Auditório Bento Menni	2
Centro de exposições	1
Campo lúdico	1
Serviço Socio-terapêutico (bar, biblioteca, salão polivalente)	3
Ginásio	2
Salão de cabeleireiro	1
Loja (Bazar)	1
Gabinete Médico	4
Sala de Enfermagem	4
Salas de estar	12
Salas	2
Quartos	168
Secretaria	1
Serviço de receção e acolhimento	1
Serviços Administrativos	1
Serviços Assistenciais (psiquiatria, serviço social, gabinete de utente,	

¹¹ Informação disponibilizada pela Casa de Saúde Bento Menni.

fisiologia, etimologia, ginecologia, fisioterapia, terapia ocupacional)	9
Serviço da Pastoral de Saúde	1
Serviço de Voluntário	1
Unidades de internamento	7
Hospital de dia	1
Consulta Externa	1
Serviço de apoio geral (hotelaria, lavandaria, pouparia, cozinha, refeitório, armazém de manutenção de saneamento, jardinagem)	7

Fonte: Própria

▪ Recursos Humanos

Os recursos humanos estão direcionados a todos os colaboradores da IPSS, garantindo um bom funcionamento, tendo como objetivo oferecer melhor qualidade de vida. Para que qualquer instituição seja recordada pela comunidade com boa referência, é de extrema importância que os funcionários tenham a clara noção do lugar e da função que cada um ocupa, como o velho ditado diz, um bom funcionário faz a casa, mas um mau funcionário também a destrói.

O organograma (Anexo nº VI) é uma representação gráfica, que define de forma sistemática a hierarquia de uma IPSS. Esta tem como finalidade dispor de uma melhor compreensão, dos vários órgãos que a compõem.

Todo o trabalho na CSBM é coordenado e dinamizado por toda uma equipa de profissionais, com formação académica em diferentes áreas, providas de valores morais e pessoais técnicos superiores, necessárias para o serviço que desenvolvem nas diversas áreas de intervenção.

Para além do apoio por parte de voluntários, a Casa de Saúde Bento Menni, possui setenta e cinco funcionários, vinte e oito a tempo não assistenciais, completando um total de cento e três funcionários (**quadro nº2**).

Quadro nº 2 - Recursos humanos

Categoria Profissional	Nº de elementos
Diretor Clínico	1
Médicos Psiquiatras	1

Médicos de Clínica Geral	2
Estomatologista	1
Enfermeiros	14
Psicólogos	1
Assistente Social	1
Técnico de Psicomotricidade	1
Psicopedagogo Curativo	1
Fisioterapeuta	1
Ajudante de Ocupação	4
Animador Sociocultural	1
Educadora Social	1
Chefes Equipa Ajud. Enfermaria	3
Monitoras	2
Ajudantes de Enfermaria	35
Serviço Religioso	3
Outro Pessoal Assistencial	2
Total Assistencial	75
Diretivos	3
Administrativos	4
Limpeza	4
Guarda/Porteiro	2
Lavandaria/Rouparia	4
Encarregada de sector	1
Motorista/Empregado Manutenção	2
Outro Pessoal Não Assistencial	8
Não Assistencial	28
Total Pessoal	103¹²

Fonte: Própria

Todos estes profissionais referidos no quadro anterior, trabalham em direção a um objetivo muito próprio de equipa, que é tentar proporcionar aos utentes um ambiente dinâmico/ativo, promissor, estabelecendo relações intergrupais desenvolvidas nos diversos âmbitos educativo, social e cultural.

O bem-estar do utente é a principal preocupação dos colaboradores desta IPSS, que promove um bom desenvolvimento de interação e integração.

¹² Informação recolhida e adaptada do site: http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/images/pdf/Plano_gestao_2015.pdf, consultado a dia 20 de Julho de 2016.

CAPÍTULO II

Contextualização Teórica

Neste capítulo farei uma contextualização teórica inerente a todo o processo de estágio na procura de uma melhor clarificação sobre a Animação Sociocultural, pilar central desta intervenção, na Casa de Saúde Bento Meni, onde pude implementar alguns âmbitos e dimensões que integram a ASC.

Mas para que tudo isto fosse possível para além de me debruçar primeiro no diagnóstico deste público-alvo, foi também importante realizar pesquisas, recolher informação e analisar documentos e artigos, sobre conceitos intrínsecos à ASC, o que me permitiu um posterior planeamento de atividades adequadas a cada utente, assim como enquadrá-los, e reconhecer os resultados obtidos.

Ao longo deste capítulo, serão abordados alguns tópicos mais específicos da ASC, que vão dar a conhecer e a compreender a natureza e a sua origem.

Desta forma, este capítulo começa com uma referência epistemológica da ASC, apresenta as suas características, dimensões e estratégias de intervenção social, mencionando o papel do animador, enquanto promotor e investigador/mediador. Este remete ainda para a ASC e para a sua estratégia de educação não formal.

2.1. Evolução da Animação Sociocultural

A origem do conceito de ASC é um termo que conquistou uma grande importância nos últimos anos. Segundo Lopes (2011), ainda não é permitido que estes fatores sejam identificados de uma forma concisa em Portugal, na Europa e no mundo, muito menos conceber uma história ao que definimos por Animação.

A ASC é um conjunto de práticas sociais aplicadas a um determinado grupo e, têm como finalidade estimular a iniciativa do indivíduo, bem como a sua participação na comunidade com indivíduos de diferentes etnias, raças e culturas.

Mas para que isto seja possível é preciso que o animador determine algumas estratégias de intervenção essenciais para o desenvolvimento do indivíduo.

O animador começa a sua investigação a partir do momento que decide colocar em prática todo um trabalho de campo, que procura responder a um conjunto de questões sobre o passado e o presente do indivíduo, assim como conhecer a sua personalidade, os seus gostos, os seus pensamentos, maneira de ser, entre outros.

A ASC tem a sua própria metodologia, que se disponibiliza a responder às necessidades do indivíduo.

Epistemologicamente a ASC deriva do latim com uma dupla origem, “anima” e “animus”. “Anima” significa alma, dar alento, vida, espírito, animo valor e energia. Implica provocar e estimular, fazer alusão a, proporciona vitalidade a quem dela carece. Esta perspectiva faz referência à ação que se realiza de “fora para dentro”. Invoca a ação do animador quando atua sobre um grupo ou uma comunidade, numa relação assimétrica (Serrano, et al Sarrate 2011:105).

Serrano (2011:105) afirma que o termo “Animus” se refere a movimento e dinamismo, sendo considerado um processo inverso, de “dentro para fora”. A partir desta visão da animação entende-se como um sinónimo de “por em relação”, mobilizar, inter-relacionar, fazer a mudança. A animação não gera ações a partir do próprio grupo: sugere, invoca, provoca e facilita ações a partir do interior dos indivíduos, grupos e instituições.

Segundo Serrano (2011:105), estas duas formas de compreender a ASC são diferentes mas simultaneamente complementares “e contribuem para harmonizar as sinergias dinamizadoras da animação”.

Para Lopes (2011:59) Animação aplica-se num campo sociocultural, nos seus diversos âmbitos, teremos a ASC, sendo esta uma ação que dinamiza um movimento e estimula a atividade humana. Neste caso, a animação é entendida como um sinónimo de “pôr em relação”, fazer a mudança.

Pode afirmar-se que ASC ocupa diferentes tempos e espaços na vida do ser humano, como um tempo para o trabalho, e um tempo para o não trabalho, este abrange diferentes espaços e tempos como a festa, aquilo que em sentido vasto se chama de Animação.

Refira-se que, em termos de evolução histórica em Portugal, a ASC conheceu diversos momentos em função do contexto político. O nosso país esteve sob o domínio de um regime totalitário, de 1926 a 1974 (Estado Novo), onde as liberdades básicas foram excluídas, particularmente na liberdade de expressão, liberdade de associação, liberdade de reunião, onde o regime autoritário projetou como política de “animação” a desanimação indicada pela Federação Nacional para a Alegria no Trabalho (FNAT).

A esta corrente situacionista vivida em Portugal opôs-se um conjunto de pessoas inspiradas em diversas motivações de correntes teóricas Europeias, particularmente a partir de França, as quais defendiam metodologias de intervenção centradas nas pessoas e nas suas capacidades de auto desenvolvimento, principal pressuposto filosófico da ASC (Lopes, 2008).

2.2. Características e âmbitos da Animação Sociocultural

À luz do conhecimento de González (2008) como já se referiu anteriormente a ASC é essencialmente um processo de envolvimento participativo para transformar as pessoas em agentes do seu próprio crescimento individual e coletivo, ela pressupõe um projeto de intervenção que trate a motivação e a estimulação de um grupo, a partir de diversas problemáticas, através de um processo de desenvolvimento social e cultural.

De acordo com Lopes (2008), a ASC está presente em diversas situações e práticas sociais, cujos âmbitos são coincidentes com os educativos. A partir de uma vertente prática da educação e da intervenção social, entende-se que é como um modelo consolidado de intervenção na realidade social. Desenvolve programas, projetos e atividades orientadas para a transformação social mediante a implicação dos protagonistas no seu próprio desenvolvimento. Utiliza instrumentos que potenciam o esforço e a participação de todos os membros da comunidade.

Lopes (2015) afirma que a ASC tem diversos âmbitos que significam a presença de uma perspetiva tridimensional relativamente às suas estratégias de intervenção, são estas:

- Dimensão Etária: infantil, juvenil, adultos e terceira idade;
- Espaço de Intervenção: Animação Rural e Animação Urbana;
- Pluralidades de setores ligados a serviços de áreas temáticas, como sejam: a educação, o teatro, os tempos livres, a saúde, o ambiente, o turismo, o comércio, o trabalho...

Segundo Lopes (2007:5) todos estes âmbitos da ASC implicam o recurso a um vasto conjunto de termos organizados, para representar as múltiplas atualizações e formas corretas de atuação: “Animação socioeducativa, Animação cultural, Animação teatral, Animação dos tempos livres, Animação socio laboral, Animação comunitária, Animação rural, Animação turística, Animação terapêutica, Animação infantil, Animação juvenil, Animação na terceira idade, Animação de adultos, Animação de grupos em situações de risco, Animação em hospitais, Animação em prisões, Animação económica, Animação comercial, Animação termal, Animação desportiva, Animação

musical, Animação cinematográfica, Animação de bibliotecas, Animação de museus, Animação escolar, entre outras.”¹³

Com o estudo feito ao conceito sobre a evolução do Animador em Portugal os níveis de formação revelam algumas questões que evidenciam, e explicam o percurso de um conjunto de profissionais e voluntários, ao longo da história da ASC em Portugal, que tiveram um reconhecimento social pela ação realizada junto da população.

Animação Comunitária aparece como uma forma de educação não formal, centrada nos interesses e necessidades das comunidades. Este é um processo de intervenção social comunitário, destinado ao desenvolvimento da sociedade, no que diz respeito ao apoio familiar. Este conceito dinamiza um conjunto de reconhecimento, sentimento e necessidades centradas na comunidade existente. O processo de Animação Comunitária concentra-se na construção do projeto individual e comunitário contínuo destinado à compreensão do passado, (trabalhar o presente para construir o futuro).

Este disponibiliza técnicas para estimular a intervenção do desenvolvimento comunitário. À luz do seu conhecimento Cabanas (s.d), cria um desenvolvimento comunitário nos fatores ativos da qualidade de vida da população e na promoção social dos indivíduos, através da educação, participação democrática e utilização adequada do ambiente rural e urbano, numa perspetiva integradora e realista.

É importante perceber a importância do Animador nas ditas sociedades desenvolvidas, pois a evolução prova que o bem-estar económico não tem implicação direta com a evolução educativa, social e cultural do indivíduo. Acredita-se que a função do Animador, no futuro, será marcada por uma intervenção centrada no ato de animar, que constitui agora e sempre um ato de comunicação, interação e promoção do Animador Sociocultural e das suas vivências. Isto comporta formas inovadoras nos planos: social, cultural, educativo e político.

Uma instituição é considerada como estabelecimento de uma organização coletiva pública/privada, ou seja instituição social reconhecida e regulada por lei. Esta tem um conjunto de regras/procedimentos uniformizados socialmente, reconhecidos pela sociedade, com o principal objetivo de satisfazer as carências da população.

Integrando assim um envolvimento da comunicação social com as comunidades, fortalecendo um apoio social e comunitário com a prestação de serviços fundamentais.

¹³ Informação recolhida e adaptada do site:
http://biblioteca.esec.pt/cdi/ebooks/docs/LOPES_Animacao.pdf; consultado a dia 22 de Julho de 2016.

2.3. Dimensões estruturadoras da ASC

As dimensões estruturais da ASC identificam três grandes campos: social, cultural e educativo.

A dimensão social fortalece o tecido social, através da participação na vida do indivíduo, com a capacidade de responder aos problemas e às necessidades do desenvolvimento no sentido da pertença, e de afirmação da sua própria identidade com o respeito nas manifestações do pluralismo (político, cultural, religioso...) da nossa comunidade.

A dimensão cultural centra a sua ação em atividades sociais e culturais que permitem a participação coletiva. Esta dimensão permite facilitar a participação da população, criar espaços para a interação coletiva, onde os recursos facilitam a criatividade individual e coletiva como uma alternativa ao consumo passivo.

A dimensão educativa oferece uma verdadeira experiência nas áreas desenvolvidas de forma democrática. Por outro lado, o indivíduo está sensibilizado para as preocupações de aprendizagem ao longo da vida, isto é algo que tem a ver com o desenvolvimento da própria vida de cada ser humano (Ander-Egg, 2002).

As dimensões estruturadoras da ASC, segundo os seus objetivos devem ser desenvolvidas o mais próximo possível da comunidade. No entanto, é importante recordar que estas dimensões servem como reflexão para melhorar o seu desenvolvimento, assim como o animador deve atuar.

Para além, de tudo o que foi anteriormente referido a ASC envolve o reconhecimento e o processo de avaliação do indivíduo, estando este dispostos a adquirir novos conhecimentos, tirando proveito do potencial de cada ser.

De acordo com Ander-Egg, (2002:118) as dimensões “procuram integrar as experiências, conhecimentos e habilidades ativas.”¹⁴

¹⁴ Informação recolhida e adaptada do livro: Ander-Egg, Éziquiel. (2002). *Metologias y Prática a la Animacion Sociocultural*, (Editorial: CCS), Madrid.

Segundo González (2008) a ASC pressupõem:

- a) Uma conceção dinâmica do ser humano e social;
- b) Indivíduos e grupos responsáveis e comprometidos na definição, e na gestão da sua comunidade, dos seus interesses e aspirações da mesma;
- c) Uma tecnologia participativa é ajustada a cada situação;

A ASC é uma intervenção interdisciplinar e intergeracional, que responde aos diferentes âmbitos e dinâmicas territoriais, e institucionais da vida em comum.

Se as atividades planificadas de entretenimento forem transformadas em processos de participação, serão sempre vistas como um desafio.

Para ser atingida a participação desejada é importante perceber como é que os animadores devem agir. Isto é, para encontrarmos uma resposta é necessário estabelecer algumas considerações sobre as estratégias dos métodos adequados, o que vai promover momentos de participação ativa. Para isso é necessário determinar espaços, onde as atividades vão decorrer, a fim de alcançar os objetivos.

As dimensões fazem referência aos métodos e técnicas de ação, como uso da metodologia adequada Ander-Egg, (2002:118-119).

2.3. ASC como Estratégia de Intervenção Social e Comunitária

A ASC enquanto metodologia de intervenção social é uma prática de desenvolvimento comunitário.

É o principal processo que surge como método de desenvolvimento comunitário. Este provoca um conjunto de iniciativas no envolvimento ativo, e comprometido da participação do indivíduo nos grupos sociais, bem como no desenvolvimento de práticas de ação comunitária.

A Animação Comunitária trabalha essencialmente para a comunidade dependendo das características, necessidades e potencialidades de cada ser. Desta forma é possível afirmar que a Animação Comunitária integra os três âmbitos, aos quais a ASC pretende dar resposta: o âmbito social, cultural e territorial. A Animação Comunitária, por sua vez, pretende integrar o ser humano num determinado território, onde existe uma comunidade que usufrui da sua própria cultura. O principal objetivo da Animação Comunitária é fomentar estratégias emancipadoras que levem a comunidade a convergir

e a cooperar entre si, sem anular a sua identidade, rentabilizando as suas potencialidades.¹⁵

À luz do conhecimento de Lopes (2008), a ASC está diretamente ligada ao desenvolvimento local, que possibilita a visualização da realidade numa perspetiva mais abrangente. Este fator contribui para um conjunto de competências, valores e princípios desde a sua origem cultural, no sentido de promover a valorização cultural e a autoestima, como ideia de comunidade.

Como afirma Batista (2011) a ASC contribui para que a intervenção socioeducativa, seja privilegiada na Intervenção Pedagógica Social. No entanto Batista considera que a ASC é uma metodologia de intervenção que tem as suas próprias características, embora não sejam exclusivas na prática social. Tem um contributo significativo na ajuda a respostas de questionários sociais.

Segundo a reflexão de Idáñez (2011:48), ao tentar formular uma reflexão sobre as fronteiras entre a ASC e o trabalho Social, conclui que: “... a ASC está a ser considerada pela maioria dos autores (...) como uma função profissional, ou uma metodologia transversal de intervenção socioeducativa ou sociocultural que pode ser utilizada em diversos âmbitos de intervenção ou ação social.”

Segundo os pressupostos de Delors (2010:6), no “prefácio ao Relatório da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI” para a UNESCO (1996), este considera que as estratégias educativas desenvolvidas executam um papel fundamental no “saber fazer”, ou seja, como educar, mas acima de tudo é um recurso favorecido no que diz respeito ao desenvolvimento do ser humano e ao seu comportamento na sociedade.

Como referi anteriormente, o conceito de ASC deriva da origem “animar”, que significa “animar” o desenvolvimento comunitário. Este tem por objetivo educar os valores do local, isto é fortalecer a construção da realidade provocando a mudança social com a comunidade. O voluntário deve assumir protagonismo durante a execução do trabalho comunitário, considerado por um processo difícil de participação, mas com toda a certeza mais ativo, consciente, democrático e libertador de preconceitos culturais e sociais relacionados ao território local.

¹⁵ Informação recolhida e adaptada do site:
<http://www.lazer.eefd.ufrj.br/animadorsociocultural/pdf/ac503.pdf>; consultado no dia 4 de Outubro de 2016.

A intervenção comunitária do animador no local deve ser como promotor agente de valorização e preservação da cultura que contribui para a mudança social (González, 2008).

Tudo indica que existe nos dias de hoje um vazio muito grande no espaço (local, território, bairros, povos, entre outros). Isto é fundamental para promover melhores condições de vida da população, assim como entender as velhas e novas necessidades sociais, como por exemplo a integração social.

O trabalho que o animador promove não pode ser possível sem a consciência da participação da comunidade.

Isto faz com que o trabalho comunitário, seja um instrumento de intervenção social extremamente necessário para os recursos humanos, profissionais e económicos, que vão ser usados no mal-estar social, que no âmbito local irá ser sobretudo em determinadas realidades um fator permanente. Por exemplo na temática familiar, a mulher antigamente vivia exclusivamente para a família, nos dias de hoje a realidade é bem diferente. A mulher deixou de ser apenas doméstica.

A ASC no âmbito de integração social tem finalidades básicas, tais como (Peres et al Lopes, 2006):

- Promover todo o processo de participação da população;
- Promover novas formas associativas, formais e informais;
- Adicionar diferentes forças sociais na realização de projetos e iniciativas comuns;
- Ajudar na tomada de consciência das problemáticas comuns, e na busca de soluções comuns;
- Potencializar as redes sociais existentes;
- Estabelecer um encontro entre grupos de indivíduos e associações, evitando desta forma a discriminação de todo o tipo de exclusão e marginalização.

Tudo isto requer formação profissional com os seguintes pressupostos:

- A comunidade de intervenção: território, população, necessidades e recursos;
- Metodologia comunitária: informação, coordenação, estudo/conhecimento, participativo, programação e avaliação, documentação e organização;
- Ferramentas operativas do processo comunitário: ficheiros e guias de recursos, comissões, diagnósticos comunitários, folhas informativas, cronogramas e organogramas, (...);

- Técnicas de animação e participação: trabalho de equipa, dinâmica de grupo, animação de atividades, (...).¹⁶

Em suma, a animação é promotora do desenvolvimento do indivíduo, que tem como principal objetivo estimular as competências pessoais e sociais enquanto elemento de um grupo, fomentando a autoconfiança, o autoconhecimento e a interação entre as pessoas/grupo.

2.4. O papel do Animador enquanto promotor e investigador/mediador

No que se refere ao perfil do animador torna-se complicado descrevê-lo, visto que este não tem um perfil perfeitamente delineado.

No entanto pode afirmar-se que o animador assume um papel promotor desenvolvido, que possui inúmeras capacidades organizacionais e educativas.

O Animador Sociocultural deve ser visto como um bom profissional, e em termos pessoais deve ser sociável e compreensivo, de forma a não condicionar o seu trabalho de intervenção com a comunidade.

O Animador deve assumir sempre um papel dinamizador comunitário, educador, facilitador de dinâmicas de desenvolvimento local no âmbito associativo.

A facilitação na ASC é sinal de maior capacidade de solucionar problemas, de acesso a uma maior e diversificada informação. O Animador é sinónimo de um envolvimento naturalmente, facilitador da tomada de decisões sustentadas pelo conhecimento da realidade, na posse de informação credível.

O Animador é aquele que desempenha tarefas e atividades diretamente direcionadas para a área de ASC, que tem como principal objetivo estimular o indivíduo para determinadas ações. Este atua como catalisador da sua própria vontade junto de indivíduos. Segundo a reflexão de Jacob (2007:24) o animador é considerado “...um mediador, um provocador, um gestor, um companheiro e agente de ligação entre um objetivo e um grupo-alvo.”

¹⁶ Informação recolhida e adaptada do site: <http://quadernsanimacio.net/ANTERIORES/ocho/Desenvolvimiento.pdf>, consultado no dia 16 de Outubro de 2015.

O Animador não pode ser simplesmente o ser humano, mas tem sim que trabalhar em e para o grupo.

É ao Animador que compete o trabalho de criar movimento, vida e atividades. Este deve apresentar propostas e sugestões que despertem o indivíduo sem que este se sinta obrigado, ou suscite um sentimento de obrigatoriedade. O animador deve ser dinâmico, ativo, animado, participativo, amigo, compreensível, ouvinte, comunicador, encorajante e destemido, entusiasta e otimista.

É importante lembrar que o trabalho de animação com crianças/jovens, é substancialmente diferente do trabalho com idosos, daí haver uma necessidade de competências específicas do animador perante o trabalho que está a desenvolver com o grupo de indivíduos.

Segundo os pressupostos de Jacob (2007:25), as tipologias do animador devem ser:

- “Os animadores profissionais (Formados e com diploma; através da sua formação desempenha a função a tempo inteiro de animador).”
- “Animadores eventuais (Não têm formação específica mas exercem atividades a meio tempo, partilhando a função da animação com outras pessoas).”
- “Animadores voluntários (podem ser pares, amigos, formados; podem não ter uma responsabilidade na execução das atividades, mas prestam uma ajuda preciosa).”
- “Animadores de passagem (normalmente estagiários ou pessoal temporário, que está durante pouco tempo na instituição).”

