



**IPG** Politécnico  
|da|Guarda  
Polytechnic  
of Guarda

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Ana Cristina Coxito dos Santos Faustino

outubro | 2017





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

---

## RELATÓRIO DE ESTÁGIO

---

Licenciatura em Animação Sociocultural

ANA CRISTINA COXITO DOS SANTOS FAUSTINO  
outubro | 2017

## **Ficha de Identificação**

Identificação da estagiária

Ana Cristina Coxito dos Santos Faustino

Número da Aluno – 5008313

Estabelecimento de Ensino

Instituto Politécnico da Guarda

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Docente Orientador

Prof.<sup>a</sup>. Doutora Elisabete Batoco Constante de Brito

Entidade de Estágio

Centro Social Paroquial de Poiares

Largo do Olmo S/N

Poiares 5180-346 Freixo de Espada à Cinta

Telefone: 279 652 872

E-mail: [csppoiares@sapo.pt](mailto:csppoiares@sapo.pt)

Supervisor da Entidade

Dr.<sup>a</sup> Vânia Sobral, Técnica de Serviço Social/Diretora Técnica da Instituição

Data de início de estágio - 13 março de 2017

Data final de estágio - 30 de junho de 2017

Duração de estágio - 400 horas

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar quero agradecer ao Instituto Politécnico da Guarda e a todos os docentes da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto por todos as aprendizagens que me foram proporcionadas ao longo destes três anos de curso.

Agradeço também à docente orientadora, Professora Doutora Elisabete Brito, pela sua disponibilidade, profissionalismo e simpatia.

Quero agradecer também a toda a equipa do Centro Social Paroquial de Poiares, desde a Direção e Diretora Técnica até às funcionárias, pela sua colaboração e apoio para que conseguisse colocar em prática todas as atividades propostas.

Um especial agradecimento aos clientes do Centro Social Paroquial de Poiares pela sua participação em todas as atividades propostas, independentemente das suas dificuldades, pois sem eles nada disto seria possível.

Por último, quero agradecer à minha família pelo apoio incondicional e pela dedicação e compreensão que demonstraram ao longo desta etapa da minha vida.

## **Resumo**

O presente relatório surge no âmbito do estágio curricular da Licenciatura em Animação Sociocultural do Instituto Politécnico da Guarda(IPG) e tem como finalidade refletir sobre todas as atividades desenvolvidas na entidade de estágio, o Centro Social Paroquial de Poiares.

Os principais objetivos deste estágio foram a aplicação de todos os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos ao longo do curso bem como o desenvolvimento das competências enquanto futura Animadora Sociocultural. A aplicação das estratégias que melhor se adaptavam ao grupo-alvo foram planeadas e desenvolvidas de acordo com as dificuldades de cada indivíduo procurando colmatá-las, sempre que possível, tentando que todos participassem de alguma forma nas atividades.

A planificação de atividades pressupôs a ocupação dos idosos e o seu envolvimento nas mesmas, de modo a sentirem prazer na sua realização, entusiasmando-se pela participação e consciencializando-se que podem dar o seu contributo no desenvolvimento das atividades propostas, desfazendo a imagem pré-concebida de que os idosos são inúteis e inativos.

As atividades proporcionadas também visaram facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criativa, a melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade desenvolvendo a autonomia pessoal.

Palavras-chave: Animação Sociocultural; Animação de Idosos; Participação; Envelhecimento Ativo

## **Abstract**

This report is part of the curricular internship of the Degree in Sociocultural Animation of Polytechnic Institute of Guarda (PIG) and aims to reflect on all the activities developed in the internship entity, the Centro Social Paroquial de Poiares.

The main objectives of this internship were the application of all theoretical and practical knowledge acquired throughout the course as well as the development of skills as a future Sociocultural Animator. The application of the strategies that best fit the target group were planned and developed according to the difficulties of each individual, seeking to fill them whenever is possible and trying to get everyone involved in the same activity.

The planning of activities presupposes the occupation of the elderly and their involvement in them, so as to enjoy their accomplishment, being enthusiastic about the participation and becoming aware that they can contribute in the development of the proposed activities, undoing the image pre-conceived that the elderly are useless and inactive.

The activities provided also aimed facilitating the access to a more active and creative life, improvement in relationships and communication with others, for better participation in community life by developing personal autonomy.

Keywords: Sociocultural Animation; Animation of the Elderly; Participation; Active Aging

# Índice

Ficha de Identificação .....	i
Agradecimentos.....	ii
Resumo.....	iii
Abstract .....	iv
Índice de Figuras .....	vii
Índice de Tabelas.....	ix
Siglas e Acrónimos .....	x
Introdução .....	1
Capítulo I.....	2
Enquadramento Teórico .....	2
1- Nota introdutória.....	3
1.1 - O envelhecimento .....	3
1.2 - Envelhecimento em Lar .....	5
1.3 - Envelhecimento Ativo .....	6
1.4 - Animação na Terceira Idade .....	9
1.4 - Animação Sociocultural de Idosos.....	11
Capítulo II .....	13
Local de Estágio.....	13
2 - Local de Estágio.....	14
2.1 - Enquadramento Geográfico .....	14
2.2 - Caraterização da Instituição Acolhedora .....	15
2.2.1 - Missão do CSPP.....	16
2.2.2 – Objetivos .....	16
2.2.3 - Valência - Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas .....	17
2.2.4 - Valência - Centro de Dia.....	18
2.2.5 - Valência – Serviço de Apoio Domiciliário .....	18
Capítulo III.....	20
O Estágio.....	20
3 - Nota introdutória.....	21
3.1 - Competências do Animador Sociocultural .....	21
3.2 - O Estágio.....	22
3.3 - Plano de Estágio.....	22
3.4 - Caraterização do Público-Alvo .....	22
3.5 - Finalidades e Objetivos.....	23

3.5.1 - Objetivos Gerais.....	23
4 - Atividades desenvolvidas no Estágio.....	24
4.1 - Animação física ou motora .....	24
4.2 - Animação Cognitiva .....	28
4.3 - Animação através da Expressão Plástica .....	33
4.4 - Animação através da Comunicação .....	60
4.5 - Animação Lúdica.....	62
Considerações Finais.....	69
Referências .....	71
Anexos.....	73



## Índice de Figuras

Figura 1 - Pirâmides etárias em Portugal.....	4
Figura 2 - População de Poiares em 2011 .....	14
Figura 3 - Centro Social Paroquial de Poiares.....	16
Figura 4 - Caminhada até ao parque infantil da aldeia .....	25
Figura 5 - Tardes musicais/dançantes.....	26
Figura 6 - Jogo do Vai e Vem.....	27
Figura 7 - Jogos de mesa - Encontra o par da Imagem.....	29
Figura 8 - Separação feijão por cores .....	30
Figura 9 - Colares de missangas .....	31
Figura 10 -Painel de motricidade.....	32
Figura 11 - Árvore da Vida.....	34
Figura 12 - Execução das flores de papel .....	35
Figura 13 - Decoração da árvore com as crianças da aldeia.....	36
Figura 14 - Execução das cerejas .....	37
Figura 15 - Execução do cordão para fazer as folhas das cerejas.....	37
Figura 16 - Árvore da Vida - Comemoração da entrada do verão .....	38
Figura 17 - Pintura de paletes .....	39
Figura 18 - Decoração de vasos.....	40
Figura 19 - Plantação de flores e sementes .....	41
Figura 20 - Jardim suspenso .....	41
Figura 21 - Enrolamento de papel crepe.....	43
Figura 22 - Decorações para Árvore de Páscoa.....	44
Figura 23 – Decoração da Árvore de Páscoa.....	44
Figura 24 - Árvore de Páscoa .....	45
Figura 25 - Colorir a Via Sacra .....	46
Figura 26 - Mobile de borboletas em croché.....	47
Figura 27 - Execução do laço para a Campanha Laço Azul.....	48
Figura 28 - Cravos de lã .....	49
Figura 29 - Cravos de papel.....	50
Figura 30 - Cravos de papel.....	50
Figura 31 – Carimbos .....	51
Figura 32 - Técnica da estampagem .....	52
Figura 33 - Técnica de colagem .....	52

Figura 34 - Mimosas.....	53
Figura 35 - Pintura de copos de iogurte.....	54
Figura 36 - execução dos vasilhinhos de manjerico .....	54
Figura 37 - Colagem.....	55
Figura 38 - Quadra a Santo António.....	55
Figura 39 - Execução das flores para manjerico gigante.....	57
Figura 40 - Pintura do vaso .....	57
Figura 41 - Manjericos gigantes .....	58
Figura 42 - Manjericos gigantes .....	58
Figura 43 - Decoração da sala de estar .....	59
Figura 44 - Visita à Escola EB 1 para conversar sobre o 25 de abril de 74 .....	60
Figura 45 - Entrega de cravos - Comemoração do 25 de abril de 74 .....	61
Figura 46 - Entrega de cravos - comemoração do 25 de abril de 74 .....	61
Figura 47 - Entrega de cravos - Comemoração do 25 de abril de 74 .....	62
Figura 48 - Passeio de Barco .....	64
Figura 49- Passeio pelo I Mercado Medieval de FEC.....	65
Figura 50 - Construção do Altar em honra de Sto. António.....	66
Figura 51 - Altar de Sto. António .....	66
Figura 52 - Construção da cascata no Arraial Popular .....	68
Figura 53 - Arraial Popular.....	68

## **Índice de Tabelas**

Tabela 1 – Variação da população em Poiares .....	15
Tabela 2 – Atividades Físico-Motoras realizadas .....	24
Tabela 3 – Atividades Cognitivas realizadas .....	28
Tabela 4 – Atividades Expressão Plástica realizadas .....	33 e 34
Tabela 5 – Atividades de Animação através da Comunicação realizadas .....	60
Tabela 6 – Atividades Lúdicas realizadas .....	63

## **Siglas e Acrónimos**

ERPI – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

CD – Centro de Dia

CSPP – Centro Social Paroquial de Poiares

OMS – Organização Mundial de Saúde

DGS – Direção Geral de Saúde

INE - Instituto Nacional de Estatística

IPAR – Instituto Português do Património Arquitetónico

SCMFEC – Santa Casa da Misericórdia de Freixo de Espada à Cinta

CMFEC – Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta

## **Introdução**

No âmbito da Unidade Curricular Estágio da Licenciatura em Animação Sociocultural é solicitada a elaboração de um relatório de estágio. Neste contexto, o presente relatório resulta da realização desse estágio, com duração de 400 hora, que teve lugar no Centro Social Paroquial de Poiares (CSPP), tendo início a 13 de março e término a 30 de junho de 2017. Como minha orientadora de estágio pude contar com a Professora Doutora Elisabete Brito e como minha supervisora na instituição, com a Dra. Vânia Sobral.

A escolha do Centro Social Paroquial de Poiares (CSPP) como entidade de estágio teve a ver com o facto de eu ser funcionária do mesmo desde 2011. Partiu da Direção do CSPP, a ideia de eu me licenciar em Animação Sociocultural por ser necessário integrar nos quadros da instituição um animador. Tendo a Direção entendido que eu tinha o perfil ideal para preencher tal vaga, incentivaram-me a concorrer ao ensino superior. Com este estágio pretendeu-se desenvolver competências pessoais e profissionais através do trabalho com os idosos e toda a equipa da instituição.

É no estágio que se pretendem desenvolver as aprendizagens teóricas adquiridas ao longo dos três anos de curso e que se solidifiquem os conhecimentos técnicos obtidos.

Neste relatório pretendeu-se relatar as atividades realizadas, tendo sido estruturado em três capítulos distintos, mas complementares.

O primeiro capítulo, no qual se faz o enquadramento teórico, aborda temas como o envelhecimento e a institucionalização e o papel da Animação Sociocultural neste contexto. No segundo capítulo, procede-se à apresentação da instituição de estágio. No terceiro capítulo, explicou-se o que se pretendia com o estágio e todas as dificuldades sentidas e soluções encontradas para as ultrapassar e fez-se um relato das atividades planeadas e desenvolvidas ao longo do período de estágio.

# Capítulo I

---

## Enquadramento Teórico

## **1- Nota introdutória**

Neste capítulo procurou abordar-se o tema do envelhecimento da população a nível mundial e em Portugal em particular. Assim, as causas do envelhecimento da população, as medidas políticas adotadas para tentar solucionar os problemas daí advindos, e o papel da Animação Sociocultural como parte do processo de desenvolvimento desta faixa etária, são os temas abordados ao longo deste capítulo.

### **1.1 - O envelhecimento**

O envelhecimento denota a maior longevidade dos indivíduos, ou seja, o aumento da esperança média de vida. O envelhecimento demográfico, por seu turno, define-se pelo aumento da proporção das pessoas idosas na população total. Esse aumento verifica-se devido à diminuição da população jovem, e/ou diminuição da população em idade ativa.

O processo de envelhecimento demográfico encontra-se em crescimento. As razões apontadas para este aumento são, tal como refere Rosa (2012): a redução da fecundidade, a diminuição da mortalidade.

A população portuguesa está muito mais envelhecida hoje, quando comparada com século passado<sup>1</sup>. Neste aspeto, acompanhou a tendência que se verifica, principalmente a partir da segunda metade do século XX, nas sociedades europeias, quando estas começaram a confrontar-se com o fator que se designa por “duplo envelhecimento”, envelhecimento na base (diminuição dos jovens) e envelhecimento no topo (aumento dos idosos) da pirâmide etária.

Segundo dados disponibilizados pelas Nações Unidas, a idade média da população no mundo e na Europa passou respetivamente de 24 e 30 anos, em meados do século XX, para 27 e 38 anos, em 2000, e estima-se que seja de 29 anos e de 40 anos em 2010, podendo atingir, em 2050, os 38 anos no mundo e os 47 anos na Europa. Em Portugal, essa evolução foi ainda mais forte que na Europa, passando a idade média da população de 26 anos, em 1950, para os 38 anos, em 2000, e para os 41 anos, em 2010, podendo a idade média da população chegar aos 50 anos em 2050 (Rosa, 2012 p.26-27).

---

<sup>1</sup> A informação relativa à população portuguesa desde a década de 60 do séc. XX até 2011 do Séc. XXI foi adaptada do site: <http://geointegracaoaires.blogspot.pt> - consultado em 26 de setembro de 2017.

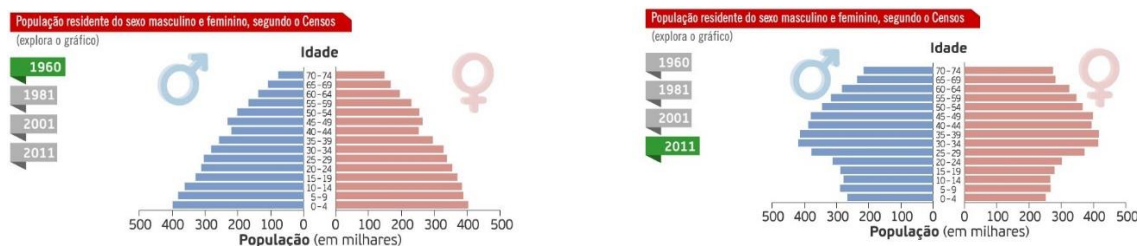


Figura 1 - Pirâmides etárias em Portugal  
 Fonte - <http://geointegracaoaires.blogspot.pt>

O envelhecimento da população, que se traduz num cada vez maior número de pessoas idosas, tem reflexos muito significativos em toda a sociedade sendo, por exemplo, maiores as necessidades e a procura de cuidados de saúde. As doenças do foro psicológico e as dificuldades de visão e de mobilidade são também responsáveis por perdas de autonomia e por uma maior dependência de apoio, seja ele familiar ou social.

A vida moderna, associada à mobilidade imposta pelas condições de trabalho, alterou radicalmente o apoio geracional que antigamente estava associado à forma de vida das populações e a morte de um dos cônjuges, é causa de solidão e isolamento. As condições precárias das habitações, principalmente nos grandes centros urbanos, onde reside a maioria das pessoas com 65 ou mais anos, aliada à pobreza, constituem por si só receios fundados, face ao envelhecimento da população em Portugal.

Tem sido muito difícil alterar as mentalidades que referem o idoso como símbolo da fraqueza e empecilho para todos: família, instituições e sociedade em geral. Este tipo de mentalidade é reforçada pela reestruturação familiar, em que os filhos ou familiares mais próximos deixaram de ter tempo e condições para cuidar dos seus idosos e internam-nos em lares. É aqui que a responsabilidade familiar para com o idoso se torna quase inexistente e passa a ser uma responsabilidade pública (Correia, 2007 p.4).

Quando os idosos mais precisam das suas famílias, estas estão quase sempre distantes e ocupadas com carreiras profissionais, que têm de combinar com o cuidado dos filhos e com a luta pela sua própria sobrevivência diária. O isolamento e a perda de autonomia provocam o empobrecimento do quotidiano, impedem a participação na vida da comunidade e geram degradação das suas condições de vida. A resposta política a este



problema passa pelo desenvolvimento de mais respostas sociais que se vão adaptando à evolução das condições de cada pessoa tais como os centros de dia, os centros de noite, os serviços de apoio domiciliário e os lares de idosos.

