



IPG

Politécnico
|da|Guarda
Polytechnic
of Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Rui Filipe Gomes Cardoso

dezembro | 2019





RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Rui Filipe Gomes Cardoso

Dezembro 2019



INSTITUTO POLITÉCNICO DA GUARDA
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO, COMUNICAÇÃO E DESPORTO

RELATÓRIO DE ESTÁGIO
Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento
(Estrutura Residencial para Idosos)

Para a obtenção do grau académico de Licenciatura em
Animação Sociocultural

Rui Filipe Gomes Cardoso

Dezembro 2019

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO

Nome do Estudante: Rui Filipe Gomes Cardoso

Número de Aluno: 5008885

Curso: Animação Sociocultural

E-mail: ruifilipecardoso@sapo.pt

Estabelecimento de ensino: Instituto Politécnico da Guarda (IPG) - Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto (ESECD)

Docente Orientador: Ana Isabel Ventura Lopes Ferreira

Instituição de Estágio: Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento (CFAD), Estrutura Residencial para idosos (ERPI).

Morada: Rua Santa Clara, 6300 Guarda

Telefone: 271 214 166

E-mail: lar.santaclara@cfad.pt

Website: <http://www.cfad.pt/CFAD.aspx>

Supervisor na Instituição: Maria Regina Gonçalves Freire Falcão

Grau Académico: Licenciada em Serviço Social

Duração do Estágio: 401 horas

Data de Início de Estágio: 03 de março de 2019

Data de Conclusão de Estágio: 8 de setembro de 2019

Ano Letivo: 2018/2019

DEDICATÓRIA

Ao meu Pai, pessoa que sempre me apoiou e tanto admiro com quem partilhava desafios de vida.

AGRADECIMENTOS

Aos professores da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto do Instituto Politécnico da Guarda, nomeadamente aos Professores do Curso de Animação Sociocultural pela partilha de conhecimento, orientações e vivências ao longo dos três anos da Licenciatura.

À orientadora de estágio, Professora Ana Lopes, o meu agradecimento pela dedicação, prontidão e preocupação.

Ao Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento, concretamente à Estrutura Residencial para Idosos, pela oportunidade e confiança que me deram em realizar o estágio curricular, quase sempre aos fins de semana. Agradeço a confiança da Diretora Técnica Dr.^a Regina Falcão pela liberdade e confiança e a todos os colaboradores especialmente à Vânia Selene.

Bem Haja, Pai e Mãe pelo exemplo de vida de trabalho e sacrifício que me deram e que sempre me encorajou na aprendizagem ao longo da vida.

Um muito Obrigado à minha esposa Mariline e ao meu querido filho Dinis por estes três anos de compreensão, nem sempre fácil de suportar, foram o principal apoio em momentos que eram eles a precisar mais.

Aos meus colegas de turma, Ângela, Ana, Carla, Maria, Sílvia e Bernardo, agradeço a partilha emocional e companheirismo, desculpem não vos ter acompanhado mais na vossa vida académica.

Finalmente um grande bem-haja a todas as pessoas do público-alvo com quem trabalhei durante estes três anos, alunos do Instituto Politécnico da Guarda, Escola do 1º ciclo “Espírito Santo”, aos habitantes da aldeia de Forninhos, aos reclusos do Estabelecimento Prisional da Guarda, colaboradores e público alvo do Projeto “Sabores e Tradições do Vale da Teixeira” e de modo especial às pessoas mais velhas da ERPI “ Lar Santa Clara”, sem eles não teria a recompensa de que tudo isto não foi em vão.

RESUMO

Em Portugal assiste-se atualmente ao envelhecimento populacional, que acontece a um ritmo bastante acelerado, sendo que este fenómeno impulsiona alterações significativas na sociedade e nas políticas do país. Perante este cenário, e cientes de que o envelhecimento é inevitável, torna-se primordial a existência de medidas de intervenção que tenham em vista a promoção de um envelhecimento com mais qualidade de vida.

A especialização de profissionais que lidam diariamente com esta faixa etária é crucial e têm na Animação Sociocultural uma metodologia interventiva de sucesso, que promove a participação ativa das pessoas idosas na sua vida familiar, comunitária e institucionalizada, possibilitando a manutenção do seu bem-estar físico e psicológico.

Este relatório efetua uma exposição do estágio curricular que efetuei numa Estrutura Residencial para Idosos do Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento (CFAD) na Guarda, expõe a realidade que me proporcionaram as pessoas mais velhas com quem trabalhei. Incluo também um Projeto de Animação Comunitária que visa dinamizar a participação em espaço rural na criação de um movimento associativo que promova o bem-estar das pessoas na comunidade.

Palavras-chave: Animação Sociocultural, envelhecimento ativo e participação.

ÍNDICE

Introdução	1
1- Animação Sociocultural	3
1.1- O Papel da Animação Sociocultural	4
1.2- O Animador de Pessoas Mais Velhas.....	5
2- O Envelhecimento	7
2.1- O Processo de Envelhecimento.....	8
2.2- Envelhecimento Ativo/Positivo.....	9
2.3- Qualidade de Vida.....	10
2.4- A Velhice	11
2.4.1- Mitos e Estereótipos da Velhice.....	12
2.5- As Redes de Suporte Social na Velhice.....	12
2.5.1- Tipos de Respostas Sociais.....	13
3- Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento (ERPI, Santa Clara)	16
3.1- Caraterização da Instituição.....	17
3.2 - Caraterização do Local de Estágio (ERPI).....	18
3.3- Caracterização do Público Alvo.....	21
4- Estágio Curricular	24
4.1- O Meu Estágio.....	25
4.2- Atividades Desenvolvidas.....	27
4.2.1- Operacionalização da Atividade “Cãozinho das Emoções”.....	42
4.3- Atividades e Emoções não Planificadas.....	45
5- Projeto de Desenvolvimento Comunitário “RUA”	50
5.1- Diagnóstico, Fundamentação e Natureza do Projeto	51
5.2- Descrição/Operacionalização do Projeto.....	53
5.3- Avaliação do Projeto “RUA”.....	56
5.4- Um Projeto com Futuro.....	56
Reflexão final	58
Bibliografia	62
Webgrafia	64
Anexos	65

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1- Gráfico referente à Esperança média de vida em Portugal.....	9
Figura 2- Edifício da ERPI.....	18
Figura 3- Plantas de emergência da ERPI – 3 Pisos.....	18
Figura 4- Instalações.....	19
Figura 5- Quarto duplo e Casa de banho.....	19
Figura 6- Gabinete Médico e Casa de banho técnica	20
Figura 7- Gráfico relativo ao número de pessoas e género do público-alvo da ERPI.....	22
Figura 8- Gráfico relativo ao número de pessoas por idades da ERPI.....	22
Figura 9- Marcha Nórdica.....	29
Figura 10- Exercícios com bola.....	29
Figura 11- Jogo de cartas	29
Figura 12- Atividade “Dia do Pai”	29
Figura 13- Atividade “A Primavera”	31
Figura 14- Atividade “25 de abril”	31
Figura 15- Visualização do documentário da RTP “A vida antes do 25 de abril”.....	32
Figura 16- Atividade “Dia da Mãe”	33
Figura 17- Passeio à Praça Velha e Simpósio de Arte.....	35
Figura 18- Chá Dançante.....	35
Figura 19- Atividade “10 de junho”	35
Figura 20- Atividade “10 de junho” (continuação).....	36
Figura 21- Jogos lúdicos.....	38
Figura 22- Contacto com novas tecnologias.....	38
Figura 23- Feira de Antiguidades.....	40
Figura 24- Atividade “Google Maps”.....	42
Figura 25- Atividade “Cãozinho das Emoções”.....	44
Figura 26- Recordar a Vida no Campo.....	45
Figura 27 - Decalque da vaca “Boneca”.....	45
Figura 28 - Manjerico dos Santos Populares.....	46
Figura 29 - Missa de Domingo	46

Figura 30 - Alegria Contagiate.....	46
Figura 31 - Monumentos de Portugal.....	47
Figura 32 – Chocolates.....	47
Figura 33 - Passeio para Acalmar.....	48
Figura 34 - Recordação da Aldeia.....	48
Figura 35 - Restauro e Ampliação de Fotografia.....	48
Figura 36 - Agradecimento de residente.....	49
Figura 37 - Capa do livro “No colo da memória se escreveu Amoreiras do Mondego”.....	53
Figura 38 - António Nogueira, Autor do livro.....	54
Figura 39 - Escola Primária de Amoreiras do Mondego.....	55
Figura 40 - Sala da Escola.....	55

INDÍCE DE TABELAS

Tabela 1- Tabela referente às patologias mais frequentes dos utentes da ERPI.....	23
Tabela 2- Planificação: março 2019.....	27
Tabela 3- Planificação: abril 2019.....	30
Tabela 4- Planificação: maio 2019.....	32
Tabela 5- Planificação: junho 2019.....	34
Tabela 6- Planificação: julho 2019.....	37
Tabela 7- Planificação: agosto 2019.....	39
Tabela 8- Planificação: setembro 2019.....	41

SIGLAS E ACRÓNIMOS

ATL – Atividades de Tempos Livres

ASC - Animação Sociocultural

CFAD - Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento

DGS - Direção Geral de Saúde

ERPI- Estrutura Residencial para Idosos

IPG - Instituto Politécnico da Guarda

IPSS - Instituição Particular de Solidariedade Social

OMS - Organização Mundial de Saúde

ONU - Organização das Nações Unidas

RTP - Radio Televisão Portuguesa

RVCC - Revalidação Validação e Certificação de Competências

SAD - Serviço de Apoio Domiciliário

TMG - Teatro Municipal da Guarda

INTRODUÇÃO

Do processo final da Licenciatura em Animação Sociocultural (ASC), faz parte um estágio Curricular. Esta unidade curricular permite aos alunos articular os conhecimentos essencialmente teóricos com a prática e desta forma adquirir competências em ambiente real de trabalho.

Pelos diferentes âmbitos de atuação da ASC foram várias as possibilidades onde poderia realizar o estágio. A primeira escolha seria no âmbito do desenvolvimento comunitário ao qual não foi alheio o projeto de animação comunitária incorporado neste relatório, no entanto na situação de trabalhador estudante e com a disponibilidade limitada aos fins de semana e alguns dias de férias, acabei por escolher um local próximo de casa e que me proporcionasse horários compatíveis com a vida pessoal. A Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) do Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento (CFAD), na Guarda, foi a minha escolha pois já tinha desenvolvido uma atividade na unidade curricular Animação de Idosos que me proporcionou grande empatia com as pessoas mais velhas, essencialmente pelas limitações físicas e psicológicas nelas existentes. Apesar de ser uma instituição que proporciona algumas atividades de animação aos seus residentes e tem parceria com o Instituto Politécnico da Guarda (IPG) na formação dos seus alunos, achei que poderia acrescentar algo diferente que mais não fosse a minha maneira de ser, que é inerente a cada ser humano e obviamente moldada pelos conhecimentos adquiridos nos três anos da Licenciatura.