Para que um profissional seja considerado competente (sobre o plano pedagógico, técnico e na gestão de grupos, de modo a fazer progredir o seu grupo) tem de obedecer a três condições:

- O animador tem de saber e conhecer as técnicas e as teorias, dos instrumentos, bem como as metodologias de intervenção da animação. “Tem de ter conhecimentos de psicologia, gerontologia, animação, motricidade, artes plásticas, entre outros.”
- O animador tem que ter vontade “de aprender, agir e animar, de não se acomodar, de não ter medo da mudança, de ser ativo, de ser persistente e de não deixar desanimar. O técnico pode saber mas, se não o mostrar não será competente.”
- O animador “deve ter ao seu dispor os meios humanos, materiais, e financeiros adequados às suas funções, público-alvo (quantitativa e qualitativamente) e objetivos.”
- O trabalho desenvolvido pelo animador não pode ser apenas uma simples participação numa atividade regularmente habitual, muito pelo contrário, este é um

trabalho de diversas facetas que dá origem ao desempenhado de funções, tanto a nível organizador, como de guia ou conselheiro.

- Se por exemplo quiséssemos enumerar as qualidades de um bom profissional de ASC diria que este deve ser:
- Favorável - ao trabalho em equipa: “discutir e exprimir as suas ideias, trocar, debater e escutar.”
- Atento ao grupo - na execução de atividades programadas, e não apenas aquilo que lhe diz verbalmente, mas também na transmissão de comportamentos e atitudes.
- Justo - ser imparcial, não favorecer, nem desfavorecer nenhum indivíduo do grupo.
- Compreensivo - fomentar a compreensão e a empatia, não fazendo juízos de valor.
- Confiante – para os elementos de grupo, deve respeitar as necessidades e preferências de cada um.
- Atento e disponível – “no desenvolvimento das atividades, sem ser omnipresente.”
- Responsável – “levar o grupo a atingir os seus objetivos, com audácia e perseverança.”
- Bom observador – “ver com clareza o que se passa ao nível da vida” de cada indivíduo do grupo, evitando a formação de grupos dentro do próprio grupo.
- Paciente e socorrista – ajudando os indivíduos que apresentem dificuldades, aconselhando e encorajando o grupo.
- Mediador – não deve exigir mais do grupo, segundo o trabalho que é desenvolvido.
- Devoto, interessado - estar centrado em cada indivíduo do grupo.
- Dinâmico e entusiasta – “ter sentido de humor, criar um bom ambiente de trabalho.”
- Ter uma personalidade afirmativa – tomar decisões sempre que for necessário, “ter autoridade e ser autoritário.”

Um bom profissional na área da ASC deve ser responsável, sabendo sempre o que vai fazer, e como fazer para alcançar o sucesso desejado. É importante que o grupo se sinta confiante, com a presença do animador percebendo que sejam quais foram as decisões que este possa tomar será sempre para seu bem. O animador enquanto profissional deve ser responsável, assumindo as suas responsabilidades. À medida que o

trabalho implementado se vai desenvolvendo, este deve manter-se muito atento, observado cada comportamento ou atitude do indivíduo, fazendo uma previsão do que pode acontecer.

2.5. Deficiência Mental

Ao associar a deficiência mental às Necessidades Educativas Especiais (NEE), podendo no entanto este conceito abranger outras faixas etárias, é de grande importância perceber a opinião mundial desta definição. Comparando as competências intelectuais, com a atualidade é possível perceber que a deficiência mental deve ser vista não pelo que realmente é, mas sim pelo que necessita.

Alonso et al Bermejo (2001:6) a deficiência mental “refere-se a limitações substanciais no funcionamento atual. Caracteriza-se por um funcionamento intelectual significativamente inferior ao da média, que geralmente coexiste com limitações de adaptação: comunicação, independência pessoal, vida diária, competências sociais, utilização da comunidade, autonomia, saúde e segurança, capacidades académicas funcionais, tempo livre e trabalho. O atraso mental deve manifestar-se antes dos 18 anos de idade.”

As causas da deficiência mental são diversas na maioria dos casos devem-se a disfunções cerebrais, estando associados múltiplos fatores de risco. Noutros casos, parece não haver uma causa evidente. Mais evidente, parece estar a ligação entre o conhecimento das causas, e a possibilidade de prevenir a deficiência mental.

De acordo com Ventosa, (2003:36) cerca de “50% dos casos são de origem desconhecida ou oriundos de uma mistura de factores, como por exemplo as lesões cerebrais e a falta de estimulação precoce.” A deficiência mental pode derivar do agravamento de pequenas lesões neurológicas.

É importante afirmar que o ser humano é sensível ao meio ambiente durante a sua infância, onde acontecem mudanças de crescimento formidáveis. Por exemplo, o cérebro cresce 90% desde o seu primeiro segundo de vida até aos cinco anos, daí o papel fundamental que se desenvolve nesse período.

A estimulação da mente é de extrema importância, tanto a nível afetivo, quer a nível cognitivo. Para que esta doença seja privada do crescimento, as áreas responsáveis são a lentidão e anomalias. Segundo Troncoso (2004) estes são apenas alguns dados que

levam a que a prevenção da doença de Deficiência Mental deva passar por ações de formação junto de grupos sociais, especialmente os grupos mais desfavorecidos.

Posto isto, é legítimo referir que a ausência de um ambiente rico em fatores favoráveis, pode causar problemas de desenvolvimento no ser humano. Em forma de conclusão os fatores ambientais associados à etiologia da deficiência mental podem ser precavidos, ajustados ou até revertidos.

O comportamento pessoal e social é variável, independentemente dos indivíduos portadores de deficiência mental.

Não existem dois seres humanos portadores de deficiência, que possuam as mesmas experiências ambientais. Desta forma, as estratégias de intervenção têm que ser adaptadas a cada indivíduo, mesmo contendo o nível de deficiência mental.

De uma forma geral, o ser humano portador de deficiência mental, tem dificuldades a nível de concentração, memorização, atenção, atrasos no desenvolvimento da linguagem, dificuldades de aprendizagem.

CAPÍTULO III

Estágio



O estágio curricular é a parte prática de todo o curso, este serve como alicerce para a preparação do estagiário, para o mundo do trabalho enquanto profissional, bem como permite adquirir experiência de como se trabalha com os diferentes públicos-alvo, e em diferentes contextos.

Este último capítulo permite dar a conhecer toda a experiência que obtive durante estes meses, onde me deram a oportunidade de partilhar atividades com este público, e aprender o que cada utente tem de melhor para me ensinar.

3.1. Plano de Estágio

Conhecer a verdadeira realidade do grupo com o qual se vai trabalhar é de extrema importância, se bem que não é suficiente planificar atividades para levar a cabo um programa de ASC, se não forem respondidas as questões essenciais, sendo estas: O quê? (o que se vai fazer); Porquê? (quais os objetivos que se pretendem alcançar); Para quê?; Para quem? (a quem se destina); Quando? (quando se deve realizar); Onde? (espaço onde se irá desenvolver); Como? (com que recursos); Avaliar? (avaliação dos resultados obtidos) Serrano (2008).

Na sequência do pensamento anterior pode-se ter um programa de ASC bem estruturado com objetivos claros e específicos, mas se este não responder a estas questões essenciais de nada serve.

É através dos programas de ASC, que se consegue promover e fomentar uma melhor qualidade de vida dos utentes, e uma boa integração na sociedade, ajudando-os a serem responsáveis e a tomarem iniciativa para quaisquer tarefas ou atividades.

Desta forma, é um desafio para as utentes ultrapassarem todas as dificuldades e limitações, perante a sociedade em que estão inseridos, que ao longo das suas vidas teimaram em permanecer.

Ander-Egg (2002:124) “defende que a importância da intervenção de um animador, não parte só da experiência que o profissional possa ter, quando lhes é atribuída uma tarefa tão difícil de dinamizar ou animar um grupo, ainda para mais quando se fala de seres humanos com deficiência mental.” Este autor refere ainda que um animador aprende muito com o que ensina a um grupo, mas isso dependerá muito da forma como a atividade é ensinada e colocada em prática.

3.1.1. Caraterização do público-alvo

A avaliação do público-alvo com o qual se trabalha é um fator de extrema relevância para de seguida, se delinear os objetivos e as metodologias a usar, já que um e outro vão estabelecer as ligações de interesse, potencialidades e motivações do público-alvo.

Os benefícios não são nada mais, nada menos do que um conjunto de regras, obrigações e direitos. O esboço da planificação deve estabelecer essencialmente liberdade de expressão, para que o indivíduo se sinta confiante, e sem medo do ridículo. É muito importante para o indivíduo a opinião que os colegas têm de si. É desta forma que acaba por influenciar o seu desempenho, escolar e pessoal.

Desta forma o estudo científico afirma que o desenvolvimento humano é condicionado pelo ambiente físico e social, e é caracterizado pelo desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial em todas as fases da vida do homem. As influências no desenvolvimento do homem, advêm da hereditariedade de gerações anteriores.

Para a realização das atividades planificadas, devem ter-se em conta as condições físicas e pessoais do grupo. É importante saber se o indivíduo gosta de atividades individuais ou grupais, se tem problemas pessoais que contribuem para um mau desenvolvimento das atividades, se tem algum fator psíquico que influencia o seu desempenho, se tem alguma deficiência motora, ou doença que lhe dificulte a sua participação, qual a ligação que tem com o grupo, como se sente se for o centro das atenções (por exemplo, se uma determinada atividade o obriga a expor-se mais).

Na Casa de Saúde Bento Menni a valência com a qual tive o privilégio de trabalhar durante o meu período de estágio curricular, foi o grupo de utentes portadoras de doença/deficiência mental intelectual. Este grupo tem a possibilidade de desenvolver diversas atividades promovidas pelos ateliers, sobre a responsabilidade das Irmãs Hospitaleiras, com o objetivo principal de fomentar o seu bem-estar, e a estimulação das suas capacidades psíquicas.

O grupo de utentes com quem trabalhei são apenas do sexo feminino, com idades compreendidas entre os trinta e sete e os sessenta e seis anos, se bem que as suas idades mentais correspondem aos cinco, sete anos. Para os lares da terceira idade, estas são idades consideradas prematuras, não conseguindo dar resposta às suas necessidades, nesta fase da vida.

A maioria delas vive nesta IPSS há mais de uma década, permanecendo ano após ano, sem qualquer interrupção do período de férias com os seus familiares. Diariamente tinha cerca de dezanove utentes presentes no atelier, o que dificultou o meu trabalho, no sentido de conseguir explicar e fazer perceber, o que queria com determinada atividade.

O primeiro mês de estágio foi sem dúvida para me dar a conhecer, e conhecer as utentes. O processo de adaptação ao contrário do que esperava, por ser um público-alvo diferente foi muito rápido e positivo. Aceitaram sempre as minhas regras, chamadas de atenção e predominou o respeito.

Ao longo destes meses foram-se mostrando motivadas, com as atividades que fui propondo. Algumas vezes disseram-me que as punha a trabalhar muito. Considero que foi um processo de trabalho normal, adequado às suas limitações.

Este ritmo é considerado positivo, principalmente pelo facto de a maioria das utentes serem hiperativas, e viverem momentos emocionais contraditórios de felicidade e tristeza, acabando por controlar ansiedade. O que para as suas previsões é ótimo.

As utentes revelaram ao longo deste período serem muito dependentes, nos vários âmbitos em que promovi atividades, eram muito poucas aquelas que conseguiam realizar com sucesso atividades, sem pedir ajuda. Foram-se mostrando sempre muito curiosas com o resultado final do trabalho, principalmente quando desconheciam

Um dos fatores que presenciei, e considero muito negativo é a inveja que manifestavam, chegando muitas vezes a recusar ajuda umas às outras. O mesmo acontecia quando alguma utente de outro atelier entrava na sala pedindo ajuda/atenção para algo.

Por vezes a irritação era tanta que mal dava pela situação e já estavam a convidar as colegas a sair, afirmando que aquele espaço era somente delas.

Para uma melhor compreensão desta questão de saúde que teima em assombrar muitas famílias, é de extrema relevância o conhecimento do próprio conceito de deficiência mental intelectual. Alonso et al Bermejo (2001) afirma que mais de metade das pessoas portadoras de deficiência mental, não apresentam qualquer tipo de problemas a nível de comportamento, em relação às pessoas que não possuem qualquer atraso.

Normalmente os portadores desta doença são pessoas muito saudáveis e com ótima capacidade de adaptação. No entanto, esta doença não contribui de forma positiva para o seu comportamento, necessitando com rapidez e eficácia da intervenção profissional para serem atenuados os problemas, ou até eliminados.

Existe uma grande diversidade de patologias descobertas através dos diagnósticos realizados, sendo identificados como transtornos do foro psiquiátrico, como: deficiência intelectual, multideficiências e deficiências visuais.

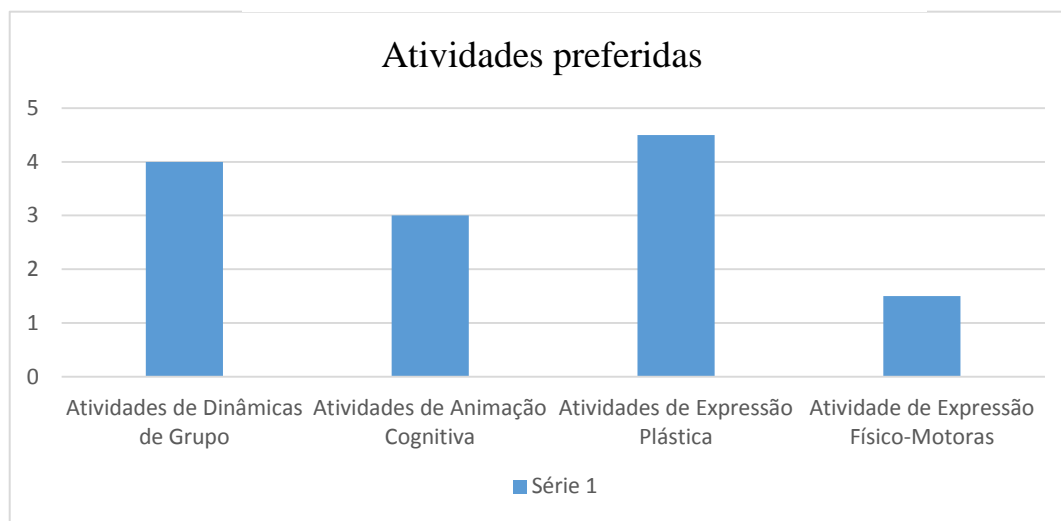
Este grupo é caracterizado pela autonomia que ainda revelam ter, conseguindo realizar as tarefas diárias com êxito sem requererem ajuda. A nível da comunicação e da mobilidade existem casos muito delicados, levando mais tempo a praticar algumas ações, mas que à vista da missão da casa de saúde, não é de forma alguma considerada impossível de ser executada.

Para combater o problema de mobilidade, a CSBM apresenta como solução atividades desportivas dinamizadoras três vezes por semana, com duração de uma hora promovendo por exemplo: atividades no ginásio, caminhadas, ginástica, entre outras. Possuem ainda dificuldades a nível cognitivo, sendo recriados projetos como treinos de memória, assim como ativic **Fonte:** Própria sua evolução.

Para ser estipulada uma planificação de atividade, é essencial conhecer o grau de satisfação das utentes. Questionando as utentes, sobre quais as atividades que lhes dão maior prazer e vontade de desenvolver.

A atividade com maior reconhecimento positivo pelas utentes é a de Expressão Plástica e as Dinâmicas de Grupo (**gráfico nº1**), visto que são atividades que exigem maior dinâmica e interação grupal, permitindo a existência de um maior desenvolvimento físico e intelectual. As atividades vistas com menor agrado estão direcionadas para a Expressão Físico-motora. Por aquilo que é possível analisar diariamente, a quebra de vontade em participar nestas atividades, deve-se ao fato, de estas implicarem um maior esforço a nível motor.

Gráfico 1 - Atividades



Fonte: Própria

Por fim, e não menos importante, para a elaboração de quaisquer planificações de ASC, devem ser tidos em conta primeiramente os destinatários e as suas características específicas, para serem adotadas as estratégias e tratamentos certos, a fim de alcançar o objetivo principal.

3.1.2. Finalidades e objetivos

O estágio curricular, tem como finalidade reconhecer a ASC como uma dinâmica social, bem como uma estratégia de intervenção cultural e social, fomentando a educação através da participação, em atividades de intervenção socioeducativa.

Com efeito, o estágio é fundamental para promover o conhecimento à comunidade de todas as vertentes que o curso de ASC tem, para proporcionar momentos inovadores.

De uma forma geral, para que possamos desenvolver o nosso estágio com sucesso é necessário formular objetivos para definirmos quais os resultados a alcançar. Assim, podemos orientar o nosso trabalho de acordo com os objetivos estabelecidos, sabendo desde logo que os objetivos inicialmente formulados poderão sofrer alterações. Durante o estágio tive a oportunidade de trabalhar na casa de saúde com um grupo de utentes portadoras de deficiência mental, onde trabalhei diversas áreas de ASC, nomeadamente as dinâmicas de grupo, a estimulação cognitiva, a expressão plástica e a expressão físico-motora. A diversidade das atividades de cada área é visível, sendo um verdadeiro desafio devido às limitações de cada utente, com diagnósticos direcionados para deficiência mental. Os objetivos das atividades colocadas em prática incidiram sobretudo na estimulação das capacidades cognitivas e físicas, de forma a permitir o despoletar de capacidades que, por vezes se encontram adormecidas ou são pouco exercitadas, como por exemplo a concentração, a criatividade, o sentido de orientação e a mobilidade física.

De acordo com Serrano (2008: 44), “os objetivos de um programa podem definir-se como os enunciados dos resultados esperados, ou como os propósitos que se desejam alcançar dentro de um período determinado, através da realização de determinadas ações articuladas em projetos. Para dizer de uma forma breve, trata-se de explicitar o que se pretende fazer e obtê-lo por meio da execução de um plano, programa ou projeto”.

Desta forma o estágio curricular tem como objetivo principal colocar em prática, todos os conhecimentos teórico-práticos obtidos durante a licenciatura. Serrano,

(2008:44), afirma que os objetivos já por si pretendem alcançar com sucesso uma ação. Por isso é importante que estes sejam, claros, realistas e pertinentes.

Na planificação das atividades quando delinei os objetivos tive em conta as necessidades e limitações de cada utente, elementos essenciais para todo o processo de evolução pessoal e coletivo.

Assim sendo, senti a necessidade de estabelecer objetivos gerais e específicos visíveis em dois grupos diferentes.

Considero em seguida os objetivos gerais, que pretendem dar uma resposta ao problema verificado:

- Sensibilizar as utentes para o contacto, com as várias áreas da ASC;
- Fomentar a educação através da participação, em atividades de intervenção socioeducativa;
- Promover o bom comportamento e a comunicação, a empatia, a cooperação e o respeito pelos/as outros/as e pelo património ambiental e cultural;
- Desenvolver o espírito de pertença a um grupo, sem perda de identidade;
- Contribuir para a compreensão e implementação do saber ser e do saber fazer;
- Reconhecer a ASC como dinâmica social, e estratégia de intervenção cultural e social.

No entanto para além dos objetivos gerais, é importante implementar objetivos específicos em qualquer projeto, e de seguida percebê-los. Estes chegam e atuam no desenvolvimento de atividades planificadas, apresentando desta forma uma visão mais consciente do trabalho a desenvolver. Com efeito, os objetivos específicos do meu estágio foram os seguintes:

- Estimular o raciocínio rápido, a concentração, imaginação e criatividade da utente;
- Promover as capacidades motoras e psíquicas;
- Estimular as capacidades da utente no que diz respeito ao medo de se expor;
- Desenvolver a aceitação mútua, ajudando a perceber a importância do trabalho em grupo;
- Estimular as aptidões pessoais, sociais, culturais e educativas;
- Desenvolver a autoestima;
- Conhecer a problemática “preconceito/exclusão social”;
- Contribuir para o desenvolvimento integral dos utentes;
- Fomentar a motricidade fina;

- Reconhecer o valor que cada utentes tem, promovendo as suas capacidades;
- Estimular o respeito pela diversidade humana.

Para a realização das atividades como se pode ver nas planificações (Anexos nº XIII, XIX, X, XI), estiveram sempre presentes os objetivos específicos, assim como a sua descrição, recursos materiais, duração, independentemente da área que fui trabalhando durante o meu estágio.

3.1.3. Recursos utilizados

Para desenvolver qualquer ação de Animação Sociocultural, é de extrema importância ter em conta diversos recursos que ofereçam a garantia de que a ação será realizada. Desta forma, são apresentados recursos humanos, materiais, técnicos e financeiros. Os recursos humanos estão associados à qualidade e quantidade de utentes necessárias para a realização de atividades que a ação exige. Durante o meu período de estágio, não necessitei do auxílio dos colaboradores para a execução das atividades propostas, à exceção das atividades que propus no exterior da CSBM, visto que implicava a deslocação do grupo.

No que remete para os recursos materiais no meu estágio, para além das infraestruturas descritas anteriormente, senti necessidade de utilizar diversos materiais para as diferentes áreas, tendo desde o início a casa de saúde se disponibilizado a dispensar-me todo o material que me fosse necessário, à exceção daquelas atividades que envolviam maior gasto financeiro, a não ser que a atividade assim o justificasse.

No âmbito da área das dinâmicas de grupo, não necessitamos de nenhum material que envolvesse custos à instituição, havendo facilidade na obtenção dos materiais. Relativamente à Expressão Plástica usei diversos materiais escolares (lápiz de carvão, lápis de cor, tesoura, fita cola, cola, pinceis, tintas, entre outros), no entanto não descartei os materiais reciclados, sendo estes um recurso constante. Foram muitos os materiais que fiz questão de ir recolhendo durante a minha licenciatura, para que nada impedisse a conceção das atividades. Para a realização de atividades de expressão físico-motora usei sobretudo o ginásio, visto que este oferece excelentes condições, contendo todo o material que fui necessitando. No que se refere às atividades de animação cognitiva também posso afirmar que obtive todo o material para a sua realização sem qualquer dificuldade.

No que diz respeito aos materiais técnicos, fiz questão de usar materiais profissionais para dinamizar de forma apelativa as atividades, despertando interesse nas utentes, levando-as a participar. Os materiais profissionais usados foram: computador, tablet, colunas e vídeo projetor.

Em suma, o animador pode e deve ser criativo na diversidade de materiais e meios, no entanto deve saber sempre quais é que deve usar, e os mais adequados, para cada atividade em concreto.

3.1.5. Quando realizar as atividades ocupacionais

No que remete para o meu estágio as atividades de animação, decorreram durante todo o percurso curricular, dentro do tempo livre, ajustando o potencial educativo do ócio de forma a criar processos de desenvolvimento pessoal, estimulação cognitiva, motricidade fina e relações humanas. Durante os primeiros meses de estágio tive maior contacto com as utentes de deficiência mental, como já referido anteriormente. Fui promovendo atividades em diferentes contextos, apostando muito em atividades de estimulação cognitiva, visto que é um público que encontra comprometidas, as suas funções intelectuais. Desenvolvi atividades a nível educativo para quando surgirem atividades no exterior que envolvam mais comunidades, este público tenha a consciência do comportamento que deve adotar, como por exemplo: formas de caminhar, comunicar, formas de ingerir alimentos, interação e relacionamento com os outros).