## **1.2 - Envelhecimento em Lar**

A vida dos idosos em Lares acontece no interior das instituições, sendo estas maioritariamente fechadas à comunidade envolvente. Esta barreira imposta entre o idoso e o mundo exterior é a primeira mudança sofrida para a sua personalidade e para a sua perda de identidade.

Lopes (2008, p. 332) descreve os lares da seguinte forma:

públicos e privados são autênticos depósitos de pessoas possuidoras de sensibilidade, de memória, de experiências e vivências, que se veem relegadas para espaços que, em geral, não foram arquitetonicamente concebidos para o efeito onde reina a frieza e apatia. É aí que são, literalmente despejados muitos idosos, e no tempo que lhes resta de vida é-lhes administrada a morte lenta, através dessa coisa horrorosa que é matar o tempo.

A vida dos idosos nestas instituições fica, como se percebe na afirmação, sujeita a um conjunto de regras que os impede de organizarem atividades tão simples como cuidar dos seus pertences, da arrumação do seu quarto, da sua roupa. Não poder realizar estas ações de acordo com a sua vontade faz com que os idosos fiquem muito limitados em termos de autonomia de ação.

As regras, embora sendo elementos básicos da organização das instituições, raramente se adaptam ao perfil psicológico, às vivências, ou às necessidades específicas de cada idoso. As regras servem essencialmente os objetivos da instituição e não a vida do idoso. Esta forma de tratamento comum atenta contra a personalidade e singularidade de cada indivíduo e acelera a noção de inutilidade e de fardo para os outros e para a sociedade.

A convivência dentro da instituição nem sempre é pacífica já que o idoso terá que lidar com pessoas com diferenças a nível económico, social, cultural, religioso, de temperamento ou com pessoas muito dependentes e/ou doentes, mas as interações entre

idosos vindos de universos tão diferentes podem dar origem a condições únicas para um desenvolvimento mais rico da mente e da sensibilidade dos indivíduos. Assim sendo, a possibilidade de existirem idosos com práticas tão diversificadas dentro da mesma instituição poderá tornar-se numa experiência positiva para ambas as partes.

O idoso terá que tentar ter uma atitude positiva face à mudança e a instituição deve dar respostas adequadas que passam pelo desenvolvimento de atividades recreativas, que os estimulem intelectualmente e que desenvolvam a sociabilidade através da promoção de convívios de preferência com crianças, jovens e adultos.

As atividades de animação sociocultural têm assim uma importância crucial quando nos referimos aos idosos internados e privados do envolvimento no núcleo familiar, de modo a evitar a perda de ligação com o mundo interior e também com o exterior.

### **1.3 - Envelhecimento Ativo**

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2005 p.13), o Envelhecimento Ativo é definido como *o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas.*

Tendo em conta a definição apresentada pela OMS, é objetivo do envelhecimento ativo, contribuir para um aumento da qualidade de vida de todas as pessoas que vivenciam o processo de envelhecimento, mesmo aquelas que se encontram mais vulneráveis, incapacitadas a nível físico e que requerem prestação de cuidados (OMS, 2005 p.13).

Ainda de acordo com a OMS, o termo “ativo” tem como base, não apenas a capacidade de estar fisicamente ativo, mas também a capacidade de participar continuamente em aspetos sociais, económicos, culturais, espirituais e civis (OMS, 2005 p.13). Assim, o envelhecimento ativo foi definido como um processo de otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, no sentido de aumentar a qualidade de vida durante o envelhecimento. De ressaltar, ainda, que a análise deste conceito deverá ser feita tendo em conta o seu contexto cultural e de género. O indivíduo e a sociedade estão relacionados diretamente por isso é muito importante o contexto social na determinação da idade da velhice, ou seja, a cultura tem um papel importante pois define como uma sociedade vê os idosos, atribuindo-lhe determinados papéis, cujo cumprimento ou incumprimentos dos mesmos levam à determinação de ser ou não considerado idoso,

tal como afirma a OMS (2005 p. 20), quando diz que *a cultura, que abrange todas as pessoas e populações, modela a nossa forma de envelhecer, pois influencia todos os outros fatores determinantes do envelhecimento ativo.*

As condições históricas, políticas, económicas, geográficas e culturais produzem diferentes representações sociais da velhice e também do idoso. Há uma correspondência entre a conceção de velhice numa sociedade e as atitudes em relação às pessoas que estão a envelhecer.

A pessoa mais velha é definida como idosa quando chega aos 65 anos, independentemente de seu estado biológico, psicológico e social. A idade e o processo de envelhecimento possuem outras dimensões e significados que ultrapassam as dimensões da idade cronológica.

O envelhecimento é visto como uma trajetória gradual, descendente, com declínio do funcionamento psicológico e cognitivo, falta de controlo sobre o corpo, uma experiência cumulativa de aumento de vulnerabilidade social e emotiva, um sentimento de desânimo, e perda de controlo do meio psicológico (Paúl,1997, p.25).

Desta forma, o envelhecimento humano pode ser compreendido como um processo complexo e composto pelas diferentes idades: cronológica, biológica, psicológica e social.

Para Paúl (1991 p. 275, citando Schroots e Birren, 1980), o envelhecimento ativo tem três componentes:

- a) o processo de envelhecimento biológico, que resulta da vulnerabilidade crescente e de uma maior probabilidade de morrer;
- b) um envelhecimento social, relativo aos papéis sociais, apropriado às expectativas da sociedade em relação a este grupo etário;
- c) o envelhecimento psicológico, definido pela autorregulação do indivíduo no campo de forças, pelo tomar decisões e opções, adaptando-se ao processo de envelhecimento.

Cada órgão, ao longo da vida, sofre modificações que interferem no seu funcionamento, tornando-se a capacidade de autorregulação também menos eficaz, sendo

certo, contudo, que o corpo não envelhece para todos ao mesmo ritmo, nem sequer de forma igual em todos os indivíduos.

O envelhecimento social refere-se ao papel desempenhado, aos estatutos e aos hábitos da pessoa, enquanto membro da sociedade, e à sua relação com a mesma.

Para que a população envelhecida possa desfrutar, nas melhores condições, deste período da sua vida, é necessário que as várias entidades elaborem vários planos. Os idosos constituem um grupo social de risco, muito devido à precariedade económica e a impossibilidade de acederem a bens e serviços que lhes permitam continuar a sua vida ativamente. Desta forma, salvaguardando sempre o superior interesse da pessoa idosa e afirmando uma imagem positiva desta classe etária perante a sociedade, é necessário continuar a levar a cabo iniciativas que promovam o envelhecimento ativo, tendo sempre presentes as suas necessidades biopsicossociais e também os recursos humanos e materiais disponíveis. Assim, *o envelhecimento saudável depende do equilíbrio entre o declínio natural das diversas capacidades individuais, mentais e físicas e a obtenção dos objetivos que se desejam* (DGS, 2012).

O envelhecimento psicológico tem a ver com as competências comportamentais adquiridas e usadas para fazer face às mudanças no ambiente. Estas incluem competências intelectuais, e motivacionais, sendo que, uma boa manutenção das mesmas permite uma melhor autoestima e a conservação de um elevado grau de controlo e autonomia (Fontaine, 2000).

O envelhecimento ativo é definido por Paúl (1991) *como um processo de otimização para a saúde, participação e segurança, no sentido de aumentar a qualidade de vida durante o envelhecimento*. Este conceito de envelhecimento assenta sobre vários pilares, a participação social, a saúde e a segurança. O envelhecimento ativo implica autonomia, independência, qualidade de vida e expectativa de vida. Segundo Ribeiro e Paúl (2011, p.2), o modelo de envelhecimento ativo defendido pela OMS depende de uma diversidade de fatores designados de “determinantes” de ordem:

- Pessoal (fatores biológicos, genéticos e psicológicos);
- Comportamental (estilos de vida saudável e participação ativa no cuidado da própria saúde);

- Económica (rendimentos, proteção social, oportunidades de trabalho digno);
- Do meio físico (acessibilidade a serviços de transporte, moradias e vizinhança seguras e apropriadas, água limpa, ar puro e alimentos seguros);
- Sociais (apoio social, educação e alfabetização, prevenção de violência e abuso);
- Relativos aos serviços sociais e de saúde de que as pessoas beneficiam (orientados para a promoção da saúde e prevenção de doenças, acessíveis e de qualidade).

Fonseca (2004, p. 54), reafirma a ideia que na velhice *as componentes biológicas têm que ser articuladas com outras variáveis psicológicas e ambientais para se alcançar uma visão global de aspetos como a saúde, a competência, a personalidade e o bem-estar psicológico* e a OMS (2005, p.14) defende *que as pessoas idosas, para além da capacidade de estarem fisicamente ativas, devem ter uma implicação contínua em questões sociais, económicas, culturais e cívicas, bem como manter a sua autonomia e independência.*

Para tal, é necessário alterar os estereótipos ligados à conceção tradicional dos idosos que são vistos aos olhos da sociedade em geral, como “velhos, pobres e doentes”, e de valorizar a visão do envelhecimento como uma conquista da humanidade que deve ser celebrada da melhor forma.

#### **1.4 - Animação na Terceira Idade**

A ASC, para além de ter uma vertente ocupacional, abrange uma perspetiva de intervenção e pretende promover mudança, no sentido de melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. Deve ser analisada como um processo que pretende consciencializar a população para uma atitude participativa e criativa, estimulando os indivíduos, individual e coletivamente a constituírem-se agentes de mudança, criando mecanismos que promovam a alteração de realidades problemáticas, através de soluções criativas.

A ASC direcionada aos idosos pretende melhorar a qualidade de vida destes e pode contribuir para o cuidado do idoso e para a melhoria da sua qualidade de vida tendo uma função social, cultural e de estimulação à participação.

A Animação na Terceira Idade é um âmbito da ASC que se centra especificamente nesta faixa etária, no qual o sujeito deve ser tido como o principal ator do seu próprio processo de desenvolvimento e também na intervenção a ser realizada.

Estas e outras medidas de promoção do envelhecimento ativo pretendem diminuir as situações de isolamento, declínio e exclusão a que muitas pessoas idosas estão sujeitas bem como promover o desenvolvimento de formas de sociabilidade e relações sociais coletivas. Para Ventosa (2009, p.333),

a animação de pessoas idosas constitui uma especialidade da Animação Sociocultural e este por sua vez, é uma modalidade de intervenção socioeducativa cuja finalidade é aumentar a qualidade de vida das pessoas mediante a sua implicação ativa, participativa e grupal na realização de projetos e atividades socioculturais que respondam aos seus interesses e necessidades de ócio e desenvolvimento pessoal e social.

É imperativo, portanto, reconhecer os idosos como cidadãos de pleno direito. Para Rocha (2009, p.46) é urgente criar projetos que se adequem às especificidades das pessoas idosas de modo a desenvolverem as suas *aptidões, capacidades e competências por meio da educação e, nomeadamente, por meio de formas de expressão e de comunicação que sejam suscetíveis de alargar o seu potencial humano, favorecendo, simultaneamente, uma maior coesão social numa sociedade livre.*

Manter o idoso integrado no contexto social, confirma que a idade não é condicionante da capacidade de manter um papel ativo na sociedade e permite elevar a importância dos saberes e experiência de vida dos mesmos tal como afirmam Portugal e Azevedo (2011, p.227) *quando dizem que a promoção de autonomia e o empowerment são das principais assunções do envelhecimento ativo.*

Martins (2009, p.349-350) afirma que a ASC tem um papel importante e fundamental porque é assumida como

uma metodologia de intervenção sociopedagógica nos mais diversos contextos socioculturais e educativos. É um instrumento ao serviço de um conjunto de atores sociais no quadro da ação, potenciando as pessoas, os grupos e as comunidades. A Animação sociocultural, conectada à terceira idade, pretende ser um instrumento de minimização

de fatores traumáticos, de valorização pessoal e comunitária do idoso, conferindo-lhe um envelhecimento saudável.

É necessário que os preconceitos e estigmas ligados à idade sejam superados. Uma intervenção em animação para idosos deve valorizar a pessoa e conseqüentemente valorizar a sua história de vida, as suas experiências, os seus saberes e sobretudo a sua memória.

#### **1.4 - Animação Sociocultural de Idosos**

A animação pode ser considerada como um processo que se reestrutura e adapta a cada realidade social, cruzando conhecimentos e ações em diferentes domínios tais como o social, o cultural e o educativo e é considerada como uma ferramenta para a promoção da mudança social e o aperfeiçoamento da vida dos cidadãos.

Devido ao crescente envelhecimento da população é urgente programar ações que aproximem a Animação Sociocultural aos idosos já que segundo Jacob (2008, p. 5) *o envelhecimento da população é um dos maiores êxitos da humanidade, porém é também um dos maiores desafios, devidos às suas conseqüências sociais, económicas e políticas.*

Esta nova realidade requer um olhar inovador sobre o lugar que os idosos ocupam na sociedade contemporânea.

Devido ao envelhecimento da população tem sido considerável o aumento dos lares públicos e privados para idosos. As respostas sociais institucionalizadas são o local privilegiado para a animação de idosos, tal como constata Osório (2004, p. 258) quando diz que *se pretende fazer do Lar um processo global de animação sociocultural gerador de convivência, participação e desfrute do ócio e da cultura.*

A animação é fundamental pois permite, através de uma intervenção participativa, dialogante e motivadora, uma velhice mais digna, que valorize o idoso, contribuindo para a prevenção de diversas doenças, que dê maior mobilidade ao idoso, dando-lhe uma sensação de bem-estar físico e psicológico.

O trabalho de animação é ainda mais importante quando se trata de idosos institucionalizados, em lares, centros de dia e centros de convívio já que segundo Jacob (2008, p. 35) *uma das primeiras funções do animador é fazer com que alguns idosos não se autoexcluam de viver, devido às ideias preconcebidas de que já não prestam para nada e apenas lhes resta morrer.*

Os objetivos da Animação Sociocultural nas instituições, são, segundo Haro & López (1998):

- Organizar as condições necessárias para o desenvolvimento pessoal e coletivo;
- Fomentar a solidariedade e companheirismo através da comunicação e do trabalho em grupo;
- Sensibilizar sobre a importância de utilizar educativamente o ócio e o tempo livre;
- Participar na gestão da instituição e na planificação e desenvolvimento das atividades;
- Implicar a os residentes em atividades comunitárias.
- Otimizar a dinâmica grupal;
- Desenvolvimento de atividades recreativas e culturais que potencializam a solidariedade e a cooperação;
- Compensar carências e desigualdades culturais;
- Trabalhar para o crescimento da autoestima dos idosos apoiando as dificuldades socioculturais, modificando situações que perduram nos percursos de vida;
- Criar intercâmbio de experiências.

Podemos então concluir que na ASC para e com os idosos é muito importante para conseguir que eles se sintam motivados, acompanhados e ativos e que a mesma pode ser a forma dos idosos participarem na comunidade tal como afirma Requejo (2008, p. 217) quando diz que

os processos de animação sociocultural, alimentados pelas diferentes intervenções socioeducativas como uma oferta de programas variados e em diferentes contextos (centros de dia, residências, instituições formativas específicas como as Aulas/Universidades, etc.) supõem um apoio importante que pode servir de instrumento à oportunidade global de assegurar às pessoas de idade viver mais anos, com saúde e participando ativamente na sociedade.



## Capítulo II

---

### Local de Estágio

## 2 - Local de Estágio

Neste capítulo tentarei enquadrar geograficamente a instituição de estágio e explicar a sua missão perante a sociedade na qual está inserida. Sendo eu funcionária da Instituição desde 2011, conheço bem as suas dinâmicas, missão e valores, bem como o público com o qual trabalhei.

### 2.1 - Enquadramento Geográfico

Poiares é uma freguesia do concelho de Freixo de Espada à Cinta, com 40,74 km<sup>2</sup> de área e 411 habitantes segundos os Censos de 2011. A sua densidade populacional é de 10,1 hab/km<sup>2</sup> e dista da sede de concelho, Freixo de Espada à Cinta cerca de 8 quilómetros.

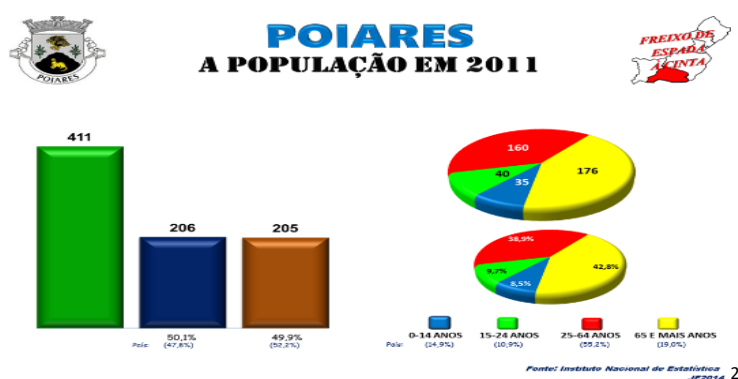


Figura 2 - População de Poiares em 2011  
Fonte - [www.wikiwand.com](http://www.wikiwand.com), 31-08-2017

Poiares situa-se na margem direita do rio Douro tendo a fronteira espanhola à distância de sete quilómetros. Os fluxos migratórios fizeram-se sentir em Poiares<sup>3</sup> a partir da década de 60 devido à falta de condições de vida e de trabalho (Tabela 1).