A estrutura do relatório no primeiro e segundo ponto, inicia com uma breve abordagem aos temas que lhe são inerentes como seja o papel da Animação Sociocultural, o processo de envelhecimento, a qualidade de vida, a velhice, os estereótipos e os tipos de resposta social nesta área. No terceiro ponto identifica e caracteriza a Instituição onde efetuei o estágio e no quarto ponto dá a conhecer vivências e atividades que desenvolvemos, com destaque àquela que se prolongou por mais tempo “O cãozinho das emoções”.

O projeto de Animação Comunitária “RUA” ligado à promoção do bem-estar na comunidade rural de Amoreiras do Mondego, surge no quinto e último ponto, procura intervir na aldeia onde nasci, cresci e me desloco frequentemente, abrange a necessidade de combater a falta de respostas sociais e exclusão social daquela população,

nomeadamente através da valorização do património material e imaterial e na criação de infraestruturas e serviços de resposta social também para pessoas mais velhas.

1- Animação Sociocultural

1.1- O Papel da Animação Sociocultural

Segundo a UNESCO (1998, p.4), “a Animação Sociocultural é um conjunto de práticas sociais que tem como finalidade estimular a iniciativa, bem como a participação das comunidades no processo do seu próprio desenvolvimento e na dinâmica de vida sociopolítica em que estão integradas”. Podemos observar que a origem deste fenómeno está profundamente associada a mutações sociais tais como o envelhecimento da população, a indústria ou o aumento generalizado do tempo livre disponível para a população ter momentos de recriação e de lazer (Lopes, 2008).

A Animação Sociocultural situa-se enquanto processo de intervenção social, na junção de saberes de outras ciências. Traduz-se num conjunto de ações realizadas por indivíduos, grupos ou instituições, numa comunidade e dentro de um território, em que o objetivo é promover nas pessoas uma atitude participativa no seu desenvolvimento social e cultural. O indivíduo desenvolve-se enquanto contribui para o desenvolvimento da comunidade e vice-versa. A ASC atua em todos os âmbitos sociais de intervenção, é na participação das pessoas que reside a sua essência de gerar inter-relações entre o agente animador e os destinatários. Em contexto de educação não formal e numa perspetiva de cultura democrática, valorizando a literacia da vida, numa pedagogia de autoestima e diálogo horizontal, com planificações, avaliação flexível e participada.

Em Portugal, a ASC atingiu a sua máxima expressão na grande metade da década de 70, após o 25 de abril de 1974, contudo os seus antecedentes remontam aos tempos longínquos da 1ª República, prolongando-se pela ditadura militar e pelo Estado Novo (Lopes, 2008).

De acordo com (Lopes,2008) a ASC apresenta as seguintes funções relacionadas com as pessoas mais velhas:

- adaptação e integração, para promover a socialização dos indivíduos e no caso desta temática, a adaptação que as pessoas mais velhas devem alcançar face às limitações geradas pelo processo de envelhecimento.
- recreativa, associada ao tempo de lazer dos indivíduos, capaz de gerar no público mais velho uma maior vontade de participação e assim evitar a exclusão social.
- educativa, capaz de combater o estereótipo de que as pessoas mais velhas não querem aprender e experienciar coisas novas que melhorem o seu bem-estar.

- crítica, para promover a construção e exercício de um pensamento crítico nos indivíduos e assim de não conformismo face ao fenómeno da velhice.

É possível continuar a descobrir novos horizontes na vida, a ASC tem a missão de criar uma imagem cultural alternativa à visão negativa do envelhecimento, através de uma metodologia de intervenção assente em perspetivas educativas, culturais e sociais, que se devem centrar na pessoa, na atividade, no grupo ou comunidade, nos mais diversos âmbitos contextuais, físicos e etários onde se incluem no caso deste trabalho de relatório de estágio e projeto, as pessoas mais velhas.

1.2- O Animador de pessoas mais velhas

O Animador Sociocultural facilita a transformação dos tempos livres e desocupados em tempos de ócio que favorecem o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas mais velhas. É importante que as atividades desenvolvidas por este profissional, vão ao encontro dos gostos, competências e vivências deste tipo de público, de modo a aumentar a sua autoestima através de novos gostos e habilidades que possam desenvolver ou reativar.

“O animador deverá estar munido de conhecimentos (...) para proporcionar uma intervenção de qualidade a nível da dimensão física, psicológica, cultural e social, intervenção de qualidade a nível cultural e social, espiritual, participação comunitária, do associativismo e dos aspetos pessoais e educativos” (Marujo, 2012, p.222).

Assim, como principais características, Correia (2008) afirma que, o animador deverá:

- ser simpático, alegre, energético, persistente, ter sentido de humor e acima de tudo, acreditar no que faz. Não pode animar quem não se encontra animado e quem não acredita que o outro pode ser animado como refere Marcelino de Sousa Lopes;
- ser um bom comunicador, utilizando palavras simples e frases curtas, com boa projeção de voz num tom calmo, mas dinâmico. Ter atenção à comunicação e à interação que toda a relação compreende. Estar atento à comunicação verbal que usa continuamente e à comunicação não-verbal;
- ser firme, mostrar estar seguro nas decisões, mas ser flexível quando necessário;
- dar tempo para que as pessoas compreendam/percebam o que foi explicado;
- chamar a atenção sem agressividade e explicar sempre os motivos;

- não repreender por esquecimentos, e quando isto acontece, repetir a informação sem perder a calma;
- criar uma relação com autenticidade e coerência para que a pessoa idosa acredite no seu processo;
- estabelecer laços a partir do respeito para que haja uma boa relação interpessoal;
- escutar as preocupações dos idosos para criar empatia e relações de afeto;
- pedir a opinião aos idosos e fazer saber que ela é importante para si;
- tratar as pessoas mais velhas com dignidade. Respeitar o idoso, os seus valores, a sua história pessoal, os seus hábitos, as suas realidades, os seus problemas, o seu carácter, os seus sentimentos, os seus problemas e as suas motivações;
- falar com os idosos como adultos, mesmo quando não se está seguro de até onde o conseguem compreender;
- estar atento a certas decisões por mais ridículas/estranhas que pareçam, deve tentar perceber o porquê de ser tão importante para a outra pessoa;
- deixar a pessoa participar em tantas decisões quanto possível;
- se tiver de falar com alguém sobre o grupo na sua presença, incluir os idosos na conversa e não os ignorar e/ou falar como se estes não estivessem presentes;
- tratar cada indivíduo como ser humano individual e único e valorizá-lo em todas as suas dimensões;
- preparador das etapas vindouras da vida, junto da infância e da juventude com vista a uma velhice bem-sucedida.

2- O Envelhecimento

2.1- O Processo de Envelhecimento

O envelhecimento é um processo complexo progressivo desde a nascença até à morte. Este fenómeno é universal e individual e depende de múltiplos fatores, nomeadamente biológicos, psicológicos e sociais. Estes fatores são dinâmicos e progressivos, não ocorrem em simultâneo nem estão necessariamente relacionados com a idade cronológica. O processo de envelhecimento acarreta consigo uma diminuição da atividade ou mesmo inatividade, traz consequências como a redução da capacidade de concentração, coordenação e reação. Sendo algo natural, representa uma fase do desenvolvimento da vida de uma pessoa, que tal como outras fases tem necessidades específicas e díspares de indivíduo para indivíduo.

Assim torna-se necessário promover a capacitação de cada pessoa com as competências e habilidades de modo a que possam desempenhar um papel ativo, nesta nova fase das suas vidas, entre outros são de extrema importância os fatores cognitivos e não cognitivos.

Dentro dos fatores cognitivos destacamos:

A memória definida como a capacidade cognitiva de reter ou produzir informações cadastrais e depois lembrar-se. Permite recordar quem somos, com o envelhecimento ocorrem mudanças na memória principalmente por estratégias de aprendizagem menos eficientes. Questões afetivas como a ansiedade ou a depressão, afetam a memória.

A inteligência, que apresenta dois tipos, a fluida que se relaciona com a base dos processos cognitivos e que tem a ver com as estruturas do sistema nervoso. A inteligência cristalizada tem a ver com o conhecimento da própria cultura, em que medidas atividades coletivas influenciam através de fatores sociais e educacionais o indivíduo.

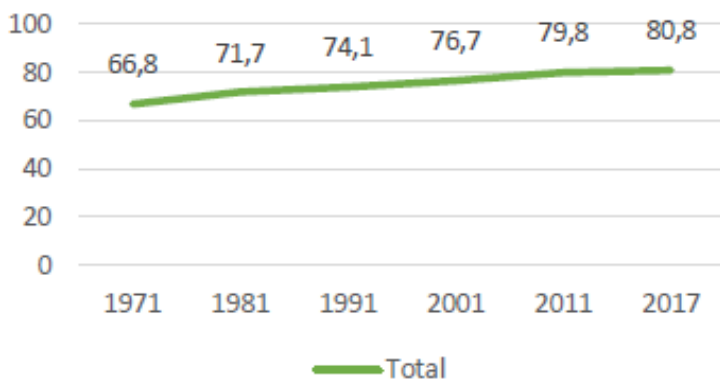
Os fatores não cognitivos:

São aqueles que estão relacionados com as diferentes estratégias que condicionam o aprender (motivação, saúde, velocidade, etc).

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a pessoa mais velha é aquela que tem mais de 65 anos. Esta organização refere que as diferentes fases da velhice podem ser enquadradas e definidas através da sua classificação em idades: a idade média (45 a 59 anos); a madura (60 a 79 anos); a avançada (80 a 89 anos) e a grande idade (>90 anos). A expressão quarta idade também se usa para pessoas maiores de 80 anos. Esta classificação enquadra-se no aumento da esperança média de vida a nível mundial que em 2000 era de 66 anos de idade,

passando em 2025 para 73 anos. Em Portugal no ano de 1960 a população idosa constituía cerca de 8% do total da população residente, destes 33% tinham mais de 75 anos. Em 1976, a taxa passou para os 12%; em 2000 a percentagem era de 16,4%, prevendo-se nesta década cerca de dois milhões de pessoas com idades superiores aos 65 anos. Entre 2020 e 2025, o número de idosos pode chegar aos 16%. A esperança média de vida também tem aumentado em Portugal (Figura 1), no entanto as pessoas mais velhas estão a envelhecer com menor qualidade de vida em relação a outros países. Nesta perspetiva urge dar continuidade e reforçar a implementação de estratégias que promovam o envelhecimento ativo e com qualidade.

Figura 1- Gráfico referente à Esperança média de vida em Portugal



Fonte: PORDATA, 2019.