Após ter obtido todo o conhecimento sobre as utentes, optei por criar um plano geral onde mencionei os dias da semana, e quais as atividades de destaque em cada um dos dias, associadas às expressões.

Este plano foi realizado respeitando a existência das atividades que a própria casa de saúde oferece, o que me facilitou para promover atividades diferentes ao longo de toda a semana.

3.1.6. Metodologia

A metodologia usada neste estágio passa por um conjunto de atividades, conseguindo através desta alcançar os objetivos anteriormente descritos.

Para González (2008) a metodologia é um conjunto de recursos materiais e formais de forma ordenada, progressiva e intencional caracterizada pela dinâmica da ação.

Esta está orientada em função da realização de um projeto educativo.

A metodologia é uma intervenção entendida como interação dos agentes educadores condicionados pelas relações de identidade, interesses comuns, solidariedade e colaboração no sentido de alcançar objetivos comuns de forma explícita, marcados por projetos educativos e socioculturais compartilhados.

De acordo com González (2008), a metodologia contribui para a estrutura de atividades e opções alcançando os objetivos de uma intervenção sociocultural. Esta intervenção define-se a partir:

- Das finalidades e objetivos do projeto;
- As atitudes que levam os educadores e membros da coletividade;
- As relações pessoais e de grupo estabelecidas;
- As estruturas organizacionais para a resolução de conflitos, e desenvolvimento de programas adotados pela instituição geradora do projeto de intervenção;
- As fórmulas de participação, a tomada de decisão e implementação de projetos;
- O tipo de relacionamento de indivíduos e grupos com seu meio ambiente;
- Estratégias de ação tanto individualmente, como em grupo e institucional;
- Redes e canais interpessoais, da comunicação média do grupo.

A metodologia de ASC tem características particulares:

- Comunicação, relações interpessoais, como forma de enfatizar o tutorial relacionamento animador com seus alunos;
- Usando métodos intuitivos e ativos;
- Promoção da criatividade e motivação pessoal quando integrados em projetos de desenvolvimento de um coletivo com um propósito claro para a vida do indivíduo e da sua comunidade;
- Respeito pelo indivíduo e ambiente/natureza como sustentabilidade proposta para o indivíduo, e seu meio ambiente;
- O uso do grupo como uma forma de organização, de terapias sociais crescimento individual e coletiva;
- A criação de atitudes individuais e sociais assumidas;
- O respeito e adaptação evolutiva para biorritmo de cada indivíduo no processo de aculturação e integração social;

- O tratamento global e interdisciplinar, é dado à pessoa pela experiência de vida;
- Promover o crescimento da inovação;
- A utilização das tecnologias de média comunicação: média local e da comunidade, redes interativas, ambientes virtuais colaborativos, internet (...).

González (2008:15) afirma, que as estratégias básicas de intervenção sociocultural correspondem às componentes do “sistema de socialização do indivíduo, os elementos de desenvolvimento individual, nos quais o indivíduo entra em comunicação com o seu ambiente e dá respostas individualizadas.” As estratégias de intervenção ajudam na estruturação com a qual o indivíduo se identifica no ambiente. As estratégias básicas pelas quais optei durante o meu estágio curricular, foram baseadas em González (2008:27-28), sendo estas:

- Estratégias de desenvolvimento educacional e autonomia pessoal: tem por objetivo beneficiar a experiência da personalidade, o desenvolvimento da autonomia, autoestima, habilidades emocionais, sexualidade, capacidade de análise crítica da realidade e tomada de decisão.
- As estratégias para a integração e readaptação social: são aquelas que são encaminhadas pela criação da sua identidade individual e coletiva, com a criação de laços afetivos.
- As estratégias da educação para a comunicação são: estratégias encaminhadas pela criação de capacidades básicas para a comunicação individual e coletiva, do desenvolvimento de habilidades de escuta e empatia, assim como habilidades e agilidade para a comunicação mediática: análise interpretação e comunicação criativa através das novas tecnologias.
- As estratégias para a participação social são: encaminhadas a potencializar o indivíduo das atitudes para a participação nos conflitos e estruturas da comunidade a assumir responsabilidades.

A metodologia revela um conjunto de atividades que se vão desenvolver. A metodologia pode ser dividida em vários etapas, até chegar a um determinado objetivo. Neste caso como o público-alvo nos remete para utentes da CSBM, portadores de deficiência mental é importante ter a consciência, que muitas das vezes, são excluídas da sociedade, devido à existência da própria doença. Neste caso a metodologia usada, tem por objetivo explicar como se faz, para se responder às necessidades deste público-alvo Serrano (2011).

A metodologia implica um conjunto de tarefas definidas desde o início, até ao fim de cada atividade, de forma a ter um bom desenvolvimento.

Desta forma, tendo como base todas estas estratégias de intervenção, este estágio curricular, faz uma separação por sessões das diversas atividades: (anexo XIII, XIX, X, XI), Dinâmicas de Grupo; Animação Cognitiva; Atelier de Expressão Físico- Motora e Atelier de Expressão Físico-Motora.

3.1.7. Atividades Desenvolvidas

A implementação de atividades foi um factor determinante neste estágio, visto que sem elas nenhuma estimulação com o público-alvo seria possível. As estratégias adotadas contribuem diretamente para a estruturação das planificações de atividades, alcançando o objetivo de intervenção da ASC, traçado primeiramente.

González (2008) declara a existência das dez estratégias básicas de intervenção, sendo estas: estratégias de educação para o desenvolvimento e autonomia pessoal, estratégias de educação para a comunicação, estratégias de educação para a criação, estratégias de educação para a cidadania, estratégias de educação para a participação social, estratégias de educação para a igualdade de género, estratégias de educação para a sustentabilidade, estratégias para a tolerância e solidariedade.

As estratégias de educação para o desenvolvimento e autonomia pessoal destinam-se a estimular a sobrevivência do crescimento da personalidade, autonomia, emoções afetivas, de análise da realidade e tomadas de decisão ao longo da vida.

As estratégias de educação para a comunicação são competências básicas individuais e coletivas, para o desenvolvimento de habilidades ativas, assim como habilidades influentes numa comunicação mediática, através de novas tecnologias.

Para González (2008:28) as estratégias de educação para a criação, são orientadas para potencializar a criatividade, recriação cultural através da comunicação, e da capacidade de análise de expressão abstrata: “originalidade verbal e não-verbal, soluções inovadoras, a partir da perspectiva da cultura individual e coletiva”.

As estratégias de educação para a cidadania são destinadas para estruturar o tecido social, com a perfeita consciência dos direitos e dos deveres para a comunidade.

As estratégias de educação para a participação social, passam por melhorar as atitudes comportamentais e de participação do ser humano, assumindo a responsabilidade.

As estratégias de educação para a igualdade de género passam por desmascarar diferentes culturas/etnias, e sociedades, assim como as práticas de construção de hábitos, costumes e experiências.

As estratégias de educação para a sustentabilidade passam pela avaliação da convivência e solidariedade, tornando possível a responsabilidade do meio ambiente, onde a vida diária do ser humano se desenvolve na comunidade.

Para González (2008) as estratégias de educação para a tolerância e solidariedade, associam-se ao respeito e a compreensão de ideias, valores e atitudes daqueles que envolvem os projetos de solidariedade, aos mais desfavorecidos.

Este conjunto de estratégias de educação, associam-se às mudanças sociais, facultando as seguintes conclusões: “aumento da qualidade de vida, solidariedade social, integração social, económica, urbana e cultural, participação e integração social, descentralização territorial, democratização da informação e comunicação (...) González (2008:38)”.

3.1.7.1. Atelier de Dinâmicas de Grupo

A origem das dinâmicas de grupo é relativamente recente, esta merece ser reconhecida no mundo da educação. As dinâmicas de grupo são ferramentas de estratégias que estão expressas num processo de organização, que possibilitam a criação de novos conhecimentos.

As técnicas adotadas por esta área de intervenção, partem da realização de exercícios que são desenvolvidos a partir de conhecimentos adquiridos, bem como experiências e vivências pessoais, oferecendo a possibilidade de proporcionar uma nova aprendizagem de conhecimentos cognitivos, afetivos, sensoriais, motoras e estéticos.

Esta fase é definida pela expressão e comunicação, isto é algo que é exprimido por um indivíduo, ou um grupo de indivíduos, através de gestos, palavras, representações. Pode ainda estar associado à Expressão Musical, porque ambas são áreas que se completam, e são muito importantes na vida e na educação do indivíduo.

Esta dinâmica possibilita uma integração ativa do indivíduo, de forma eficiente. Esta é uma área de intervenção que desperta no ser humano dinâmica e motivação pela vida, dando-lhe a oportunidade de se dar a conhecer aos restantes elementos do grupo.

As atividades de Dinâmicas de Grupo segundo a revista Estudos RBEP (2014), são um processo coletivo, que promove o conhecimento de novos saberes, ao mesmo tempo que estimula as capacidades psíquicas e aumenta a produtividade. As atividades desenvolvidas neste âmbito fortalecem o trabalho em grupo e as relações interpessoais.

As atividades desenvolvidas no âmbito das dinâmicas de grupo, no decurso do meu estágio, tiveram como principal objetivo promover o desenvolvimento integral das utentes. As atividades dinamizadas encontram-se no quadro que se segue (**tabela nº1**).

Tabela nº 1 - Atelier de Atividades de Dinâmicas de Grupo

Componente de intervenção	Atividades
ATELIER DE DINÂMICAS DE GRUPO	<ul style="list-style-type: none"> -Apresentação - Questionário - Jogo do conhecimento; - Jogo do nome; - Memorização dos nomes através do telefone - Escolher a bola; - Jogo de aquecimento e conhecimento dos nomes; - Jogo “responde à questão?”; - Visualização de um vídeo; - Dominó; - Relaxamento; - “O que estás a fazer?”; - Jogo do espelho; - O guia; - O comboio; - Massagens; - Estátua gémea; - Cinco sentidos;

	- Mímica.
--	-----------

Fonte: Própria

Seguidamente irei abordar algumas das atividades realizadas durante o meu estágio que tiveram um maior destaque, visto que a sua descrição de forma mais detalhada consta no (anexo VIII).

Sessão de Relaxamento

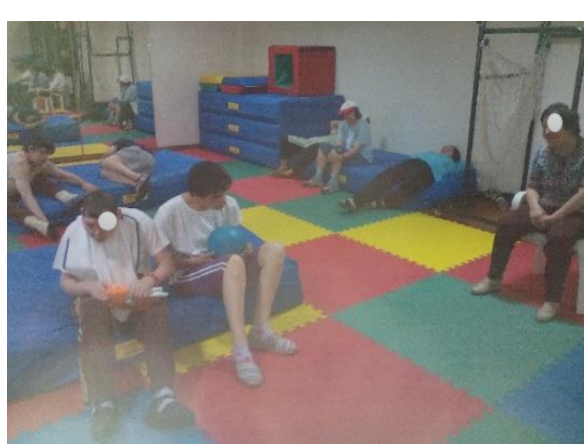
De uma forma geral, a atividade nomeada como relaxamento (**figura nº5**), possui uma grande importância para estes destinatários, visto que esta atividade os tranquiliza e os deixa mais descontraídos. Antes desta atividade são vários os sentimentos revelados pelas utentes, umas demonstram períodos de grande ansiedade pela prática do exercício, ao contrário das restantes.

Esta atividade foi colocada em prática várias vezes durante estes três meses de estágio, optando por sessões livres.

O material usado passou essencialmente pelo uso de colchões. Durante as sessões, fui dando várias indicações de qual o comportamento mais adequado que o grupo devia ter.

Os sons escolhidos foram associados ao mar, natureza e a instrumentos musicais. A atividade de relaxamento permite estimular a criatividade, imaginação, coordenação, concentração e sobretudo a descontração da utente.

Figura nº 3 - Sessão de Relaxamento



Fonte: Própria

Conhecimento

Por outro lado as atividades de conhecimento (**figura nº6**), foram diversas. Estas basearam-se em promover um maior conhecimento grupal, dizendo como se chamava cada utente, quantos anos tem, e de onde é.

A primeira atividade de conhecimento necessitava de uma bola como material, tendo como objetivos principais: estimular a memória e a concentração de cada utente.

Mas visto que este era um grupo com características diferentes no que reporta para a sua saúde mental, achei interessante promover mais atividades direcionadas para o conhecimento, como o jogo do nome que tinha por objetivo identificar o seu nome, e o nome de um colega.

Figura nº 4 - Conhecimento



Fonte: Própria

“Responde à questão?”

A atividade cujo nome era “responde à questão?” (**figura nº7**), persiste uma vez mais em fazer com que a utente se dê a conhecer, respondendo às questões que cada folha contém, tendo como finalidade fomentar a concentração, memória, discussão e partilha de conhecimentos.

Sempre que alguma utente não percebia alguma questão, havia sempre alguém que lhes tentava “explicar” de forma tranquila. O que não provocou em momento algum, períodos de ansiedade em qualquer utente.

Figura nº 5 - Responde à questão



Fonte: Própria

Estátua Gémea

A atividade identificada por “estátua gémea” (**figura nº8**), teve um excelente resultado com o grupo com o qual implementei todas as atividades (anexo VIII).

Permitiu ao utente uma grande descontração e motivação que se conseguiu perceber, através do enorme sorriso que tinham no rosto, e das gargalhadas que soltavam.

O espaço mais adequado para promover esta atividade passou pelo ginásio, visto que este tem um espaço suficiente para que as atividades sejam realizadas com sucesso.

Figura nº 6 - Estátua Gémea



Fonte: Própria

Mímica

A mímica (**figura nº9/10**) é uma atividade que tem como objetivo trabalhar a comunicação não-verbal, ao mobilizar a gestualidade, simultaneamente fomenta a concentração, o pensamento, a imaginação, o convívio e a descontração de cada utente. Após explicar em que consistia a atividade, foram mostradas algumas cartas

que continham ações, e cada utente teve a oportunidade de desempenhar pelo menos uma ação.

Figura nº 8 - Mímica



Fonte: Própria

Figura nº 7 - Mímica em grupo



Fonte: Própria

Massagem

Com o objetivo de promover um momento de descontração, o grupo construiu um círculo e foi-lhes indicado que massajassem os ombros e as costas da pessoa que se encontrava à sua frente.

Esta atividade (**figura nº11**) promoveu um momento de relaxamento entre todas as utentes, e foi destacada para o encerramento de várias atividades desenvolvidas. Para além disso, estabeleceu um relacionamento direto entre todas as utentes.

O material usado para esta atividade foram apenas cadeiras, para que estas se sentassem.

Figura nº 9 - Massagem



Fonte: Própria

3.1.7.2. Atelier de Estimulação Cognitiva

A estimulação cognitiva pode dizer-se que é um exercício cognitivo/mental fundamental para ativas as faculdades psíquicas. Isto é, quando o cérebro é estimulado, não tem tanta probabilidade em sofrer um declínio acentuado das capacidade cognitivas (perda de memória, por exemplo) ou mesmo vir a sofrer de patologias como a doença de Alzheimer (Fonseca, 2006).

No entanto o conceito de cognição pode apresentar diferentes perspectivas. À luz do conhecimento de Abreu (2006), a cognição pode ser entendida como a capacidade de processar e agir sobre informação com atenção e julgamento. Quando os componentes da cognição (atenção, memória, orientação, julgamento, raciocínio, função executiva e resolução de problemas) estão ilesos reflete que as funções estão ativas.” Durante o processo de envelhecimento, este pode revelar uma evolução na perda de capacidades (OMS, 2005).

A Animação Cognitiva (2015) tem como objetivo proporcionar uma vida mais dinâmica, criativa, melhorar as relações de comunicação com a sociedade, incentivando o desenvolvimento e autonomia do individuo. Para alcançar estes objetivos, são realizados alguns exercícios mentais de forma a promover a exercitação da memória e da concentração.

No âmbito da Animação cognitiva, irei salientar algumas das atividades de maior destaque, promovendo a estimulação do desenvolvimento das capacidades psíquicas, como se pode ver no quadro que se segue (**tabela nº2**).

Tabela 2 – Expressão Cognitiva

Componente de intervenção	Atividades
ATELIER DE EXPRESSÃO COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none">- Jogo de memória (retira o objeto);- Jogo de memória (cartas de par);- “Eu apresentei-me”;- Jogo do STOP;- Conta com as molas;- Identifique quem é quem;- Jogo do Galo;- Jogo do Semáforo (jogo matemático);

	<ul style="list-style-type: none"> - Deteta o som; - Labirintos; - Quais são as diferenças; - Leitura do Jornal “Serrano”; - Bingo dos Sons; - Palavras escondidas;
--	---

Fonte: Própria

De seguida serão apresentadas algumas das atividades de maior destaque, optando por desenvolver uma breve descrição das atividades, não esquecendo que a descrição mais pormenorizada se encontra em anexo (IX).

Jogo de memória

De forma geral a atividade destacada como o “jogo de memória”, tem como objetivo estimular a concentração, o raciocínio e a observação de cada utente.

Os recursos materiais utilizados para esta atividade (**figura nº12**) foram diversos, como por exemplo: moínho, pano, ovo, lápis, moldura, copo, moeda, terço, taça, flor, bola, entre outros. Desenvolvi esta atividade inúmeras vezes, ao longo do meu estágio, visto que esta foi uma atividade que desde a primeira vez que a implementei, todas as utentes de forma geral se sentiram entusiasmadas.

Após explicar qual o objetivo desta atividade de forma simplificada a todas as utentes, optei por colocar vários objetos em cima da mesa, pedindo de seguida que as utentes observassem todos os objetos durante um minuto aproximadamente. Após esta fase, as utentes tinham que fechar os olhos, enquanto eu retirava, ou não, alguns dos objetos, pedindo a seguir que tentassem adivinhar quais os objetos que faltavam.

Figura nº 10 - Jogo da memória



Fonte: Própria

“Conta com as molas”

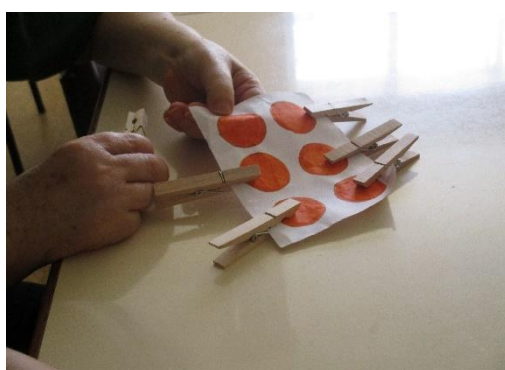
A atividade “conta com as molas” (**figura nº13/14**), tem como principal objetivo estimular as capacidades psíquicas e a motricidade fina.

Esta foi construída pelas próprias utentes. Estas tinham de pintar as molas que foram usadas, bem como os círculos que constavam nas folhas de várias cores.

Primeiramente optei por formar grupos de dois elementos, permitindo que se ajudassem mutuamente. Entreguei a cada grupo uma folha com círculos, assim como molas, para contar de forma correta os círculos e colocar o número de molas que correspondia aos mesmos.

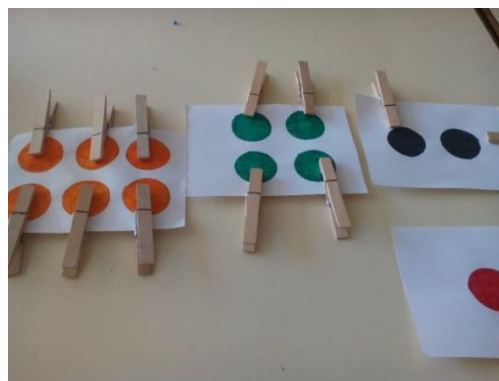
Esta atividade para além de ajudar o utente a estimular as capacidades psíquicas, tinha outra variante que era a identificação das cores.

Figura nº 12 - Conta com as molas



Fonte: Própria

Figura nº 11 - Conta com as molas



Fonte: Própria

Jogo do Bingo

O jogo do bingo teve uma grande importância e motivação para as utentes é conhecida como “o jogo do bingo”.

Esta atividade tinha como objetivo desenvolver o reconhecimento auditivo.

O material necessário para a realização desta atividade foi o seguinte: leitor de CD, colunas e os sons. Após a recolha de diversos sons como por exemplo: ondas do mar, ladrar do cão, sirene de ambulância, dos bombeiros, e da polícia, telefone, entre outros, fui passando um som de cada vez, ao mesmo tempo que indicava de forma variada um utente para tentar identificá-lo (**figura nº15**). Alguns dos sons, não foram para algumas utentes fáceis de perceber, o que me levou a reproduzir o som várias vezes.

Figura nº 13 - Bingo dos sons



Fonte: Própria

Dominó

O dominó é considerada uma atividade muito complexa, para as utentes de deficiência mental. Foram várias as vezes que lhes tentei fazer perceber, qual era o objetivo das peças do jogo.

O dominó é uma atividade que contém cerca de 26 peças (**figura nº16/17**), e todas contêm representações. Apesar de ter optado por peças de dominó com representações, a dificuldade que senti por parte das utentes foi elevada, e por mais vezes que praticassem esta atividade a dificuldade mantinha-se. Isto é, sempre que explicava elas tentavam perceber, mas rapidamente se esqueciam novamente.

Os objetivos que determinei para alcançar com esta atividade, passaram essencialmente pela estimulação e desenvolvimento da concentração.

Figura nº 15 - Dominó



Fonte: Própria

Figura nº 14 - Dominó



Fonte: Própria

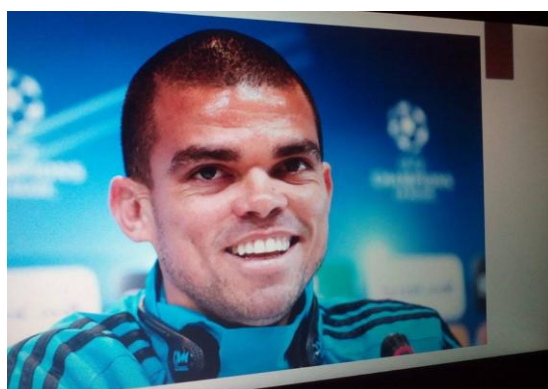
“Identifique quem é quem”

Esta atividade permitiu às utentes reconhecerem figuras públicas, associadas apenas ao futebol.

Esta atividade foi promovida, após a conquista da taça do campeonato Europeu, visto que este foi um acontecimento recente. À medida que os slides iam passando (**figura nº18/19**), aparecia uma figura pública diferente, como por exemplo: Cristiano Ronaldo, Nani, Ricardo Quaresma, José Moutinho, entre outras.

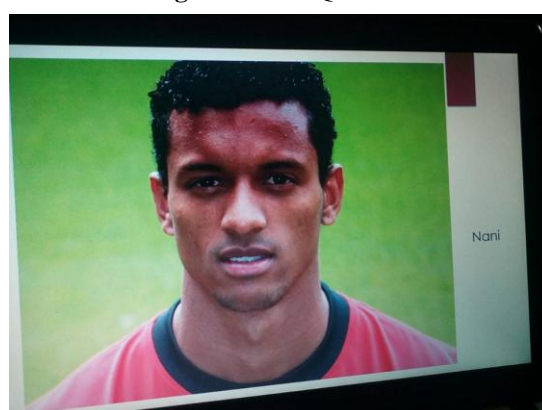
A utente cada uma na sua vez, tinham que tentar adivinhar qual era a figura pública que estaria presente, na apresentação.