Tabela 1 – Variação da população de Poiares

		POPULAÇÃO DA FREGUESIA DE POIARES – FEC														
Ano		1864	1878	1890	1900	1911	1920	1930	1940	1950	1960	1970	1981	1991	2001	2011
N.º habitantes		855	830	909	880	959	810	979	1081	1134	1100	746	721	636	507	411

Fonte - adaptado de [www.wikiwand.com](http://www.wikiwand.com), 31-08-2017

<sup>2</sup> A informação relativa à população de Poiares apurada nos Censos 2011 foi adaptada do site: [http://www.wikiwand.com/pt/Poiares\\_\(Freixo\\_de\\_Espada\\_%C3%A0\\_Cinta\).html](http://www.wikiwand.com/pt/Poiares_(Freixo_de_Espada_%C3%A0_Cinta).html), consultado em 31 de agosto de 2017.

<sup>3</sup> A informação relativa à variação da população de Poiares desde 1864 a 2011 foi adaptada do site: [http://www.wikiwand.com/pt/Poiares\\_\(Freixo\\_de\\_Espada\\_%C3%A0\\_Cinta\).html](http://www.wikiwand.com/pt/Poiares_(Freixo_de_Espada_%C3%A0_Cinta).html), consultado em 31 de agosto de 2017.

A agricultura continua a ser a atividade quase única a gerar rendimento aos seus naturais. Na aldeia produz-se azeite, azeitona de conserva, vinho laranja e mel, existindo também algum gado ovino e caprino. Outras atividades são quase inexistentes, limitando-se a dois cafés, duas mercearias, uma padaria e o Centro Social Paroquial de Poiares.

No que respeita ao emprego, além do setor agrícola, muita gente recorre a diversos serviços em Freixo de Espada à Cinta. O mesmo acontece aos estudantes que desde a Pré-Escola têm que frequentar a escola na sede de concelho, em Freixo de Espada à Cinta.

A nível de tradições podem observar-se ainda mulheres sentadas nas soleiras das portas a fazer rendas de algodão, enquanto os homens jogam nos cafés, à raiola, à sueca, ao chinchalhão e às damas e dominó.

Outrora, em Poiares, fabricou-se muito burel que ocupava fiandeiras e teares. Teve Banda de Música por volta da década de 30 que existiu até pelo menos 1946. Em 1955 havia uma moagem a motor na freguesia e seis fornos de pão, o qual era distribuído até longas distâncias.

Os locais mais famosos a visitar na freguesia são a pintura rupestre, “A Lontra” da Fraga do Gato, inserida na Calçada de Alpajares “Imóvel de Interesse Público” classificado pelo IPAR desde 1977, as ruínas do Castro de São Paulo, as sepulturas antropomórficas e toda a paisagem natural da Aldeia de Poiares.

## **2.2 - Caracterização da Instituição Acolhedora**

O Centro Social Paroquial de Poiares (CSPP)<sup>4</sup> é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) com sede no Largo do Olmo na freguesia de Poiares, concelho de Freixo de Espada à Cinta. O CSPP tem atualmente três valências de apoio a idosos: Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Centro de Dia (CD) e Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI).

A instituição abriu a 2 de fevereiro de 1991 com duas valências, o SAD e o CD tendo sido inaugurado o Lar de Idosos a 3 de agosto de 2009. A instituição tem no momento presente 12 idosos em SAD, 5 em CD e 13 em ERPI.

---

<sup>4</sup> Fonte - Manual de Boas Práticas do Centro Social Paroquial de Poiares

A Direção é composta por três elementos: presidente, secretário e tesoureiro, existindo ainda um Conselho Fiscal também composto por um presidente e dois vogais (Anexo 1).

A direção técnica está a cargo da assistente social contando o quadro de pessoal do CSPP com mais doze colaboradoras, incluindo uma enfermeira.



Figura 3 - Centro Social Paroquial de Poiães  
Fonte própria

### **2.2.1 - Missão do CSPP**

A missão do Centro Social Paroquial de Poiães consiste em atender e acolher pessoas com idade superior a 65 anos, cuja problemática biopsicossocial não seja passível de outra resposta; garantir serviços de carácter temporário ou permanente, adequados à satisfação das necessidades dos seus residentes e funcionar como estrutura de alojamento coletivo que proporcione, para além dos cuidados básicos de saúde, higiene e conforto do residente, todas as condições facilitadoras de integração e do seu bem-estar global.

### **2.2.2 – Objetivos**

O Centro Social Paroquial de Poiães tem por principal objetivo desenvolver atividades de ação social do âmbito de apoio e proteção à terceira idade. Esta Instituição tem por objetivo responder solidariamente às carências das pessoas idosas que necessitam de assistência e apoio adequados, contribuindo assim para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento. O CSPP fornece alimentação, alojamento, tratamento de roupa, cuidados de higiene e conforto, apoio psicossocial, acompanhamento ao exterior e vigilância 24 horas por dia. Desenvolve também atividades que fomentam o convívio, a

animação social e a ocupação dos tempos livres dos seus clientes. Os serviços são prestados de acordo com a valência na qual os clientes estão inscritos.

### **2.2.3 - Valência - Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas**

A valência Estrutura Residencial Para pessoas Idosas (ERPI) tem como principais objetivos, proporcionar, num contexto humanizado e personalizado, serviços adequados à satisfação das necessidades e expectativas dos clientes; garantir o seu bem-estar, numa perspetiva de acompanhamento biopsicossocial (considerando as dimensões física, cognitiva, emocional e social), contribuindo para a promoção da sua qualidade de vida; privilegiar a interação com a comunidade (promovendo relações interpessoais e intergeracionais) no sentido de otimizar os níveis de atividade e de participação social e contribuir para a prevenção de situações de dependência, promovendo a autonomia do cliente na execução das atividades de vida diária.

As instalações afetas à valência ERPI são as seguintes: Área de receção/sala de atividades; 7 quartos duplos com instalações sanitárias privativas e mobiliário ergonómico adaptado a esta realidade, 1 sala de convívio; refeitório; gabinete de enfermagem; cozinha; dispensa e lavandaria.

Os espaços físicos são adaptados e organizados de forma a satisfazer todos os serviços a prestar a esta faixa etária, nomeadamente:

- Alimentação adequada às necessidades dos residentes, respeitando as prescrições médicas;
- Cuidados de higiene pessoal;
- Tratamento de roupas;
- Higiene dos espaços;
- Atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas e ocupacionais que visam contribuir para um clima de relacionamento saudável entre os residentes e para a estimulação e manutenção das suas capacidades físicas e psíquicas;
- Apoio no desempenho das atividades da vida diária;
- Cuidados de enfermagem, bem como o acesso a cuidados de saúde;
- Administração de fármacos, quando prescritos.

O horário de funcionamento da valência ERPI é das 0h00 às 24h00, todos os dias e o horário de visitas é das 13h30 às 16h00 e das 16h30 às 18h00.

#### **2.2.4 - Valência - Centro de Dia**

A valência Centro de Dia (CD) tem como principal objetivo prestar um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção das pessoas idosas no seu meio habitual de vida num determinado período do dia.

As instalações afetas à valência de CD organizam-se do seguinte modo: Área de receção/sala de atividades/sala de convívio (em comum com outras respostas sociais); refeitório (em comum com outras respostas sociais); gabinete de enfermagem (em comum com outras respostas sociais), instalação sanitária para banho assistido; 2 instalações sanitárias comuns; cozinha; dispensa e lavandaria (em comum com outras respostas sociais) e 1 viatura de 9 lugares.

Os serviços prestados e as atividades desenvolvidas podem sucintamente, resumir-se nos seguintes:

- Cuidados de alimentação, incluindo dietas especiais (pequeno-almoço, almoço, lanche e jantar);
- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Cuidados médicos e de enfermagem;
- Tratamento de roupas;
- Animação/Ocupação/Lazer;
- Transporte.

O horário de funcionamento da valência CD é das 8h30 às 18h30, todos os dias e o horário de visitas é das 13h30 às 16h00 e das 16h30 às 18h00.

#### **2.2.5 - Valência – Serviço de Apoio Domiciliário**

A Valência de Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) tem como principais objetivos proporcionar serviços adequados à satisfação das necessidades e expectativas dos clientes; garantir o seu bem-estar, considerando as dimensões: física, cognitiva, emocional e social, contribuindo para a promoção da sua qualidade de vida; preservar e

promover a rede social de suporte, quer a nível comunitário, de forma a favorecer a permanência dos clientes no seu meio habitual de vida, contribuindo para atrasar e/ou evitar a institucionalização, e contribuir para a prevenção de situações de dependência, promovendo a autonomia do cliente na execução das atividades da vida diária.

As instalações afetas à esta valência SAD são: Área de receção/sala de atividades/sala de convívio (em comum com outras respostas sociais); cozinha e lavandaria (em comum com outras respostas sociais) e 1 viatura ligeira para entrega de refeições.

Os cuidados e serviços prestados nesta valência são os seguintes:

- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Fornecimento e apoio nas refeições (pequeno-almoço, almoço e jantar de segunda-feira a domingo), respeitando as dietas com prescrição médica;
- Higiene habitacional, estritamente necessária à natureza dos cuidados prestados;
- Tratamento de roupa de uso pessoal do utente;
- Atividades de animação e socialização, designadamente, animação, lazer, cultura, aquisição de bens e géneros alimentícios, pagamento de serviços, deslocação a entidades da comunidade.

A par destes, todas as valências prestam também outros serviços tais como a confeção de bolos de aniversário, serviço de manicure e pedicure e serviço de cabeleireiro. Esta valência funciona das 8h30 às 18h30, diariamente.

## Capítulo III

---

### O Estágio



### **3 - Nota introdutória**

Neste capítulo do Estágio Curricular abordaram-se as competências do animador sociocultural, a caracterização do público-alvo, os principais objetivos do programa de animação sociocultural e as atividades e projetos desenvolvidos ao longo do estágio.

As atividades realizadas foram agrupadas nas diferentes áreas. Foi feita uma síntese sobre os objetivos a atingir em cada faceta da Animação, seguindo-se uma tabela com as atividades e finalizando com a descrição pormenorizada de cada atividade, tempo de duração, frequência e recursos utilizados.

#### **3.1 - Competências do Animador Sociocultural**

Sendo a Animação Sociocultural é o conjunto de práticas desenvolvidas a partir do conhecimento de uma determinada realidade, que visa estimular os indivíduos, para a sua participação com vista a tornarem-se agentes do seu próprio processo de desenvolvimento e das comunidades em que se inserem, é um instrumento decisivo para um desenvolvimento multidisciplinar integrado dos indivíduos e dos grupos.

O Animador Sociocultural é aquele que, sendo possuidor de uma formação adequada, é capaz de elaborar e executar um plano de intervenção, numa comunidade, instituição ou organismo, utilizando técnicas culturais, sociais, educativas, desportivas, recreativas e lúdicas.

O papel do Animador Sociocultural consiste em divulgar e difundir a cultura da comunidade que está a ser intervencionada, não deixando que ela seja esquecida, por forma a estabelecer a importância da sua preservação, criando uma sociedade melhor e mais inteligente.

Deve animar, vitalizar e dinamizar as energias e potencialidades existentes nas pessoas, grupos e coletividades estimulando o desenvolvimento pessoal e social.

### **3.2 - O Estágio**

Os principais objetivos deste estágio foram a aplicação de todos os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos ao longo do curso, bem como o desenvolvimento das minhas competências enquanto futura Animadora Sociocultural. A aplicação das estratégias que melhor se adaptavam ao grupo-alvo foram planeadas e desenvolvidas de acordo com as dificuldades de cada indivíduo, procurando colmatá-las sempre que possível e tentando que todos participassem de alguma forma na mesma atividade. As atividades foram planeadas semanalmente e descritas numa tabela onde consta o nível de participação dos idosos (Anexo 2).

O estágio funcionou como uma primeira abordagem ao mundo do trabalho nesta área, permitindo-me adquirir experiência e conhecimento prático junto dos idosos.

### **3.3 - Plano de Estágio**

O conhecimento da verdadeira realidade do público com o qual se vai trabalhar é muito importante para que as atividades planificadas possam ser concretizadas. A realidade dos idosos desta instituição não foi novidade para mim, uma vez que já trabalho com os mesmos há alguns anos, e o facto de os conhecer permitiu-me planear atividades que fossem de encontro aos seus anseios tendo em conta as dificuldades individuais de cada participante.

### **3.4 - Caracterização do Público-Alvo**

A institucionalização do idoso, com todo o desconhecimento de um mundo novo, está frequentemente relacionada com um aceleração de todos os processos degenerativos implícitos do envelhecimento. A perda de apoio afetivo e psicossocial que geralmente acompanha a institucionalização do idoso leva a uma diminuição da ligação afetiva e social com o mundo exterior, o que pode levar ao surgimento de sintomas tais como inibição, incapacidade relacional, perturbações ansiosas, sintomas depressivos, marasmo, e até mesmo à morte, passando por sentimentos de desespero, frustração, e de perda de interesse pela vida.

No processo de adaptação é muito importante que todos os profissionais trabalhem em conjunto para proporcionar ao idoso uma adaptação rápida e fácil. Com o

passar do tempo e com a adaptação feita com sucesso, pretende-se levar o idoso a cooperar e a participar de modo ativo nas atividades promovidas pela instituição.

Os idosos do Centro Social Paroquial de Poiares têm idades compreendidas entre 57 e 96 anos e são maioritariamente do sexo feminino. A cliente com 57 anos pertence à valência de Apoio Domiciliário, e todos os outros clientes, pertencentes às restantes três valências, têm idades acima dos 76 anos. A maior parte dos mesmos conhece-se desde sempre pois são naturais da freguesia de Poiares e conhecem-me desde que nasci pois sempre vivi nesta freguesia. Este facto fez com que não fosse necessário um processo de adaptação ao grupo da minha parte e o mesmo se passou entre os pares. Mas o facto de todos os intervenientes se conhecerem desde há muitos anos não facilitou sempre o bom rumo das atividades, pois uma instituição tão pequena funciona como uma família, para o bem e para o mal.

### **3.5 - Finalidades e Objetivos**

Aquilo que se espera de um programa de Animação Sociocultural para a Terceira Idade não é trabalhar para os idosos, mas sim trabalhar com os idosos, transformando-os em protagonistas, levando-os à projeção e à partilha das suas vivências, das suas memórias, dos seus saberes e das suas inquietações.

Um programa de Animação Sociocultural na Terceira Idade deve ter como objetivo central a valorização da memória normalmente povoada de histórias, lendas, canções, jogos, contos. Animação Sociocultural assim entendida procura que os idosos assumam uma cidadania plena, isto é, seres que pensam, agem, e que se transformam como construtores de mudança. A isto chama-se cidadania assumida por cidadãos comprometidos com o seu desenvolvimento social, cultural e educativo.

Também não podemos ignorar o carácter terapêutico e paliativo da Animação Sociocultural na Terceira Idade, porque um programa de Animação Sociocultural é um programa de intervenção em grupo, onde as pessoas interagem, criam dinâmicas, se mobilizam e vencem medos, temores, inibições e bloqueios.

#### **3.5.1 - Objetivos Gerais**

Os principais objetivos gerais das atividades desenvolvidas durante o estágio foram:

- Estimular a cognição dos idosos, atenuando a deterioração cognitiva;

- Promover um envelhecimento saudável e dinâmico, concedendo-lhes a oportunidade de realizarem atividades que lhes dão prazer conforme as suas preferências;
- Aumentar a motivação dos idosos para uma participação ativa no ambiente que os rodeia;
- Favorecer o clima relacional satisfatório entre os idosos, potenciando a empatia, o respeito mútuo e a entreaajuda.

#### **4 - Atividades desenvolvidas no Estágio**

As atividades planeadas para serem desenvolvidas durante o estágio tiveram em conta os gostos e dificuldades sentidos pelo público-alvo e foram trabalhadas as diferentes facetas da animação para idosos: Animação Física ou Motora; Animação Cognitiva; Animação através da Expressão Plástica; Animação através da Comunicação e Animação Lúdica.

##### **4.1 - Animação física ou motora**

A Animação Física e Motora é aquela em que desejamos que o idoso faça algum tipo de movimento. Tem como principais objetivos maximizar o potencial motor, desenvolver a destreza física e motora, aumentar a coordenação de movimentos através de exercícios adaptados e adequados à necessidade de cada idoso e cada grupo proporcionando-lhe momentos de descontração e relaxamento.