2.2- Envelhecimento Ativo/Positivo

A OMS define envelhecimento ativo como o processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, para melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem. Passa muitas vezes por uma vida produtiva até do ponto de vista económico, de participação comunitária, de aprendizagens, de atividades lúdicas, recreativas, culturais, assistenciais, etc. É importante que o idoso mantenha objetivos de vida que adapte os seus objetivos e tarefas aos limites do seu próprio corpo, com a execução de atividades e com autonomia.

Todas as idades têm direito de oportunidades de participação no processo de desenvolvimento económico, social e cultural. Em 2002, a ONU reforça o conceito de envelhecimento ativo com o objetivo de ampliar a expectativa de vida saudável, a produtividade e a qualidade de vida na velhice. O objetivo era desmistificar o estereótipo da velhice associada à improdutividade e doença e promover a vitalidade e produtividade que as pessoas mais velhas ainda possam ter.

A ASC contribui para um envelhecimento ativo, pela sua amplitude, aplica tarefas com objetivos afetivos, físicos e cognitivos. Não é fácil pois muitas vezes o corpo não facilita o cumprimento de tais desejos (Paul, 2002).

2.3- A Qualidade de Vida

A OMS (2002) considera a qualidade de vida como sendo a perceção dos indivíduos sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores nos quais vivem e em relação aos seus objetivos, expectativas, preocupações e padrões de bem-estar. Assim envelhecer só faz sentido numa perspetiva ecológica, integrando o indivíduo no seu contexto sociocultural e comunitário na sua vida atual e passada.

A qualidade de vida depende da conjugação de:

- fatores sociais (contacto com o outro);
- fatores físicos (saúde ou patologia);
- fatores funcionais (atividades da vida diária);
- fatores culturais e fatores psicológicos (estado emocional).

Na avaliação que abrange a qualidade de vida devemos ter em atenção três dimensões:

- a nível de funcionamento global (deriva dos estudos sobre a qualidade de vida das populações em geral);
 - recursos disponíveis para a obtenção dos seus próprios objetivos (serviço de saúde e aspetos físicos, psíquico e social, bem como o dinheiro da pensão ou o subsídio de reforma);
- sentido de bem-estar e satisfação (a família, as relações sociais, o trabalho, a situação financeira e a habitação).

A qualidade de vida nos idosos implica ter acesso à assistência social, à saúde, a atividades socioculturais, à educação, a uma reforma justa, a serviços sociais, à promoção da autonomia, à permanência na residência/domicílio e à convivência no meio habitual de vida. Reconhecer os valores e o património cultural das pessoas mais velhas, promover a participação e a cidadania, assim como facilitar o acesso aos bens culturais e fomentar entre os idosos o emprego criativo do ócio/lazer, de modo a melhorar a qualidade de vida e a capacidade de sentir-se útil.

2.4- A Velhice

De acordo com Schneider e Irigaray (2008), existem vários tipos de velhice, esta não é simétrica em relação à idade cronológica de cada pessoa. A idade biológica corresponde ao estado orgânico e funcional dos diferentes órgãos, aparelhos e sistemas do corpo humano, este processo como referido anteriormente começa a partir do momento em que nascemos. A idade psicológica pode não depender da idade nem do estado orgânico, está relacionada com a personalidade, com a adaptabilidade do indivíduo ao meio, está relacionada com as mudanças cognitivas, afetivas e de personalidade. Esta idade acontece e manifesta-se pela capacidade de perceção, memória e aprendizagem que operacionalizam o indivíduo no seu presente e no seu futuro. Idade social é definida pela competência social relacionada com o mercado de trabalho e com as políticas de reforma/aposentação, esta idade diz respeito à avaliação do grau de adequação do indivíduo no desempenho dos papéis e aos comportamentos esperados em pessoas com a sua idade, conforme o tipo de sociedade e cultura onde está inserido.

A Animação Sociocultural é essencial numa intervenção mais precoce, no sentido de pensar, refletir e educar para a velhice consciencializar as gerações mais novas para olharem o envelhecimento de forma positiva, compreendendo as pessoas mais velhas, valorizar as suas experiências, a sua cultura e principalmente o seu papel na sociedade social. São muitas as pessoas mais velhas que não estão dispostas a aceitar a idade avançada como uma diminuição. Este facto supõe inverter, de forma importante, as conceções sobre a velhice e ao mesmo tempo oferecer-lhe as oportunidades específicas de estilos de vida mais saudável sob os pontos de vista sanitário, social, psicológico, formativo, etc.

2.4.1- Mitos e Estereótipos da Velhice

São várias as concepções falsas, temores, crenças, mitos e preconceitos relacionados com o envelhecimento. Os estereótipos, escondem muitas vezes uma certa hostilidade e estão relacionados com o desconhecimento do processo de envelhecimento, o que cria barreiras ao relacionamento interativo com as pessoas mais velhas.

Face a um estudo realizado pela Universidade de Montreal e abordado por Martins e Rodrigues (2004), foram identificados 14 estereótipos mais frequentes relativamente aos mais velhos:

- os idosos não são sociáveis e não gostam de se reunir;
- não se divertem e não gostam de rir;
- temem o futuro;
- gostam de jogar às cartas e outros jogos;
- gostam de conversar e contar as suas recordações;
- gostam do apoio dos filhos;
- são pessoas doentes e que tomam muita medicação;
- fazem raciocínios senis;
- não se preocupam com a aparência;
- são muito religiosos e praticantes;
- são muito sensíveis e inseguros;
- não se interessam pela sexualidade;
- são frágeis para fazer exercício físico;
- são na grande maioria pobres.

O segredo de uma velhice bem-sucedida depende da capacidade psicológica de cada um em encontrar o seu caminho de envelhecimento ativo e bem-sucedido.

2.5- As Redes de Suporte Social na Velhice

Os fenómenos do envelhecimento, da urbanização/litoralização da população e da transformação das atividades económicas têm consequências profundas na vida das pessoas e nos próprios sistemas sociais, económicos e culturais. As pessoas mais velhas apresentam fortes vulnerabilidades, principalmente quando ao envelhecimento se associa a falta de recursos económicos, a perda de autonomia, o isolamento e a não acessibilidade a serviços

sociais de apoio. Segundo Guerreiro (2003), o isolamento das pessoas mais velhas e principalmente das muito velhas, decorre principalmente do culminar de um trajeto familiar e conjugal, em que numa fase mais avançada da idade, a morte atinge um dos cônjuges. De qualquer modo, após a morte do cônjuge, cada vez mais são os idosos que permanecem sós nos seus lares, é sintoma de que estes, tal como aos seus familiares, perspetivam a sua privacidade de um modo mais individualizado e autónomo, sem recurso à integração do idoso nos agregados domésticos dos filhos adultos ou de outros parentes. Em síntese, o prolongamento da esperança média de vida das pessoas colide com facto de não se assegurarem as condições para uma vida de qualidade das pessoas idosas com mais necessidades e que, por isso, são mais vulneráveis à pobreza.

Após o 25 de abril de 1974, Portugal procurou dar resposta à população mais desfavorecida, estabeleceram-se as condições para a abertura de IPSS (Instituições Particulares de Solidariedade Social), apoiadas pela segurança social. Estas instituições devem ter como objetivo, a promoção da autonomia, a interação social e a saúde dos utentes. No fundo é promover o envelhecimento ativo.

2.5.1- Tipos de Respostas Sociais

Da realidade social existe uma crescente necessidade de instituições e respostas sociais diversificadas para estas populações nomeadamente:

- **Serviço de Apoio Domiciliário (SAD)**, trata-se de um tratamento prioritário para pessoas mais velhas, pessoas com deficiência ou pessoas em situação de dependência. Este serviço também abrange as famílias do utente, intervém no domicílio auxiliando quem não pode por dependência física ou psíquica, assegurar as suas necessidades básicas. É um serviço que para além do utente, vai proporcionar reforço e capacitação às famílias, que em muitos casos permite a conciliação com a vida profissional, o adiamento de recurso às estruturas residenciais, aumentando a qualidade de vida de todos.

- **Centros de Convívio**, com o objetivo de proporcionar às pessoas mais velhas de uma determinada área/comunidade, o acesso a atividades culturais e recreativas. Neste caso a ASC tem um papel importante na realização de atividades lúdicas e culturais, de modo a prevenir a solidão e o isolamento, levar à participação e também assim retardar e evitar ao máximo o internamento em lares. Este tipo de resposta enquadra-se numa necessidade

prioritária que o projeto “RUA” com a criação de uma associação procura atender na aldeia de Amoreiras do Mondego.

- **Centros de Dia**, dão uma resposta social a todos os mais velhos que precisem de determinados serviços, são instituições que funcionam durante o dia e que prestam serviços sociais, culturais, recreativos, educativos, etc. Estas instituições permitem ao idoso continuar em sua casa a viver no meio social e familiar de modo a desacelerar o próprio envelhecimento.

- **Centros de Noite**, têm o objetivo de acolher pessoas mais velhas e não só, que em autonomia, mas estando sozinhas, isoladas ou inseguras necessitam de um local para passar a noite. Desta forma também promovem a permanência no seu meio natural de vida.

- **Acolhimento Familiar**, para pessoas a partir dos 65 anos, trata-se de um alojamento no lar de uma família que lhes possa proporcionar um ambiente afetivo apropriado, que satisfaça as suas necessidades básicas, com respeito pela identidade, personalidade e privacidade. Este meio de resposta, permite adiar ou mesmo evitar o recurso a um lar.

- **Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI)**, são estabelecimentos destinados a um alojamento coletivo, temporário ou permanente, para os mais velhos, onde são desenvolvidas atividades de apoio social e prestados cuidados médicos e de enfermagem. Tem como objetivos proporcionar serviços permanentes face à problemática biopsicossocial dos utentes, promover o envelhecimento ativo, potenciar a integração social e muito importante ajudar na preservação da relação intrafamiliar.

Para Jacob (2007), a animação devia ser uma das prioridades de todas as estruturas de acolhimento de pessoas idosas. De acordo com Lopes (2008), a animação nos lares e centros de dia promove um conjunto de atividades, ações de cariz cultural, recreativo, social e educativo. No entanto, para que não sejam apenas locais de depósitos de pessoas possuidoras de memórias, experiências e vivências e sejam locais ativos e dinâmicos sentiu-se a necessidade de criar programas que respondam aos seguintes domínios:

- social, através das relações interpares com o meio, porque os mais velhos não se podem sentir à margem da sociedade;

- cultural, potenciando e estimulando a memória viva dos idosos, que se pode refletir em atividades culturais (teatro, dança, artesanato);

- educativo, estimulando a criação e a respetiva participação em Universidades Seniores que assente a aprendizagem no ensino, partilhando saberes entre formandos e formadores.