Figura nº 19 - Identifique o sujeito



Fonte: Própria

Figura nº 20 - Quem é?



Fonte: Própria

“Jogo do galo”

O jogo do galo (**figura nº20**) foi criado pelas utentes da casa de saúde, cujo material usado foram tampas, tintas guaches e sacas de serapilheira.

Inicialmente as utentes demonstraram desconhecer esta atividade, tendo sido necessário explicar como se praticava. Este jogo foi experienciado pela maioria das utentes, revelando alguma curiosidade.

Depois de vários dias deste ter sido promovido, é possível afirmar que as utentes perceberam quais as regras da atividade, e o que conseguem desempenhar sozinhas com facilidade.

O objetivo determinado para a atividade consistiu em promover as capacidades psíquicas da utente.

Figura nº 17 - Jogo do galo



Fonte: Própria

Labirintos e descoberta das diferenças

Por sua vez, as atividades propostas para a realização de labirintos e para a descoberta das diferenças, foram atividades menos bem conseguidas.

As utentes manifestaram grande dificuldade tanto na execução dos labirintos, como na descoberta das diferenças (**figura nº21/22**).

No entanto entre uma e outra, aquela que não foi rejeitada ao primeiro obstáculo com que se depararam foi sem dúvida a descoberta das diferenças, repetindo novamente esta atividade.

Figura nº 19 - Descobre as diferenças



Fonte: Própria

Figura nº 18 - Sopa de letras



Fonte: Própria

3.1.7.3. Atelier de Expressão Plástica

Carlos Dias (2012) afirma que o termo “expressão plástica” foi criado pela educação da arte portuguesa, designando-se através do manuseamento de material plástico. Contudo, é possível afirmar que a criança é livre para construir um maior conhecimento do mundo e dela própria, facilitando a sua integração na sociedade. Para Dias a experiência com as artes enriquece a criança, ajudando-a a desenvolver os seus próprios juízos e formar os seus valores, motivando-a nesse sentido.

A Expressão Plástica é considerada uma forma de comunicação e representação de sentimentos e vivências da criança. Esta área concentra-se essencialmente na evolução da criança no que remete para as suas competências, e na satisfação das suas necessidades.

Segundo Sousa (2003:38) o objetivo da expressão plástica define-se por:

“a expressão plástica é essencialmente uma actividade natural, livre e espontânea da criança. Desde muito pequena que gosta de mexer em água, areia, barro e de riscar um papel com um lápis. O seu principal objectivo é a expressão das emoções e sentimentos através da criação com materiais plásticos. Não se pretende a produção de obras de arte nem a formação de artistas, mas apenas a satisfação das necessidades de expressão e de criação da criança. Desenha-se, pinta-se e molda-se apenas pelo prazer que esses actos proporcionam e não com a intenção de produzir algo que seja «arte». É a ação que interessa, é o ato de criar que é expressivo e não a obra criada.”¹⁷

¹⁷ Informação recolhida e adaptada do site:
<https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/3247/1/Relat%C3%B3rio%20Marta%20Guerreiro.pdf>
consultado no dia 22 de Agosto de 2016

A Expressão Plástica tem um papel ativo na aprendizagem da criança, sendo apenas uma ocupação de tempo livre, atraindo atenção de todas as crianças e adultos.

Relativamente às atividades desenvolvidas, durante o estágio, a lógica passou pela estimulação do desenvolvimento das capacidades psíquicas, sendo estas atividades no âmbito da Expressão Plástica, como se pode visualizar no quadro que se segue (**ver tabela nº3**).

Tabela nº 50 - Atelier de Atividades de Expressão

Componente de intervenção	Atividades
ATELIER EXPRESSÃO PLÁSTICA	<ul style="list-style-type: none"> - Construção do Relógio; - Construção de círculos com cores; - Jogo de memória (cartas com representações); - Construção dos pompons; - Construção de discos de lã; - Construção de estrelas em origami; - Construção do “baloço da amizade e do amor”; - Borboletas; - Tartarugas; - Flores para pendurar; - Flores de jarras; - Desenho de Cadáver Esquixe; - Desenha com imagem; - Lembrança do Dia dos Avós; - Bonecas de feltro; - Logotipo da Instituição; - Croá - “girassol”; - Árvore dos “Valores Humanos”; - Porta-lápis; - Arco-íris; - Construção do mural “A Natureza”; - Construção de flores em caixas de ovos; - Pintura de garrafas e frascos de vidro; - Laços;

	<ul style="list-style-type: none"> - Colagem; - Bordados, crouché ...
--	---

Fonte: Própria

Em seguida serão abordadas algumas das atividades que tiveram maior destaque, fazendo uma breve descrição das atividades (**anexo X**).

Construção do relógio

A construção do relógio, teve como objetivo principal orientar as utentes nas diversas tarefas, que desempenham ao longo do seu dia.

Para cada hora do relógio, fui dando pelo menos uma tarefa para as utentes colorirem e recortarem, que correspondia às horas que estas deviam ser desenvolvidas. Por exemplo às 8h00 da manhã a utente deve tratar da sua higiene pessoal (**figura nº23**).

Esta foi uma atividade pela qual as utentes revelaram interesse, com a sua conceção, isto é, qual será o resultado e o objetivo da construção deste relógio.

Figura nº 20 - Relógio



Fonte: Própria

Construção de discos e pompons

Figura nº 21 - Pompons



Fonte: Própria

Figura nº 22 - Discos de lã



Fonte: Própria

A atividade designada por “construção de discos e pompons” (**figura nº 24/25**), tinha como objetivo principal estimular a tonicidade muscular nos membros superiores e inferiores. Esta foi uma das primeiras atividades de expressão plástica que desenvolvi, com o grupo de deficiência mental. Foi uma atividade na qual as utentes revelaram uma grande motivação, tendo sido surpreendida dias depois, por uma das utentes que com as bases de pompons que sobrou acabou por construir mais.

Desenha a imagem

Por sua vez a atividade conhecida como “desenha a imagem”, tem por objetivo fomentar a expressão livre, através de diferentes materiais.

Esta atividade foi desenvolvida, a partir de uma imagem que foi retirada de uma revista e colada numa folha A4 (**figura nº26**), promovendo a criatividade das utentes, dando asas à sua imaginação.

No entanto foram vários os resultados obtidos, pelo facto de não ter sido possível que o grupo todo percebe-se que o objetivo da atividade, passava por continuar o desenho, com base na imagem que tinha sido colada na folha.

Figura nº 23 - Desenha a imagem



Fonte: Própria

Construção do girassol

O material utilizado para a construção do girassol (**figura nº27/28**), foi sobretudo reciclado. A construção dos cones, que deram origem às pétalas destas flores foram realizados pelas utentes com o meu apoio.

Os objetivos a alcançar passaram pela estimulação da criatividade e da motricidade fina.

É possível afirmar que esta atividade promoveu uma grande interação grupal, tendo sido muitas as utentes que se disponibilizaram em participar voluntariamente.

Figura nº 24 - Girassol



Fonte: Própria

Figura nº 25 - Girassol



Fonte: Própria

Árvore dos valores

Por outro lado, a construção da árvore dos valores, teve como objetivo fundamental despertar a consciencialização das utentes para todos os valores humanos, que cada ser possui. A construção da árvore (**figura nº29/30**), teve a intervenção da maioria das utentes do atelier, sendo apenas colados os valores humanos que as utentes acharam pertinentes.

Após a conceção deste trabalho, achei importante promover um diálogo sobre os valores, que cada cidadão tem na sociedade.

Figura nº 27 - Árvore dos valores



Figura nº 26 - Árvore de valores



Quadro de aniversários

O quadro de aniversários, foi sem dúvida a atividade que despertou maior motivação, por este expor as datas de aniversário de todas as utentes do atelier (**figura nº 31**).

Até ao momento não havia nenhum quadro que proporcionasse a lembrança destes dias tão marcantes para cada uma delas.

Figura nº 28 - Aniversários



Fonte: Própria

Borboletas

A atividade da construção de borboletas, teve como objetivo desenvolver a coordenação da motricidade fina. Foi dado a cada utente um molde de borboletas, e as

utentes tinham que fazer bolinhas de cor, para de seguida colar nas borboletas, acabando por preenche-las (**figura nº 32/33**).

Esta foi uma atividade muito bem conseguida, posso afirmar que praticamente todas as utentes pertencentes ao atelier 2, a conseguiram desempenhar com grande autonomia. No entanto esta acabou por atrair muitos dos restantes utentes da casa de saúde, tendo pedido para participar nesta realização.

Figura nº 30 - Bolinhas de papel



Fonte: Própria

Figura nº 29 - Borboletas



Fonte: Própria

Bordados, costura, renda, crouché e fada do lar

Aproveitando as competências e conhecimentos das utentes, foi promovida uma tarde diferente às utentes, direcionada para a construção de bordados, costura, renda, crochet e fada do lar (**figura nº 34/35/36/37**).

Os objetivos de atividades neste âmbito, passam por estimular as capacidades psíquicas, criativas e a motricidade fina. Visto que esta atividade superou as espetativas, foi repetida mais algumas vezes.

Figura nº 33 - Bordados



Fonte: Própria

Figura nº 32 - Crouché



Fonte: Própria

Figura nº 34 - Crouché



Fonte: Própria

Figura nº 31 - Costura



Fonte: Própria

3.1.7.4. Atelier de Expressão Físico-Motora

A atividade de expressão física-motora contribui de forma direta para uma vida mais equilibrada, saudável e duradora. Esta é uma área muito procurada nos dias que correm por indivíduos de qualquer faixa etária. A atividade física é uma área de intervenção na qual a comunidade participa, influenciando as tomadas de decisões individuais e sociais do indivíduo (OMS, 2005).

Para alcançar os benefícios, o objetivo deve ser entendido como pessoal e individual, possibilitando uma melhor qualidade de vida de vida nos diferentes níveis de funcionamento: físico, social e psicológico. No entanto deve ainda ser entendido como uma prioridade da sociedade, que vai consentir impactos negativos de uma comunidade envelhecida.

É então a partir daqui que os profissionais, vão dar o seu contributo para combater este impacto negativo. Estes profissionais tem como função promover um diagnóstico, avaliando a capacidade física do homem, permitindo alcançar o sucesso desejado da atividade física.

Para Araújo (2016) as atividades proporcionadas no âmbito da área da Expressão Físico-motora visam essencialmente a contribuir, para os seguintes objetivos principais: mobilização física do indivíduo, fomentando momentos de descontração e relaxamento.

Relativamente às atividades desenvolvidas, durante o estágio, a lógica passou pela promoção do desenvolvimento integral, sendo estas atividades no âmbito da Expressão Físico-Motora, como se pode ver no quadro seguinte (**ver tabela nº4**).

Tabela nº 4 - Atelier de Atividades de Expressão Físico-Motora

Componente de intervenção	Atividades
ATELIER EXPRESSÃO FÍSICO-MOTORA	<ul style="list-style-type: none"> - Ginástica Geriátrica; - Caminhada - Roda; - Aquecimento; - Andar de gatas; - Cumprimentar de foram diferente da sociedade; - Diversos de exercícios de competição grupal; - Tachi; - Jogo do Macaquinho Chinês; - Jogo da palavra invertida; - Jogo com bolas; - Diferentes formas de andar.

Fonte: Própria

De seguida irei abordar algumas das atividades, que desenvolvi de forma mais detalhada ao logo destes meses de estágio (**anexo XI**).

A expressão físico-motora é sem dúvida um estímulo que fomenta a atividade física e a coordenação grupal. De seguida, serão projetadas algumas das atividades de maior apreço, realizadas nesta vertente físico-motora.

Caminhadas

As caminhadas foram sem dúvida uma das atividades de maior importância nesta área, devido ao facto de cerca de metade das utentes permanecerem na casa de saúde, há vários anos. E foi esse mesmo motivo que me levou a proporcionar caminhadas para o exterior, aproveitando espaços que a CSBM tem ao seu dispor, contribuindo de uma forma positiva para o bem-estar físico e psicológico do utente.

Sempre que me era possível, levava as utentes após o lanche a dar uma caminhada pelo jardim da CSBM. Após a caminhada optava por lhes propor sentarem-se todas nos bancos, no espaço conhecido por mirante (**figura nº38/39**).

Figura nº 35 - Momento de descanso



Fonte: Própria

Figura nº 36 - Jardim Mirante

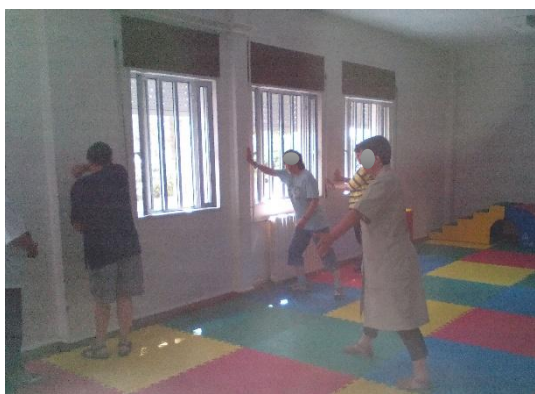


Fonte: Própria

Macaquinho do Chinês

Foi com grande êxito que consegui explicar e desenvolver atividades. O espaço escolhido para esta atividade foi o ginásio (**figura nº40**), porque para além de ter muito espaço, as condições são muito boas.

Figura nº 37 - Macaquinho de Chinês



Fonte: Própria

Experimentação da canoa

A monitora do público-alvo da psiquiatria, promoveu a atividade da construção de uma canoa, para a promoção de futuras atividades.

A experimentação da canoa aconteceu pela primeira vez na lagoa da CSBM, e as seguintes, até à sua finalização no rio Mondego, mais concretamente no Porto da Carne. A canoa está preparada a transportar até 2 pessoas (**figura nº41/42**).

A canoa após estar pronta serviu para promover uma tarde divertida, e o local escolhido foi novamente o rio Mondego.

Figura nº 38 - Canoagem



Fonte: Própria

Figura nº 39 - Passeio de canoagem



Fonte: Própria

Segundo Serrano (2008) a avaliação é um processo que conduz sempre um conjunto de atividades que surgem através de uma alteração de ação, que leva a demonstrar da permanência em revelar as necessidade que tem em ajustar os objetivos, às próprias atividades.

Desta forma a avaliação é um processo de reflexão, que permite avaliar os resultados obtidos nas atividades que foram implementadas, melhorando alguns aspetos para intervenções futuras.

De acordo com Rivière (1986:26-27) “a avaliação é o processo de estabelecer um juízo de valor sobre um objetivo, com vista a uma ação, em função de obtenção e interpretação sistemática de dados ou provas sobre este objeto”.

Para Ventosa (2002) a avaliação é um processo de identificação que proporciona aquisição de novas informações, sendo essas úteis para a implementação de atividades, conseguindo alcançar de forma eficaz os objetivos. Esta tem como finalidade guiar todas as tomadas de decisões, obtendo respostas para possíveis problemas que possam surgir, assumindo responsabilidades, ao mesmo tempo que promove a compreensão de fenómenos implicados.

No decorrer do meu estágio, nas intervenções realizadas com a valência da deficiência mental, determinei sempre objetivos para todas as atividades com a intenção de compreender se estava a corresponder às expectativas deste público.

Após a implementação de cada atividade foram surgindo obstáculos que fui sempre conseguindo superar ao manter a calma e a confiança, em mim mesma.

Com a implementação das atividades dei sempre a oportunidade às utentes de expressarem a sua opinião relativamente às atividades, fosse esta positiva ou não.

Com base nas planificações que foram executadas de forma detalhada, foram realizados relatórios semanais das atividades, onde contam resumos da participação, comportamentos, evoluções e fatores condicionantes que sucediam ao longo da semana.

Inicialmente optei por elaborar um plano geral, onde coloquei as atividades anuais existentes, permitindo perceber qual o horário que as utentes têm livre, para a execução de atividades. De seguida achei importante perceber qual é a área que o grupo de deficiência mental domina com maior facilidade, e acima de tudo lhes dá prazer.

É possível dizer que foi desta forma, que consegui ir melhorando todas as intervenções planeadas, tendo assim a oportunidade de fazer pequenas alterações de estratégias em implementações futuras.

Para além dos relatórios semanais, achei pertinente aplicar o questionário de avaliação (**anexo XIX**).

O objetivo da construção dos questionários de avaliação, passaram por aprofundar um maior conhecimento individual de cada utente, assim como o seu ritmo de trabalho, gostos, disposição para as diferentes áreas de intervenção e grau de adaptação.

Ao longo do preenchimento dos questionários, optei por relembrar as diferentes atividades realizadas, mostrando os próprios objetos, fotografias e materiais, para que assim fosse mais fácil para as utentes responder, às questões apresentadas.

No que se refere aos resultados obtidos, não foi possível completar os questionários todos a 100%, visto que nas diversas atividades desenvolvidas ao longo destes meses não me foi possível ter presente sempre o mesmo número de utentes, porque nem sempre estas se mostravam predispostas a participar. Os fatores incidiam sobretudo na falta de vontade das utentes, por motivos pessoais, ou até mesmo porque tinham atividades/funções a desempenhar sobrepostas a estas.

No entanto as áreas de intervenção de maior adesão foram o atelier de atividades de Expressão Plástica e o atelier de Estimulação Cognitiva. As atividades de maior destaque no âmbito da Expressão Plástica são: “construção do relógio”, “desenha a imagem”, “construção do girassol”, “quadro dos aniversários”, por outro lado as atividades de maior adesão na Estimulação Cognitiva são: “jogo de memória”, “conta com as molas”, “jogo do bingo”, “identifique o sujeito”, entre outros.

A área menos desejada pelo grupo de deficiência mental foi a Expressão Físico-motora, talvez por esta ser uma área desenvolvida pelo professor de educação física três vezes por semana. No entanto, as atividades de maior importância nesta área foram: “caminhadas”, “macaquinho do chinês”, “experimentação da canoa”.

As atividades no âmbito das Dinâmicas de Grupo foram muito bem conseguidas e aceites pelas utentes, tendo sido as atividades de maior destaque o “relaxamento”, “responde à questão”, “massagem”, entre outras.

Por fim, é importante referir que todas as áreas de intervenção referidas anteriormente, estabeleceram um maior contacto com as utentes portadoras de deficiência mental, proporcionando um conhecimento diversificado, nas diferentes áreas, permitindo que estas estimulassem as suas capacidades cognitivas, sensoriais, motoras, estéticas e afetivas.

Desta forma procurei desenvolver as suas capacidades conseguindo proporcionar uma vida mais ativa, levando-as a ultrapassar e a terem consciência das suas dificuldades e limitações, de maneira a serem agentes do seu próprio desenvolvimento, tornando-se mais autónomas.

Como futura animadora a metodologia que coloquei em prática, ou seja, as atividades que desenvolvi foram principalmente em grupo. Todavia algumas atividades

são individuais, para permitir a interajuda de forma a estabelecer contacto entre todas as utentes.

Reflexão Crítica

Este relatório é alicerçado no trabalho desenvolvido ao longo de três meses de estágio, com o público-alvo de deficiência mental.

Se tive esta oportunidade de enriquecer os meus conhecimentos, devo-o ao Instituto Politécnico da Guarda, que permite que os cursos tenham a unidade curricular de estágio para que o aluno possa colocar em prática os ensinamentos que nos foram ministrados pelos docentes ao longo da licenciatura, promovendo um maior desenvolvimento do aluno com a experiência que acaba por adquirir.

A escolha da entidade acolhedora foi feita por mim, tendo-me deslocado a esta casa de saúde, pedido apenas uns minutos da atenção de alguns dos responsáveis, para que me fosse autorizado apresentar o meu contributo de aprendizagem.

Foi um grande desafio desenvolver o meu estágio com este público-alvo, o que se veio a comprovar com a implementação das atividades. A adaptação e a integração no local de estágio sucedeu-se de forma normal e rápida. Consegui criar laços afetivos com grande facilidade desde o primeiro dia, tanto com as utentes como funcionários.

As atividades que desenvolvi tinham sido maioritariamente pensadas, e estruturadas anteriormente. Este foi um trabalho muito rigoroso, não deixando de ser interessante e muito enriquecedor, prendendo-se com o facto de ter estruturado atividades dinamizadoras e criativas.

No mês de agosto deram-se por encerradas as atividades semanais programadas para todos os grupos dos ateliers, o que dificultou de certa forma o meu trabalho enquanto animadora, pelo facto de ter um excessivo número de utentes no atelier, o que me impossibilitou a dinamização de mais atividades.

Outro aspeto que dificultou a dinamização das minhas atividades, passou sem dúvida pela falta de tempo para a sua planificação. Para além de tudo o que já foi referido anteriormente, outro fator importante que deve ser mencionado, que de alguma forma condicionava o sucesso desejado das atividades, eram as constantes mudanças de comportamentos por parte das utentes, manifestando intervenções inadequadas, como: agressões verbais e corporais e discussões em grupo. As principais causas destes comportamentos derivavam de sentimentos como a inveja, ciúmes, rivalidades, entre outras.

Quando estas crises sucediam, a melhor atitude a ter, segundo a informação que me foi transmitida, era manter-me afastada de forma a não ser magoada inocentemente

pela utente, ao mesmo tempo que lhes pedia para terem calma, e me deixarem conversar com elas. Por outro lado, quando estas crises tinham uma duração muito prolongada e prejudicial, tinha que pedir ajuda de imediato aos enfermeiros, que se viam obrigados a intervir, acalmando as utentes.

No entanto, tenho a consciência que consegui melhorar os comportamentos e atitudes de algumas utentes, assim como o interesse em participar nas atividades, ao promover a criatividade, e sobretudo ajudando a manter o respeito e a confiança mútua. Foi visível a evolução que os portadores de deficiência tiveram ao longo destes meses, quer ao nível de integração, quer ao nível da melhoria das capacidades cognitivas, motoras e corporais. Estas evoluções foram claramente visíveis mais com umas utentes, do que com outras, talvez devido ao facto de algumas patologias não detetarem uma deficiência tão grave, em relação às restantes.

Nesta valência a principal dificuldade que senti logo ao iniciar o estágio, passou pela adaptação de estratégias para explicar as atividades, visto que este público revela uma grande dificuldade cognitiva. No entanto estas dificuldades, não passaram disso mesmo, pois não as vi como um obstáculo a contornar, mas sim com uma aprendizagem que me levou a ganhar experiência.

Ao longo do curso aprendemos muitos conceitos que nos ajudam a compreender melhor como devemos interagir com os diversos públicos, com o qual nos é possível trabalhar, mas a realidade por vezes é bem diferente daquilo que imaginamos. Quando digo isto, refiro-me um pouco às estratégias e planos que adotei, pensando em muitas alternativas para que nada falhasse quando estivesse a trabalhar com as utentes.

Achei importante basear-me nas práticas educativas que fomentam o desenvolvimento da aquisição de valores, educação, aprendizagem, autonomia, confiança, respeito, entre outros. A participação das utentes está associada a diversas áreas de intervenção no âmbito da ASC, sendo estas a expressão dramática, expressão plástica, artes do palco e expressão físico motora. Estas áreas têm por objetivo desenvolver a criatividade, a expressividade e a participação que está ligada ao desenvolvimento integral, social e pessoal do indivíduo.