As atividades físico-motoras inicialmente planeadas, tais como exercícios de aquecimento, não foram muito bem aceites pelos idosos talvez pela idade avançada dos mesmos conjugada com as diferentes patologias apresentadas que dificultavam a mobilidade.

Tabela 2 – Atividades Físico – Motoras realizadas

<b>Atividade</b>
Caminhadas
Tardes Musicais/dançantes
Jogo do Vai e Vem

Fonte própria

## **Atividade – Caminhada**

Periodicidade – Entre 1 a 3 vezes por semana

Duração – Aproximadamente 1h30m cada sessão

### Objetivos:

- Promover a atividade física em grupo;
- Evitar o sedentarismo;
- Melhorar o equilíbrio, coordenação e locomoção;
- Melhorar o controle da glicemia e diabetes;
- Melhorar a qualidade de vida e a disposição do idoso.

Descrição: As caminhadas pela aldeia e pelo recinto da instituição foi uma das formas encontradas e aceites pelos idosos para a realização de exercício físico, tendo funcionado bastante, bem pois retirou-se a palavra “ginástica” que tanto receio causa nos idosos por se acharem incapazes de fazer movimentos e promoveu-se a atividade física e o contacto com pessoas fora da instituição (Figura 4).



Figura 4 - Caminhada até ao parque infantil da aldeia

Fonte própria

## **Atividade – Tardes dançantes/ Tardes Musicais**

Periodicidade –1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 1h30m cada sessão

### Objetivos:

- Promover a atividade física em grupo;
- Evitar o sedentarismo;
- Melhorar o equilíbrio, coordenação e locomoção;
- Melhorar o controle da glicemia e diabetes;
- Melhorar a qualidade de vida e a disposição do idoso.

Recursos: Leitor de CD, CD's de música variada, instrumentos musicais simples (pandeiretas, castanholas)

Descrição: As tardes musicais ou dançantes foram também bastantes participadas, tanto pelos idosos da ERPI e CD como por um idoso do SAD, que era avisado da atividade pelas colaboradoras que distribuía as refeições e religiosamente se dirigia à instituição para cantar e dançar (Figura 5). Cada qual participou à sua maneira, uns dançando, outros tocando os instrumentos. Algumas idosas mais debilitadas que não conseguiam por razões várias permanecer em pé, participavam batendo o pé e as palmas ao ritmo da música.



Figura 5 - Tardes musicais/dançantes  
Fonte própria

## **Atividade – Jogo do Vai e Vem**

Periodicidade –1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 1 hora cada sessão, cerca de 5 minutos cada idoso

### Objetivos:

- Promover a atividade física em grupo;
- Evitar o sedentarismo;
- Melhorar o equilíbrio, coordenação e locomoção;
- Melhorar o controle da glicemia e diabetes;
- Melhorar a qualidade de vida e a disposição do idoso.

Recursos: Vai e Vem construído com garrafas de plástico e fio de nylon

Descrição: Esta atividade foi realizada algumas vezes e contou com a participação do meu filho de 9 anos que frequentemente, e com o consentimento da Direção, acompanhou muitas das atividades realizadas. Este jogo foi uma novidade tanto para os idosos como para o meu filho e foi muito interessante de ver que pessoas de idades tão dispares se divertiram tanto a jogar o mesmo jogo (Figura 6).



Figura 6 - Jogo do Vai e Vem

Fonte própria

## 4.2 - Animação Cognitiva

A Animação Cognitiva representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais ativa e mais criadora, à melhoria nas relações e comunicação com os outros, a que se faz parte, incentivando o desenvolvimento da personalidade do indivíduo e da sua autonomia. A animação cognitiva desenvolve pequenos exercícios mentais de modo a exercitar a memória, a concentração, a comunicação, entre outros.

Grande parte dos idosos do CSPP é analfabeto e os restantes já não conseguem escrever devido a tremores, ou ler devido a dificuldades de visão. A animação cognitiva foi trabalhada neste estágio através da realização de jogos de mesa que não envolvessem a escrita, tendo privilegiado as imagens. Jogos para encontrar o par das imagens, separação de feijão por cores, colares de missangas feitas com palhinhas coloridas foram as atividades cognitivas mais apreciadas pelos idosos. Foi realizado ainda um painel de motricidade com diferentes tipos de garrafas para encontrar a tampa correta, bolsos com botões, modelos de sapatos com atacadores e um cinto com fivela para ajudar os idosos a recuperar alguma mobilidade nas mãos. O painel de motricidade teve bastante sucesso junto de uma idosa que tem Alzheimer e que não conseguia participar noutras atividades por não entender o que lhe era solicitado. Uma outra idosa diagnosticada com Parkinson tinha também bastantes dificuldades a nível físico por ter tremores constantes que a impediam de participar em atividades que exigissem alguma destreza manual e encontrou no painel de motricidade um aliado para conseguir realizar tarefas e recuperar alguma mobilidade nas mãos.

Tabela 3 –Atividades Cognitivas realizadas

<b>Atividade</b>
Painel de motricidade
Colares de missangas
Encontrar o par da imagem
Separação de feijões por cores

Fonte própria



## **Atividade – Jogos de mesa – Encontrar o par da imagem**

Periodicidade – 1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 2 horas cada sessão

### Objetivos:

- Promover o nível de atenção;
- Melhorar o conteúdo educacional sobre memória e/ou outra função cognitiva
- Estimulação das várias funções cognitivas

Recursos: Jogos com imagens

Descrição: Nesta atividade os participantes tinham que encontrar o par da imagem e coloca-la em cima da mesma. Foi privilegiado o uso de imagens em detrimento de exercícios de escrita em virtude da maior parte dos idosos serem analfabetos. Os jogos continham imagens simples e do quotidiano que eram facilmente identificáveis pelos idosos. Estes jogos foram doados ao CSPP pelo Agrupamento de Escolas de Freixo de Espada à Cinta e pertenciam à antiga Escola Pré-Primária de Poiares, fechada há alguns anos. Uma das idosas que participou destas atividades tinha bastantes dificuldades em encontrar o par por ter dificuldades de visão, mesmo assim gostava de participar e contornamos a situação encontrando o par através da cor. Embora algumas vezes não conseguisse encontrar o objeto igual, conseguia encontrar o objeto que tinha a mesma cor (Figura 7).



Figura 7 - Jogos de mesa - Encontra o par da Imagem

Fonte própria

## **Atividade – Jogos de mesa – Separação de feijão por cores**

Periodicidade – 1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 2 horas cada sessão

### Objetivos:

- Promover o nível de atenção;
- Melhorar o conteúdo educacional sobre memória e/ou outra função cognitiva
- Estimulação das várias funções cognitivas

Recursos: Feijão branco e vermelho, caixas

Descrição: Nesta atividade os participantes tinham que separar feijões de cores diferentes e coloca-los em caixas. Esta atividade era realizada mecanicamente, talvez por ser algo que lhes era familiar. Uma idosa com Alzheimer, que raramente conseguia participar nas atividades por não compreender o que lhe era solicitado, conseguia fazer esta atividade sem dificuldades e com rapidez (Figura 8).



Figura 8 - Separação feijão por cores

Fonte própria

## **Atividade – Colares de missangas**

Periodicidade –1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 2 horas cada sessão

### Objetivos:

- Promover o nível de atenção;
- Melhorar o conteúdo educacional sobre memória e/ou outra função cognitiva
- Estimulação das várias funções cognitivas
- Melhorar a motricidade fina

Recursos: Missangas feitas com palhinhas coloridas cortadas, fio de plástico

Descrição: Nesta atividade os participantes tinham que fazer colares usando apenas a cor da palhinha que lhe era solicitada (Figura 9). O fio de plástico tinha alguma grossura de modo a facilitar o seu manuseamento e as missangas feitas a partir de palhinhas tinham um orifício bastante largo para que conseguissem inserir o fio sem dificuldades.



Figura 9 - Colares de missangas

Fonte própria

## **Atividade – Painel de motricidade**

Periodicidade –1 vez por semana

Duração – Aproximadamente 1hora cada sessão

Objetivos:

- Promover o nível de atenção;
- Melhorar o conteúdo educacional sobre memória e/ou outra função cognitiva
- Estimulação das várias funções cognitivas

Recursos: Painel de motricidade composto por bolsos com botões, cordões de sapatos, cinto de fivela, garrafas variadas com tampa de enroscar (Figura 10).

Descrição: Nesta atividade os participantes tinham que conseguir encontrar a tampa referente à garrafa correta, apertar os cordões dos sapatos, apertar e desapertar um cinto de fivela, abotoar e desabotoar botões.

Esta atividade era realizada apenas com os idosos que devido às suas patologias tinham dificuldades de concentração, em perceber o que lhe era solicitado, ou com falta de força muscular ao nível das mãos. Esta atividade obteve resultados positivos junto de duas idosas em particular pois conseguiam completar todos os exercícios do painel. As dificuldades de uma das idosas eram a nível físico, tinha muitos tremores e pouca força muscular nas mãos e o facto de conseguir completar os exercícios fez com que recuperasse alguma da motricidade a nível das mãos. A outra idosa não conseguiu perceber ou articular o que lhe era solicitado, mas a familiaridade dos objetos constantes no painel, faziam com que ela completasse, com alguma ajuda, todos os exercícios do mesmo.



Figura 10 -Painel de motricidade

Fonte própria

### 4.3 - Animação através da Expressão Plástica

Neste tipo de animação pretende-se que o idoso trabalhe a sua faceta artística através da moldagem, bordados, pintura, desenhos, colagem, recortes, etc., que tenha contato com vários materiais e várias técnicas, que se possa exprimir através da arte, proporcionando momentos de descontração e diversão. A animação plástica é simultaneamente motora e cognitiva, pois trabalha a motricidade fina e a agilidade mental.

A expressão plástica foi a atividade que teve mais interesse por parte dos idosos e na qual houve um maior nível de participação, empenho e nas quais apresentavam ideias para novas atividades. Algumas das atividades não funcionavam para alguns idosos devido às suas patologias, mas eram as preferidas da maioria. Mesmo assim tentei que todos participassem de algum modo na mesma atividade, uns na preparação, outros na execução e outros que não conseguiam realizar a atividade por qualquer motivo, auxiliavam no acondicionamento dos materiais. Foi notória a predileção do uso de materiais que de alguma forma lhe eram familiares, como a lã, o algodão para croché, a terra e as plantas. Colorir e pintar com tintas não colheu grande simpatia junto dos idosos por exigir destreza manual e ser em tudo muito parecido com usar o lápis, coisa que alguns nunca fizeram por não terem frequentado a escola. O papel crepe foi o material mais versátil e que apesar de ser desconhecido por alguns até então, conseguia servir os propósitos de todos. Os mais habilidosos confeccionaram diferentes tipos de flores de papel, outros limitavam-se a enrolá-lo em pequenas bolinhas que serviram para decorar trabalhos, fazer vasilhos de manjerico, ramos de mimosa, decorações para a Árvore de Páscoa, bandeirinhas para os Santos Populares, etc. Foi ainda iniciado um projeto apelidado de Árvore da Vida. O jardim suspenso feito com paletes teve também bastante sucesso, até junto da comunidade que participou oferecendo plantas, vasos e objetos decorativos para ampliação do mesmo.

Tabela 4 – Atividades de Expressão Plástica realizadas

<b>Atividade</b>
Jardim suspenso
Árvore da Vida
Flores de papel
Cravos de papel/lã
Vasilhos de manjericos
Manjericos gigantes

Mimosas
Árvore de Páscoa
Decorações para Árvore de Páscoa
Cerejas de lã
Mobile de borboletas em croché
Colorir a Via Sacra
Campanha Laço Azul
Reciclagem de móveis antigos
Bandeiras de Papel Crepe

Fonte própria

### **Projeto – Árvore da Vida**

Periodicidade – Período de estágio – duas fases

Duração – Aproximadamente 3horas cada sessão

Descrição: Foi iniciado um projeto apelidado de Árvore da Vida (Figura 11) que consiste num tronco de árvore com ramos feitos de cartolina. A árvore está colada numa parede estratégica da sala, para exibição a todos os que visitam a instituição. Tal como uma árvore de jardim também a Árvore da Vida tem que se renovar a cada estação. Na primavera revestiu-se de flores de papel feitas pelas idosas, no verão cobriu-se de frutos. Esta constante renovação torna este projeto muito versátil e permite dar-lhe continuidade ao longo de todo o ano.



Figura 11 - Árvore da Vida

Fonte própria

### Objetivos:

- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Reconhecer a importância das artes plásticas;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Desenvolver o sentido estético;
- Explorar materiais e técnicas.

Recursos: Cartolina, cola, fita-cola, papel crepe, caricas, lã vermelha e verde, agulhas de croché grossas, agulhas para lã, tesoura, fio, papel autocolante colorido, pistola de cola quente.

### Descrição: 1.<sup>a</sup> Fase – primavera

Para comemoração da chegada da primavera os idosos fizeram flores de papel para cobrir a árvore. A execução das flores começava com o corte de três quadrados 10X10cm de papel crepe de cores diversas. As idosas dobraram o papel como se fosse um leque e quando tinham três conjuntos, uniram-nos com um fio a meio e depois, cuidadosamente abriram as pétalas da flor (Figura12). No centro colaram uma bola de papel autocolante. Quando já existiam flores suficientes para cobrir os ramos da árvore, foram convidadas crianças da aldeia para, juntamente com os idosos, decorarem a árvore (Figura 13).



Figura 12 - Execução das flores de papel

Fonte própria





Figura 13 - Decoração da árvore com as crianças da aldeia

Fonte própria

#### Descrição: 2.<sup>a</sup> Fase – verão

Para comemorar a chegada do verão foi necessário fazer os frutos que cobririam a árvore. Ficou decidido que seria uma cerejeira. Para fazer as cerejas, fui ao café local e pedi à dona que me reservasse todas as caricas que pudesse. No meio de cada carica, com recurso a um prego grosso, foi feito um buraco. As idosas utilizaram agulhas para lã para fazerem passar a lã vermelha através do buraco da carica até que toda estivesse coberta. Algumas idosas com visão reduzida não conseguiam fazer esta atividade. Essas faziam cordão em lã verde, que posteriormente transformaram em laços, tal como se estivessem a apertar um atacador. Cada cereja era formada por duas caricas cobertas de lã, coladas com cola quente. Os laçarotes verdes foram também colados às cerejas formando assim as folhas e o caule das mesmas (Figura 14 e 15).





Figura 14 - Execução das cerejas

Fonte própria



Figura 15 - Execução do cordão para fazer as folhas das cerejas

Fonte própria

Com a chegada do verão retiraram-se as flores e foram colocadas as cerejas, mais uma vez pela mão dos idosos (Figura 16).



Figura 16 - Árvore da Vida - Comemoração da entrada do verão

Fonte própria

### **Projeto – Jardim suspenso (Figura 20)**

Periodicidade – Período de estágio – quatro fases

Duração – Aproximadamente 2 horas cada sessão

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas.

Recursos: Paletes de madeira, tinta para madeira, pinceis, rolos, vasos, tinta acrílica, flores e sementes, terra, pás de jardim, carimbos feitos de cenoura.

#### Descrição: 1.<sup>a</sup> Fase – Pintura de paletes

Nesta primeira fase do projeto, os idosos dedicaram-se à pintura de paletes de madeira que funcionaram posteriormente como suporte dos vasos do jardim suspenso (Figura 17). A maioria dos idosos nunca tinha pintado com o auxílio de pincel e rolo. Foi uma novidade que agradou pela facilidade de uso dos materiais. Numa das idosas, que na sua vida profissional foi trolha, apesar de ter Alzheimer, foi notória a familiaridade dos

materiais que estava a utilizar e a satisfação e desenvoltura com que o fazia. Todos os outros participantes, fizeram questão de experimentar e deixar a sua marca no jardim.



Figura 17 - Pintura de paletes

Fonte própria

#### Descrição: 2.<sup>a</sup> Fase – Decoração dos vasos

Nesta fase do projeto os idosos procederam à decoração dos vasos onde posteriormente seriam plantadas as flores e sementes. Para a decoração dos vasos foram utilizados carimbos feitos a partir de cenouras (Figura 18). Esta atividade não correu como planeada, pois os idosos revelaram dificuldade em utilizar os carimbos da forma correta e rapidamente esqueciam que já tinham pintado a parte de trás do vaso, pegando-lhe com as mãos em cima da tinta fresca, estragando assim o que anteriormente tinham feito. De

qualquer forma, não desvalorizei a decoração e os vasos foram colocados no jardim tal como os idosos os fizeram.



Figura 18 - Decoração de vasos

Fonte própria

### Descrição: 3.<sup>a</sup> Fase – Plantação de flores e sementes

Esta fase do projeto foi bastante participada, talvez por se tratar de algo que todos já fizeram em alguma etapa da sua vida. Não tiveram nenhuma dificuldade, nem foram necessárias explicações prévias do que era pretendido (Figura 19). Pelo contrário, nesta atividade os idosos tomaram as rédeas da situação e conseguiram organizar-se sozinhos. Uns enchiam os vasos com terra, outros plantavam as mudas de flores e as sementes, outros transportavam os vasos para a rua e outros regavam-nos cuidadosamente.