3- Centro de Formação, Assistência e Desenvolvimento

3.1 – Caracterização da Instituição

O setor de atividade do CFAD, enquadra-se numa Instituição Particular de Solidariedade Social, que se assume como proativa, sistémica e atenta aos problemas sociais que afetam a sociedade em mudança, pelo que apresenta uma diversificação de respostas mediante as problemáticas emergentes na cidade e no concelho da Guarda. A sua missão é prestar apoio às famílias e grupos desfavorecidos através da formação escolar e profissional, bem como da implementação de respostas sociais dirigidas à comunidade em geral, crianças e jovens, população adulta e pessoas mais velhas. O objetivo primeiro é a formação integral, social, cultural e emocional do ser humano, pelo desenvolvimento, pela promoção da saúde e pela ação social, na qualificação e no ensino profissional.

Para atingir o objetivo, o CFAD propôs-se implementar e manter atividades e projetos para as diferentes faixas etárias e condições sociais. Para as crianças, criou o ATL, a Ludoteca e o Cantinho das Terapias. Para as pessoas mais velhas foi implementando o Apoio ao Domicílio, um Centro de Dia e uma Estrutura Residencial para Idosos (ERPI). Relativamente aos jovens e adultos, criou o Centro de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC), que mais tarde, evoluiu para “Centro de Novas Oportunidades”, “Centro para a Qualificação e Ensino Profissional” e, desde 2017, para “Centro Qualifica”.

Ao longo dos anos, o CFAD aderiu a novos projetos. Desde 2009 tem a funcionar o “Núcleo de Apoio à Vítima de Violência Doméstica”. Em 2012 aderiu ao Programa de Emergência Alimentar, através da cantina social, onde são servidas, atualmente, cerca de 30 refeições diárias. Em 2014 implementou um Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social, no âmbito da Rede Local de Intervenção Social (RLIS). Desde 2014 que desenvolve os Projetos “Agir para Prevenir” e “(+ Igualdade (-) Violência”.

Atualmente, o Departamento de Formação desenvolve Ações de Formação Modular destinadas a Desempregados de Longa Duração.

Por considerar que a formação do Ser Humano também passa pela dimensão cultural, informativa e lúdica, o CFAD dinamizou igualmente a Rádio Sátão, dando-lhe a designação de “Rádio Alive FM”.

3.2 - Caracterização do Local de Estágio (ERPI)

A Estrutura Residencial para Idosos é uma resposta social desenvolvida em alojamento coletivo, (Figura 2) de utilização temporária ou permanente, destinada a idosos a partir dos 65 anos cuja situação/problema não lhe permita permanecer no seu meio habitual de vida. Excecionalmente, pode admitir pessoas com idades inferiores aos 65 anos.

A estrutura localiza-se na rua Santa Clara, próximo do coração da cidade da Guarda, na zona alta perto da Sé Catedral, Torre de Menagem e Escola Santa Clara com vistas para a Serra da Estrela.

Figura 2- Edifício da ERPI



Fonte: CFAD

Tem capacidade para 50 utentes distribuídos por 20 quartos duplos e 10 individuais, a ERPI funciona no 3º, 4º e 5º piso (Figura 3), do edifício sendo possível a deslocação entre eles por elevador.

Figura 3- Plantas de emergência da ERPI – 3 Pisos



Fonte: Própria

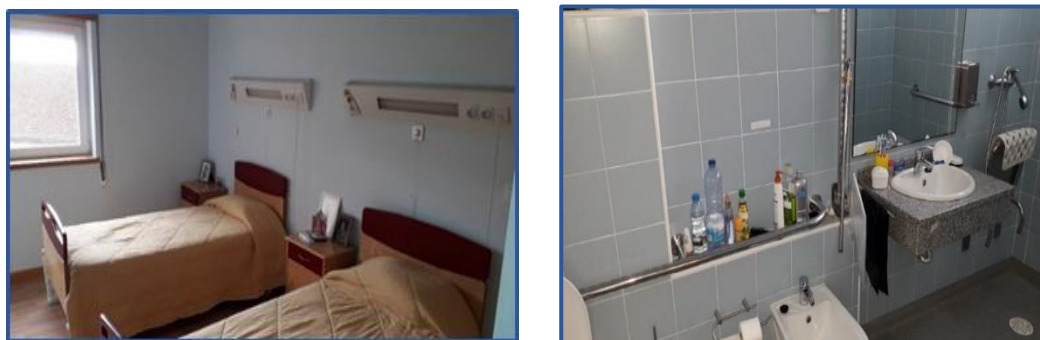
No 3º e 4º piso existe salão de convívio, casas de banho comuns, copa, refeitório, sala de reuniões técnicas (Figura 4), além dos referidos quartos com casa de banho privativa em todos eles, (Figura 5). O 5º piso não tem refeitório e copa, mas tem a sala de direção técnica, sala de enfermagem e médica (Figura 6), no piso 0 onde existem outras valências do CFAD, são confeccionadas as refeições que por elevador próprio são enviadas aos pisos da residência, existe uma capela e o chamado salão azul utilizado pelo centro de dia, mas que ao domingo é o espaço de celebração da missa, neste piso podemos aceder ao espaço exterior comum a todas as valências do CFAD.

Figura 4- Instalações



Fonte: Própria

Figura 5- Quarto duplo e Casa de banho



Fonte: Própria

Figura 6- Gabinete Médico e Casa de banho técnica



Fonte: Própria

A ERPI apresenta os seguintes objetivos:

- Proporcionar serviços permanentes e adequados à satisfação das necessidades dos residentes tendo em consideração a problemática biopsicossocial das pessoas idosas;
- Contribuir para a estabilização ou retardamento do processo de envelhecimento;
- Criar condições que permitam preservar e incentivar a relação interfamiliar;
- Potenciar a integração social;

Para a prossecução dos seus objetivos, a ERPI proporciona um conjunto diversificado de serviços, tendo em vista a manutenção da autonomia e independência do idoso;

- Uma alimentação adequada que na medida do possível respeite os hábitos alimentares e gostos pessoais cumprindo as prescrições médicas;
- Os serviços domésticos necessários ao bem-estar dos idosos, nomeadamente cuidados de higiene pessoal e de conforto e tratamento de roupa;
- Realização de atividades de animação sociocultural, recreativa e ocupacional;
- Cuidados de saúde (médicos, enfermagem e reabilitação).

Recursos humanos da Estrutura Residencial

- **Membros da Direção**

Virgílio Mendes Ardérius (Presidente da Direção)

Maria de Fátima Carvalho Ardérius Alves Pinto (Secretária)

Maria do Rosário Alves Reduto (Tesoureira)

- **Responsável Geral**

Maria Manuela Proença Pereira

- **Assistente Social**

Maria Regina Gonçalves Freire Falcão

- **Animadora**

Vânia Selene Nave Oliveira

- **5 Enfermeiros** (tempo parcial incluído aos fins de semana)

- **1 Fisioterapeuta** (tempo parcial)

- **1 Médico Assistente** (quinta-feira pela manhã)

- **23 Assistentes Gerontológicos** (distribuídos por 3 turnos, manhã – tarde - noite)

- **2 Motoristas** (dias úteis)

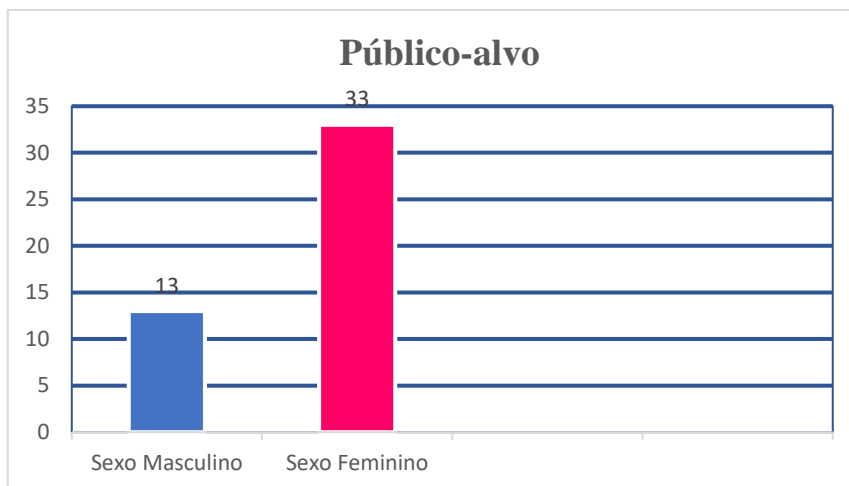
- **2 cozinheiras**

- **3 Assistentes de cozinha**

3.3 – Caracterização do Público-alvo

O público-alvo da ERPI está situado entre os 66 e os 101 anos, em seguida apresento um gráfico relativo ao número de pessoas e género.

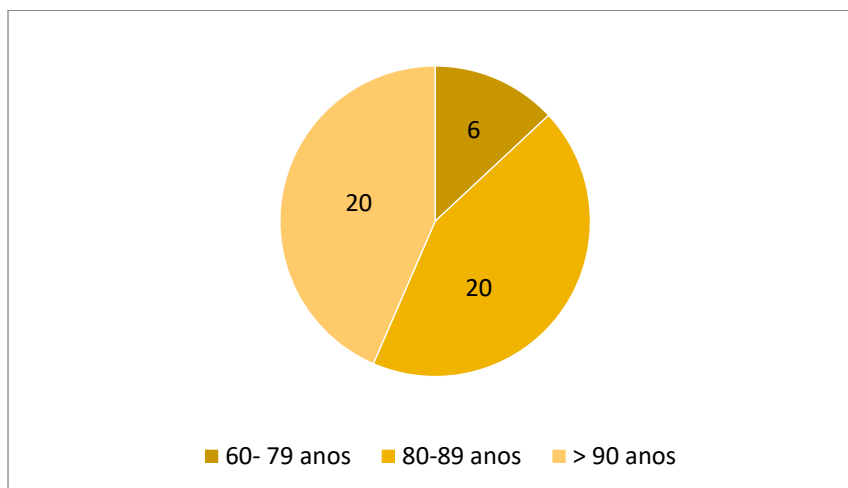
Figura 7- Gráfico relativo ao número de pessoas e género do público-alvo da ERPI



Fonte: Própria

Relativamente à distribuição por faixas etárias, podemos desde já constatar no gráfico seguinte que a maioria ultrapassa os 80 anos.

Figura 8- Gráfico relativo ao número de pessoas por idades da ERPI



Fonte: Própria

A maioria do público-alvo da ERPI encontra-se em idade avançada, grande idade ou se quisermos quarta idade. A este facto estão naturalmente associadas patologias e todas as limitações inerentes, que se traduzem em falta de autonomia, independência e também dificuldade na comunicação.

Em seguida, apresento uma tabela relativa à incidência das principais patologias por género no público-alvo.