As últimas semanas de estágio destinaram-se sobretudo a um maior conhecimento dos programas e projetos que esta casa de saúde dispõem, permitindo-me um maior contacto com os restantes utentes, para além das utentes portadoras de deficiência.

Pretendi com este estágio salientar a importância do Animador Sociocultural, no bem-estar desta comunidade. Acredito que muitas pessoas ainda desconhecem o quão

essencial é o nosso trabalho com as pessoas institucionalizadas, o que implica um envolvimento de metodologias capazes de motivar o indivíduo para uma ação, potencializando a integração e a interação.

Esta foi sem dúvida uma experiência muito enriquecedora para mim enquanto pessoa, senti-me muito útil durante todas estas semanas. Sinto que as consegui ajudar de alguma forma, já que mais não fosse com a atenção que lhes dava e, com as estratégias que adotei para elas se sentirem felizes. Foi uma experiência muito gratificante porque alcancei grandes aprendizagens, mas também desenvolvi grandes competências, ao mesmo tempo que exercia pela primeira vez funções como Animadora.

Por fim, gostava ainda de salientar que esta aprendizagem, me deu a oportunidade de conhecer pessoas diferentes, como estas, de uma forma tão pura. Estabeleci e criei laços de amizade com cada uma delas que não pretendo esquecer.

ANEXOS |



Listagem de Anexos

Anexo I - Questionário

Anexo II – Folha de Presença Mensal da Casa de Saúde Bento Menni

Anexo III - Informações das Utentes

Anexo IV - Plano de estágio (cópias dos documentos do Ipg)

Anexo V - Horas de trabalho (Mês: Julho, Agosto, Setembro de 2016)

Anexo VI – Reflexões Semanais

Anexo VII - Planificações: Atelier de Atividades de Dinâmicas de Grupo

Anexo VIII – Planificações: Atelier de Expressão Cognitiva

Anexo IX – Planificações: Atelier de Atividades de Expressão Plástica

ANEXO X - Planificações: Atelier de Atividades de Expressão Físico-Motora

ANEXO XI - Métodos de Avaliação

Anexo XII -

Bibliografia

Livros

- ALONSO, ET AL BERMEJO. (2001). *Atraso Mental* (Editora Copyright McGraw-Hill de Portugal, Lda).
- ANDER-EGG, É. (2002). *Metologias y Prática a la Animacion Sociocultural*, (Editorial: CCS). Madrid.
- ESPINOZA, M. (1986). *Evaluación de Proyectos Sociales Bueno Aires: Humanistas*. (s.e.). Espanha.
- FONSECA, A. (2006). *O Envelhecimento Uma Abordagem Psicológica*. (2ª ed.). Lisboa: Universidade Católica.
- GONZÁLEZ, M. (2008). *La animación sociocultural - Apuntes para la formación de animadoras y animadores*. (1º ed.), Zaragoza, Espanha: Libros certeza.
- Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus (2016) “Cuidar com ciência e caridade”. (s.d).
- JACOB, L. (2007). *Animação de idosos – atividades*. (4ª ed.). Lisboa.
- LIMA, M. (2004). *Posso Participar? – Atividades de desenvolvimento pessoal para idosos*. (1ª ed.). Porto.
- QUEIRÓS, N. (2015). *Animárte – Jogos e Técnicas de Animação para Idosos*. (1ª ed.). Lisboa.
- RAMOS, M. (2005). *Crescer em Stresse – Usar o stresse para envelhecer com sucesso*. (1ª ed.). Porto.
- SAWAIA, B. (2001). *As Artimanhas da Exclusão – Análise Psicossocial e Ética da Desigualdade Social*, (2ª ed.). Brasil.
- SERRANO, P. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais - Casos práticos*, (Porto Editora). Porto, Portugal.

- SOUSA, A. (2003a). *Educação Pela Arte e Artes na Educação – 1º volume: Bases Psicopedagógicas*.(s.d). Lisboa: Instituto Piaget.
- SOUSA, A. (2003b). *Educação Pela Arte e Artes na Educação – 3º volume: Música e Artes Plásticas*. (s.e.). Lisboa: Instituto Piaget.
- SPOZATI, A. (2000). *Pontos de vista - Exclusão Social e Fracasso Escolar*. (s.e.). São Paulo.
- TRONCOSO, ET AL CERRO (2004). *Síndrome de Down: Leitura e Escrita – Um guia para pais, educadores e professores*. (s.e.). Porto: Porto Editora.
- VENTOSA, V. (2001). *Desarrollo y Evaluación de Proyectos Socioculturales*, (2ª ed.). Madrid.
- VENTOSA, V. (2008). *Los Agentes de la Animación Sociocultural*, (Editora: Nuria Romero), Madrid.
- YASSUDA, et al ABREU (2006). Avaliação Cognitiva. In: Freitas, E., Py, L., Cançado, F., Doll, J., & Gorzoni, M. Tratado de Geriatria e Gerontologia (2ª ed.) Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1250-1259.

Artigos

- GONZÁLEZ, M. (2011) Técnicas Participativas e construção de identidades nos processos da Ciberanimação. In Lopes (coord.) (2011). *Metodologias de Investigação em Animação Sociocultural* (p.303-324). (1ª ed). Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e divulgação Cultural).
- LOPES, M. (2008). *A Animação Sociocultural em Portugal* (2ª ed). Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e divulgação Cultural).
- SERRANO, ET AL SARRATE (2011). Epistemologia da Animação Sociocultural e Conceitos Afins. In. Pereira, Lopes (coord.) (2011). *As Fronteiras da Animação Sociocultural* (p.105-120). (1ª ed.). Chaves: Associação para a Promoção e Divulgação Cultural), Chaves.
- MAÑOS, Q. (2009). Estratégias e Programas de Intervenção com Pessoas da Terceira Idade com algumas limitações. Animação estimulativa. In Pereira, Lopes

(coord.) (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade* (p.134-148). (1ª ed).
Chaves: Associação para a Promoção e Divulgação Cultural).

PERES, A. (2007). Animação, Direitos, democracias e Participação. In Peres, Lopes
(coord.) (2007). *Animação Sociocultural – Novos desafios* (p.15-26). (1ª ed).
Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia (APAP).

PÉREZ, V. (2010) Universidade Pontifícia de Salamanca, Espanha e RIA – Rede
Iberoamericana de Animação Sociocultural. In Lopes, Peres (coord.) (2010).
Animação Sociocultural e Necessidades Educativas Especiais (p.226-234). (1ª
ed). Chaves: Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Revistas

ARAÚJO, L. (2016) Atividade Física Evidência e Factos que Convencem. In Amorim
(coord.) (2016). *4Sénior – Mais Atividade, Mais Vida* (p.30-31). (1ªed). Sanguedo:
Personalidade.

CRUZ, V. (2016) O Sedentarismos Cognitivo não é uma Fatalidade. In Amorim
(coord.) (2016). *4Sénior – Mais Atividade, Mais Vida* (p.35-36). (1ªed). Sanguedo:
Personalidade.

Webgrafia

Irmãs Hospitaleiras. (2016). Obtido em 15 de Julho de 2016 , de Projetos de
intervenção: <http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/>.

Irmãs Hospitaleiras. (2016). Obtido em 20 de Julho de 2016, de Quem somos:
http://www.irmashospitaleiras.pt/csbm/images/pdf/Plano_gestao_2015.pdf.

A Influência das Artes Plásticas no Desenvolvimento da Expressão Plástica (2012).
Obtido em 22 de Julho de 2016, de A Expressão Plástica nas Planificações da
Ação
Educativa:<https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/3247/1/Relat%C3%B3rio%20Marta%20Guerreiro.pdf>.

- Guia da Cidade (2016). Obtido em 22 de Julho de 2016, de Distrito da Guarda:
<https://www.guiadacidade.pt/pt/distrito-guarda-09>.
- Cidade dos 5 F's (s.d). Obtido em 22 de Julho de 2016, de A sua história a sua Cultura:
<https://coelhocidadedaguarda.wordpress.com/5-fs/>.
- A Animação Sociocultural em Portugal (2007). Obtido em 8 de Outubro de 2016, de Antecedentes de Animação Sociocultural:
http://biblioteca.esec.pt/cdi/ebooks/docs/LOPES_Animacao.pdf.
- Las Respuestas de la Pedagogía Social (s.d). Obtido em 14 de Outubro de 2015, de Educação social (ES) e Animação Sociocultural (ASC):
<https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/9461/3/PAPEL%20DA%20EDUCAC%CC%A7A%CC%83O.pdf>.
- O Desenvolvimento Local e a Animação Sociocultural (2008). Obtido em 16 de Outubro de 2015, de O Desenvolvimento Local/Comunitário:
<http://quadernsanimacio.net/ANTERIORES/ocho/Desenvolvimiento.pdf>.
- Sector de Gerontologia (2015). Obtido em 20 de Agosto de 2016, de Animação Física ou Motora: <http://scmcm.pt/wp-content/uploads/2015/07/Plano-2015-compilado.pdf>.
- Projetos de intervenção (s.d). Obtido em 25 de Outubro de 2016, de Projetos futuros:
http://escoladegestores.mec.gov.br/site/2sala_projeto:vivencial/pdf/projetointervencao.pdf.
- Sector de Gerontologia (2015). Obtido em 29 de Agosto de 2016, de Animação através da Expressão Plástica: <http://scmcm.pt/wp-content/uploads/2015/07/Plano-2015-compilado.pdf>.
- Bibliotecas públicas, exclusão social (s.d). Obtido em 31 de Outubro de 2015, de Exclusão e Desigualdade Social - fatores e medidas em Portugal:
https://estudogeral.sib.uc.pt/jspui/bitstream/10316/27381/1/Calixto_Nunes_Freitas_Dion%C3%ADsio_BAD_2012.pdf.

- A importância da animação comunitária como modelo e metodologia de intervenção social (2008). Obtido em 4 de Setembro de 2016, de animação comunitária intervenção social e comunitária: <http://www.lazer.eefd.ufrj.br/animadorsociocultural/pdf/ac503.pdf>.
- Lazer/ócio, teatro e animação sociocultural (2008). Obtido em 20 de Setembro de 2016, de A Animação Sociocultural no contexto do Lazer do Ócio e do Teatro: <https://seer.ufmg.br/index.php/licere/article/view/648/530>.
- Estudos RBEP (2014). Obtido em 20 de Setembro de 2016, de Dinâmicas de grupo orientadas pelas atividades de estudo: desenvolvimento de habilidades e competências na educação profissional: <http://www.scielo.br/pdf/rbeped/v95n240/06.pdf>.
- O tempo livre, o ócio e a animação (2008). Obtido em 25 de Setembro de 2016, de Tempo Livre: [file:///C:/Users/Asus/Downloads/tempo_livre,%20o%20%C3%a3cio%20e%20a%20anima%C3%A7%C3%A3o%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Asus/Downloads/tempo_livre,%20o%20%C3%a3cio%20e%20a%20anima%C3%A7%C3%A3o%20(2).pdf).
- Estimulação cognitiva em idosos institucionalizados (2014). Obtido em 21 de Outubro de 2016, de Reabilitação Cognitiva: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/11546/1/Sara%20Isabel%20Diegues%20Fernandes.pdf>.

Anexo I - Questionário

QUESTIONÁRIO

“ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO”

O presente guião pretende ser um instrumento preparatório do diagnóstico de identificação de necessidades e gostos, relativos à animação para a terceira idade. O animador enquanto agente dinamizador de atividades, terá que fazer um levantamento das carências e das características socioculturais envolventes, para o planeamento e execução, de uma ação de animação social.

1. DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

Nome completo: _____

Data de Nascimento _____

Grau de escolaridade _____

Profissão (última) _____

Morada _____ Código Postal _____

2. BREVE CARACTERIZAÇÃO FAMILIAR DO UTENTE

Composição do agregado familiar _____

Se vive sozinho, diga qual o seu maior apoio? _____

3. RESPOSTAS SOCIAIS

O utente encontra-se a usufruir das seguintes respostas sociais: (**Assinale com um x**)

- Apoio domiciliário __ Indique qual o estabelecimento?
- Centro de dia __
- Centro de convívio __
- Centro de noite __
- Lar de idosos __
- Outros __ Especifique qual, assim como o estabelecimento: _____

4. DEPENDÊNCIA DO UTENTE

Grau de dependência global do utente (**Assinale com um x**)

Autónomo, não necessita de apoio ___

Necessita de pequenos apoios na vida quotidiana e no apoio à mobilidade ___

Necessita de apoio na higiene pessoal, tarefas de vida quotidiana e na mobilidade ___

Totalmente dependente para a satisfação das necessidades básicas (alimentação; higiene; etc.) ___

Deficiência (Assinale com um x)

Mental ___ Visual ___ Motora ___ Auditiva ___

Descreva, o tipo de deficiência que assinalou _____

5. ACTIVIDADES QUOTIDIANAS

Atividades que realiza ou gostaria de fazer (**Assinale com um x**)

Higiene Pessoal ___

Higiene Habitacional ___

Tratamento de roupas ___

Cozinhar ___

Ver Televisão ___

Ouvir rádio ___

Cuidar de um animal doméstico ___

Cuidar de plantas ___

Passear ___

Conversar ___

Ir às compras ___

Ir ao médico ___

Ir ao cabeleireiro ou barbeiro ___

Ir ao café ___

Outras ___ Quais? _____

6. ATIVIDADES SOCIOCULTURAIS

Atividades nas quais gostaria de participar ou desenvolver (Assinale com um x)

Lúdico – recreativas – Jogos; trabalhos manuais; crochet; bordar; tricotar, etc. ___

Culturais – cinema; teatro; concertos; museus; exposições. ___

Desportivas – ginástica de manutenção; natação; hidroginástica; caminhadas; cicloturismo; ___

Espiritual ou religiosa – ir à missa, rezar, participar em procissões, etc. ___

Intelectual ou formativa -participar em aulas nas universidades ou academias seniores, conferências; palestras, seminários, leitura. ___

Sociais – participar em passeios ou em atividades realizadas por outras instituições; bailes; cantares ou danças. ___

Datas Festivas – Natal,

Carnaval, Páscoa,

Aniversários, entre outras ___

Outras ___

Quais? _____

7. OUTRAS QUESTÕES

Para si o que é ser uma pessoa institucionalizada? _____

Como acha que os seus familiares ou pessoas próximas veem a pessoa idosa/institucionalizada _____

Quais as tradições e costumes locais, que gostaria que fossem de novo recuperados?

Anexo II – Folha de Presença Mensal da Casa de Saúde Bento Menni



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Folhas de Presenças Mensal ¹⁸



Casa de Saúde Bento Menni

Nome Utente	Período	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Manhã																															
	Tarde																															
	Manhã																															
	Tarde																															
	Manhã																															
	Tarde																															
	Manhã																															
	Tarde																															
	Manhã																															
	Tarde																															
Total																																

¹⁸ Nota: Os espaços devem ser preenchidos, significando a presença do utente. (P- Presença e F- Falta)

Anexo III - Informações das utentes de Deficiência Mental



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Informações das Utentes



Casa de Saúde Bento Menni

Irmãs Hospitaleiras

Nome	Data de Nascimento	Idade	Diagnóstico Geral
M.C.	04/09/1968	48	Deficiência intelectual
A.S.	05/02/1970	46	Deficiência intelectual
R.P.	12/07/1967	49	Deficiência intelectual
C.L.	11/05/1973	43	Deficiência intelectual
E.C.	20/09/1972	44	Deficiência intelectual
C.M.	04/06/1977	39	Deficiência intelectual
L.F.	11/07/1961	55	Deficiência intelectual
M.P.	01/07/1979	37	Deficiência intelectual
R.M.	14/12/1963	53	Deficiência intelectual
I.S.	10/03/1967	49	Deficiência intelectual
P.C.	11/12/1957	59	Deficiência intelectual
R.S.	25/11/1957	59	Deficiência intelectual
I.S.	23/07/1973	43	Deficiência intelectual
F.M.	13/07/1968	48	Deficiência intelectual
C.F.	06/12/1964	52	Deficiência intelectual
E.T.	21/03/1960	56	Deficiência intelectual
S.G.	14/12/1978	38	Deficiência intelectual
F.D.	26/10/1965	51	Deficiência intelectual
I.S.	04/01/1953	63	Deficiência intelectual

P.L.	20/05/1969	47	Deficiência intelectual
O.L.	23/06/1957	59	Deficiência intelectual
M.G.	23/05/1950	66	Deficiência intelectual
C.F.	01/03/1959	57	Deficiência intelectual

Anexo IV -Plano de Estágio

Anexo V - Horas de trabalho

HORAS DE TRABALHO

Mês: Julho, Agosto, Setembro, Outubro de 2016

Dia - Julho	Horas	Dia - Agosto	Horas	Dia - Setembro	Horas
1	8	1	8	1	8
2		2	8	2	8
3		3	8	3	
4	8	4	8	4	
5	8	5	8	5	
6	8	6		6	
7	8	7		7	
8	8	8	8	8	
9		9	8	9	
10		10	8	10	
11	8	11	8	11	
12	8	12	8	12	8
13	8	13		13	8
14	8	14		14	8
15	8	15	Feriado	15	8
16		16	8	16	8
17		17	8	17	
18	8	18	8	18	
19	8	19	8	19	8
20	8	20		20	8
21	8	21		21	8
22	8	22	8	22	8
23		23	8	23	8
24		24	8	24	
25	8	25	8	25	
26	8	26	8	26	8
27	8	27		27	8
28	8	28		28	8
29	8	29	8	29	8
30		30	8	30	8
31		31	8		

Dia - Outubro	Horas
1	
2	
3	8
4	8
5	8
6	8
7	8
8	
9	
10	-
11	-
12	-
13	-
14	-
15	
16	
17	-
18	-
19	-
20	-
21	-
22	
23	
24	-
25	-
26	-
27	-
28	-
29	
30	
31	-

Mês	Nº de dias de trabalho	Nº de horas trabalhadas
Julho	21	168
Agosto	22	176
Setembro	17	136
Outubro	5	40

Relatório Semanal (01/07/2016 a 08/07/2016)

Esta primeira semana de estágio incidiu essencialmente no conhecimento com as utentes, bem como na troca informações entre os técnicos. Fui informada de quais as tarefas diárias que as utentes era obrigadas a desenvolver, e quais as planificações mensais existentes nas quais os mesmo tinham de participar com a minha colaboração nos próximos meses.

Foi-me solicitado pela instituição uma planificação das atividades gerais, que pretendia destacar ao longo deste meu percurso.

No entanto esta semana foi destacada sem dúvida pelo conhecimento, tendo sido desenvolvidos diversos exercícios com o principal objetivo de se darem a conhecer. Achei importante a elaboração de um questionário com questões simples, para ser mais fácil avaliar cada utente, com o simples objetivo de conhece-las um pouco melhor.

Após o impacto que tive durante a primeira semana com este público-alvo, posso afirmar que o grupo de deficiência intelectual/mental, tem características muito próprias, o que poderá dificultar o meu trabalho durante os próximos meses, no entanto não deixará de ser um grande desafio que será alcançado, espero com sucesso.

A mudança de humor das utentes é constante, por exemplo num momento estão muito bem a falar, e a querer participar nas atividades propostas, mas logo a seguir já podem estar a chorar, aos gritos, ou até mesmo a recusarem participar.

A primeira atividade de expressão plástica escolhida foi a construção dos pompons, com o objetivo de conhecer as limitações e as capacidades do utente no que diz respeito há motricidade fina, promovendo a estimulação do fortalecimento muscular dos dedos.

A participação nesta atividade foi de menor número de utentes, como já estava à espera, por esta ser uma atividade mais minuciosa, e que envolve um maior esforço por parte do utente. No entanto a atividade correu muito bem, com aqueles que quiseram participar voluntariamente.

Por outro lado, achei fundamental a construção do relógio para afixar na sala, que teve como objetivo fundamental orientar o utente no desenvolvimento nas tarefas diárias, estando representadas em cada hora uma das suas tarefas.

As caminhadas que decorreram durante a semana foram propostas por mim, no sentido de conhecer as capacidades motoras do utente, tendo sido estas bem encaradas de modo geral pelas utentes.

No meu ponto de vista a atividade que correu menos bem, foi sem dúvida a ginástica geriátrica.

Na tabela que se segue, consta a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (01/07/2016 a 08/07/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
04/07/2016	Manhã	Dinâmicas de Grupo – Conhecimento
	Tarde	Caminhada
05/07/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Jogos de Memória
06/07/2016	Manhã	Motricidade Fina
	Tarde	Caminhada
07/07/2016	Manhã	Ginástica Geriátrica
	Tarde	Atelier de Expressão Plástica
08/07/2016	Manhã	Construção de puzzles
	Tarde	Caminhada e atribuição de pontos

Relatório Semanal (11/07/2016 a 15/07/2016)

Para começar a semana, achei importante conversar primeiramente um pouco com todas as utentes, abordando quais as atividades de destaque que realizaram durante o fim-de-semana, percebendo também quais as utentes que tinham recebido visitas, e quem os tinha ido visitar, visto que este é um dos assuntos mais motivadores para falar com elas.

Seguidamente realizei o jogo quem és?, neste constam diversas questões como: quantos anos tens?, qual o animal favorito, defeitos, qualidades, prato favorito, cor favorita, atividade, entre outras. Este jogo teve um forte impacto com as utentes, movendo-as com grande interesse e dinâmica, em responder as questões que constavam em cada carta.

A atividade de expressão plástica programada para esta semana é conhecida por “Baloíço da amizade e do amor”. Esta nuvem é a nova decoração do painel do mês de julho, o efeito desta decoração cativa todos aqueles que visitam a sala, transmitindo uma forte ligação dos afetos estabelecidos entre as utentes. Os corações sempre foram sinónimo de amor, alegria, carinho e diversão, coloridos ao critério de cada utente, pode dizer-se que estão cheios de vida.

Ao longo destes dias achei necessário fazer uma remodelação da sala, visto que esta ainda tem muitas decorações que se associam ao Carnaval. No entanto o principal problema com o qual me tenho deparado, é sem dúvida a disposição das mesas da sala onde desenvolvo grande parte das atividades, porque não consigo reunir todas as clientes o que dificulta o meu trabalho, e a explicação das atividades que pretendo desenvolver.

Após o meu pedido de autorização para a remodelação da sala, solicitei ajuda das utentes, que não reagiram nada bem ao meu pedido. Foi um processo um pouco complicado, porque não queriam mudar do lugar, onde se encontravam sentadas. Optei então por conversar com as utentes, explicando qual o motivo que me levava a fazer estas mudanças, acabando por escolher uma hora em que tinha menos utentes dentro da sala, para evitar rejeições.

O primeiro contacto das utentes após a remodelação da sala, foi positivo. A disposição das mesas pela qual queria optar inicialmente era formar um “U”. Esta disposição não me foi possível, porque limitava muito a circulação das utentes dentro da sala de aula, acabando por optar formar um “L”, e colocar uma mesa no centro da sala.

Esta semana tive a possibilidade de assistir a duas sessões de treino de memória, com um grupo de doentes do serviço da psiquiatria. Foi uma experiência muito enriquecedora a nível não só profissional, mas também pessoal. Aprendi muito com estas pessoas conhecendo um bocadinho das suas dificuldades e vidas.