Figura 19 - Plantação de flores e sementes

Fonte própria

Esta atividade teve bastante participação e prolongou-se por alguns dias pois teve 3 fases diferentes. Este facto permitiu que todos os idosos pudessem participar de alguma forma. Uns preferiram pintar as paletes, outros a decoração dos vasos, feita com tinta acrílica e carimbos feitos com cenouras. Outros ainda participaram no dia da plantação das flores e sementes. Foi um sucesso junto dos idosos e da população em geral. Enquanto foi novidade, o jardim do Lar tornou-se local de romaria e as visitas aos idosos para os felicitar por terem tornado o jardim mais bonito foram uma constante e ajudaram muito os idosos a perceberem que ainda podem fazer muitas coisas e serem reconhecidos por isso.



Figura 20 - Jardim suspenso

Fonte própria

Descrição: 4.<sup>a</sup> Fase – Manutenção do jardim

A manutenção do jardim ficou a cargo de uma cliente do SAD. Todas as tardes, a cliente que vive sozinha, se dirige ao Lar para regar aos vasos. Esta atividade permite que a mesma tenha uma ocupação, uma responsabilidade e que mantenha uma ligação mais próxima com os idosos e os funcionários da instituição. Enquanto trata da rega do jardim, conversa com os demais e passa algum tempo acompanhada permitindo uma aproximação entre a cliente e a instituição.

### **Atividade – Bolinhas de papel crepe**

Periodicidade –5 vezes por semana

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

Objetivos:

- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Papel crepe, recipientes

Descrição: Esta atividade foi recorrente durante o estágio por ser uma atividade que todos os idosos eram capazes de realizar (Figura 21). As bolinhas de papel, separadas por cores, serviam posteriormente para a execução de diversos trabalhos. Foram utilizadas para fazer manjericos de papel, mimosas, bandeiras dos santos Populares, decorações de Páscoa, etc.





Figura 21 - Enrolamento de papel crepe

Fonte própria

### **Atividade – Decorações para Árvore de Páscoa**

Periodicidade – 3 vezes por semana

Duração – Aproximadamente 2 horas cada sessão

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Bolinhas de papel crepe, cartolina, cola branca, pinceis, fitas, tesoura

Descrição: Sempre que possível, as crianças da aldeia eram convidadas a participar nas atividades propostas aos idosos. A execução das decorações para a Árvore de Páscoa foi uma das atividades na qual as crianças participaram (Figura 22). Juntamente com os idosos recortaram moldes de cartolina com motivos de Páscoa tais como ovos, coelhos e folhas (Anexo 4), depois colaram bolinhas de papel crepe para cobrir os mesmos. Posteriormente colocaram lacinhos feitos com fitas para pendurarem na árvore. Os idosos

mostraram sempre agrado em ter as crianças por perto e sempre que tinham dificuldades em fazer alguma coisa mais minuciosa solicitavam a ajuda das mesmas.



Figura 22 - Decorações para Árvore de Páscoa

Fonte própria

Depois de terem decorações suficientes, passou-se à construção da Árvore. Para tal foi utilizado um ramo seco de uma árvore, resultante da poda realizada no inverno. Foi colocado num vaso e posteriormente decorado pelos idosos e crianças com as decorações feitas pelos mesmos (Figura 23 e 24). A Árvore de Páscoa foi uma novidade pois os idosos não tinham conhecimento sobre a sua existência.



Figura 23 – Decoração da Árvore de Páscoa

Fonte própria





Figura 24 - Árvore de Páscoa

Fonte própria

### **Atividade – Colorir a Via Sacra**

Periodicidade – 1 vez

Duração – Aproximadamente 2horas

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Lápis de cor, lápis de cera, estações da Via Sacra para colorir (Anexo 6)

Descrição: Nesta atividade os idosos foram convidados a colorir as estações da Via Sacra (Figura 25). Foi notória a falta de à-vontade com que os idosos usam o lápis. Verifiquei que mesmos os idosos que não têm problemas cognitivos, não conseguem distinguir as cores certas para colorir os desenhos. Nas vestes usadas pelos Apóstolos e por Jesus perguntavam-me que cor deveriam usar e eu deixava-os à vontade para usar a que mais gostassem, mas depois não sabiam que cor deveriam usar para o cabelo e a cara, que frequentemente coloriam de verde ou azul, ou de que cor deveriam pintar as árvores e o

céu. Usavam qualquer cor que lhe viesse à mão, não por não conhecerem as cores, mas porque não estavam a fazer algo que lhes estivesse a interessar.



Figura 25 - Colorir a Via Sacra

Fonte própria

### **Atividade – Mobile de borboletas em croché**

Periodicidade – ao longo de 3 semanas

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Algodão para croché de várias cores, lá verde, galho seco, fio de pesca, arame maleável.

Descrição: Esta atividade foi realizada por duas idosas que gostavam muito de fazer croché. O algodão para croché é um material que a maioria das idosas já não consegue utilizar por ser muito fino. Apenas conseguem trabalhar com fios mais grossos, como a lã. O croché sempre foi muito utilizado pelas mulheres da minha aldeia e existem duas

idosas do ERPI que continuam a fazer rendas frequentemente. Quis deste modo valorizar uma tradição que se está lentamente a perder e dar oportunidade a uma vontade mostrada pelas idosas. O resultado foi um móbile de borboletas que está exposto na sala de estar do CSPP (Figura 26).



Figura 26 - Mobile de borboletas em croché

Fonte própria

### **Atividade – Campanha Laço Azul – Contra os maus tratos infantis**

Periodicidade – ao longo de 2 semanas

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

#### Objetivos:

- Participação numa ação da comunidade;
- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Trapilho, agulhas para croché grossas

Descrição: Foi solicitada a colaboração do CSPP na participação da campanha Laço Azul, contra os maus tratos infantis. Esta campanha consiste em colocar um laço azul em cada instituição para lembrar todas as crianças que sofrem maus tratos e desta forma mostrar que se associam a esta causa. A atividade consistiu em trabalhar trapilho como se fosse algodão de croché e fazer uma faixa suficientemente grande para dobrar em forma de laço (Figura 27). O laço foi depois colocado na fachada do CSPP durante todo o mês de abril.



Figura 27 - Execução do laço para a Campanha Laço Azul

Fonte própria

### **Atividade – Cravos de papel e lã**

Periodicidade – 4 sessões semanais

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão/ ao longo de 3 semanas

#### Objetivos:

- Participação numa ação da comunidade;
- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Lã vermelha e verde, molde em cartão para fazer pompons, papel crepe, arame maleável, cola

Descrição: para fazer os cravos em lã, os idosos procederam a execução de pompons que eram feitos num molde de cartão (Figura 28). Enrolavam primeiramente alguma lã verde para fazer o cálice do cravo e depois completavam com lã vermelha. Depois de estar enrolada lã suficiente, apertava-se com um fio e cortava-se a meio formando uma bola de lã vermelha com um fundo verde. Depois era espetado no centro da bola um arame que funcionava como caule que era depois coberto com lã verde enrolada. As folhas dos cravos de lã foram feitas em ponto de croché com lã verde.



Figura 28 - Cravos de lã

Fonte própria

Os cravos em papel, eram feitos com três quadrados de papel crepe vermelho com 10x10cm, que eram dobrados juntos como se fossem leques. Com um arame fininho, apertavam-se três conjuntos de quadrados e recortavam-se as pontas com uma tesoura de recorte (Figura 29 e 30). Um arame funcionava como caule e era unido através do arame mais fino. Para fazer o cálice do cravo enrolava-se papel higiênico (2 folhas dobradas ao meio) abaixo do cravo e terminava-se com cola. Depois procedia-se à abertura das pétalas do cravo e por fim à cobertura do cálice com papel crepe verde previamente recortado numa das extremidades. Uma tira maior (25x3cm) era enrolada ao arame e a meio colocadas duas folhas previamente moldadas no mesmo material. A cada cravo foi

posteriormente colada uma etiqueta em papel com uma frase alusiva às diferenças sentidas por cada um dos idosos a partir da Revolução de Abril.



Figura 29 - Cravos de papel

Fonte própria



Figura 30 - Cravos de papel

Fonte própria



### **Atividade – Quadros de mimosas (Figura 34)**

Periodicidade – 1 sessão

Duração – Aproximadamente 4 horas cada sessão

Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Pinceis, folhas A4 de cartolina preta, tinta acrílica verde e castanha, carimbos feitos a partir de cuvetes, cola branca, bolinhas de papel crepe.

Descrição: Primeiramente, e por ser um trabalho muito minucioso, procedi à execução de alguns carimbos feitos a partir de cuvetes. Com um x-ato, recortei folhas de mimosa e um caule, ao qual foi colado um arame para fazer de pega.



Figura 31 – Carimbos

Fonte própria

A atividade pretendia que os idosos usassem os carimbos para fazer estampagem (Figura 32). Com os pinceis pintaram os carimbos com a cor pretendida e formaram uma árvore.

Depois de secar a tinta, com o auxílio de um pincel e cola branca, colaram as bolinhas de papel crepe amarelo, previamente enrolado, para criarem mimosas (Figura 33).



Figura 32 - Técnica da estampagem

Fonte própria



Figura 33 - Técnica de colagem

Fonte própria





Figura 34 - Mimosas

Fonte própria

### **Atividade – Vasinhos de manjerico**

Periodicidade – 4 sessões

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: pinceis, tinta acrílica cor de laranja, copos de iogurte, papel de jornal, cola branca, bolinhas de papel crepe verde.

Descrição: Esta atividade começou pela pintura a pincel, com tinta acrílica, dos copos de iogurte (Figura 35). Depois de secar a tinta, os idosos amarrotaram folhas de jornal que colocaram dentro dos copos para formar uma bola (Figura 36).



Figura 35 - Pintura de copos de iogurte

Fonte própria



Figura 36 - Execução dos vasinhos de manjerico

Fonte própria

Depois com a ajuda de um pincel cobriram toda a bola de papel com cola branca e com cuidado colaram as bolinhas de papel crepe verde até cobrir toda a área.



Figura 37 - Colagem

Fonte própria

Posteriormente, foi colocado em cada vasinho um cravo de papel e uma quadra alusiva aos Santos Populares. As quadras foram feitas por uma cliente da valência de SAD (Figura 38).



Figura 38 - Quadra a Santo António

Fonte própria

Os vasinhos de manjerico foram depois utilizados na decoração do Altar em honra de Sto. António, no Arraial Popular e na decoração da sala de estar da instituição.

### **Atividade – Manjericos gigantes**

Periodicidade – 5 sessões

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

#### Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: sacos do lixo em plástico verde, fio de algodão grosso, recipiente grande, papel de jornal, agrafador, tinta acrílica cor de laranja, trinchas

Descrição: Para a execução do manjerico foram utilizados sacos de plástico para lixo de cor verde. Com uma tesoura foram cortadas tiras com 10x50cm que foram dobradas em forma de leque. Seguidamente juntavam-se 3 tiras com um fio de algodão (Figura 39). Depois abriam-se as pétalas uma a uma. Para a execução dos vasos gigantes foram usados recipientes em plástico, que foram pintados pelos idosos com tinta cor de laranja (Figura 40). Para fazer o volume do manjerico foram utilizados sacos de lixo cheios de papel de

jornal, que foram colocados dentro das tinas. As flores foram agrafadas ao saco até cobrirem toda a superfície transformando-o num vaso de manjerico gigante (Figura 41).



Figura 39 - Execução das flores para manjerico gigante

Fonte própria



Figura 40 - Pintura do vaso

Fonte própria





Figura 41 - Manjericos gigantes

Fonte própria

Os manjericos gigantes foram usados como parte da decoração do Altar em honra de Sto. António (Figura 42) e no Arraial Popular.



Figura 42 - Manjericos gigantes

Fonte própria

## **Atividade – Bandeiras dos Santos Populares**

Periodicidade – 4 sessões

Duração – Aproximadamente 2horas cada sessão

Objetivos:

- Estimulação das várias funções cognitivas;
- Desenvolver a expressão e a criatividade;
- Estimular a capacidade sensorial e motora;
- Explorar materiais e técnicas

Recursos: Moldes de bandeiras (Anexo 7), bolinhas de papel crepe coloridas, pedacinhos de papel colorido, cola branca, pinceis

Descrição: Os idosos começaram por recortar os moldes das bandeiras. Depois, com a um pincel embebido em cola branca, cobriam toda a superfície da bandeira. Cobriam depois a cola com bolinhas de papel crepe e pedacinhos de papel colorido. As bandeiras foram depois utilizadas na decoração do Altar em honra de Sto. António, no Arraial Popular e na decoração da sala de estar da instituição (Figura 43).



Figura 43 - Decoração da sala de estar

Fonte própria

#### 4.4 - Animação através da Comunicação

Neste tipo de animação pretende-se que os idosos comuniquem uns com os outros e que essa comunicação possa ser feita pela música, pelo teatro, pela dramatização, pela dança, pela poesia, fotografia, etc. Na animação expressiva de comunicação, os idosos transmitem os seus sentimentos e emoções através da voz, do comportamento, da postura e do movimento.

Esta faceta da animação foi trabalhada aquando do encontro intergeracional no qual os idosos foram visitar uma turma de 4.º ano à Escola E B 1 de Freixo de Espada à Cinta para falarem com os mesmos sobre a importância do 25 de abril de 1974 e sobre as diferenças sentidas. Entregaram ainda cravos vermelhos de papel e lã, que os mesmos fizeram e responderam a várias perguntas dos alunos (Figura 44).

Tabela 5 – Atividades de Animação através da Comunicação realizadas

<b>Atividade</b>
Visita à Escola EB 1 de Freixo de Espada à Cinta

Fonte própria



Figura 44 - Visita à Escola EB 1 para conversar sobre o 25 de abril de 74

Fonte própria

Posteriormente, ofereceram os mesmos cravos em diferentes locais da vila de Freixo de Espada à Cinta tais como a farmácia, os CTT e a Câmara Municipal para relembrem através deste gesto a importância do Dia da Liberdade (Figura 45, 46 e 47).





Figura 45 - Entrega de cravos - Comemoração do 25 de abril de 74

Fonte própria



Figura 46 - Entrega de cravos - comemoração do 25 de abril de 74

Fonte própria



Figura 47 - Entrega de cravos - Comemoração do 25 de abril de 74

Fonte própria

#### **4.5 - Animação Lúdica**

A animação lúdica, como o seu nome indica, é a animação que tem por objetivo divertir as pessoas e o grupo, ocupar o tempo, promover o convívio e divulgar conhecimentos, artes e saberes e é vocacionada principalmente para a essência da animação: o lazer, o entretenimento e a brincadeira. Incluem-se nesta os passeios convívio, os intercâmbios, os jogos, as idas aos museus, os teatros, as festas, ver televisão, etc.

Neste estágio as atividades lúdicas foram muito abrangentes e participadas. Passaram pelas idas à Missa todas as quintas-feiras de manhã, pelo visionamento de filmes portugueses, pelas tardes de música e dança livre, pelo Passeio de Barco na companhia de idosos de outras instituições no Rio Douro, pela visita ao I Mercado Medieval de Freixo de Espada à Cinta até ao Arraial Popular em honra dos três Santos Populares no qual foram os anfitriões de alguns idosos da Santa Casa da Misericórdia de Freixo de Espada à Cinta que participaram nas festividades.

A tarde de leitura não funcionou pois, a maioria dos idosos não conseguiu manter o nível de atenção necessária para a discussão que se seguia sobre a moral da história que lhes foi lida (Anexo 5). Uns adormeceram durante a leitura, outros, devido às dificuldades de audição não perceberam a história, outros simplesmente não quiseram participar da discussão. Mesmo aqueles que ouviram a história do princípio ao fim não conseguiam

responder às questões que lhe foram colocadas por mais simples que fossem e preferiram dizer que não ouviram.

Os idosos adoram ver-se em fotografias e a manhã em que lhes foram mostradas as fotos da realização das atividades foi muito interessante. Durante o visionamento das fotos que foram projetadas houve discussão entre eles uma vez que não percebiam o motivo pelo qual uns apareciam mais que os outros. Enquanto viam as fotos iam relatando histórias passadas durante a realização das atividades e solicitaram que fossem publicadas no perfil de Facebook do Centro Social Paroquial de Poiares para que pudessem ser visionadas pelos familiares dos mesmos. Este facto fez com que os familiares que estão longe ficassem a par das atividades e elogiassem o trabalho dos idosos deixando mensagens de parabéns e de incentivo para que continuassem a ser proporcionados momentos como esses.