Tabela 1- Tabela referente às patologias mais frequentes dos utentes da ERPI

Patologias mais frequentes		
	Sexo Masculino	Sexo Feminino
Depressão/Foro Psiquiátrico	1	16
Diabetes	2	3
Esclerose múltipla		1
Foro Cardíaco	4	4
Problemas urinários	1	
Dificuldade na locomoção	3	13
Foro Neuromuscular		1
Acidente Vascular Cerebral	1	1
Acidente Isquémico Transitório		1
Problemas Cognitivos	2	7
Doença de Alzheimer		1
Doença de Parkinson	2	
Hipercolestoremia	1	
Amputação de perna	1	
Problemas de visão	1	2
Problemas de audição	1	
Dificuldades na comunicação	4	15
Sem relevância	3	3

Fonte: Própria

4 – Estágio Curricular

4.1- O Meu Estágio

Conforme referi na introdução, escolhi para local de estágio a Instituição (ERPI) que apresentei no tópico anterior. Comecei por idealizar e elaborar um Plano de Trabalho (Anexo 1) para este estágio. Iniciei o estágio no dia 3 de março de 2019 e terminei no dia 8 de setembro de 2019, perfazendo um total de 401 horas (Anexo 2). A maioria do tempo de estágio teve lugar aos fins de semana, feriados e uma semana de férias de 3 a 7 de junho com horário contínuo geralmente das 9h às 18h, flexível tendo em conta a minha disponibilidade o que possibilitou algumas presenças no final de dias do meu trabalho.

O conhecimento prévio das dinâmicas de funcionamento da instituição e das características do público-alvo, começou por uma reunião com a Diretora Técnica e minha supervisora, com a Animadora e mais tarde fui apresentado ao Diretor do CFAD, Assistentes de Gerontologia e Enfermeiros.

Comecei por perceber que aos fins de semana teria o tempo algo limitado para implementar atividades de maior duração. Ao domingo, a celebração da missa ocupava a manhã no salão azul do piso 0 e à tarde a dinâmica de funcionamento passava pelo descanso (cesta), lanche e pelas visitas de familiares e amigos. No entanto por parte da instituição a ideia de estagiar maioritariamente ao fim de semana foi bem acolhida e surpreendeu pela positiva, foi vista como um complemento que colmataria a folga de alguns funcionários e poderia ajudar na deslocação e acompanhamento de residentes à celebração da missa.

Apesar das condicionantes procurei introduzir atividades mensalmente de acordo com o Plano de Trabalho (Anexo1), estimulação cognitiva, expressão plástica, animação musical, atividades lúdicas, novas tecnologias e outras com vista a envolver o maior número de pessoas, num grupo numeroso e heterogéneo na autonomia, mobilidade, literacia e disperso pelos diferentes pisos do edifício. Igualmente importante foi perceber que para lá do plano de atividades seria importante a aptidão facilitadora do animador para despoletar iniciativas pessoais, deixar fluir e derrubar barreiras à participação de cada pessoa de modo a reforçar a comunicação e o bom relacionamento. Assim tive intenção desde início em trabalhar as emoções e afetos, tendo surgido a ideia da atividade de expressão plástica relacionada com animais, em levar as atividades ao encontro das pessoas devido às limitações temporais, físicas e de falta de mobilidade, ajudando os idosos a libertar tensões e emoções, a canalizarem a sua criatividade aceitando o envelhecimento positivamente. Por vezes auxiliei

assistentes em pequenas tarefas que não estando diretamente relacionadas com animação, me serviram para conhecer e ganhar confiança por parte dos residentes e seus familiares, (deslocação e acompanhamento nas refeições, desfazer barbas, auxiliar em mudança de cadeira ou posição, colocação de segurança para evitar quedas, preparar salão para a missa, transporte, acompanhamento e participação na cerimónia, etc).

Após o primeiro contacto com os residentes, antes de planear qualquer atividade e no processo de conhecimento mútuo e o mais informal possível, fiz questão de falar com eles sobre o envelhecimento e perceber quais os anseios e resignações com que se deparavam na atual fase da vida, foi uma conversa dentro do possível aberta em que tive a oportunidade de lhes explicar o conceito de envelhecimento ativo e bem-sucedido na virtude que o ser humano tem em chegar a idade mais avançada, tentando transmitir que é importante manter o espírito sereno mesmo quando o corpo já não responde como no passado.

Em seguida, apresento as planificações mensais (Tabela 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8) com uma breve reflexão sobre a conceção e o resultado do mês. As planificações foram adaptadas à vontade e ritmo dos residentes em consonância com as dinâmicas de funcionamento da instituição. Procurei enquadrar as temáticas da forma mais abrangente possível e também em algo menos habitual na instituição.

4.2 – Atividades Desenvolvidas

As atividades do primeiro mês de estágio incidiram em diferentes áreas (Tabela 2) que proporcionaram conhecimento mútuo entre mim e o grupo, com o objetivo de auferir a adesão e reação dos residentes a diferentes âmbitos e criar bases de confiança para atividades futuras.

Tabela 2 - Planificação: março 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Musical: - Fados, música tradicional e música relaxante	- Conhecer e interagir com o grupo - Quebrar monotonia - Criar ambiente alegre e descontraído	- Estagiário de ASC	- Smartphone - Coluna de som <i>bluetooth</i>	- De forma inesperada colocar música em locais de reunião de pessoas nos diferentes pisos e esperar pela reação e acompanhamento dos residentes, com palmas e canto.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico e vídeo	3 horas
Físico-motora: -Marcha Nórdica - Bola na mão	- Conhecer o grupo - Estimular capacidades físicas e mentais - Combate ao sedentarismo - Promover saúde	- Estagiário de ASC	- Bastões - Bola terapêutica	- Na extensão do corredor, promover caminhadas em segurança e utilizar a coordenação de braços e pernas com bastões - Utilizar a bola para os residentes com pouca mobilidade.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico e vídeo	2 horas
Expressão plástica: - Dia do Pai	- Conhecer o grupo - Estimular a precisão manual, imaginação e criatividade - Melhorar a auto-estima	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes do género feminino (atividade dia do Pai)	- Fio de corda - Talas de madeira - Cola - Papel de impressão - Papel brilhante - Computador e impressora	- Utilizar as técnicas de colagem e recorte para construir molduras alusivas ao dia do pai e oferecer aos homens residentes na data respetiva.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico	- 6 horas

<p>Cognitiva: - Jogo de Cartas</p>	<p>- Conhecer o grupo - Confiança do grupo - Aumentar atividade cerebral - Prevenir e retardar doenças degenerativas</p>	<p>- Estagiário de ASC</p>	<p>- Baralho de cartas</p>	<p>- Jogar cartas com residentes e posicionar outros junto da mesa para que mesmo não podendo jogar, possam presenciar a atividade.</p>	<p>- Observação de campo - Adesão à atividade</p>	<p>- 2 horas</p>
---	--	----------------------------	----------------------------	---	---	------------------

Após o primeiro mês de estágio, consegui alcançar um razoável conhecimento do grupo e gerar confiança mútua. Confirmei o gosto que os residentes nutriam pelas músicas tradicionais em especial pelo fado desde as composições mais antigas de Amália Rodrigues e Alfredo Marceneiro, até aos dias de hoje com Ana Moura ou Marisa. Relativamente às atividades Físico-Motoras, introduzi a Marcha Nórdica de modo a estimular as capacidades mentais e físicas, não só dos membros inferiores como também superiores, sem perder o “esquema corporal” e a bola terapêutica foi utilizada pelos residentes com menor mobilidade. As emoções estiveram em evidência na atividade do Dia do Pai com adesão muito significativa dos residentes do género feminino na elaboração das molduras para os homens residentes. Também o jogo fez parte das atividades de fim de semana, serviu para melhorar a relação entre membros do grupo e com o estagiário.

Figura 9- Marcha Nórdica



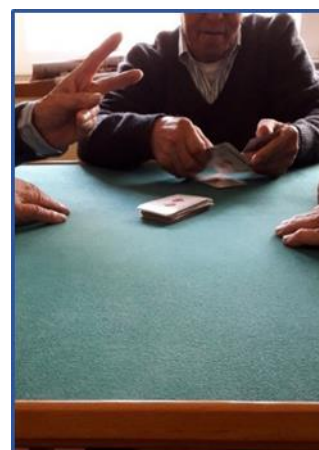
Fonte: Própria

Figura 10- Exercícios



Fonte: Própria

Figura 11- Jogo de cartas



Fonte: Própria

Figura 12- Atividade “Dia do Pai”



Fonte: Própria

Com o objetivo de marcar a diferença e sendo o mês de abril uma época de renovação e cores primaveris, decidi aproveitar a boa adesão e entusiasmo dos residentes no mês de março à atividade de Expressão Plástica e planejar atividades que transmitissem alegria, aumentassem a imaginação, a criatividade, a auto-estima e a coesão do grupo de residentes.

Tabela 3 - Planificação: abril 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Expressão plástica: -Chegada da Primavera - 25 de abril	- Estimular a precisão manual, imaginação, criatividade e a memória - Melhorar a auto-estima e os afetos - Sensibilizar familiares e funcionários da ERPI - Decorar o elevador	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes	- Folhas papel de seda - Tesoura - Cola, fio, arame - Lápis de colorir - Computador/ impressora - Internet - Televisão - Folhas A4 caravela e bandeiras - Folhas papel seda e crepom	- Utilizar técnicas de dobragem, recorte, colagem e coloração para decorar o elevador com as temáticas das atividades. - Visualizar documentário sobre a vida antes do 25 de abril e efetuar pausas para troca de experiências de vida sobre o tema.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico - Participação nos comentários sobre o 25 de abril	- 6 horas - 4 horas
- Cognitiva: - Dominó - Cartas	- Aumentar atividade cerebral - Prevenir e retardar doenças degenerativas	- Estagiário de ASC	- Baralho de Cartas - Jogo Dominó	- Jogar dominó e cartas com residentes e posicionar outros junto da mesa para que mesmo não podendo jogar, possam presenciar a atividade.	- Observação de campo - Adesão à atividade	- 1 horas - 2 horas

O segundo mês de estágio foi motivador e surpreendente pela forma como os residentes aderiram às atividades e demonstraram confiança em mim. A ideia de decorar o elevador surgiu, por ser o local onde a maioria dos residentes e visitas passam, independentemente do piso onde têm o quarto e por ser um compartimento “cinzentão” e pouco acolhedor.