Estas são sessões de extrema importância não só para as utentes da psiquiatria, mas para qualquer utente visto que a maior parte dos que se encontram institucionalizados se encontram em constante perda de memória, o que dificulta a vida destes seres humanos, acabando por perder a orientação do tempo, das horas, dos dias e até mesmo de quem eles são. A maioria do grupo conseguiu responder às expectativas desejadas, se bem que um terço dos restantes elementos do grupo presentes nestas sessões não conseguia corresponder ao que lhes era solicitado.

Esta semana fui ainda convidada a participar numa ida ao rio com o mesmo grupo, para experimentar uma canoa que o atelier da psiquiatria tem estado a fazer no último mês.

Esta foi a minha primeira saída nesta instituição, o ambiente durante a viagem foi muito agradável, cheio de animação. O local escolhido para esta primeira experiência, foi o rio do Mondego, no Porto da Carne, por este ser um sítio onde as utentes tinham pé para andar, pois nem todos sabem nadar. Todas as utentes tiveram a possibilidade de andar na canoa, mas só um das utentes é que quis tentar aprender a remar.

Esta canoa ainda não está pronta, e está preparada para transportar até 2 pessoas.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (11/07/2016 a 15/07/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
11/07/2016	Manhã	Dinâmicas de Grupo (jogo quem és?)
	Tarde	Remodelação da sala e Caminhada
12/07/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Caminhada
13/07/2016	Manhã	--
	Tarde	Caminhada
14/07/2016	Manhã	Treino da memória
	Tarde	Experiência da canoa
15/07/2016	Manhã	Acabamento de trabalhos pendentes

	Tarde	Atribuição de pontos
--	-------	----------------------

Relatório Semanal (18/07/2016 a 22/07/2016)

Esta semana, assim que cheguei à instituição, já tinha grande parte das utentes aguardarem a minha chegada. Mal lhes abri a porta e as deixei entrar, fui logo abordada por uma senhora que estava extremamente triste, devido ao facto de não ter recebido visitas, nem telefonemas dos seus familiares, durante todo o fim-de-semana.

Acabei por dar especial atenção a esta questão, tentando fazer-lhes perceber de forma muito particular que nem sempre os familiares os podem visitar quando querem, recusando-se mesmo assim a perceber.

A verdade é que a maior parte destas utentes, já permanecem há quase 2 décadas nesta instituição, o que é muito tempo. Embora tenham diagnósticos muito reservados, sou da opinião que alguns familiares pensam que elas não tem noção do tempo, nem notam a sua ausência.

Quando as internaram nesta instituição pensaram, em lhes oferecer uma boa qualidade de vida, sendo também muito importante, mas não só, pois existem muitos outros fatores que contribuem para o seu bem-estar, como a presença da família nas suas vidas.

Este pilar familiar acaba por ser, muitas vezes, os próprios funcionários que tratam delas, dando-lhe amor, carinho e afeto.

Ao longo da semana fui propondo atividades de expressão cognitiva, dramática, desportiva e dinâmicas de grupo.

A avaliação geral das atividades que se desenvolveram esta semana foi positiva. As utentes participaram de forma motivadora e dinâmica, tendo sido algumas das atividades propostas elogiadas, referindo ainda, que não têm por hábito desenvolver certas atividades, que eu tenho tentado proporcionar.

No entanto partilho da opinião que a coordenação motora fina, precisa de ser muito mais trabalhada, para que as atividades sejam realizadas da forma mais correta possível.

A minha intervenção nas atividades foi constante, para que fossem alcançados os objetivos delineados.

Esta semana tive ainda a oportunidade de assistir a uma sessão de catequese das utentes, tendo sido excecionalmente durante a tarde, para conseguir juntar os dois grupos, de forma a não falharem nas restantes atividades que a instituição oferece.

A sessão esta semana decorreu na capela da Casa de Saúde, tendo sido iniciada uma breve explicação da capela desde a sua construção, até atualidade, a fim de recordar as utentes de toda a sua evolução. Consegui apurar que esta sessão na capela acontece apenas uma vez em cada mês, sendo que as restantes acontecem numa das salas que a Casa de Saúde dispõem.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (18/07/2016 a 22/07/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
18/07/2016	Manhã	Dinâmicas de Grupo
	Tarde	Caminhada
19/07/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Caminhada
20/07/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Caminhada
21/07/2016	Manhã	Atividades de Estimulação Cognitiva
	Tarde	Catequese
22/07/2016	Manhã	Preparação da lembrança para o dia dos Avós
	Tarde	Atribuição de pontos

Relatório Semanal (25/07/2016 a 29/07/2016)

Esta semana comecei novamente com uma conversa com as utentes, sobre o seu fim-de-semana. Mais uma vez o tema de conversa de eleição foram as suas supostas férias a casa com os seus familiares, fazendo a contagem dos dias que faltam para as virem buscar.

Contínuo acha-las muito ansiosas, posso ainda afirmar que a cada semana que passa noto mais isso. Por isso, foi importante falar com a psicóloga da instituição sobre esta questão, que considero de extrema importância para um bom desempenho nas atividades propostas. A psicóloga disse-me que este já é um comportamento dito “normal”, até regressarem das férias, irá ser assim, se bem que aquelas utentes que permanecem na instituição, ano após ano, vivem com muita ansiedade nestas alturas.

Esta como foi a última segunda-feira do mês, comemoram-se os aniversários de todas as utentes dos ateliers que fizeram anos no mês de julho. Este dia proporcionou uma tarde diferente, juntando todos as utentes dos quatro ateliers na sala de reuniões gerais, que está equipada para dispor, de uma tarde de cinema.

Este mês o filme escolhido foi os “Amigos Improváveis”. Como o filme escolhido é extenso, optou-se por fazer uma pausa para as utentes irem lanchar, retomando a continuação logo de imediato.

Na pausa para o lanche, foram ainda reunidos todos os aniversariantes do mês, para lhes cantarem os parabéns e partir o bolo, celebrando assim, mais um ano das suas vidas.

Para o Dia dos avós resolvi propor uma pequena lembrança às utentes, lembrando-as da data que se comemora. Optei por construir separadores de folhas/livros que representam a própria data, bem como umas flores para oferecer às “avós” da instituição.

Foi-me solicitado pela psicóloga da instituição, remodelar todos os trabalhos manuais existentes, proporcionando um ambiente favorável na adesão de novas atividades em tempo de lazer.

Desde o início, que tenho proposto trabalhos manuais que considero diferentes dos quais estão habituadas a desenvolver. Espero ainda assim, conseguir responder ao desafio que me foi dado, pois sou da opinião que o ambiente também influencia a disposição, e comportamento do ser humano.

No dia 26 de Julho, o Município da Guarda tomou mais um ano a iniciativa de celebrar o dia dos Avós, com um encontro Intergeracional no Parque Urbano do Rio Diz.

A Câmara Municipal da cidade responsabilizou-se por toda a organização, convidando cerca de 26 freguesias, contando com o apoio da EAPN (Portugal/Núcleo Distrital da Guarda), no âmbito do programa “Guarda +65”, sendo esta a VII edição.

Neste encontro participaram avós, netos, familiares, estagiários e funcionários de diversas instituições, contribuindo todos estes, para um ambiente favorável.

Foi com muito prazer, que a Casa de Saúde Bento Menni aceitou este convite. O encontro proporcionou-se por volta das 14 horas, reunindo cerca de 400 pessoas. Foram muitos os momentos de diversão e convívio que surgiram durante toda a tarde, tais como: canções, danças, jogos tradicionais...

Para marcar a abertura deste evento a Dr^a. Ana Baptista fez um comunicado, agradecendo a participação e a colaboração de todos os presentes.

Esta celebração terminou por volta das 17h00, com a partilha de um lanche de convívio entre toda a comunidade.

Uma outra atividade que marcou a semana, foi sem dúvida a construção dos labirintos. Estas são atividades muito antigas, frequentemente usadas para estimular o desenvolvimento da coordenação de motricidade fina. Estes são uma espécie de quebra-cabeças cheios de caminhos estreitos que podem ser percorridos, mas que nem todos contêm saída. Os labirintos, são atividades atualmente implementadas com alunos do pré-escolar, ou com pessoas com deficiências cognitivas, praticando as habilidades de matemáticas.

A sessão da catequese desta semana, iniciou-se contando uma canção “Caminhando eu vou...”. De seguida a catequista contou uma parábola do rico aventureiro, alertando as utentes que para alcançar seja o que for, terá sempre de haver trabalho. Devemos ser ambiciosos, mas não egoístas, temos que nos ajudar todos uns aos outros. Moral desta história - “quando não se partilham as coisas com os outros, não se usufrui de nada. Ou seja, nem é para nós, nem para os outros, foi justamente o que aconteceu ao rico aventureiro.

As utentes foram ainda questionadas do que fariam com a sua colheita, se fosse em excesso, e não tivessem espaço para guardar.

A parábola desta semana ajuda-nos a pensar não só em nós, mas também nos outros. Esta sessão terminou, após cantar a canção da formiguinha.

Para finalizar esta semana, bem como todas as anteriores, foram reunidos todos as utentes para atribuição de pontos, avaliando todo o comportamento e prestação que tiveram nesta última semana.

Esta semana assisti pela primeira vez à troca dos pontos, isto é, só teve a oportunidade de trocar os pontos por um objeto à escolha do utente, quem realmente continha a pontuação necessária para tal. Nem todas as utentes, têm tido o comportamento mais adequado, tendo-lhes sido negado aos mesmos pela psicóloga a troca dos pontos que continham.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (25/07/2016 a 29/07/2016)		
“Um espaço hospitalero aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
25/07/2016	Manhã	Atividades de estimulação cognitiva
	Tarde	Comemoração dos aniversários do mês de Julho
26/07/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Comemoração do dia Mundial dos Avós
27/07/2016	Manhã	Atividades de estimulação Cognitiva
	Tarde	Atividades de motricidade fina
28/07/2016	Manhã	Catequese
	Tarde	Caminhada
29/07/2016	Manhã	Dinâmicas de grupo
	Tarde	Atribuição de pontos

Relatório Semanal (01/08/2016 a 05/08/2016)

Esta semana atividade de maior destaque, foi sem dúvida a participação das utentes da CSBM, no 4º encontro de Desporto adaptado “Aquasta”.

Foi com enorme prazer que a Casa de Saúde Bento Menni aceitou o tão generoso convite da Associação Sócio Terapêutica de Almeida (ASTA), para a celebração do 4º Encontro de Desporto adaptado “Aquasta”, que se realizou no dia 3 de Agosto.

Este encontro proporcionou-se durante todo o dia, com início às 10h, terminado, o mesmo, por volta das 17h. Este foi organizado por toda a equipa da ASTA, em colaboração com o Projeto de Financiamento pelo Programa de Financiamento a Projetos INR, I. P.

O 4º Encontro de Desporto adaptado “Aquasta”, teve como principal objetivo promover a união entre pessoas portadoras de doença/deficiência através de atividades desportivas, para mostrar à comunidade quem são, e o que são capazes de fazer, verificando-se desta forma que quando se tem força de vontade tudo se consegue alcançar, derrubando as barreiras com que cada um se vai deparando.

Neste marcaram presença cerca de 9 instituições, o que comprovou que a cada ano que passa, a interajuda se vai tornando maior, e que a população está cada vez mais participativa em ações que dinamizem estas causas. Este promoveu a partilha, convívio, a ajuda e interajuda, quer entre pessoas portadoras de deficiência, quer pelos monitores, ou até mesmo colaboradores.

Durante a manhã foram promovidas atividades aquáticas, dança de roda, futsal, passeio de burros, youga, karaté, as quais as utentes representantes da Casa de Saúde Bento Menni tiveram a oportunidade de experimentar, com muita alegria e diversão.

É importante referir que para cada atividade era formado um grupo, formado por participantes das várias instituições convidadas.

No período da tarde tivemos o prazer de assistir a uma Tertúlia, orientada por uma das responsáveis da organização, estabelecendo um debate, abordando questões muito importantes, tais como: a existência de uma barreira do preconceito na sociedade, quais as diferenças das necessidades, e oportunidades que teve a ASTA quando começou, em relação à atualidade.

Revelando ainda assim que foi com muito trabalho e dedicação que chegaram até aqui, citando que a “competitividade é uma excelente ferramenta, para dinamizar um

grupo.” Após este debate foram ainda questionados todos os participantes para que os mesmos sugerissem novas atividades, ao mesmo tempo que avaliaram o programa implementado, dando a sua opinião.

Por fim, o encerramento foi marcado por um lanche de convívio, aproveitando nesse momento para nos despedirmos e agradecer a enorme alegria e carinho, que demonstraram ter conosco durante toda o dia.

Foi proposto as utentes criarem uma árvore que retrata-se os “Valores Humanos”, levando-as a refletir sobre cada valor que o homem tem na sociedade, acabando por sugerir quais os valores humanos que se identificam. Foi uma atividade que envolveu trabalho de grupo, promovendo aceitação de opiniões umas das outras.

Tive ainda a possibilidade de assistir a uma aula de ginástica das utentes com quem estou a desempenhar funções de animação, lecionada por um professor licenciado em Desporto. Inicialmente fiquei a assistir aos exercícios que eram propostos, conseguindo avaliar as capacidades motoras de cada utente. Com o decorrer da aula, o professor sugeriu a minha participação, está aula para além de promover as capacidades motoras, estimulou as capacidades de memória, questionando-as essencialmente para a identificação no espaço das cores que se associam ao objetivo, ou indicação dada.

Terminamos esta sessão com um retorno à calma, recorrendo à técnicas de técnicas de técnicas acompanhada por um som calmo.

Alguns dos exercícios realizados, já tinha tido o prazer de experimentar, não deixando no entanto de ter sido enriquecedor para mim enquanto futura profissional. Foi-me possível observar a forma com os exercícios eram apresentados, assim como o vocábulo utilizado para a sua explicação.

Considero no entanto que esta não foi uma das semanas que melhor consegui acompanhar este grupo, para além de muitas utentes se encontrarem de férias, também não tive a possibilidade de levar para a ASTA todas as utentes pelas quais estou responsável, devendo-se ao facto de muitas não reunirem as condições físicas necessárias para executar as atividades propostas. No entanto esta semana achei que na atribuição de pontos lhes deveriam dar uma oportunidade que serviu como incentivo me mostrarem que realmente conseguem ter um bom comportamento, atribuída pontuação positiva para a troca de pontos de praticamente todas as utentes.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (01/08/2016 a 05/08/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
01/08/2016	Manhã	Dinâmicas de grupo
	Tarde	--
02/08/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Caminhada
03/08/2016	Manhã	Participação na Aquasta
	Tarde	Continuação
04/08/2016	Manhã	Catequese
	Tarde	Caminhada
05/08/2016	Manhã	Ginástica Geriátrica
	Tarde	Atribuição de pontos

Relatório Semanal (08/08/2016 a 12/08/2016)

Esta semana achei interessante começar a semana, por promover um momento de leitura. Neste momento achei pertinente associar o jornal Serrano a esta atividade, visto que este é o jornal pertence à Casa de Saúde. Durante a leitura achei importante fomentar algumas questões referentes ao jornal, tais como: “Como se chama o jornal?; Quais as atividades que foram desenvolvidas durante o mês de Janeiro e Fevereiro (apenas saí uma edição cada 4 meses); quais as datas em que se realizaram as atividades; entre outras questões.

Este momento de leitura teve como principal objetivo estimular as capacidades de memórias de cada utente, levando-os a refletir sobre cada data comemorativa em que participaram, recordando algumas experiências vividas.

Uma das atividades de expressão plástica que se realizaram no princípio da semana, foi a construção do arco-íris, com o objetivo de promover a identificação das cores pelas quais é composto, e a orientação do dia, isto é, num dos lados está o sol, que representa o dia, e no outro lado está a nuvem que representa a noite.

A atividade de eleição de estimulação cognitiva desta semana, foi o jogo do semáforo. Este é muito parecido ao jogo do galo, com a diferença de que são introduzidas três variantes de formas: círculo, triângulo e quadrado, em que cada uma destas formas tem uma cor (vermelho, amarelo, verde). O jogo do semáforo possibilita a participação de três pessoas. Inicialmente foi um jogo difícil de compreender, embora tenta-se explicar de várias formas, todas elas simplificadas não foi fácil a sua compreensão. Este foi construído pelas utentes, e tem como objetivo estimular a memória.

Tive a possibilidade esta semana de colocar em prática o jogo do bingo, que funcionou muito melhor do que o que esperava, as utentes divertiram-se imenso recordando esta atividade o resto da semana. Houve algumas trocas na distinção do som, mas nada que não estivesse já à espera.

Experimentei a sessão de relaxamento com as utentes que tem maior mobilidade, para que fosse possível desafiar-las para se deitarem no chão e elas pudessem corresponder.

O espaço escolhido para a sessão foi o ginásio, comecei por espalhar colchões, fechar as persianas, e colocar sons de relaxamento. Optei por sons africanos, porque acho que os próprios instrumentos que os africanos usam provocam uma grande sessão

de relaxamento e tranquilidade. Pedi ao grupo para fechar os olhos, e remeter-se ao relaxamento, até eu dar indicações contrárias. Inicialmente não foi fácil, as utentes não conseguiam estar concentradas de olhos fechados e caladas, soltando risos, e conversas alheias. Fiquei um bocadinho desconfortável com a situação, não estava a correr como eu desejava, mas consegui pelo menos terminar esta sessão melhor do que comecei.

Após várias vezes insistir nas regras da atividade, conseguiram estar sossegadas nos últimos 15 minutos, a sessão foi programada para 30 minutos penso que o balanço acabou por ser positivo. Foi uma atividade que apesar de tudo vou colocar mais vezes em prática, não é por não ter corrido tão bem uma vez, que já não vou promover-la mais.

Senti que depois de perceberem o objetivo da atividade, conseguiram aproveitá-la da melhor forma que lhes foi possível. Tinha esta atividade planificada já algum tempo, só não tinha tido ainda a oportunidade de a desenvolver.

Esta foi a última semana de catequese até a instrutora regressar de férias. Foi uma sessão mais tranquila em relação às anteriores, baseada em algumas canções, tal como a canção da formiga que já estava esquecida. A instrutora pastoral lembrou ainda as utentes, de qual o tema que o evangelho ia retratar este domingo.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (08/08/2016 a 12/08/2016)		
“Um espaço hospitalareiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
08/08/2016	Manhã	Leitura do jornal Serrano
	Tarde	Atelier de Expressão Plástica
09/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação cognitiva
	Tarde	Caminhada
10/08/2016	Manhã	Sessão de Relaxamento
	Tarde	Dinâmicas de Grupo
11/08/2016	Manhã	Catequese
	Tarde	Caminhada
12/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação cognitiva
	Tarde	Atribuição de pontos

Relatório Semanal (16/08/2016 a 19/08/2016)

Esta semana como foi feriado na segunda-feira dia 15 de agosto, só me apresentei na casa de saúde no dia seguinte, como as restantes funcionárias dos ateliers. Deparei-me com uma enorme quebra de presenças por parte das utentes, o que não me surpreendeu-me, porque aquelas que ainda não tinham ido de férias tinham-me dito que ainda iam durante este mês praticamente todas. As que já tinham ido de férias, também me tinham alertado com entusiasmo que iriam passar mais uns dias com os seus familiares, e como muito dos emigrantes estão praticamente de partida aproveitaram o feriado para as vir buscar.

Visto que tinha cerca de sete utentes no atelier aproveitei para desafiar-las para a resolução de fichas de trabalhos, onde constavam alguns desenhos para detetar as diferenças, e sopas de letras. Não foi uma atividade fácil para elas conseguirem perceber principalmente a sopa de letras, notei que foi sem dúvida a atividade em que tiveram mais dificuldade. No entanto como eram tão poucas utentes, em relação as restantes semanas consegui fazer um maior acompanhamento a cada uma.

Esta semana resolvi pela primeira vez promover uma atividade que envolve-se o recorte e a colagem, estimulando a motricidade fina de cada utente. Como continuam a chegar aos poucos os utentes, achei um momento indicado para desenvolver esta atividade, visto que consigo dar um maior acompanhamento e ajuda. A atividade correu com sucesso e motivação por parte de todas as utentes que participaram.

Achei pertinente voltar a promover uma manhã apenas para dinâmicas de grupo, implementando jogos tradicionais, entre atividades relacionadas com ginástica. O jogo que mais se destacou pelas utentes, manifestando grandes entusiasmos na sua realização, foi o jogo do macaquinho chinês. Outro jogo que teve sucesso foi “O que é que estás a fazer?”, inicialmente não foi fácil conseguirem perceber a sua lógica, tendo assim adotado novas estratégias como por exemplo, este jogo foi praticado com o grupo todo, e tinham apenas que dizer ação verdadeira que estavam supostamente a realizar, fomentando desta forma a concentração e o raciocínio rápido. Quando referi que esta atividade não tinha sido fácil, disse-o porque as utentes tem grande dificuldade em ter um raciocínio rápido, mas para além desta condicionante este também requer uma grande capacidade de criatividade, não podendo repetir as ações já anteriormente referidas.

No dia 19 de Agosto comemora-se o dia Mundial da Fotografia, promovi uma atividade especialmente para este dia. Desafiei as utentes para uma sessão fotografia,

foram tiradas fotografias em grupo e individual. Após reunir todas as fotografias construí um vídeo e mostrei-o as utentes, satisfazendo desta forma a sua curiosidade. Esta semana foi mais calma, se bem que no final da semana já consegui reunir mais da metade das utentes no atelier.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (16/08/2016 a 19/08/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
16/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação cognitiva (Fichas de trabalho)
	Tarde	Caminhada
17/08/2016	Manhã	Sessão de Relaxamento
	Tarde	Atelier Expressão Físico-Motora
18/08/2016	Manhã	Atelier Expressão Físico-Motora
	Tarde	Atelier de Expressão Plástica
19/08/2016	Manhã	Comemoração do dia Mundial da fotografia
	Tarde	Caminhada

Relatório Semanal (22/08/2016 a 26/08/2016)

De forma geral esta foi uma semana complicada, com muitas mudanças de humor. Tive infelizmente a oportunidade de assistir a uma forte discussão entre duas utentes, levando-as a agredirem-se verbalmente e fisicamente, tendo sido impossível de as controlar sem a intervenção dos enfermeiros, que estão altura de controlar estes momentos menos agradáveis.

Passadas algumas horas após serem repreendidas de forma rigorosa pelo comportamento menos apropriado, tiveram a consciência de que ambas deviam de pedir desculpa. A origem desta discussão, não é de todo desconhecida para quem trabalha diariamente com estas utentes, visto que ambas tem feitios e personalidades muito vincadas, o que as leva a não ficar atrás sempre que alguém lhes diga algum que não seja de seu agrado, principalmente aquelas colegas com quem menor relacionamento tem.