Tabela 6 –Atividades Lúdicas realizadas

<b>Atividade</b>
Ida à Missa
Passeio de Barco pelo Douro
Visita ao I Mercado Medieval de Freixo de Espada à Cinta
Arraial em honra dos Santos Populares
Visionamentos de filmes portugueses
Tardes dançantes/musicais
Leitura de história e posterior discussão
Visionamento de fotos
Construção do Altar a Santo António

Fonte própria

### **Atividade – Passeio de Barco pelo Rio Douro**

Periodicidade – 1 sessão

Duração – Aproximadamente 4horas

Objetivos:

- Promover o convívio
- Divulgar conhecimentos

Recursos: Autocarro para transporte até à Congida (a cargo da Câmara Municipal de Freixo de Espada à Cinta)

Descrição: A convite da Santa Casa da Misericórdia de Freixo de Espada à Cinta, os idosos participaram num passeio de barco pelo Rio Douro que teve início na Congida. Durante o passeio puderam observar a fauna e flora existente e passaram um dia diferente. Para alguns dos idosos foi mesmo a primeira vez que andaram de barco. Durante o passeio, o guia fazia perguntas de fácil resposta sobre os locais que se avistavam, bem como sobre as construções existentes (pombais) e sobre a fauna e flora. Os idosos conseguiram responder à maioria por se tratar de assuntos que dominavam. Alguns idosos levaram instrumentos musicais simples que serviram para complementar o passeio (Figura 48). Cantaram e dançaram canções de outrora. No final do passeio a CMFEC ofereceu um lanche aos idosos que participaram no passeio.

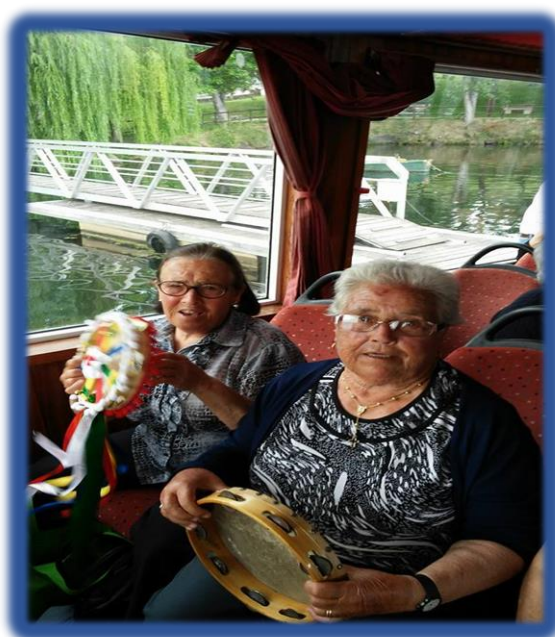


Figura 48 - Passeio de Barco

Fonte própria

## **Atividade – I Mercado Medieval de Freixo de Espada à Cinta**

Periodicidade – 1 sessão

Duração – Aproximadamente 4 horas

### Objetivos:

- Promover o convívio
- Assistir a espetáculos de rua

Recursos: Nenhum

Descrição: A visita ao I Mercado Medieval de Freixo de Espada à Cinta contou com a participação dos idosos que tinham maior mobilidade. No local visitaram os stands de venda, assistiram a performances teatrais, nomeadamente ao episódio do Milagre das Rosas (Figura 49), a música ao vivo e conviveram com a população em geral. Os idosos gostaram muito desta atividade e concordaram que no Mercado Medieval seguinte iriam participar mais ativamente, vestindo-se com roupas de época.



Figura 49- Passeio pelo I Mercado Medieval de FEC

Fonte própria

### **Atividade – Altar em honra de Santo António (Figura 51)**

Periodicidade – 1 sessão

Duração – Aproximadamente 1h30m

#### Objetivos:

- Promover o convívio
- Manter tradições

Recursos: Decorações feitas pelos idosos, rendas, Santo António, manta vermelha, flores



Descrição: A construção do Altar de Santo António, tal como se fazia antigamente em cada rua da aldeia, foi também uma atividade que os idosos gostaram. No recinto da instituição, foi decorado um altar com rendas, cantarinhas de barro, manjericos, flores, bandeirinhas e santinhos (Figura 50).

Os idosos fizeram os vasinhos de manjericos com copos de iogurte e bolinhas de papel, bandeirinhas com bolinhas de papel, manjericos gigantes com flores feitas a partir de sacos de lixo verde e uma idosa escreveu as quadras alusivas aos Santos Populares para colocar nos vasos de manjerico. A população da aldeia fez romaria ao local para tirar fotos junto do Altar e felicitaram os idosos por terem recuperado uma tradição da aldeia que pouco a pouco caiu em desuso.



Figura 50 - Construção do Altar em honra de Sto. António

Fonte própria



Figura 51 - Altar de Sto. António

Fonte própria

### **Atividade – Visionamento de filmes**

Periodicidade – 3 sessões

Duração – Aproximadamente 1h30m cada sessão

Objetivos:

- Promover momentos de descontração

- 

Recursos: Televisão, DVD

Descrição: Os idosos assistiram a diversos filmes. Em abril, assistiram ao filme “A Paixão de Cristo” e “Capitães de Abril” e em maio, ao filme “Fátima”. Os filmes estavam dublados em português para que todos pudessem compreender. Os filmes ligados à religião tiveram muito mais impacto junto dos idosos. O filme sobre o 25 de abril de 74, não reuniu grande entusiasmo junto do público.

### **Atividade – Arraial em honra dos 3 Santos Populares**

Periodicidade – 1 sessão

Duração – Aproximadamente 5 horas

Objetivos:

- Promover momentos de descontração
- Promover o convívio entre pares

Recursos: Equipamento de som, lanche e jantar para os convidados

Descrição: O Arraial Popular foi o culminar do estágio, mas para ser o sucesso que foi os idosos trabalharam muito. Fizeram as decorações (manjericos de papel e bandeirinhas) participaram na decoração do espaço, construíram, juntamente com os idosos convidados, a cascata em honra dos Santos Populares (Figura 52) e sobretudo conviveram muito, dançando (Figura 53) e conversando com os seus pares e os colaboradores de ambas as instituições.



Figura 52 - Construção da cascata no Arraial Popular

Fonte própria



Figura 53 - Arraial Popular

Fonte própria



## **Considerações Finais**

Esta reflexão permitiu-me avaliar se as atividades que desenvolvi produziram transformações nas dinâmicas do lar e se foram de encontro à satisfação das necessidades dos idosos. Toda esta experiência foi muito enriquecedora apesar das dificuldades que surgiram durante o período de estágio.

A anterior inexistência de atividades de animação sociocultural fez com que este período de estágio fosse de grande azáfama e tivesse alterado algumas das rotinas dos idosos, quanto a mim, de modo positivo.

Não havendo a necessidade de adaptação grupal, eram frequentes as queixas quanto a desempenhos menos conseguidos por parte de alguns participantes, havendo até solicitações para que não permitisse que determinado membro do grupo realizasse algumas atividades pois segundo os outros “não faziam nada de jeito e só estavam a fazer-me perder tempo”. Num grupo tão pequeno e que se conhece tão bem, houve até situações em que alguns idosos foram indelicados para com os outros porque eles próprios não eram sensíveis às dificuldades sentidas e não acreditam nas limitações dos seus pares. Com a idade tornaram-se insensíveis aos problemas dos outros chegando ao ponto de se tornarem egoístas e não aceitarem que existe quem necessite de um maior grau de atenção. Por diversas vezes, tive que intervir em discussões entre os participantes para acalmar os ânimos e explicar que o contributo de todos é válido e que o mais importante é sentirem que deram o seu melhor.

Os idosos mostraram preferência por atividades de expressão plástica, tendo alguns demonstrado bastante confiança nas suas habilidades.

A falta de motivação e interesse em participar em algumas das atividades foi lentamente superada à medida que viam os resultados finais.

Os idosos que participaram nas atividades demonstraram agrado com os resultados obtidos e revelaram que passaram melhor o tempo e que a distração os impediu de pensar em coisas menos positivas.

À medida que o tempo foi passando a maioria dos idosos revelou que as atividades que desenvolveram trouxeram benefícios para a sua vida.

As atividades realizadas trouxeram melhorias no ambiente da instituição e na forma como os idosos, os funcionários e os familiares e visitantes passaram a reconhecer a importância da animação sociocultural e a forma como a mesma valorizou os interesses e gostos dos idosos.

As mesmas estimularam, ainda, a vida dos idosos a nível mental, físico e afetivo tornando-os mais conscientes que ainda conseguem ser válidos e contribuir de alguma forma para o bem comum da instituição que habitam.

Quando terminavam uma atividade e viam a finalidade do seu trabalho e esforço, era notório o orgulho com que mostravam, nomeadamente os trabalhos de expressão plástica, aos familiares que os visitavam e a alegria no seu rosto ao contarem as experiências vividas durante as atividades realizadas fora da instituição, aos funcionários, familiares e idosos que não puderam participar.

As atividades de estimulação cognitivas foram encaradas com alguma relutância por parte de alguns idosos. A realização destas atividades foi dirigida a um grupo mais reduzido de idosos que, devido às suas patologias, requeriam um nível de atenção mais elevado.

Por último tenho consciência que consegui melhorar o interesse dos idosos em participar nas atividades na medida em que mesmo depois do término do estágio e uma vez que sou colaboradora da instituição, me foi solicitado por parte dos mesmos e da Direção da instituição, a continuação da promoção de atividades de animação.

## Referências

- CABRAL, M. V. (2013). Processo de envelhecimento em Portugal, Usos do tempo, redes sociais e condições de vida. Lisboa: Associação Comercial de Lisboa à Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- CORREIA P. (2007). Velhos são os Trapos: mito ou realidade? Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0340.pdf>. Consultado em 31 de agosto de 2017
- FONSECA A. M (2004). O Envelhecimento uma abordagem psicológica. Lisboa: Universidade Católica Editora.
- FONTAINE, R. (2000) Psicologia do Envelhecimento). Lisboa: Climepsi Editores.
- JACOB, L. (2008). Animação de Idoso. Porto: Editora Âmbar.
- JACOB L. & FERNANDES H. (2011). Ideias para um Envelhecimento Activo. Almeirim. Edição: RUTIS.
- LOPES, M. (2008). Animação sociocultural em Portugal. Amarante: intervenção- Associação para a promoção e divulgação cultural.
- LÓPEZ & HARO (1998). La Animacion sociocultural como alternativa para las personas mayores en A. Escarbajal (coord.), La Educacion Social en marcha. Valencia. Nau Libres.
- MARTINS R. (2009). “Animação Sociocultural na Terceira Idade no Lar de Santa Marta em Chaves.” In Pereira e Lopes (coord.). Animação Sociocultural na Terceira Idade. Amarante: Edições Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- OSÓRIO, A. (2004). Animação sociocultural na terceira idade. In Trilla, J. (Coord.), Animação sociocultural – teorias, programas e âmbitos. Lisboa: Instituto Piaget.
- PAÚL, C. (2005). Envelhecimento activo e redes de suporte social Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, vol. XXV, pp. 275-287 Universidade do Porto, Porto
- PAÚL C. (1997). Lá para o fim da vida. Coimbra: Almedina.
- PORTUGAL e AZEVEDO (2011). Optimize o seu bem-estar in Manual do Envelhecimento Activo. Lisboa: Lidel.
- REQUEJO (2008). “Animação Sociocultural na Terceira Idade” in Pereira, Vieites e Lopes (coord.). Animação Sociocultural e os Desafios do Século XXI. Chaves: Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural
- RIBEIRO, O & PAÚL, C. (2011). Manual de Envelhecimento Ativo. Lisboa: Lidel.
- ROCHA, M. (2009). O Envelhecimento Activo - uma análise à luz de uma ética educativa crítica. A Terceira Idade, Vol.20, pp. 38-52
- ROSA M. (2012). O envelhecimento da Sociedade Portuguesa. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos
- SCHROOTS, J; BIRREN, J.(1980), A psychological point of view toward human aging and adaptability, in Adaptability and aging, proceedings of 9th International conference of social Gerontology , Quebec, Canada, 43-54.

VENTOSA V. (2009). “Animação Sociocultural e Terceira Idade” in Pereira e Lopes (coord.). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Edições Intervenção – Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

World Health Organization Envelhecimento ativo: uma política de saúde / World Health Organization (2005). Tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde.

# **Anexos**



## **Listagem de Anexos**

Anexo 1 – Organograma

Anexo 2 – Plano de atividades diárias e Registo de participação

Anexo 3 – Apreciação global do desempenho da estagiária

Anexo 4 – Molde para decorações Árvore de Páscoa

Anexo 5 – Livro – Tarde de leitura

Anexo 6 – Via Sacra para colorir (exemplos)

Anexo 7 – Bandeiras dos Santos Populares

Anexo 8 – Estatuto do Animador Sociocultural

**- ANEXO 1 –  
Organograma**



# ORGANOGRAMA

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE POIARES

DIREÇÃO

CONSELHO FISCAL

PRESIDENTE  
Pe.  
Francisco  
Pimparel

SECRETÁRIO  
Gerardo  
Faustino

TESOUREIRO  
Rui Portela

PRESIDENTE  
Carlos  
Mendes

VOGAL  
Augusto  
Manso

VOGAL  
Sílvio  
Paredes

DIREÇÃO TÉCNICA  
Vânia Sobral

E.R.P.I.

Enfermeira  
Maria João Gaspar

Animadora Sociocultural  
Cristina Santos

Cozinheira  
Maria Alice Timóteo  
Olinda da Graça Portela

Ajudante de Cozinheira  
Brígida Paredes

Ajudante Ação Direta  
Isabel Paredes  
Jacinta Paredes

Aux. Serviços Gerais  
Alcina Caravau

CENTRO DE DIA

Animadora Sociocultural  
Cristina Santos

Cozinheira  
Maria Alice Timóteo

Ajudante Ação Direta  
Isabel Martins

Aux. Serviços Gerais  
Alcina Caravau

APOIO DOMICILIÁRIO

Animadora Sociocultural  
Cristina Santos

Cozinheira  
Maria Alice Timóteo  
Olinda da Graça Portela

Ajudante de Cozinheira  
Brígida Paredes

Ajudante Ação Direta  
Isabel Paredes  
Isabel Martins

Aux. Serviços Gerais  
Alcina Caravau

**- ANEXO 2 –  
Plano de atividades diárias  
Registro de participação**

Plano de atividades diárias

Semana de 13-03-2017 a 17-03-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
13 de março de 2017	Manhã	Atividades Físico-Motoras	Caminhada	Nenhum	Ester, Adelaide Santo, Adelaide Luís, Carminda, Margarida, Almerinda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Jardim suspenso	Paletes, vasos, tinta para madeira, pinceis	Carminda, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Belmiro, Zulmira, Maria Cândida, Maria Moreira
14 de março de 2017	Manhã	Atividades Físico-Motoras	Caminhada	Nenhum	Ester, Adelaide Santo, Adelaide Luís, Carminda, Margarida, Almerinda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Flores de papel	Papel crepe, tesouras, fio	Glória, Margarida, Almerinda, Maria Moreira, Maria Júlia, Maria Cândida, Lurdes
15 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Jardim suspenso	Paletes, vasos, tinta para madeira, pinceis	Margarida, Almerinda, Zulmira, Maria Moreira
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória	Glória, Margarida, Almerinda, Maria Moreira, Maria Júlia, Maria Cândida, Lurdes
16 de março de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Carminda, Adelaide Santo, Maria Moreira, Maria Júlia
	Tarde	Atividades Lúdicas	Leitura de história	Livro	Todos os clientes
17 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Pintura de vasos	Vasos, tinta acrílica, carimbo de cenoura	Adelaide Santo, Almerinda, Margarida
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís

Plano de atividades diárias

Semana de 20-03-2017 a 24-03-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
20 de março de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Jardinagem	Flores e sementes, terra, vasos	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Almerinda, Zulmira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cestas de Páscoa coloridas	Desenhos alusivos à Páscoa Lápis de cor	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Maria Cândida, Adelaide Luís, Lurdes
21 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Construção do Laço para a Campanha Laço Azul	Trapilho azul Aglhas de croché grossas	Margarida, Maria Júlia, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades Físico-Motoras/Lúdicas	Tarde dançante	Leitor CD	Todos os clientes ERPI/CD
22 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Construção do Laço para a Campanha Laço Azul Flores de Papel	Trapilho azul Aglhas de croché grossas Papel crepe, tesouras, fio	Margarida, Maria Júlia, Glória, Maria Moreira, Adelaide Santo, Almerinda, Zulmira, Maria Cândida
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Maria Cândida Teixeira
23 de março de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Construção da Árvore da Vida	Cartolina castanha, fita cola, flores de papel	Todos os clientes ERPI/CD
24 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Construção do Laço para a Campanha Laço Azul	Trapilho azul Aglhas de croché grossas	Margarida, Maria Júlia, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Maria Cândida Teixeira