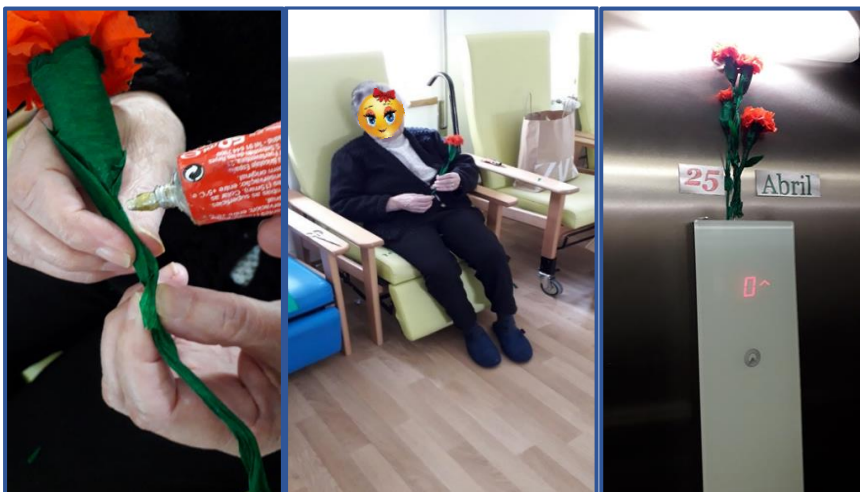
Figura 13 - Atividade “A Primavera”



Fonte: Própria

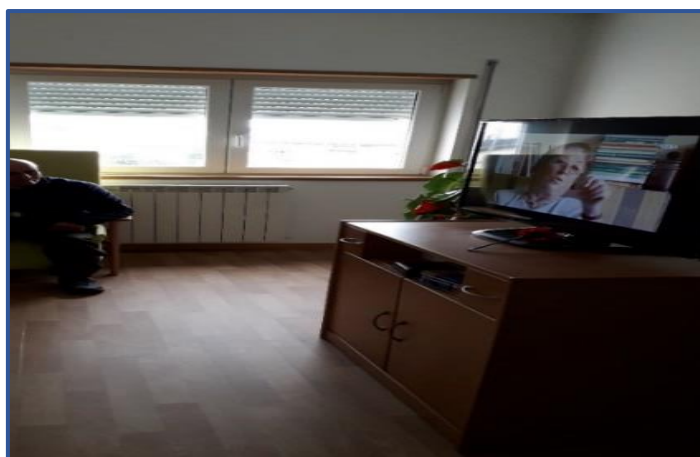
As dificuldades da vida antes do 25 de abril de 1974 foram recordadas e partilhadas pelos residentes ao visionarem um documentário da Rádio Televisão Portuguesa (RTP), tal como está referido na tabela anterior, durante o visionamento os residentes comentaram o que viam e principalmente partilharam o testemunho da sua própria vida nesse período da história.

Figura 14 - Atividade “25 de abril”



Fonte: Própria

Figura 15 - Visualização do documentário da RTP “A vida antes do 25 de abril”



Fonte: Própria

Chegado o mês de maio, não poderia deixar de assinalar o Dia da Mãe, com uma das atividades mais emotiva, foram convidados a participar os residentes do género masculino ao contrário do que tinha acontecido para o dia do Pai. Este mês foi também de apresentação e início da atividade “Cãozinho das Emoções” que descrevo a sua operacionalização no final destas planificações.

Tabela 4 - Planificação: maio 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Expressão plástica: - Dia da Mãe - Início “Cãozinho das Emoções”	- Estimular a precisão manual, imaginação e criatividade - Melhorar a auto-estima e os afetos - Sensibilizar familiares e funcionários da ERPI	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes do género masculino (atividade dia da Mãe)	- Papel crepe de várias cores - Paus de espetada - Tesouras - Cola branca - Computador e impressora - 2 rolos de arame - Fita cola - Alicates de pontas	- Convidar os residentes do género masculino a participar na elaboração de flores para oferecer às senhoras no dia da Mãe. Usar a técnica de dobragem, recorte e colagem. - Anunciar a atividade do Cachorrinho, mas sem revelar o animal em concreto de modo a gerar interesse, inquietação e discussão no período de execução. Iniciar a construção da armadura.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico e vídeo	- 8 horas - 3 horas

O dia da mãe foi assinalado de forma emotiva, descobri o talento do Sr Adérito e convidei-o a interpretar uma canção de sua lembrança sobre as mães e a distribuir flores na hora do lanche. Também fizemos um bolo para esse momento. Esta atividade marcou a maioria das senhoras residentes na ERPI assim como funcionários presentes no momento e que também tiveram direito a uma flor. Defenitivamente e após o tempo decorrido de estágio, constatei que o trabalho das emoções e atividades de Expressão Plástica preenchiam espaço vazio e importante na vida dos residentes, como já tinha sido abordado na reunião inicial com a Diretora Técnica.

Figura 16- Atividade “Dia da Mãe”



Fonte: Própria

O mês de junho foi o que registou mais horas de estágio, pois estive de férias uma semana e aproveitei para estar na instituição. Destaco a vertente social e cultural relacionada com o

feriado do dia 10 de junho, um passeio à Praça Velha aproveitando para ver peças do Simpósio de Arte Contemporânea da Guarda e participação no Chá Dançante do TMG.

Tabela 5 - Planificação: junho 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Físico-motora: -Chá Dançante - Passeio à Praça Velha e Simpósio de arte Contemporânea (caminhada)	- Estimular capacidades físicas e mentais - Combater o sedentarismo e promover a saúde	- Estagiário de ASC -Assistente da ERPI	- Bolos - Sumos - Água - Veículo de transporte -Dinheiro para bebidas	- Levar residentes com mobilidade suficiente ao TMG para interagir com pessoas de outras instituições, dançar e lanchar em conjunto. Passeio à Praça Velha pela manhã, aproveitar para uma bebida numa esplanada e apreciar as peças de arte contemporânea do Simpósio junto da Sé.	- Observação de campo - Adesão à atividade -Registo Fotográfico	- 3 horas - 2 horas
Expressão plástica: -10 de Junho - “Cãozinho das Emoções”	- Estimular a precisão manual, memória, imaginação e criatividade - Melhorar a auto-estima e os afetos	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes da ERPI	- 3 rolos papel de cozinha - Folhas de jornal - Fita cola	- No elevador colocar uma mensagem alusiva ao dia de Portugal de Camões e das Comunidades Portuguesas, colorir a bandeira Portuguesa e uma caravela Portuguesa desenhada através da união de pontos numerados em folha A4. Encher a armadura do cão e moldá-la com fita cola.	- Observação de campo - Adesão às atividades - Registo Fotográfico	- 3 horas - 4 horas
Social e Cultural: - Chá Dançante - Passeio à Praça Velha e Simpósio de arte contemporânea	-Promover a Inclusão social - Melhorar a auto-estima e os afetos	- Estagiário de ASC -Assistente da ERPI	-Dinheiro para bebidas - Bolos - Sumos - Água - Veículo	- Promover comentários em relação a trabalhos de arte contemporânea do Simpósio. Facilitar interação com pessoas de outras instituições no chá dançante e ajudar a desinibir para a dança e canto, assim como acompanhamento com palmas e coreografias de movimento corporal.	- Observação de campo - Adesão à atividade -Registo Fotográfico e vídeo	- 3 horas - 2 horas
Cognitiva: - Dominó e Cartas	- Estimulação da memória, desenvolvimento mental e cognitivo - Prevenir e retardar doenças degenerativas	- Estagiário de ASC	- Baralho de Cartas - Jogo Dominó	- Convidar residentes a participar ou observar os jogos em mesas separadas consoante o jogo, no final promover o bom ambiente entre ganhadores e perdedores.	- Observação de campo - Adesão à atividade -Registo Fotográfico	- 2 horas

Foi um mês de sociabilização e alegria proporcionada pelas saídas durante a semana, pelo bom tempo e convívio com outras pessoas que permitiu maior inclusão social na comunidade.

Figura 17 - Passeio à Praça Velha e Simpósio de Arte



Fonte: Própria

Figura 18 - Chá Dançante



Fonte: Própria

Figura 19 - Atividade “10 de junho”



Fonte: Própria

Figura 20 - Atividade “10 de junho” (continuação)



Fonte: Própria

Ao contrário do mês anterior, em julho estive de férias com a família e passei menos tempo na instituição, acabei por planear atividades lúdicas e de expressão plástica relacionadas com jogos de cartas, jogos no computador e visualização de vídeos no televisor sem esquecer o “cãozinho das emoções”.

Tabela 6 - Planificação: julho 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Expressão plástica e artística: - “Cãozinho das Emoções”	- Estimular a precisão manual, imaginação e criatividade - Melhorar a auto-estima e os afetos	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes da ERPI	- Cola branca - Pincel - Tinta preta - 1 Rolo papel de cozinha - Tesouras	- Desenhar e colorir os olhos e boca do cão, recortar o papel de cozinha para fazer o pelo do cão e ensinar a técnica de colagem.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico	- 2 horas
Cognitiva: - Jogo de pares - Novas tecnologias	- Estimulação da memória e desenvolvimento mental e cognitivo - Estimular motricidade fina	- Estagiário de ASC	- Cartas jogo de memória - Computador 3º piso - Televisão - Cabo HDMI	- Jogar o jogo de pares, consiste em juntar as cartas aos pares consoante as figuras nelas existentes, estando as cartas viradas para baixo. Utilizar o programa de jogos do computador para colocar os residentes que queiram a interagir com novas tecnologias. Efetuar ligação do computador á televisão e visualizar vídeos e fotografias dos residentes.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico	- 2 horas - 2 horas

Os jogos são muito apreciados pelas pessoas mais velhas, permitem o convívio e beneficiam a memória, se utilizarmos novas tecnologias também potenciamos a participação dos residentes. Alguns residentes gostaram de visualizar fotografias e vídeos deles próprios na televisão.

Figura 21 - Jogos lúdicos



Fonte: Própria

Figura 22 - Contato com novas tecnologias



Fonte: Própria

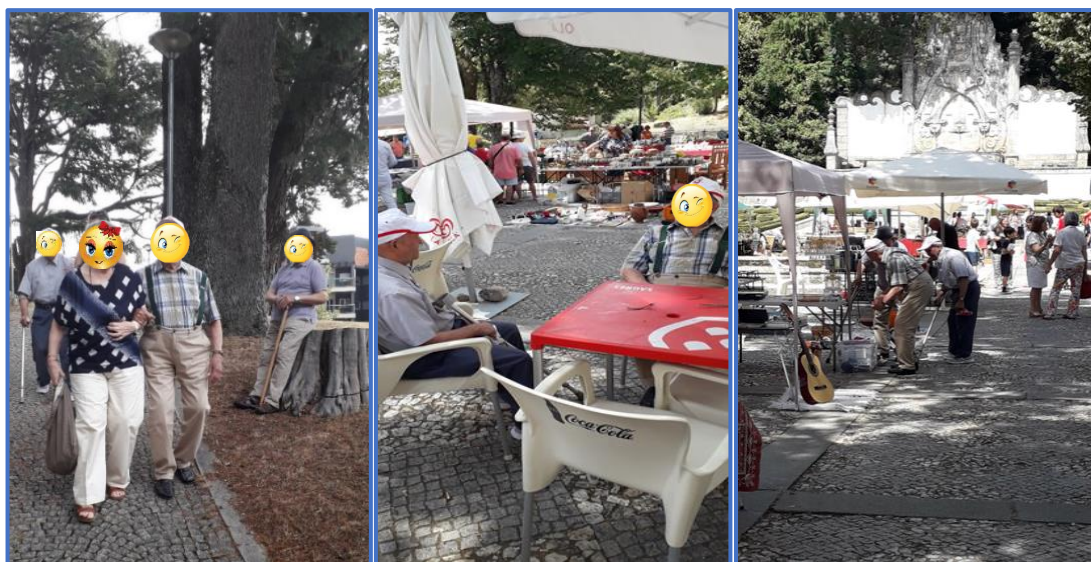
Após as férias com a família e com as baterias um pouco mais carregadas, planejei o mês de agosto com o principal foco na conclusão do “cãozinho das emoções” e aproveitar para um passeio à feira das antiguidades.