Esta foi uma semana para mim muito complicada, porque regressaram de férias e agora consta-lhes um pouco incutir novamente as regras que a CSBM tem ao seu dispor. Levando-as a não terem iniciativa de participar nas atividades promovidas, a refugiar-se no seu canto sem querer o mínimo contacto com umas com as outras. Mas nem todas reagem desta forma, tive oportunidade de ter utentes que apesar do mimo todo que tiveram durante as férias com os seus familiares, vem felicíssimas participando nas atividades com grande iniciativa e entusiasmos. Mas não me posso esquecer de referenciar aquelas que não foram ainda, e que já não vão a casa de familiares. Estas são um desafio diário, porque para além de infelizmente não terem ninguém que as venham buscar e até visitar, refugiam-se de tal forma que nem um passeio/caminhada pelo jardim querem fazer. É nestas alturas que sinto o quão o carinho e amor familiar é fundamental na vida de qualquer ser humano, questionando-me o porque de colocarem estas senhoras em lares, neste caso nesta tão generosa casa de saúde e nunca, nunca mais é a palavra mais correta as virem visitar já que mais não seja. É isto que as faz perder a vontade de viver, que as deixa amargamente infelizes, sem vontade para nada. E é neste sentido que tenho tentado batalhar como animadora, conforta-las o mais e melhor que consigo desde o primeiro dia do meu estágio, é assim e será até ao último, porque elas sentem e sabem o que lhes faz falta, a deficiência mental não as incapacita, e ainda bem que assim é. Esta a ser um enorme desafio trabalhar com elas, e cada dia que passa sinto que cada uma delas me pertence à sua maneira, com histórias, vidas,

feitos, diferentes, cada uma me conseguiu cativar de uma forma especial, à sua maneira.

Esta semana não foi rica em atividades, mas foi rica em sentimentos, emoções, conversas, e cumplicidade que cada uma teve comigo.

No entanto atividade que destaquei e sabia que as iria motivar, foi a construção da calendarização dos aniversários de cada utente.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (22/08/2016 a 26/08/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
22/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação Cognitiva (Fichas de trabalho)
	Tarde	Conversa de grupo
23/08/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Ginásio – sessão de Relaxamento
24/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação Cognitiva (Fichas de trabalho)
	Tarde	Dinâmicas de Grupo
25/08/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Ginásio – Sessão de relaxamento
26/08/2016	Manhã	Ginástica Geriátrica
	Tarde	Atividades de estimulação musical no pátio

Relatório Semanal (29/08/2016 a 02/09/2016)

Esta semana é a última semana do mês de Agosto, por isso são então comemorados durante o período da tarde, todos os aniversários que decorreram neste mês na CSBM. Para a organização deste evento mensal, é feita uma tabela anual, onde constam os nomes das funcionárias, ficando apenas uma responsável pela organização do evento, sendo ainda nomeada uma colaboradora para a sua concretização.

Este mês os aniversários foram comemorados de forma diferente, visto que anualmente normalmente visualização filmes, como estamos numa estação quente tentou-se aproveitar o sol que brilha no pátio da casa de saúde. Foram colocadas músicas tradicionais de fundo para animar o grupo, incentivando os utentes para virem dançar para o centro. O lanche deste dia foi bolo, cantando antes de este ser partido os parabéns e apagando as velas, apenas as aniversariantes do mês, este decorreu durante a hora normal. No final do dia os utentes, foram levadas para as salas de estra, aguardando que as chamassem para o jantar.

A atividade de destaque desta semana, foi completamente diferente, tendo sido desenvolvido atividades direcionadas para bordados, rendas, crochês e malhas, aproveitando os conhecimentos que cada uma tinha nas diversas atividades.

Fiquei a perceber quais as suas limitações e capacidades nestas atividade. Esta é uma atividade que pretendo dar continuidade mais vezes, visto que para além de ser diferente, promove a motricidade fina. Nesta participaram apenas metade das utentes, as restantes não aderiram porque não se mostraram interessadas nem disponíveis em aprender, ou simplesmente porque não revelam qualquer tipo de interesse.

Esta semana tive ainda o prazer de conhecer uma senhora do atelier 3, que é portadora da doença de cegueira e perda de audição, uma história de vida sem dúvida emocionante. Tive a oportunidade de conhecer como tudo isto aconteceu, porque este ser humano nasceu sem nenhuma limitação neste sentido. Fazendo um resumo muitíssimo breve de como tudo isto surgiu, após várias consultas no oftalmologista, foi alertada para este problema, pois a perda de visão ia-se fazer a cada dia que passa mais. E assim aconteceu, dia para dia a sua visão reduzia, e num piscar de olhos deu por si completamente cega, a recorrer a uma escola para aprender a ler e a escrever em braille. Foi assim a sua vida durante algum tempo, as viagens a Lisboa eram constante, em busca de uma esperança, aquela a que se tinha de agarrar para conseguir viver e suportar

esta maldita doença, que um dia lhe foi aparecer. Para além de ler e escrever, foi aconselhada pelo seu oftalmologista a desenvolver outras atividades, e lá teve a oportunidade de desenvolver o seu tacto. Hoje em dia tem uma vida completamente normal, vive na CSBM há relativamente pouco tempo, está inserida no atelier 3, onde pratica atividades de renda, lã, croché, entre outras.

Para terminar a semana, foi retomada a sessão da atribuição dos pontos das utentes, avaliando todo o comportamento que as utentes mantiveram durante o período de férias da psicóloga, responsável por estas sessões.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (29/08/2016 a 02/09/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
29/08/2016	Manhã	Atelier de Expressão Plástica
	Tarde	Comemoração dos aniversários
30/08/2016	Manhã	Atividades de estimulação Cognitiva (Fichas de trabalho)
	Tarde	Caminhada
31/08/2016	Manhã	Atividades de croché, renda, bordados, malhas
	Tarde	Continuação da atividade
01/08/2016	Manhã	Ginásio – sessão de Relaxamento
	Tarde	Conversa de grupo
02/08/2016	Manhã	
	Tarde	Atribuição de pontos

Relatório Semanal (13/09/2016 a 16/09/2016)

Após a interrupção de uma semana férias regresssei à CSBM pronta a desenvolver muitas mais atividades, conseguindo desta forma concluir o meu estágio curricular.

A necessidade de ter contacto com as utentes já se fazia sentir, por um lado é bom, mas é importante também ter a consciência da forma como nos apegamos as pessoas.

No dia em que me apresentei na casa de saúde após esta interrupção fui surpreendida por uma funcionária da CSBM, que inicio nesse mesmo dia a substituição da monitora deste atelier. A pessoa responsável pelo meu estágio pediu para me avisarem que assim que chegasse me deveria deslocar ao seu gabinete pondo-me ao corrente deste sucedido. Foi-me colocado o desafio de conhecer melhor os restantes ateliers, bem como o público-alvo que está inserido em cada um, ajudando-me de alguma forma a desapegar-me do grupo com o qual desenvolvi todas as minhas atividades de estágio. Fui acompanhando essencialmente o atelier de deficiência profunda e o de “rendas”, aproveitei para conhecer um pouco melhor cada utentes, perceber quais as atividades que mais gostava de desenvolver, quais as razões pelas quais estão internadas nesta casa de saúde, entre outras. Gostei imenso porque conheci pessoas fantásticas com pensamentos, feitos, personalidades completamente diferentes. Claro que este conhecimento se destacou menos com as utentes de deficiência profunda, optando por estabelecer o contacto de forma diferente, mais afetiva.

Tive a oportunidade de assistir novamente as sessões de treino de memória com o grupo da psiquiatria.

Esta semana decidi aproveitar para conhecer mais alguns projetos e programas que a CSBM oferece que ainda não tinha tido a oportunidade de conhecer, como por exemplo as sessões de ginástica no ginásio. Este espaço é fabuloso, tem ao dispor das utentes diversas máquinas de ginástica, respondendo as suas necessidades. Tive a possibilidade de experimentar cada uma delas, assim como assistir a toda esta sessão incentivando-as para praticar esta atividade com dinâmica e entusiasmo, contribuindo para uma qualidade de vida mais saudável.

Esta semana foi proposto a todas as monitoras dos ateliers desenvolver uma pequena lembrança para as jornadas que irão decorrer na semana aberta, que está agendada desde o dia 10 de Outubro até ao dia 15 de Outubro. A lembrança deverá ser oferecida a todos aqueles que queiram assistir as jornadas, sendo está uma caixinha de

papel que irá guarda um pequenino sabonete. Os sabonetes serão feitos pelas irmãs e possíveis ajudantes da sua confiança.

Não posso deixar de afirmar que esta semana foi para mim uma semana que considero diferente de todas as outras. Custou-me um pouco manter-me afastada das utentes de deficiência mental, e sempre que me mantinha muito tempo ausente vinha sempre alguma delas ter comigo e a questionar-me do motivo pelo qual já não estava tão presente no atelier e se já não queria saber delas, entre outras questões.

Para compensar um bocadinho esta semana, no último dia, na minha hora de saída mal dei conta quando estava a sair da CSBM, senti alguém a correr atrás de mim, olhei para trás e deparei-me com uma utente que vinha ter comigo para se despedir de mim e desejar-me um bom fim-de-semana. Foi um momento sem dúvida único, é por momentos como estes que adorei todas as semanas que aqui tenho passado, porque no fundo elas agradecem sempre, já que mais não seja com um simples sorriso na cara.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (13/09/2016 a 16/09/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
29/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Conversa com o grupo de deficiência mental
30/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Conhecimento do grupo de psicogeriatría
31/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Atelier de Expressão Plástica
01/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Atividades de estimulação Cognitiva (Grupo de deficiência profunda)
02/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Atelier de Expressão Plástica

Relatório Semanal (19/09/2016 a 23/09/2016)

Esta semana comecei por assistir a uma sessão de dinâmicas de grupo, promovidas por uma funcionária da casa de saúde. Esta sessão acontece todas as semanas, duas vezes por semana, com o público-alvo da psiquiatria. Esta sessão foi retomada após um período de férias de verão dos funcionários, tendo sido questionados os utentes de qual atividade que gostavam de realizar e prepara para comemorar a semana aberta. Esta semana tive conhecimento pelos utentes das sessões de relaxamento promovidas por alguns dos enfermeiros, que obtiveram um grau de especialidade psiquiátrica, no que remete para o relaxamento.

Estas sessões surgiram por uma investigação que foi realizada pelos enfermeiros, testando o nível de ansiedade antes e depois das sessões comprovando que é uma atividade importante de ser realizada, já que os resultados obtidos são positivos.

Na terça-feira após a chegada de todas as monitoras dos ateliers, foi realizada uma reunião informando as funcionárias de como deverá ser organizada a semana aberta, que decorrerá entre o dia 10 a 15 de Outubro, na CSBM.

Esta semana assisti pela primeira vez, ao projeto clube dos pensadores, onde alguns dos membros do grupo da psiquiatria está inserido.

No final de cada mês são recolhidos temas sobre o mês seguinte, que trate acontecimentos históricos, culturais, literários, religiosos, entre outros de forma agradar todos os elementos que participam neste projeto. Cada utente fica responsável por pesquisar e escrever sobre 4 temas diferentes.

Os textos são mandados imprimir pelas utentes, assim como são afixados no placar da CSBM. O tipo de letra da impressão deve ser sempre a mesma, conforme as normas das irmãs hospitaleiras.

Na tabela que se segue, está a planificação semanal das atividades:

Plano de atividades Diárias (19/09/2016 a 23/09/2016)		
“Um espaço hospitaleiro aberto ao futuro”		
Dia	Período	Atividades
29/08/2016	Manhã	Dinâmicas de grupo (grupo da psiquiatria)
	Tarde	Continuação da lembrança para as jornadas
30/08/2016	Manhã	Reunião
	Tarde	Caminhada

31/08/2016	Manhã	Clube dos Pensadores
	Tarde	Continuação da lembrança para as jornadas
01/08/2016	Manhã	Treino de memória
	Tarde	Continuação da lembrança para as jornadas
02/08/2016	Manhã	Ginásio
	Tarde	Continuação da lembrança para as jornadas

Relatório Semanal (26/09/2016 a 07/10/2016)

Estas duas últimas semanas recaíram essencialmente num conhecimento de forma geral da casa de saúde, assim como com os públicos-alvo, dos restantes atelier. Por esse motivo achei mais enriquecedor fazer apenas uma reflexão, que aborda-se as duas últimas semanas de estágio.

Manifestei um enorme interesse em interagir de uma forma mais direta com todos os ateliers, possibilitando-me uma maior aprendizagem com os diversos grupos.

Ao longo destas semanas tive um grande contacto com o grupo da geriatria, mais conhecido como grupo das avós, onde as atividades mais desenvolvidas era de estimulação cognitiva e motricidade fina.

Com o grupo da psiquiatria a atividade que desenvolvi durante este período de duas semanas passou pela reconstrução dos santuários. Inicialmente começamos por lavá-los com uma máquina de pressão, e posteriormente aplicação da massa de cimento para que sejam afixados os azulejos de diversas cores, partidos em pedaços.

Para o projeto de Dinâmicas de Grupo, onde o público-alvo da psiquiatria está inserido, foram construídas frases sobre o que cada utente faz para manter uma saúde mental ativa. Após reunidas todas as frases, optei por construir balões de fala, onde as frases se encontram inseridas. O objetivo desta atividade, passava por cada utente tirar uma fotografia com o balão, com a frase que tinha sugerido, e posteriormente ser construído um movie maker com todas as fotografias dos participantes. O movie maker foi apresentado no dia 10 de outubro “dia mundial da saúde mental”, a todo o grupo da psiquiatria.

Durante estas semanas foram constantes as reuniões, em prol da organização da semana aberta de 10 a 15 de Outubro, na qual eu participei na preparação de algumas das atividades.

No meu último dia de estágio, preparei uma atividade destinada apenas para as utentes de deficiência mental, onde cada uma tinha que mergulhar o dedo em tintas de várias cores, deixando de seguida o seu carimbo. Na folha estava desenhada uma árvore com vários ramos, e em cada um deles ficou o carimbo de cada utente.

Este último dia proporcionei para além desta atividade um lanche diferente, apenas para as utentes com quem partilhei grande parte do meu estágio.

Após o meu pedido de autorização, optei organizar o lanche no pátio levando um bolo. Ao mesmo tempo que distribuía o bolo e os sumos por todas as utentes, foram cantadas várias canções manifestando a sua alegria.

Esta não foi de forma alguma, considerada uma despedida, mas sim um “até já”. Principalmente para o grupo de deficiência mental, as despedidas são muito difíceis devido ao facto de estas utentes estabelecer grandes laços de cumplicidade e efetividade com quem por elas passa. Talvez porque muitas delas não tem família, e as que tem não quer saber delas. Isto não se aplica a todas as utentes, pois também existem aquelas famílias que estão presentes em tudo o que é importante para as vidas dos seus familiares. Tentei fazer-lhes perceber que eu ia voltar, como visita de todas elas, e que não me ia esquecer de cada uma delas. Foi um dia particularmente difícil para mim, para além de durante toda a semana pensar que este desafio estava a chegar ao fim, o mais difícil foi mesmo desapegar-me destas pessoas. Não consigo encontrar palavras que descrevam, as emoções deste dia.

Anexo VII – Planificações:
Atelier de Atividades de Dinâmicas de Grupo



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Plano de Atividades

Dinâmicas de Grupo



Casa de Saúde Bento
Menni
Irmãs Hospitaleiras

Objetivos	Atividade	Descrição	Recursos	Duração
- Promover o conhecimento e a reflexão	Apresentação do Questionário	É aplicado o mesmo questionário a todas as utentes, mas de forma individual, permitindo um maior conhecimento de cada uma.	Ficha de questionário; Caneta	2h
- Estimular a memória e a concentração de cada individuo	Jogo do conhecimento	Em roda, cada utente tem lançar a bola a um colega à sua escolha, dizendo o seu nome (olhando nos olhos o colega a quem vai lançar a bola). Este jogo tinha diversas variantes: como passar a bola a um colega, dizendo o nome desse mesmo colega, em vez do seu próprio nome.	Bola	10m
- Desenvolver a memória e a concentração de cada individuo	Jogo do nome	Para a realização deste jogo, é necessário que todos os participantes formem um círculo. Em grupo, todos ao mesmo tempo batem com as duas mãos nas pernas (duas vezes), batendo logo de seguida as palmas, e assim sucessivamente. Por exemplo: ao bater com as mãos nas pernas tinham que dizer o próprio nome, e ao bater palmas tinham de olhar nos olhos de um dos colegas	Não aplicável	15m

		dizendo o seu nome, como se estivesse a passar a vez a outro jogador.		
- Fomentar a memória e a concentração de cada individuo	- Memorização dos nomes através do telefone estragado	Para a realização desta atividade, é imprescindível a formação de uma roda. O utente que começa o jogo deve dizer o seu nome, ao ouvido do colega que está ao seu lado. Posteriormente, o utente seguinte deve dizer o nome do colega anterior, acrescentado o seu nome, e assim sucessivamente. Cada utente deve dizer baixinho para que ninguém perceba, e assim passa a palavra de ouvido em ouvido, até à última pessoa da roda que dirá em voz alta todos os nomes, incluindo o seu.	Não aplicável	30m
- Promover a memória e a concentração de cada individuo	- Esconder a bola	Novamente em roda sentadas à mesa, uma das utentes nomeada pela monitora da atividade, deve ficar de fora e dizer “STOP” no momento que achar mais oportuno, tentando adivinhar quem tem a bola. Enquanto isso não acontece, as utentes vão passando a bola sem mostrar ao nomeado.	Bola	20m

<p>- Estimular a concentração, memória, discursão e partilha de conhecimento</p>	<p>Jogo: “responde à questão?”</p>	<p>As utentes sentam-se à mesa em roda, e tem à sua frente folhas com uma frase/palavra (que estavam viradas para baixo, para que ninguém visse o que lá estava escrito). Todos as utentes tem a oportunidade de tirar uma folha, e desvendar o que nela está escrito. A partir daí cada um fala à sua vez sobre o tema que lhes surgiu na folha, como por exemplo: o prato que mais gosta, os seus defeitos, o que mais gosta no seu corpo, e o que menos gosto do meu corpo, animal e cor favorita, entre outros temas.</p>	<p>Folhas, canetas</p>	<p>2h</p>
<p>- Desenvolver o conhecimento, a concentração e a descontração do utente</p>	<p>Vídeo</p>	<p>Visualização de um vídeo.</p>	<p>Computador, projetor e colunas</p>	<p>10m</p>
<p>- Fomentar as capacidades cognitivas</p>	<p>Dominó</p>	<p>O dominó tem cerca de 28 peças, todas elas têm as faces preenchidas de imagens ou pontos, indicando ações/objetos, ou valores numéricos de 0 a 6.</p> <p>As peças com as quais as utentes jogam contém imagens, dando a oportunidade a cada utente de começar o jogo, cada um na sua vez.</p> <p>O jogo roda no sentido dos ponteiros do relógio, e cada</p>	<p>Peças do dominó</p>	<p>1h30</p>

		<p>jogador tem a oportunidade de encaixar as suas peças nas extremidades do jogo, passando a sua vez sempre que não tem peças, que correspondem ao jogo que percorria.</p> <p>O jogo termina sempre que um jogador terminar as peças, ou quando o jogo fica “fechado”, isto é quando não se tem peças correspondentes ao jogo atual, para este continuar.</p>		
- Despertar a noção corporal e proporciona momentos de descontração e calma	Relaxamento	<p>Este exercício está associado aos 5 sentidos do homem, o grupo agasalha-se o mais possível, e deita-se no chão. Todas as utentes tem que fechar os olhos, cujo principal objetivo é descontrair e recuperar energias. São reproduzidos sons de instrumentos africanos.</p>	Rádio, colunas, CD	45m
- Promover a criatividade, imaginação, coordenação e concentração	“O que estás a fazer?”	<p>O jogo “O que estás a fazer?”, baseia-se na participação de todo o grupo. Cada um a sua vez começa a praticar uma ação , e o colega do lado pergunta “O que é que estás a fazer?”, e ela responde: “estou a pentear-me. Seguidamente essa mesma utente que respondeu pergunta a outro colega “O que é que estás a fazer?, e a utente responde estou a ver televisão, e assim sucessivamente.</p>	Não aplicável	15m

<p>- Estimular a concentração e a criatividade, e a nível sensorial estimula a visão</p>	<p>Jogo do espelho</p>	<p>O jogo do espelho consiste na participação de todas as utentes, estas formam uma roda mantendo-se em pé e fazem vários movimentos. Ou seja, o líder do grupo começa a fazer uma série de movimentos e os outros membros têm de o imitar. Enquanto o líder inicia o exercício, uma das utentes espera, fora da sala, e só entra quando a monitora a chamar. O objetivo da utente que saiu é descobrir quem começou a fazer os exercícios. Assim que entra na sala vai de imediato para o meio da roda para que lhe seja possível uma melhor observação.</p>	<p>Não aplicável</p>	<p>15m</p>
<p>- Desenvolver a confiança</p>	<p>O guia</p>	<p>Em grupos de dois, uma das utentes fecham os olhos e segue a indicação da colega, conseguindo assim chegar até ela.</p>	<p>Não aplicável</p>	<p>5m</p>
<p>- Fomentar a confiança e recolher o espaço</p>	<p>O comboio</p>	<p>Em grupo as utentes colocam-se umas atrás das outras formando uma fila, apenas a primeira participante deve manter os olhos abertos, guiando o grupo. Todas as outras utentes devem fechar os olhos e caminhar devagar umas atrás das outras.</p>	<p>Não aplicável</p>	<p>5m</p>

- Promover momentos de relaxamento	Massagens	Em grupo formam uma roda, e colocam as mãos nos ombros umas das outras, acabando por se massajar umas as outras.		
- Estimular as capacidades de concentração e a descontração	Estátua gémea	Em grupos de dois uma das utentes é a estátua, e a outra é a escultora. De olhos fechados a escultora deve tocar na estátua tentando memorizar a posição em que se encontra a estátua, reproduzindo logo ao seu lado a posição da mesma.	Não aplicável	10m
- Desenvolver a confiança grupal	Cinco sentidos	As utentes foram dos grupos, colocando-se a frente umas das outras, cada grupo a sua vez deve caminhar em direção do colega que se encontra à sua frente de olhos fechados para o abraçar, ou dar um aperto de mão. Para facultar esta atividade o grupo que se encontra no outro lado deve estar com a mão esticada para que as utentes que caminham a consigam encontrar mais facilmente. De seguida	Não aplicável	10m
- Fomentar o convívio, a descontração e a perda de timidez	Mímica	As utentes devem-se sentar em rodas nas cadeiras, e apenas uma voluntaria-se para tentar imitar um ação, sugerida pela monitora	Não aplicável	15m