## Plano de atividades diárias

Semana de 27-03-2017 a 31-03-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
27 de março de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Maria Cândida Teixeira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
28 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Quadros com mimosas	Cartolina Bolinhas de papel crepe Tinta acrílica Carimbos Cola branca Pinceis	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Maria Cândida, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Ester, Adelaide Luís, Lurdes Quintã
	Tarde				
29 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Colorir a Via Sacra	Imagens da Via Sacra Lápis de cera	Margarida, Almerinda, Zulmira, Maria Cândida Teixeira, Adelaide Santo, Adelaide Luís, Lurdes Quintã
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória Painel motricidade	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Maria Cândida Teixeira, Carminda, Adelaide Luís
30 de março de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividades Lúdicas	Tarde Musical	Nenhum	Todos os clientes ERPI, CD
31 de março de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Borboletas em croché	Algodão para croché Aglhas de croché	Glória, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester

Plano de atividades diárias

Semana de 03-04-2017 a 07-04-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
03 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Colocação do Laço Azul no exterior da Instituição		
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
04 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Construção de Vai e Vem	Garrafas de plástico Garrações de Plástico Fio de nylon Fita isoladora de cores	Ester, Zulmira, Adelaide Santo, Lurdes Quintã
05 de abril de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória Painel motricidade	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Maria Cândida Teixeira, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Construção das decorações para a árvore de Páscoa	Cartolina, Cola branca Pinceis Bolinhas de papel crepe Laços e fitas	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís
06 de abril de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Construção da Árvore de Páscoa	Galhos de árvore seca Vaso Decorações Papel crepe	Margarida, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
07 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Construção das decorações para a árvore de Páscoa	Cola branca Pinceis Bolinhas de papel crepe Laços e fitas	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Construção das decorações para a árvore de Páscoa	Cola branca Pinceis Bolinhas de papel crepe Laços e fitas	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís

Plano de atividades diárias

Semana de 10-04-2017 a 13-04-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
10 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de papel	Papel crepe vermelho e verde, arame maleável, papel higiênico, tesoura e alicate	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de papel	Papel crepe vermelho e verde, arame maleável, papel higiênico, tesoura e alicate	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
11 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de papel	Papel crepe vermelho e verde, arame maleável, papel higiênico, tesoura e alicate	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Ampliação do jardim suspenso	Palete, vasos e flores	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
12 de abril de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória Painel de motricidade	Adelaide Santo, Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Maria Cândida Teixeira, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de papel	Papel crepe vermelho e verde, arame maleável, papel higiênico, tesoura e alicate	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
13 de abril de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividade Lúdica	Visionamento do filme - A Paixão de Cristo	Filme e televisão	Todos os clientes ERPI/CD

Plano de atividades diárias

Semana de 18-04-2017 a 21-04-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
18 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
19 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
20 de abril de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
21 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades Lúdicas	Tarde Musical	Leitor CD	Todos os clientes ERPI/CD



Plano de atividades diárias

Semana de 24-04-2017 a 28-04-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
24 de abril de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cravos de lã	Lã vermelha e verde, arame maleável, alicate, agulhas de croché	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividade Lúdica	Visionamento do filme – Capitães de Abril	Filme e televisão	Todos os clientes ERPI/CD
26 de abril de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Discussão sobre os Prós e contras do 25 de Abril de 1974	Nenhum	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Belmiro Paredes, Glória, Ester
	Tarde	Atividades Lúdicas	Visita à escola Primária de FEC para entregar cravos e falar sobre o 25 de Abril	Cravos feitos pelos clientes, cestas em vime, carrinha para transporte	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Adelaide Santo, Glória, Carminda, Belmiro Paredes
27 de abril de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda
	Tarde	Atividades Lúdicas	Tarde Musical	Leitor de CD	Todos os clientes ERPI/CD
28 de abril de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas	Visionamento das fotos das atividades realizadas até ao momento	Fotografias e televisão	Todos os clientes ERPI/CD
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória Painel motricidade	Adelaide Santo, Margarida, Maria Cândida Teixeira, Carminda, Adelaide Luís

## Plano de atividades diárias

Semana de 02-05-2017 a 06-05-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
02 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Mobile de borboletas em croché	Algodão colorido Aglhas de croché, arame maleável, fio de pesca, lã verde, pau tosco	Maria Júlia, Glória Azevedo
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
03 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
04 de maio de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
05 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Mobile de borboletas de croché	Algodão colorido Aglhas de croché, arame maleável, fio de pesca, lã verde, pau tosco	Glória Azevedo, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
06 de maio de 2017	Manhã	-	-	-	-
	Tarde	Atividade Lúdica	Visita ao I Mercado Medieval de Freixo de Espada à Cinta	Carrinha para transporte	Maria Júlia, Margarida, Belmiro Paredes, Glória Azevedo, Almerinda

Plano de atividades diárias

Semana de 08-05-2017 a 12-05-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
08 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Mobile de borboletas em croché	Algodão colorido Aglhas de croché, arame maleável, fio de pesca, lã verde, pau tosco	Maria Júlia, Glória Azevedo
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester
09 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Flores de papel	Papel crepe, arame, cola	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Glória, Maria Moreira
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
10 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Flores de papel	Papel crepe, arame, cola	Margarida, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Maria Júlia
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
11 de maio de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
12 de maio de 2017	Manhã	Atividade Lúdica	Visionamento de filme alusivo às Aparições de Fátima	Filme, televisão	Todos os clientes ERPI/CD
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Puzzles, jogos de memória Painel motricidade	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís

## Plano de atividades diária

Semana de 15-05-2017 a 19-05-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
15 de maio de 2017	Manhã	-	Receção a nova cliente	Nenhum	Todos os clientes ERPI/CD
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
16 de maio de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
17 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
18 de maio de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
19 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Recuperação de móveis antigos	Móveis antigos, tintas, pinceis, fita-cola de pintor	Belmiro Paredes, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Recuperação de móveis antigos	Móveis antigos, tintas, pinceis, fita-cola de pintor	Belmiro Paredes, Maria Júlia, Glória

## Plano de atividades diárias

Semana de 22-05-2017 a 26-05-2017

Dia		Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
22 de maio de 2017		Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
		Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
23 de maio de 2017		Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
		Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
24 de maio de 2017		Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
		Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
25 de maio de 2017		Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
		Tarde	Atividades Lúdicas	Passeio de Barco na Congida	Nenhum	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Adelaide Santo, Glória, Amélia, Carminda, Celestino, José Pelicano, Belmiro
26 de maio de 2017		Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Sacos do lixo verdes Fio de algodão, tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia
		Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Sacos do lixo verdes Fio de algodão, tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia

Plano de atividades diárias

Semana de 29-05-2017 a 02-06-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
29 de maio de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda, Margarida
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Sacos do lixo verdes Fio de algodão, tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia
30 de maio de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
31 de maio de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
01 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
02 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Sacos do lixo verdes Fio de algodão, tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester

Plano de atividades diárias

Semana de 05-06-2017 a 09-06-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
05 de junho de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Guaches, vaso grade, pincéis, sacos de lixo e toalhas de papel	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia, Carminda
06 de junho de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
07 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Cerejas	Lã vermelha e verde, agulhas de lã, caricas furadas, cola quente	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
08 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
09 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Sacos do lixo verdes Fio de algodão, tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Vasinhos de manjerico	Copos de iogurte, tinta acrílica, pinceis, cola, folhas de jornal, bolinhas de papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia

Plano de atividades diárias

Semana de 12-06-2017 a 16-06-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
12 de junho de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Manjericos gigantes	Guaches, vaso grande, pincéis, sacos de lixo e toalhas de papel	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia, Carminda
13 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas	Construção do altar de Santo António e cascata	Manjericos papel, Santo António, Vasos flores naturais, Manta vermelha, Bonecos, cantarinhas de barro	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia, Carminda
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
14 de junho de 2017	Manhã	-	-	-	-
	Tarde	-	-	-	-
15 de junho de 2017	Manhã	-	-	-	-
	Tarde	-	-	-	-
16 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Vasinhos de manjerico	Copos de iogurte, tinta acrílica, pinceis, cola, folhas de jornal, bolinhas de papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio, encontra o par	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda, Zulmira



## Plano de atividades diárias

Semana de 19-06-2017 a 23-06-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
19 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Vasinhos de manjerico Bandeiras de papel	Copos de iogurte, tinta acrílica, pinceis, cola, folhas de jornal, bolinhas de papel crepe, fio e tesouras	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Maria Júlia
	Tarde	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Música e dança livre	Leitor de CD	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia, Carminda
20 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades Lúdicas	Decoração da sala de convívio	Manjericos de papel, bandeirinhas, fio	Todos os clientes ERPI/CD
21 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Decoração da Árvore da Vida com as cerejas para dar boas vindas ao verão	Papel crepe, tesoura, fita cola	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
22 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada Ida à missa	Nenhum	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Carminda, Maria Júlia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Enrolamento de papel	Papel crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Adelaide Luís, Ester
23 de junho de 2017	Manhã	Atividades de Expressão Plástica	Bandeiras de papel	Papel crepe, fio e tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Vasinhos de manjerico	Copos de iogurte, tinta acrílica, pinceis, cola, folhas de jornal, bolinhas de papel crepe	Margarida, Adelaide Santo, Almerinda, Glória, Maria Moreira, Maria Júlia

## Plano de atividades diárias

Semana de 26-06-2017 a 30-06-2017

Dia	Período	Enquadramento da atividade	Atividade	Materiais	Participantes
26 de junho de 2017	Manhã	Atividades Cognitivas	Jogos de mesa	Painel de motricidade, caixa com feijão branco e vermelho, missangas e fio, encontra o par	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Bandeiras de papel	Papel crepe, fio e tesouras	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Amélia, Carminda
27 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Adelaide Santo, Carminda, Adelaide Luís
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Bandeiras de papel	crepe	Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Amélia
28 de junho de 2017	Manhã	Atividades Lúdicas e Atividades Físico-Motoras	Caminhada pela aldeia	Nenhum	Ester, Almerinda, Adelaide Luís, Adelaide Santo, Carminda
	Tarde	Atividades de Expressão Plástica	Bandeiras de papel		Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
29 de junho de 2017	Manhã	-	-	-	-
	Tarde	-	-	-	-
30 de junho de 2017	Manhã	Preparativos para o Arraial Popular	Decoração do Espaço para o arraial		Margarida, Almerinda, Maria Júlia, Zulmira, Adelaide Santo, Glória, Maria Moreira, Lurdes Quintã, Ester, Amélia
	Tarde	Arraial Popular			Todos os clientes ERPI/CD/SAD, membros da Direção, executivo da Câmara Municipal e convidados (20 idosos da Santa Casa da Misericórdia de FEC e animadoras)

**- ANEXO 3 –  
Apreciação global do  
desempenho da estagiária**

### REQUERIMENTO

#### Apresentação e Discussão de Relatório de Estágio

Cursos de Especialização Tecnológica (CET)  
Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP)  
Licenciaturas

MODELO

GESP.005.04

1/2

#### 1. ESTUDANTE

Nome: ANA CRISTINA COXITO SANTOS FAUSTINO

Escola:  ESECD  ESS  ESTG  ESTH N.º estudantes: 5008313

Curso de Especialização Tecnológica (CET)

Curso Técnico Superior Profissional (CTeSP)

Licenciatura

Curso:

ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

#### 2. ESTÁGIO

Tipologia do estágio:

Curricular

Extracurricular

Outro: \_\_\_\_\_

Ao abrigo de protocolo ou especificidade formativa?  Sim. Qual? \_\_\_\_\_

(preencher o ANEXO correspondente)

Entidade: CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE POIARES

Localidade: POIARES - TRIGO ESPADA A CINTA

Estágio realizado entre: 11/30/2017 e 13/01/2017

#### 3. SUPERVISOR(A) NA ENTIDADE

Nome: VÂNIA ANDRÉIA VAZIS SOBRAL

Cargo/funções: DIRETORA TÉCNICA

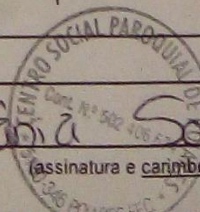
Apreciação GLOBAL relativamente ao desempenho do(a) estagiário(a):

A estagiária desempenhou sempre as suas funções com empenho e rigor. Tanteve sempre uma ótima relação que com a equipa multidisciplinar, que com as colaboradoras e clientes da instituição. Durante o período de estágio promoveu o desenvolvimento sociocultural dos clientes desta instituição, organizando, coordenando e desenvolvendo atividades de caráter cultural, educativo, social, lúdico e recreativo. Desenvolveu atividades diversas, nomeadamente, encontros intergeracionais, culturais e recreativos, Pastelaria ao ar livre, visualização de filmes e expressão plástica, divulgando posteriormente os trabalhos realizados. Promoveu também a integração grupal e social, envolvendo clientes de outras instituições. Na escolha das atividades teve sempre em conta as suas limitações individuais, promovendo a participação de todos.

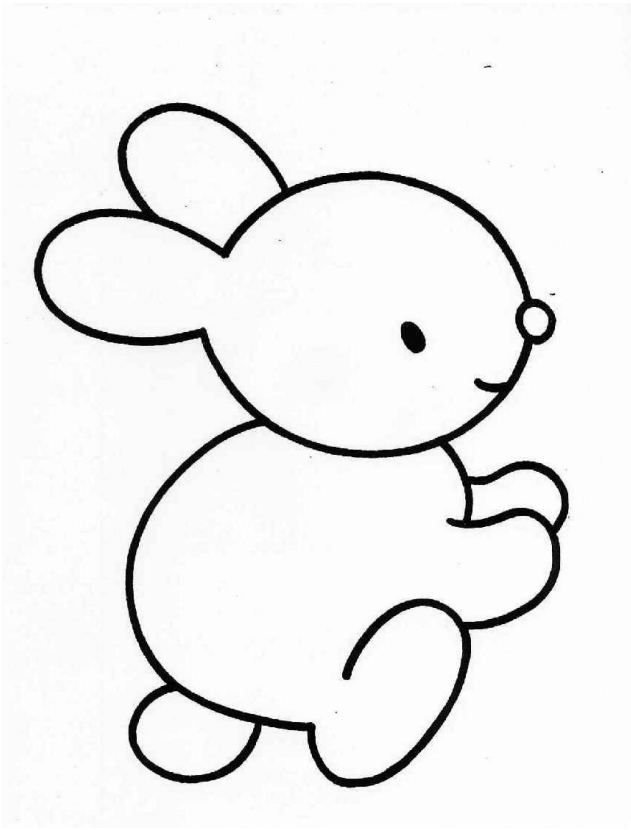
10/10/2017

Data

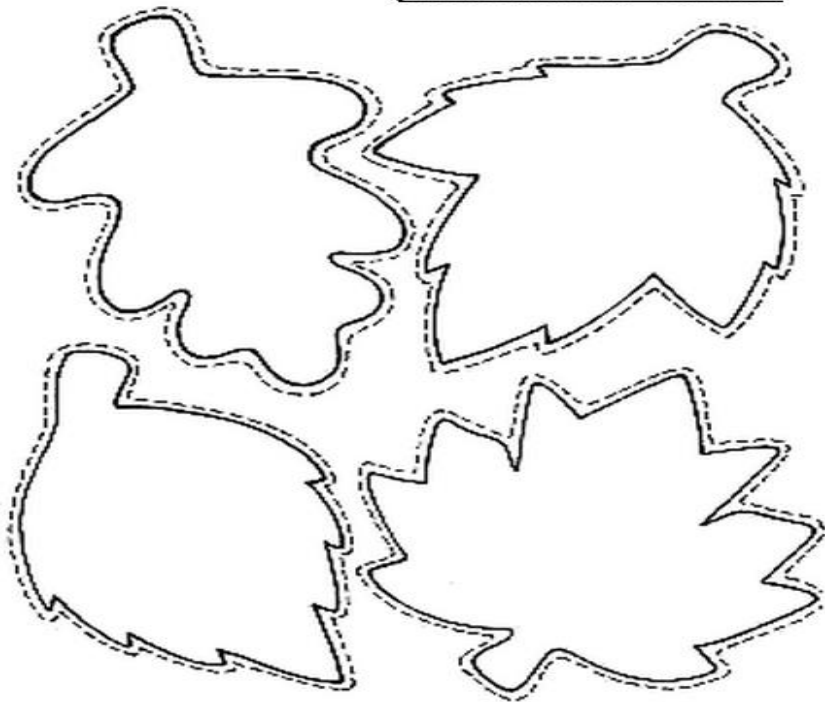
Vânia Sobral  
(assinatura e carimbo da Entidade)



**- ANEXO 4 –  
Moldes para decorações  
Árvore de Páscoa**



*Atividade de Outono*



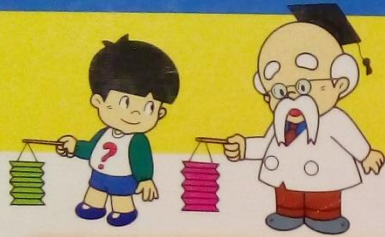
**- ANEXO 5 –  
Livro – Tarde de Leitura**



TIME  
LIFE

BIBLIOTECA DE VALORES

# O Castigo das Lanternas Mágicas



Um Livro sobre a Honestidade



**- ANEXO 6 –  
Via Sacra para colorir  
(exemplos)**



Jesus é ajudado por Simão de Cirene

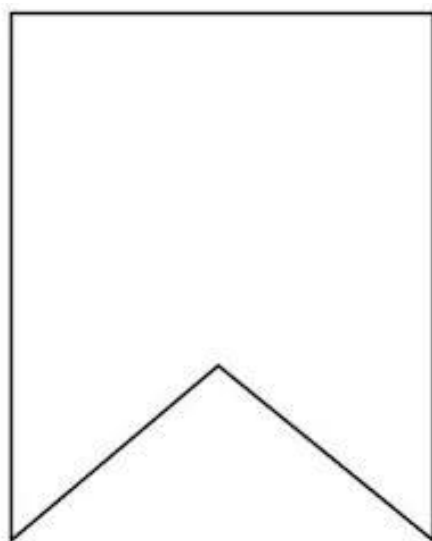


Jesus traído por Judas é preso

Jesus é crucificado



**- ANEXO 7 –  
Bandeiras dos Santos Populares**



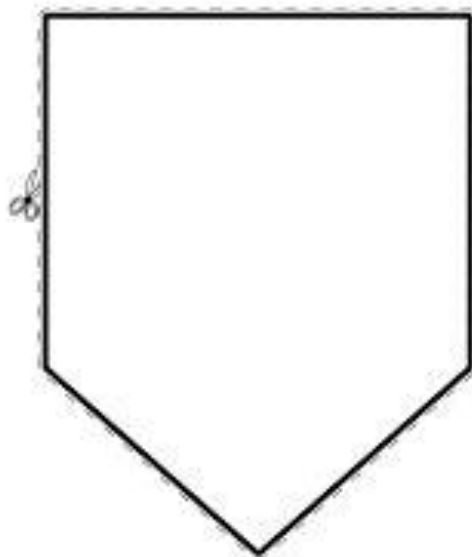
## Festa Junina



www.smartkids.com.br

### -Instruções:

Imprima, pinte e decore a sua bandeirinha como quiser! Recorte e espelhe pela festa junina, colando-as lado a lado em um barbante! Peça para um adulto amarrar as pontas do barbante pelo sótão! Boa diversão!