Tabela 7 - Planificação: agosto 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Atividade Físico-motora e sensorial: - Feira das Antiguidades (caminhada)	- Estimular capacidades físicas e mentais - Combater o sedentarismo e melhorar a saúde	- Estagiário de ASC - Assistente da ERPI	- Chapéus para proteger do sol	- Iniciar a caminhada após a missa, passar pelo jardim da Biblioteca e proporcionar momentos de descanso sempre que necessário.	- Adesão à atividade - Observação de campo - Registo Fotográfico	- 2 horas
Expressão plástica e artística: - Final da atividade “Cãozinho das Emoções”	- Estimular a precisão manual, imaginação e criatividade - Melhorar a auto-estima e os afetos de todo o grupo	- Estagiário de ASC - Pessoas residentes da ERPI	- Cola branca - Folha de cartolina castanha - Agrafador - Marcador - Folha A4 cor de rosa - Folha A4 azul - Saco - Trela	- Ensinar a técnica de enrolar o papel do pêlo do cão. Após concluir a execução do cãozinho, finalizar a atividade com a atribuição do nome que consiste em escrever em pequenos cartões o nome que cada residente gostaria de dar e depois sortear e colocar na coleira.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico	- 6 horas
Social e Cultural: - Feira de Antiguidades	- Estimular a memória - Promover a inclusão social	- Estagiário de ASC - Assistente da ERPI	- Chapéus para proteger do sol - Valor monetário para bebida	- Acompanhar os residentes pela feira, deixar fluir vontades e recordações através dos objetos expostos.	- Observação de campo - Registo Fotográfico	- 2 horas

O passeio à feira das antiguidades decorreu em ambiente descontraído, o tempo esteve convidativo e os residentes “apaixonaram-se” ou melhor a Estela e o José Manuel sempre de mão dada sem ninguém prever. Apreciamos a mata junto da Biblioteca e quando chegamos á feira foi difícil rentabilizar o tempo pois os residentes ficaram amarrados às peças antigas que viam, querendo sempre explicar para que serviam. Após um café na esplanada da Alameda e algumas compras, regressámos com alguma dificuldade para a ERPI devido á inclinação da via, situação que deveria ser prevista com a requisição de um veículo. Chegamos com um sorriso na boca e a tempo de almoçar fora de horas.

Figura 23 - Feira de Antiguidades



Fonte: Própria

Para as últimas horas do estágio que ocuparam o mês de setembro, planifiquei uma atividade relacionada com novas tecnologias, mais concretamente a visualização de vista de rua através da ferramenta do *Google Maps* de locais onde as pessoas mais velhas tinham vivido. Esta atividade foi por mim pensada e comentada com alguns residentes, estava prometida, mas tive dificuldade em enquadrá-la anteriormente.

Tabela 8 - Planificação: setembro 2019

Área de Atividade	Objetivos	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Descrição	Avaliação	Duração
Cognitiva: -Novas tecnologias viagem á minha terra (<i>Google Maps</i>)	- Contactar com novas tecnologias - Estimular a memória e o desenvolvimento mental - Melhorar a auto-estima e os afetos com o grupo	- Estagiário de ASC	- Computador - Televisor - Cabo HDMI - Internet	- Através da vista de rua do programa <i>Google Maps</i> , procurar que os residentes que assim queiram, possam mostrar e apresentar ao grupo o local onde moraram ou passaram momentos importantes da sua vida, proporcionando uma viagem virtual e emotiva.	- Observação de campo - Adesão à atividade - Registo Fotográfico	- 2 horas

Esta ultima atividade, teve um impacto muito positivo no publico-alvo, em primeiro lugar porque foram vários os residentes que quiseram mostrar e comentar locais onde passaram parte da vida, ficaram admirados e emocionados com as potencialidades da ferramenta. No caso da Sr^a Augusta de Pombal foi partilhado com familiares que estavam a visita-la e que também participaram na visualização da casa onde vivera e se emocionou quando viu a janela das escadas onde gostava de estar. Outra situação que me tocou particularmente foi quando a Sr^a Natércia que mal consegue exprimir-se nos ajudou a encontrar a sua casa na Guarda-Gare falando de uma palmeira e no numero 50 da sua porta, no final deu um sorriso ao ver a casa onde morou.

Figura 24 - Atividade “Google Maps”



Fonte: Própria

4.2.1- Operacionalização da Atividade “Cãozinho das Emoções”

A atividade “Cãozinho das Emoções” surgiu desde início quando na reunião inicial com a Diretora Técnica da Instituição abordamos a necessidade de trabalhar as emoções que poderia ser através de animais, mas que não poderiam ser reais dentro do edifício, devido ao regulamento da ERPI e da própria Segurança Social. Já tinha trabalhado ao nível da expressão plástica na unidade curricular de “Materiais e Técnicas de Expressão Plástica” algo sobre a conceção de um cãozinho. A Expressão plástica é uma ferramenta da ASC que promove comportamentos e processos comunicativos também nas pessoas mais velhas, que pela personalidade ou por fatores muitas vezes de doença apresentam dificuldade em exteriorizar sentimentos. É importante estimular a imaginação e a criatividade que o processo de envelhecimento muitas vezes foi esvanecendo. As atividades de expressão plástica relativamente a outros âmbitos de intervenção durante o estágio, tiveram particular interesse, não só pela execução, mas também pela observação dos trabalhos por aqueles

residentes limitados fisicamente ou mentalmente. Estas atividades catapultavam os residentes para se abrirem a conversas sobre as temáticas abordadas e sobre o passado que tiveram, exercitaram a memória, aumentaram a auto-estima e promoveram o bom relacionamento no grupo.

A atividade “Cãozinho das Emoções” (Anexo 4) foi desde início a que despertou maior emoção e durante o processo muitas foram as vezes em que vinham perguntar pelo trabalho e contar histórias do seu passado relacionado com animais.

Descrição da Atividade:

- Apresentação da atividade;
- Mobilização para os trabalhos;
- Distribuição de tarefas para a semana (recortar papel de cozinha para o 43elo);
- Construir a armadura metálica;
- Encher a armadura com jornais;
- Envolver o corpo do cão com fita cola de papel;
- Desenhar e colorir os olhos e a boca do cão;
- Iniciar colagem das tiras de papel para o pelo do cão (de baixo para cima);
- Enrolar e moldar as tiras de papel para dar textura ao pelo do cão;
- Dar recortes com tesoura na zona do focinho para ficar com o pelo mais curto;
- Recortar em cartolina a coleira do cão e colocar argola para prender a trela;
- Atribuição do nome ao cãozinho;
- Recortar pequenos cartões azuis e cor de rosa para escrever o nome do cão;
- Solicitar a cada residente um nome que gostariam de atribuir ao cãozinho;
- Colocar os cartões com os nomes no saco e sortear;
- Expor o trabalho no salão de convívio dos diferentes pisos de modo a ser apreciado por todos, incluindo funcionários, familiares e amigos.

Metodologia da Atividade:

Os métodos são participativos, em que as pessoas mais velhas são agentes ativos do próprio processo, ou seja, são produtos e produtores do seu próprio desenvolvimento e

envelhecimento ativo, valorizando a literacia da vida numa perspetiva de relações o mais horizontais possível sem imposições e formalidades desnecessárias.

As técnicas são de expressão plástica, comunicação e animação de grupos.

Avaliação da Atividade:

Fundamentalmente a avaliação consistiu em observar o entusiasmo e adesão dos residentes, o modo como procuraram participar ou mesmo só observar os trabalhos. Algumas pessoas foram perguntando onde estava o cão e se era necessário recortar mais papel durante a semana, outras adoravam simplesmente segurar o cãozinho ao colo, o Sr. Amadeu imitava o ladrar do animal, o Sr. Adérito falava nos cães que teve, a Senhora Assunção tinha um cão que guardava as ovelhas sozinho... Valeu a pena apostar em algo diferente e que ficou registado em fotografias (Anexo 4) mas sobretudo no meu coração e da maioria dos residentes acabando por ser uma avaliação participada. No final o sorteio ditou atribuir o nome Lira ao cãozinho ou melhor à cadelinha. Ficou exposta no salão de convívio do quarto piso e promete passear por toda a instituição.

Figura 25 - Atividade “Cãozinho das emoções”



Fonte: Própria

4.3- Atividades e Emoções não Planificadas

Apresento neste tópico um registo fotográfico de alguns momentos criados no relacionamento com residentes da ERPI, situações não planificadas, fruto da iniciativa das pessoas mais velhas e dos seus gostos. Estes momentos colocaram à prova a minha capacidade de criar empatia enquanto animador e pessoalmente foram muito enriquecedores, serviram essencialmente para me afirmar como pessoa presente e confiável, em assuntos muitas vezes relacionados com a vida pessoal dos residentes e minha também.

Pelo passado de alguns residentes, momentos existiram em que livros relacionados com animais do meu filho (Figura 26 e 27), serviram para recordar a vida no campo e com gosto acedi ao pedido de imprimir e decalcar imagens.

Figura 26 - Recordar a vida no campo



Fonte: Própria

Figura 27 - Decalque da vaca “Boneca”



Fonte: Própria

Especialmente em pessoas com problemas visuais, os sentidos do tato e olfato ajudaram a recordar os Santos Populares através do manjerico (Figura 28).

Figura 28 - Manjerico dos Santos Populares



Fonte: Própria

A missa de domingo teve a minha participação, que foi uma preciosa ajuda nesses dias pela manhã, pois conseguimos levar mais residentes que o normal ao salão azul, foi reconfortante pela crença religiosa que tenho e pela alegria e paz que os mais velhos evidenciaram (Figura 29). Algumas brincadeiras ajudavam a esquecer os problemas de saúde (Figura 30).

Figura 29 - Missa de Domingo



Fonte: Própria

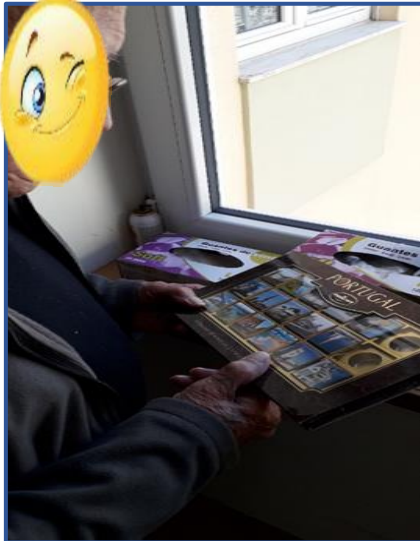
Figura 30 - Alegria contagiante



Fonte: Própria

A maioria dos residentes são gulosos, os chocolates aparecerem embrulhados em monumentos nacionais que ajudaram a exercitar a memória (Figura 31 e 32).