Anexo VIII – Planificações:
Atelier de Expressão Cognitiva



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Plano de Atividades

Expressão Cognitiva



Casa de Saúde Bento
Menni

Objetivos	Atividade	Descrição	Recursos	Duração
- Estimular a concentração, raciocínio e a observação	Jogo de memória (retira o objeto)	Em cima da mesa, são colocados diversos objetos, e cada utente tem que tentar memoriza-los. Posteriormente, a monitora da atividade pede as utentes para fechar os olhos, enquanto retira/deixa estar os objetos, tentando estimular assim a concentração e o raciocínio de cada utente. Quando é dada a indicação as utentes para abrir os olhos cada um a sua vez tem que tentar identificar os objetos que foram sido retirados, ou não de cima da mesa.	Moinho, pano, ovo, lápis, moldura, copo, moeda, terço, taça, flor, bola	45m
- Promover a memória e a concentração do utente	Jogo de memória (cartas de par)	Em cima da mesa, são colocadas cartas com diversas representações, todas elas misturadas, e viradas ao contrário para que o utente não vissem onde estão o par de cada carta. Cada utente a sua vez tenta adivinhar onde estava o par. Inicialmente este jogo parece um pouco difícil, porque ninguém sabe onde estava o par, mas com o desenvolvimento do jogo e concentração facilmente	Cartas com par	30m

		conseguiam identificar, onde estão os pares de cada carta.		
- Fomentar as capacidades psíquicas e de memória	“Eu apresentei-me”	Em roda, todos os elementos do grupo estão atentos ao passe do novelo de lã. Quando alguém lhe o manda o novelo para as mãos, a utente tem que o agarrar sem o deixar cair ao chão, acabando por dizer o seu nome, e de onde é.	Novelo de lã	10m
- Desenvolver a concentração	Jogo do STOP	A monitora da atividade começa por explicar que esta atividade contém diversas variantes como: países, nomes próprios, flores e objetos. A mesma dá a indicação de cada uma das variantes, dando oportunidade de cada utente dizer o nome de um país, nome próprio, flor e objetos à sua escolha, começando pela vogal ou consoante que o utente quiser. Seguidamente a monitora dá letras como por exemplo o “I”, e cada utente a sua vez tem que dizer o nome de pelo menos um país que começa pela vogal “I”, e assim sucessivamente. Após dizer todos os nomes que se lembram, a monitora fala um bocadinho	Quadro, giz	45m

		de cada país, nome próprio, flor e objetos para que estes associa-se o nome as características mais conhecidas.		
- Despertar a concentração	Identifique quem é quem	<p>É passada uma apresentação em PowerPoint, dividida em várias partes, tais como: identifique as seguintes figuras públicas (como Portugal é campeão Europeu, as figuras públicas estão apenas ligados ao futebol), identifique as seguintes modalidades desportivas, entre outras. Em cada diapositivo que é passado aparecem fotografias de jogadores e treinadores de futebol, bem como imagens de todos os tipos de desportos, que são praticados por todo o mundo, tentando cada utente adivinhar.</p> <p>Posteriormente foi colocada a seguinte questão: “14 de Julho é feriado em que país?”, Após a resposta à questão, é passada uma nova apresentação com a “identificação dos monumentos mais conhecidos na França”.</p>	PowerPoint;	1h
- Estimular as capacidades psíquicas e a sensibilidade dos dedos	Conta com as molas	Em várias folhas estão desenhados círculos, cada um tem um determinado número de círculos, não existindo repetição dos números dos círculos. Cada folha tem os círculos de cores diferentes, para que estes consigam	Folhas de papel, canetas de filtro, molas	30m

		reconhecer as cores. São distribuídas molas, para que as utentes consigam associar as molas ao número de círculos, representadas em cada folha.		
- Promover as capacidades psíquicas	Jogo do Galo	O jogo do galo permite apenas que seja jogado entre duas pessoas, a cada uma delas é-lhes atribuído um símbolo, sendo os mais comuns o (X) e o (O). Os jogadores jogam alternadamente, sendo o principal objetivo alcançar três peças iguais, quer na horizontal, vertical ou na diagonal, ao mesmo tempo que tenta impedir o adversário de ganhar a jogada.	Tampas, tintas guaches, sacas de serapilheira	20m
- Fomentar as estratégias pedagógicas para vencer, sem possibilitar o empate	Jogo do Semáforo (jogo matemático)	O jogo do semáforo é muito semelhante ao jogo do galo, contendo algumas estratégias pedagógicas estimulantes, e sem qualquer hipótese de empate. Este jogo obriga o jogador a recolher as formas, as cores, calculando as estratégias para vencer.	Cartão retangular, 8 peças verdes triangulares, 8 peças amarelas quadradas e 8 peças vermelhas pentagonais	20m
- Desenvolver o reconhecimento auditivo	Deteta o som	São reproduzidos sons, dando a oportunidade ao utente de conseguir identificar o som que está a ouvir.	Leitor de CD, colunas, som	20m

- Estimular o desenvolvimento da coordenação motora fina	Labirintos	São distribuídas fichas as utentes, onde constam labirintos.	Fichas, canetas	25m
- Promover o desenvolvimento das capacidades de concentração	Quais são as diferenças	São distribuídas fichas, onde constam pequenas representações, com diferenças dispersas.	Fichas, canetas	25m
- Fomentar as capacidades cognitivas	Leitura do Jornal “Serrano”	Leitura de alguns dos artigos, que descrevem as atividades em que a CSBM participa.	Jornal	30m
- Promover as capacidades de concentração	Bingo dos Sons	No cartão do bingo aparecem vários animais, objetos, ou pessoas, ao qual cada um produz um determinado som. Por exemplo no carro dos bombeiros, o som produzido está associado à sirene.	Cartão bingo, rádio, CD	25m
- Estimular as capacidades cognitivas	Palavras escondidas	Em várias folhas constam diversas palavras, incompletas. Isto é, existe um ou mais espaços em cada palavra. Cada utente tem a oportunidade de sugerir uma letra “vogal ou consoante”, aproximando-se da descoberta da palavra.	Folhas com palavras	30m

Anexo IX – Planificações:

Atelier de Atividades de Expressão Plástica



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Plano de Atividades

Expressão Plástica



Casa de Saúde Bento
Menni

Objetivos	Atividade	Descrição	Recursos	Duração
- Despertar o utente para as tarefas que mais se destacam no seu dia-a-dia; Estimular a orientação das horas	Construção do Relógio	Para a construção do relógio é necessário desenhá-lo numa cartolina, pintando e recortando diversos círculos, com diversas cores. Cada círculo representa uma ação/tarefa do dia. Esta atividade, para além de tentar inculcar as tarefas diárias a cada utente, estimula ainda aprendizagem das cores.	Cartolina, canetas de filtro, lápis de cera, tesoura, borracha, cola	2h
- Fomentar a coordenação da motricidade fina	Construção de discos de lã	São desenhados com o compasso grandes círculos em cartão, estes são recortados, e posteriormente tapados com lã. Assim que ficam prontos, os discos são pendurados com fio de pesca de diversos tamanhos nas janelas.	Cartão, tesoura, lápis de carvão, borracha, fio de pesca	2h30
- Estimular a tonicidade muscular nos membros superiores e inferiores	Construção dos pompos	Enrola-se uma boa quantidade de fio de lã na mão. Depois da quantidade considerada suficiente de lã, dependendo do volume que se quer dar ao pompom, é colocado um fio no meio da lã, acabando por ata-la.	Lã, tesoura	2h30

		Seguidamente, são recortados com a tesoura as dobras de lã que se observam, dando expressividade ao pompom.		
- Promover a coordenação viso-motora, sensibilidade dos dedos	Construção de estrelas (origami)	São cortas tiras estreitas de papel, de cor lisa ou estampada. Seguidamente são dobradas as vezes que o papel permitir, e posteriormente calcadas, dando então expressividade as estrelas.	Papel, tesoura	45m
- Fomentar a expressar de sentimentos e desejos através da arte; Fomentar o respeito do trabalho em grupo	Baloço da amizade e do amor	Esta atividade começou pela realização de diversos moldes de corações, e posteriormente cada utente tinha que recorta-los, e pinta-los com tintas de guache. Foi ainda solicitado aos utentes que fizessem a colagem de bolinhas de papel colorido, e colassem numa borboleta dada a cada utente. Após todo este processo foi dado um desenho ao grupo, para que cada utente pudesse pintar um bocadinho. Seguidamente todos estes elementos foram afixados no painel da sala.	Cartolina, tintas, tesoura, lápis de cor, borracha, fita-cola	3h
- Desenvolver a coordenação da motricidade fina	Borboletas	São desenhadas borboletas em cartolina, recortadas e coladas bolinhas de papel de seda.	Cartolina, bolinhas de papel de seda, tesoura, cola branca	1h30

- Despertar a curiosidade e o prazer por trabalhos manuais	Tartaruga	São recortados os fundos de garrafas de plástico, e pintadas de tom castanho (de forma a identificarem-se com a carcaça das tartarugas). Seguidamente é desenhado em papel o “corpo” da tartaruga, e recortado. Por fim, é afixada a “carcaça da tartaruga”, no corpo com cola quente.	Fundo de garrafas de plástico, tintas de guache, tesoura	3h
- Estimular a coordenação da motricidade fina	Flores para pendurar	Com papel de seda, são cortadas tiras do tamanho que se pretende dar há flor. Seguidamente, com as tiras de papel de seda é feito uma “sandona”, que por fim é atada, no centro com fio de lã. Após este processo concluído, é dada a forma que se quer as pontas da “sanfona”, dando expressividade e formato à sua flor. Posteriormente, começa-se abrir por partes a flor.	Fio de lã, papel de seda, tesoura	3h
- Promover a coordenação motora em atividades que envolvam movimentos finos de tensão, ligação e recorte	Flores de Jarra	Com papel goma eva, são cortadas tiras e posteriormente dobradas, para que sejam cortadas “franjas” nas mesmas dobras. Seguidamente, em palitos são coladas as tiras de papel goma e dobradas em sua volta, nascendo daí uma flor.	Papel goma, tesoura, palitos, cola quente	2h

- Desenvolver as capacidades de criatividade e concentração	Desenho de Cadáver Esquise	Numa folha A4, são feitas três dobras, e em cada uma delas vai ter a possibilidade de desenhar o que lhes der prazer três pessoas. Nenhum destes participantes podem ver o que foi, ou está a ser desenhado, o objetivo é tentar recriar um desenho, partindo simplesmente de traços visíveis nas dobras do desenho anterior.	Folha A4, lápis de carvão	20m
- Fomentar a expressão livre, através de diferentes materiais	Desenha com imagem	São recortadas imagens das revistas e coladas numa folha A4. Seguidamente, é dada a indicação de que deve fazer um desenho a seu critério, dando uma função à imagem que a sua folha contém.	Folha de papel A4, lápis de carvão, lápis de cor, cola, revistas	45m
- Estimular a motricidade fina	Lembrança do Dia dos Avós	São pintadas molas de pendurar a roupa, ao agrado das utentes, bem como pequenos desenhos relacionados com os avós. Após as molas secas, são colados os desenhos.	Molas, tintas guaches, pinceis	1h30
- Desenvolver a criatividade e a motricidade fina	Bonecas de feltro	Foi desenhada a cara de uma menina numa folha de papel branca, com a finalidade de criar o molde. O molde é recortado e colado na cara da menina. Neste são feitos buracos com o furador, para serem penduradas nos candeeiros do atelier.	Papel feltro, tesoura, cola, caneta bic	35m

- Estimular as capacidades de aprendizagem e criatividade	Logotipo da Instituição	Numa folha de papel é desenhado um coração e uma mão, dando a sensação de que está a segurar o coração que seria colocado logo por cima. O coração por sua vez é uma representação que consta no logotipo da CSBM.	Cartolina, folhas de papel, lápis de carvão, lápis de cera, tesoura, fita cola	30m
- Promover as capacidades de criatividade e a motricidade fina	Girassol	É desenhado num cartão com um compasso um círculo, e posteriormente recortado. De seguida com folhas de papel de revista são construídos cones, que são pintados e colados no cartão uns por cima dos outros.	Cartão, compasso, lápis de cartão, tesoura, revistas, tintas guache, pinceis	2h30
- Fomentar consciencializar as utentes para todos os valores humanos que cada um possui	Árvore dos valores	Esta atividade começa por ser desenhada uma árvore na cartolina, e as letras que correspondem as palavras “Valores Humanos”. De seguida, as utentes pintam e colam as letras. As palavras que são fotocopiadas e coladas, são sugeridas pelas utentes.	Cartolina, papel, lápis de cera, palavras fotocopiadas, cola, fita-cola, tesoura	1h
- Desenvolver as capacidades motricidade fina e criatividade	Porta-lápis	São recortados rolos de papel à medida que se quis dar, e pintados pelas utentes com tinta guache. Após os rolos secos, são decorados livremente pelas utentes, com tintas, fitas e tecidos. Quando a decoração é considerada finalizada, estes são	Tinta guache, cola, rolos de papel higiénico, cartão, tesoura, tecido	1h

		colados numa base de cartão.		
- Promover a orientação do período do dia	Arco-íris	São cortadas tiras de papel goma, de várias cores e coladas no cartão de forma a expressar um arco-íris. Para finalizar cada uma das pontas do “arcos-íris”, é colado o sol e a nuvem, representando o período do dia.	Papel goma, tesoura, folha de papel, cartão, agrafo, cola, lápis de pintar	30m
- Fomentar a criatividade	Construção de um mural “A Natureza”	É dada uma folha de papel cenário, onde as utentes fazem o decalque com tintas guaches das várias folhas de árvores que são apanhadas. Outra variante que esta atividade envolve é picotar à volta das folhas com cotonete, que é mergulhado em tintas guaches. São ainda apanhados ramos de pinho pequenos, que são mergulhados nas tintas e desseguida deslizados no papel cenário, deixando a marca da do ramo. Este mural está sem duvida associado a natureza, visto que os recursos usados praticamente todos naturais.	Cartão, folhas, cotonetes, tintas, pinceis	30m

- Estimular as capacidades de motricidade fina e de criatividade	Construção de flores em caixas de ovos	As bases das caixas dos ovos são pintadas e recortas. Em seguida o pé da flor é feito com palhas, apoiado o botão da flor.	Caixas de ovos, tesoura, pinceis, tinta guache, palhas	1h
- Promover as capacidades de criatividade	Pintura de garrafas e frascos de vidro	A cada utente é-lhes dado frasco ou garrafas, para que possa pintar e decorar a seu gosto. Estes objetos irão fazer parte da decoração do atelier.	Garrafas de vidro, frascos, tintas guache, pinceis	45m
- Estimular as capacidades psíquicas, criativas e a motricidade fina	Bordados, costura, renda, crouché e fada do lar.	Foram promovidas diversas atividades como bordados, costura, renda, crouché e fada do lar, dependendo dos conhecimentos de cada utente.	Linhas, agulhas, tesoura	2h
- Desenvolver a motricidade fina	Colagem	Após todos os elementos do grupo formarem grupos de dois, é dado um desenho que cada grupo deve fazer uma colagem com papel de revista. Os pedaços de papel devem ser cortados apenas com as mãos, bem como todos devem ser de forma geral pequenos. É proibido a qualquer grupo colar pedaços que contenham letras.	Folha A4, cola branca, revistas	45m

<p>- Dar a conhecer os dias dos aniversários de cada utente;</p> <p>- Promover a criatividade</p>	<p>Quadro de aniversários</p>	<p>A animadora junta todo o grupo, questionando cada utente da sua data de aniversário. São recortadas pelas utentes doze mochos, cada um corresponde um mês do ano, as restantes, recortam um quadrado onde consta as datas dos aniversários. Os mochos são afixados no placar, onde também é colado a data dos aniversários. Com papel goma é construído um bolo, que é colocado no centro do calendário.</p>	<p>Fotocopia dos mochos e das datas de aniversário, tesoura, cartolina, cola, pinceis, lápis de pintar</p>	<p>45m</p>
---	-------------------------------	---	--	------------

Anexo X – Planificações:
Atelier de Atividades de Expressão Físico-Motora



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação,
Comunicação e Desporto

Plano de Atividades

Expressão Físico-Motora



Casa de Saúde Bento
Menni

Objetivos	Atividade	Descrição	Recursos	Duração
- Estimular as capacidades físicas	Caminhada	Caminhada pelo jardim da Casa de Saúde do Bento Menni.	Não aplicável	1h
- Desenvolver a dinâmica e a interação grupal	Roda	Em roda todas as utentes dão as mãos umas as outras, caminhando para o lado esquerdo e direito todas ao mesmo tempo, ao som de uma música mexida, para promover a dinâmica do individuo. Outra variante apresentada constava bater as palmas (para o lado direito, lado esquerdo, atrás das costas, entre outras...) e os pés no chão, ora uma ora outra.	Rádio, CD	5m
- Estimular o aquecimento individual de cada utente	Aquecimento	Em roda ao som da música são feitos pequenos movimentos para aquecer o corpo, como por exemplo: rodar a anca, os joelhos, os braços, as mãos e os pés. De seguida é-lhes dada algumas indicações que tem de seguir, como: deitar no chão, levantar, sentar-se, elevar as	Rádio, CD	10m

			pernas, deitar virado para o lado esquerdo e direito, colocar de joelhos, andar de gatas.		
- Despertar as capacidades de concentração	Andar de gatas		As utentes caminham pela sala em cima de várias peças gigantes de puzzle com variadas cores, é dada a indicação de que se devem colocar em cima da peça que constar a cor indicada, deslocando-se apenas de gatas. É ainda utilizada outra forma, o monitor sugere um objeto e as utentes tem que identificar e procurar a cor certa, ao mesmo tempo que se deslocavam. Por exemplo: Cor da melancia por fora “verde”.	Não aplicável	10m
- Fomentar as capacidades físico-motoras	Diversos de exercícios de competição grupal		São divididos os elementos por vários grupos, cada um desenvolve um exercício que lhes é sido indicado pelo monitor, assim que o tempo termina, cada grupo tem que mudar de exercício. Os exercícios são os seguintes: Lançamento de uma bola para o cesto de basquete, atira o alvo (com latas), lançamento de mini arcos para dentro de um cesto.	Cesto, bola de basquete, arco, latas de café, bolas pequenas, mini arcos, cadeiras	20m

- Promover a estabilidade física e psicológica	Tachi	É uma técnica usada na Grécia, com um vasto conjunto de regras e normas, que se utiliza para conseguir chegar onde se deseja. Esta técnica é muito usada para encontrar respostas face as necessidades de cada ser humano.	Não aplicável	10m
- Estimular a concentração e as capacidades físicas	Jogo do Macaquinho Chinês	Um dos jogadores dirige-se À parede de costas voltadas para os outros jogadores, ao mesmo tempo que diz “1,2,3 macaquinho do chinês”, os restantes jogadores correm ou caminham em direção da parede. Quando o contador para de contar e se vira, os restantes jogadores estão em estátua. Quem se mexer volta ao início. Vence o jogo quem chegar primeiro À parede e disser STOP, conseguindo chegar até lá sem ser visto pelo contador.	Espaço interior que contenha uma parede disponível para poder contar	20m
- Despertar as capacidades psíquicas	Jogo da palavra invertida	Os elementos andam pelo espaço, em várias direções. Quando o monitor disser anda os alunos andam, mas quando é dada a indicação para parar, devem fazê-lo. A segunda variante é precisamente o contrário, sempre que é dada a indicação de andar, devem parar, assim como quando for dada a indicação para parar devem andar, ou seja, contrariar a ação indicada. De seguida são indicadas outras variantes, como saltar,	Não aplicável	15m

		<p>andar, correr, abraçar, andar sempre em frente...</p> <p>Para finalizar são usadas 4 variantes ao mesmo tempo: “stop, andar, abraçar, correr”, são praticadas consoante a indicação.</p>		
- Promover dinâmica grupal e diversão	Experimentação da canoa	As utentes da psiquiatria construíram um barco com ruff meytte. Este foi experimentado várias vezes, até ficar totalmente pronto. A primeira vez foi experimentado num pequeno lago que a casa de saúde possui, e as seguintes no rio Mondego.	Carrinha da CSBM, elásticos, remos, canoa, coletes	45
- Fomentar a criatividade grupal	Jogo com bolas	<p>São formados grupos de dois elementos, e a cada grupo é atribuída uma bola. Para cada grupo é dada a indicação de com que parte do corpo devem segurar a bola, como por exemplo: barriga, costas, braço, rabo... Nenhum dos grupos deve deixar cair em momento algum a bola.</p> <p>De seguida são pedidos dois voluntários do grupo para circular com a bola com uma determinada parte do corpo, ao mesmo tempo que tentam apanhar os restantes elementos do grupo sem deixar cair a bola.</p>	Bola	25m

- Explorar a expressividade do corpo e desenvolve a expressão corporal	Diferentes formas de andar	Caminham com as pontas dos pés, calcanhares, com os pés para dentro e para fora.	Não aplicável	10m
--	----------------------------	--	---------------	-----

Anexo XI - Métodos de Avaliação

Avaliação

O presente questionário enquadra-se num estágio curricular, da Licenciatura de Animação Sociocultural do Instituto Politécnico da Guarda. Tem como objetivo fundamental, avaliar todas as atividades implementadas durante o período de estágio.

Idade ____

Númera de 1 a 5 cada atividade, consoante o seu gosto:

Atelier de Atividades de Dinâmicas de Grupo					
Atividades	Classificação				
	1	2	3	4	5
- Questionário					
- Jogo do conhecimento					
- Jogo do nome					
- Memorização dos nomes através do telefone					
- Escolher a bola					
- Jogo de aquecimento e conhecimento dos nomes					
- Jogo “responde à questão?”					
- Visualização de um vídeo					
- Dominó					
- Relaxamento					
- “O que estás a fazer?”					
- Jogo do espelho					
- O guia					
- O comboio					

- Massagens					
- Estátua gémea					
- Cinco sentidos					
- Mímica					

Númera de 1 a 5 cada atividade, consoante o seu gosto:

Atelier de Atividades Expressão Cognitiva					
Atividades	Classificação				
	1	2	3	4	5
- Jogo de memória (retira o objeto)					
- Jogo de memória (cartas de par)					
- “Eu apresentei-me”					
- Jogo do STOP					
- Conta com as molas					
- Identifique quem é quem					
- Jogo do Galo					
- Jogo do Semáforo (jogo matemático)					
-Deteta o som					
- Labirintos					
- Quais são as diferenças					
- Leitura do Jornal “Serrano”					
- Bingo dos Sons					
- Palavras escondidas					

Númera de 1 a 5 cada atividade, consoante o seu gosto:

Atelier de Atividades de Expressão Plástica					
Atividades	Classificação				
	1	2	3	4	5
- Construção do Relógio					
- Construção de círculos com cores					
- Jogo de memória (cartas com representações)					
- Construção dos pompons					
- Construção de discos de lã					
- Construção de estrelas em origami					
- Construção do “baloíço da amizade e do amor”					
- Borboletas					
- Tartarugas					
- Flores para pendurar					
- Flores de jarras					
- Desenho de Cadáver Esquixe					
- Desenha com imagem					
- Lembrança do Dia dos Avós					
- Bonecas de feltro					
- Logotipo da Instituição					
- Croá - “girassol”					
- Árvore dos “Valores Humanos”					
- Porta-lápis					
- Arco-íris					
- Construção do mural “A					

Natureza”					
- Construção de flores em caixas de ovos					
- Pintura de garrafas e frascos de vidro					
- Laços					
- Colagem					
- Bordados, crouché					

Númera de 1 a 5 cada atividade, consoante o seu gosto:

Atelier de Atividades de Dinâmicas de Grupo					
Atividades	Classificação				
	1	2	3	4	5
- Ginástica Geriátrica					
- Caminhada					
- Roda					
- Aquecimento					
- Andar de gatas					
- Cumprimentar de foram diferente da sociedade					
- Diversos de exercícios de competição grupal					
- Tachi					
- Jogo do Macaquinho Chinês					
- Jogo da palavra invertida					
- Jogo com bolas					
- Diferentes formas de andar					

O que achas-te das atividades implementadas durante 3 meses?

Qual foi atividade que mais a motivou?

Qual foi atividade que menos a motivou?

O que gostavas que tivesse sido feito durante estes meses?

Obrigada pela sua colaboração!