 ... recortar

**- ANEXO 8 –  
Estatuto do Animador Sociocultural**

# **ESTATUTO DO ANIMADOR SOCIOCULTURAL**

## **PREÂMBULO**

A Animação Sociocultural é o conjunto de práticas desenvolvidas a partir do conhecimento de uma determinada realidade, que visa estimular os indivíduos, para a sua participação com vista a tornarem-se agentes do seu próprio processo de desenvolvimento e das comunidades em que se inserem. A Animação Sociocultural é um instrumento decisivo para um desenvolvimento multidisciplinar integrado dos indivíduos e dos grupos.

O animador sociocultural é aquele que, sendo possuidor de uma formação adequada, é capaz de elaborar e executar um plano de intervenção, numa comunidade, instituição ou organismo, utilizando técnicas culturais, sociais, educativas, desportivas, recreativas e lúdicas.

O presente Estatuto do Animador Sociocultural foi ratificado por aclamação no I Congresso Nacional de Animação Sociocultural, subordinado ao tema da Profissão e Profissionalização dos Animadores, que se realizou nos dias 18, 19 e 20 de novembro de 2010, no Centro Cultural e de Congressos da cidade de Aveiro, após ter sido aprovado por unanimidade na Assembleia Geral da APDASC – Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Animação Sócio-Cultural, realizada nos dois primeiros dias do Congresso.

## **CAPÍTULO I**

### **OBJETO, ÂMBITO, NATUREZA, OBJETIVOS E ESTRUTURA DA CARREIRA**

#### **Artigo 1º**

##### *Objeto*

1. O presente diploma estabelece o Estatuto do Animador Sociocultural, nomeadamente no âmbito das carreiras da administração central, regional, local, do 3.º sector e empresas privadas.

#### **Artigo 2º**

##### *Âmbito*

1. O presente diploma aplica-se em Portugal continental e às respectivas Regiões Autónomas dos Açores e Madeira, a todos os Animadores Socioculturais que, independentemente do vínculo contratual, desenvolvam a sua atividade na administração central, regional, local, do 3.º sector ou em empresas privadas.

#### **Artigo 3º**

##### *Natureza e Objetivos*

1. A carreira dos Animadores Socioculturais enquadra todas as pessoas que tenham em sua posse o respetivo certificado ou diploma em *Animação Sociocultural, Animação e Intervenção Sociocultural, Animação Educativa e Sociocultural, Animação Cultural, Animação Socioeducativa, Animação Cultural e Educação Comunitária, Animador Sociocultural, Animador Sociocultural/Técnico de geriatria, Animador Sociocultural/Assistente familiar, Animador Sociocultural/Desporto, Técnico de Animação Sociocultural, Animador Social, Animador Social/Assistente de Geriatria, Animador Social/Assistente Familiar, Animador*

*Social/Organização e apoio nas áreas sociais, Animador Social/Organização e planeamento, e Animador Social/Técnico de desenvolvimento*, obtido através de curso superior, pós-secundário ou secundário legalmente reconhecido pelo Ministério da Educação ou Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, e que exerçam a sua atividade no território nacional, independentemente do regime em que esta é desenvolvida.

2. No desenvolvimento das suas funções, o Animador Sociocultural, atua em conformidade com as metodologias da Animação Sociocultural, e dentro dos respetivos conteúdos funcionais inerentes às categorias profissionais.

#### **Artigo 4º**

##### *Estrutura e Acesso às Carreiras Profissionais*

1. O presente Estatuto define dois tipos de Animadores Socioculturais:

a) **Técnico Superior em Animação Sociocultural**

b) **Assistente Técnico em Animação Sociocultural**

2. Considera-se **Técnico Superior em Animação Sociocultural** aquele que tenha a titularidade oficialmente reconhecida e correspondente à licenciatura em *Animação Sociocultural, Animação e Intervenção Sociocultural, Animação Educativa e Sociocultural, Animação Cultural, Animação Socioeducativa, Animação Cultural e Educação Comunitária*. Qualquer outro diploma, ainda que de habilitações idênticas ou superiores à licenciatura, não possibilita o acesso a esta Carreira.

3. A carreira do **Técnico Superior em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito da função pública, enquadra-se nas carreiras gerais da função pública de **Técnico Superior** (cf. Art.º 49, Lei N.º 12-A/2008, DR 1.ª Série - N.º 41 – 27 Fevereiro).

4. A carreira do **Técnico Superior em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), enquadra-se na carreira de **Técnico Superior de Animação Sócio-Cultural de 1.ª** (nível III), **Técnico Superior de Animação Sócio-Cultural de 2.ª** (nível IV), **Técnico Superior de Animação Sócio-Cultural de 3.ª** (nível V), (cf. *Boletim do Trabalho e Emprego*, n.º 34 de 15 de setembro de 2010).

5. A carreira do **Técnico Superior em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito das Misericórdias, enquadra-se na carreira de **Animador Sociocultural, Animador Cultural** ou **Animador Familiar**, níveis V (Grau I), IV (Grau II) e III (Grau Principal), (Cf. *Boletim do Trabalho e Emprego*, 1.ª série n.º 47, de 22 de Dezembro de 2001).

6. Considera-se **Assistente Técnico em Animação Sociocultural** aquele que tenha em sua posse o respetivo certificado ou diploma oficialmente reconhecido e correspondente à conclusão do 12.º ano, ou habilitação equivalente, em Curso de *Animador Sociocultural, Animador Sociocultural/Técnico de geriatria, Animador Sociocultural/Assistente familiar, Animador Sociocultural/Desporto, Técnico de Animação Sociocultural, Animador Social, Animador Social/Assistente de Geriatria, Animador Social/Assistente Familiar, Animador*

*Social/Organização e apoio nas áreas sociais, Animador Social/Organização e planeamento, e Animador Social/Técnico de desenvolvimento.* Qualquer outro diploma, ainda que de habilitações idênticas ou superiores ao 12.º ano, não possibilita o acesso a esta Carreira.

7. A carreira do **Assistente Técnico em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito da função pública, enquadra-se nas carreiras gerais da função pública de **Assistente Técnico** (cf. Art.º 49, Lei N.º 12-A/2008, DR 1.ª Série - N.º 41 – 27 Fevereiro).

8. A carreira do **Assistente Técnico em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito das Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), enquadra-se na carreira de **Animador Sócio-Cultural** (nível IX), (cf. *Boletim do Trabalho e Emprego*, n.º 34 de 15 de setembro de 2010).

9. A carreira do **Assistente Técnico em Animação Sociocultural** que desenvolva a sua atividade profissional no âmbito das Misericórdias, enquadra-se na carreira de **Animador Sociocultural, Animador Cultural** ou **Animador Familiar**, níveis IX (Grau I), VIII (Grau II) e VII (Grau Principal), (Cf. *Boletim do Trabalho e Emprego*, 1.ª série n.º 47, de 22 de Dezembro de 2001).

## CAPÍTULO II CONTEÚDO FUNCIONAL

### Artigo 5.º

#### *Conteúdo funcional*

1. O exercício da atividade de **Técnico Superior em Animação Sociocultural** insere-se no quadro das competências atribuídas aos organismos da administração central, regional, local, do 3.º sector e empresas privadas, compreendendo um conjunto de funções na definição de planos e programas de intervenção no domínio sociocultural.

2. O **Técnico Superior em Animação Sociocultural**, é o trabalhador responsável pela conceção e coordenação de processos de diagnóstico sociocultural, bem como pelo planeamento, execução, gestão, acompanhamento e avaliação de projetos, programas e planos de Animação Sociocultural. Coordena equipas de Assistentes Técnicos em Animação Sociocultural ou outros, definindo, implementando e avaliando estratégias para a sua intervenção através dos recursos possíveis.

3. O exercício da atividade de **Assistente Técnico em Animação Sociocultural** insere-se no quadro das competências atribuídas aos organismos da administração central, regional, local, do 3.º sector e empresas privadas, e compreende um conjunto de funções, superiormente enquadradas, visando a intervenção junto de uma comunidade ou grupo tendo por instrumento técnicas de Animação Sociocultural e por objeto o desenvolvimento global e a integração pela via da atividade social e cultural dessa comunidade ou grupo.

4. O **Assistente Técnico em Animação Sociocultural**, é o trabalhador que está capacitado para (cf. perfil de Animador Sociocultural no *Catálogo Nacional de Qualificações*):

a) Diagnosticar e analisar, em equipas técnicas multidisciplinares, situações de risco e áreas de intervenção sob as quais atuar, relativas ao grupo alvo e ao seu meio envolvente (observar e recolher informação, através



de instrumentos vários, sobre a comunidade, o grupo e o indivíduo; despistar situações de risco, encaminhando-as para as equipas técnicas especializadas).

b) Planear e implementar, em conjunto com a equipa técnica multidisciplinar, projetos de intervenção sócio-comunitária.

c) Planear, organizar e avaliar atividades de carácter educativo, cultural, desportivo, social, lúdico, turístico e recreativo, em contexto institucional, na comunidade ou ao domicílio, tendo em conta o serviço em que está integrado e as necessidades do grupo e dos indivíduos, com vista a melhorar a sua qualidade de vida e a qualidade da sua inserção e interação social (conceber os materiais necessários para o desenvolvimento das atividades de animação, tais como, fantoches, gigantones, esculturas, trabalhos de cerâmica, máscaras, adereços e pinturas).

d) Desenvolver atividades diversas, nomeadamente ateliês, visitas a museus e exposições, encontros desportivos, culturais e recreativos, encontros intergeracionais, atividades de expressão corporal, leitura de contos e poemas, trabalhos manuais, com posterior exposição dos trabalhos realizados, culinária, passeios ao ar livre.

f) Promover a integração grupal e social e envolver as famílias nas atividades desenvolvidas, fomentando a sua participação.

g) Fomentar a interação entre os vários atores sociais da comunidade, articulando a sua intervenção com os atores institucionais nos quais o grupo alvo/indivíduo se insere.

h) Acompanhar as alterações que se verifiquem na situação dos clientes/utilizadores e que afetem o seu bem-estar.

i) Elaborar relatórios de atividades.

### **CAPÍTULO III**

#### **DIREITOS E DEVERES**

##### **Artigo 6º**

###### *Direitos*

1. São garantidos aos Animadores Socioculturais os direitos estabelecidos para os trabalhadores em geral, bem como os direitos profissionais decorrentes do presente Estatuto.

2. São direitos profissionais do Animador Sociocultural:

a) Direito de participação.

b) Direito à formação e informação para o exercício da sua função.

c) Direito ao apoio técnico, material e documental.

d) Direito à segurança na atividade profissional.

e) Direito à negociação coletiva.

##### **Artigo 7º**

###### *Direito de participação*

1. O direito de participação exerce-se nos diferentes âmbitos da Animação Sociocultural.
2. O direito de participação que, consoante os casos, é exercido individualmente, em grupo ou através de organizações profissionais ou sindicais, que venham a formar-se, compreende:
  - a) O direito de participar na definição da política de Animação Sociocultural à escala comunitária, local, regional e nacional.
  - b) O direito de intervir na orientação pedagógica dos projetos de Animação Sociocultural em que se encontre envolvido, bem como na escolha dos métodos, das tecnologias e técnicas de animação mais adequadas.
  - c) O direito de coordenar e participar em projetos de estudo e investigação na área da Animação Sociocultural, bem como nos respetivos processos de avaliação.
  - d) O direito de eleger e ser eleito para organizações profissionais ou sindicais, que venham a formar-se.

### **Artigo 8º**

#### *Direito à formação e informação*

1. O direito à formação e informação para o exercício da sua função é garantido pelo acesso a ações de formação contínua regulares, destinadas a atualizar e aprofundar os conhecimentos e as competências profissionais e ainda à autoformação, podendo visar objetivos de reconversão profissional, bem como de mobilidade e progressão na carreira.

### **Artigo 9º**

#### *Direito ao apoio técnico, material e documental*

1. O direito ao apoio técnico, material e documental exerce-se sobre os recursos necessários à formação e informação do Animador Sociocultural, bem como ao exercício da Animação Sociocultural.

### **Artigo 10º**

#### *Direito à segurança na atividade profissional*

1. O direito à segurança na atividade profissional compreende a proteção por acidentes em serviço, nos termos da legislação aplicável, bem como a prevenção e tratamento de doenças que venham a ser definidas pelo Governo, como resultando necessária e diretamente do exercício continuado da função de Animador Sociocultural.
2. O direito à segurança na atividade profissional compreende ainda, a penalização da prática de ofensa corporal ou outra violência sobre o Animador Sociocultural no exercício das suas funções ou por causa delas.
3. Direito ao sigilo e confidencialidade.

### **Artigo 11º**

#### *Direito à negociação coletiva*

1. É reconhecido ao Animador Sociocultural o direito à negociação coletiva, nos termos legalmente previstos.

### **Artigo 12º**

#### *Deveres profissionais*

1. O Animador Sociocultural está obrigado ao cumprimento dos deveres estabelecidos para os trabalhadores em geral e dos deveres profissionais decorrentes do presente Estatuto.
2. Decorrendo da natureza da função exercida, são deveres profissionais do Animador Sociocultural:
  - a) Contribuir para a formação e realização integral dos indivíduos, promovendo o desenvolvimento das suas capacidades, estimulando a sua autonomia e criatividade, incentivando a formação de cidadãos civicamente responsáveis e democraticamente intervenientes na vida da comunidade.
  - b) Reconhecer e respeitar as diferenças socioculturais dos membros da comunidade, valorizando os diferentes saberes e culturas, combatendo processos de exclusão e discriminação, promovendo a interculturalidade.
  - c) Colaborar com todos os intervenientes da Animação Sociocultural, favorecendo a criação e o desenvolvimento de relações de respeito mútuo.
  - d) Participar na organização e assegurar a realização das atividades de Animação Sociocultural.
  - e) Respeitar o sigilo profissional, respeitando principalmente a natureza confidencial da informação relativa aos cidadãos, salvo se em consciência estão em sério risco exigências do bem comum.
  - f) Refletir sobre o trabalho realizado individual e coletivamente, defendendo o projeto pessoal e comunitário.
  - g) Enriquecer e partilhar os recursos da Animação Sociocultural, bem como utilizar novos meios que lhe sejam propostos numa perspetiva de abertura à inovação e de reforço da qualidade da Animação Sociocultural.
  - h) Respeitar, como forma de inserção na comunidade, as tradições, os usos e costumes do meio envolvente ao local em que exerce funções.
  - i) Co-responsabilizar-se pela preservação e uso adequado das instalações e equipamentos que utilize.
  - j) Atualizar e aperfeiçoar os seus conhecimentos, capacidades e competências, numa perspetiva de desenvolvimento pessoal e profissional.
  - k) Cooperar com os restantes intervenientes na Animação Sociocultural com vista à implementação de projetos.
  - l) Promover as relações internacionais e a aproximação entre povos.
  - m) Cumprir as obrigações do Código Deontológico do Animador Sociocultural.