Figura 31 - Monumentos de Portugal



Fonte: Própria

Figura 32 - Chocolates



Fonte: Própria

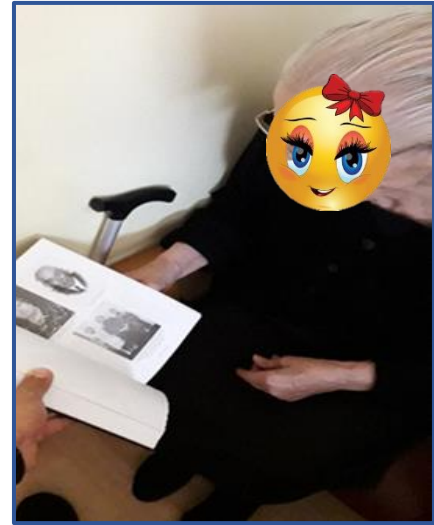
Para quem fumou durante décadas, nada melhor do que esporadicamente proporcionar um passeio mesmo em cadeira de rodas para fumar o cigarrinho e acalmar a mente, o Sr. da imagem (Figura 33) com dificuldade de comunicação e locomoção, não deixou de agradecer a meia dúzia de vezes que saio à rua comigo. A imagem (Figura 34) mostra uma Senhora que nasceu na minha Freguesia e visualizou imagens do livro do projeto “RUA” onde reconheceu imagens de pessoas e lugares relativos á sua infância, impressionou pela forma como se recordava de pormenores da árvore genealógica de algumas famílias, passei a chamá-la prima.

Figura 33- Passeio para acalmar



Fonte: Própria

Figura 34- Recordação da aldeia



Fonte: Própria

Também ajudei a recuperar fotografias antigas de alguns residentes (Figura 35), situações em que o mais importante foi saber escutar e partilhar sentimentos de saudade que a todos acaba por tocar.

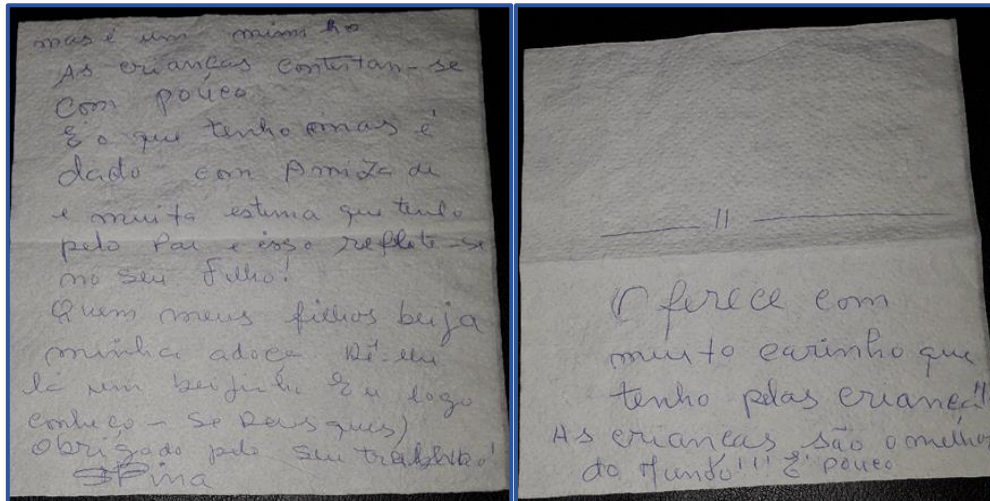
Figura 35 - Restauro e ampliação de fotografia



Fonte: Própria

Termino este tópico com uma imagem (Figura 35), que mostra um guardanapo de papel onde uma residente que fora professora de ensino básico, manifesta carinho pelas crianças e me agradece o trabalho de estágio.

Figura 36 - Agradecimento de residente



Fonte: Própria

5 – Projeto de Desenvolvimento Comunitário “Rua”

5.1- Diagnóstico, Fundamentação e Natureza do Projeto

O projeto tem como pressuposto base a iniciativa comunitária, como forma de libertar a população do individualismo criado pela apatia social, educativa e cultural. Em Amoreiras do Mondego, não existe uma instituição dinamizadora que promova costumes e vivências adaptadas aos dias de hoje e que aumentem o bem-estar daquela população, não basta planificar e executar, é necessária a participação das pessoas a quem o projeto é dirigido e em todas as suas fases, desde a conceção, gestão e avaliação da ação local, enquadrando-se numa partilha de poder, ou seja, no verdadeiro *empowerment* individual e coletivo que gere autogestão capaz de comprometer, reformular, credibilizar, responsabilizar a comunidade para a resolução dos seus problemas.

O nome “RUA” atribuído ao projeto vai ao encontro ao que eu próprio, futuro Animador Sociocultural, idealizei na aldeia, onde nasci, cresci e da qual guardo as melhores recordações da minha vida. O nome “RUA” traduz o processo de execução/operacionalização do projeto, enquadra-se numa possível designação de associação, com a qual o projeto está comprometido no seu objetivo geral.

Assim é necessário:

“Recordar Unir Agir”

A necessidade de unir/mobilizar surge no sentido de atualmente algumas pessoas e famílias se terem isolado por razões diversas e comuns a outras localidades especialmente rurais, situação que levou à não participação e conseqüente termino de festividades e outros costumes que dinamizavam a comunidade. Os fatores demográficos referentes ao envelhecimento, pessoas relevantes pelo seu dinamismo faleceram, outras migraram ou emigraram, as tabernas que eram locais de convívio e de partilha fecharam, tudo isto levou ao isolamento á desconfiança a depressões e ressurgimento de conflitos. Na última década também grande parte dos jovens foram estudar, casaram e não se fixaram.

Outras localidades, talvez pelo facto de aí existir sede de Junta de Freguesia ou pelo associativismo, tal situação foi atenuada e mesmo com a queda e envelhecimento demográfico, as pessoas ao fim de semana ou na época de férias ainda se mobilizam e participam. Um aspeto que me sensibiliza é o facto dos idosos da aldeia, não poderem viver com dignidade os seus últimos anos de vida, não foram construídos centros de dia ou

estruturas residenciais para idosos. Quem não tiver cuidador, à saída da sua terra está condenado o que compromete a auto-estima o envelhecimento ativo e bem-sucedido.

Com base no enquadramento e diagnóstico anterior, o projeto “**Recordar Unir Agir**” está assente nos seguintes objetivos.

Objetivo Geral

Criar uma associação local de âmbito social, cultural e recreativo, para promover o desenvolvimento sustentável nessas áreas em Amoreiras do Mondego de modo a integrar as pessoas nos seus ambientes sociais e consequente interação entre a valorização dos indivíduos e o seu meio.

Objetivos Específicos

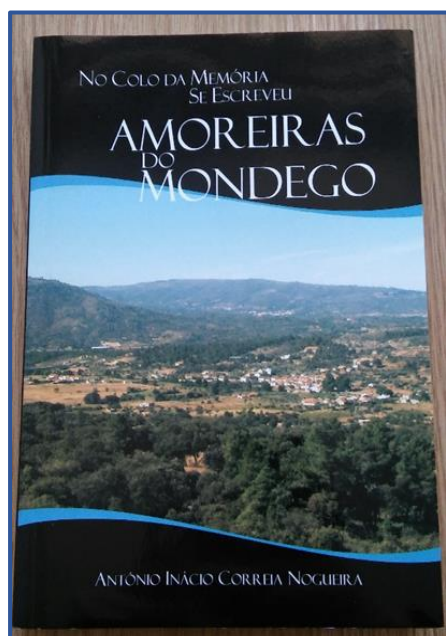
- estabelecer parcerias, a Junta de Freguesia e a Câmara Municipal para apresentar o projeto e solicitar a utilização do edifício da Escola Primária da aldeia;
- contactar líderes locais (Sr. Padre Geada Pinto e Sr. Fernando Diego representante da Junta de Freguesia na aldeia), para apresentar o projeto e solicitar apoio na divulgação e execução das atividades;
- dinamizar a comunicação através das redes sociais, nomeadamente com o meu amigo e conterrâneo Joaquim Correia, administrador de grupo social privado “Amigos das Amoreiras do Mondego” e um dos impulsionadores informais do objetivo associativo apresentado;
- abordar diretamente as pessoas explicando a componente sociocultural do evento;
- recordar e sensibilizar através da leitura e do visionamento de imagens do livro “No colo da memória se escreveu Amoreiras do Mondego”, com o objetivo de emergir sentimentos comuns ao público alvo e que envolva para a “RUA”;
- consciencializar as pessoas para o património comum, material e imaterial como forma de reforçar a identidade da comunidade;
- refletir e debater sobre o estado de degradação do edifício da escola, no sentido de o aproveitar (ex.: sede de uma associação com uma envolvente museológica e sala multiusos);

- agir, começando por sintetizar ideias de todos os participantes, inculcando em cada um a importância que tem no projeto, no desenvolvimento da comunidade, no contributo que pode dar e receber.

5.2- Descrição/Operacionalização do Projeto

Este projeto de Animação Comunitária serve-se do livro intitulado “No colo da Memória se escreveu Amoreiras do Mondego” para recordar e enaltecer a identidade das gentes que viveram e vivem na aldeia (trabalhos, sacrifícios, alegrias, festividades, património, etc), agregando sentimentos comuns potenciadores de união e que levem à participação do maior número de pessoas ligadas à aldeia em ações que reciprocamente contribuam para o desenvolvimento individual e coletivo. O espaço central onde estas atividades vão decorrer é no edifício da escola primária de modo a sensibilizar as pessoas para o seu estado de abandono e degradação, potencialidade emotiva, física e de localização para concretizar o objetivo geral do projeto.

Figura 37 – Capa do Livro “No colo da Memória se escreveu Amoreiras do Mondego”

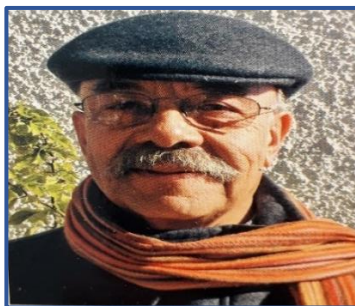


“Quem se deslocasse até aos campos veria ali as flores brancas e perfumadas das giestas; além o amarelo das carquejas; acolá o azul acinzentado e aromático das urzes; e mais longe o ondular de uma vasta variedade de plantas floridas que, agitadas por uma brisa suave, pareciam cantar. Amoreiras tinha um manto de beleza a rodeá-la, qual tapete imenso, onde se concentraram as mais belas cores do Universo”.

Nogueira, 2009

Fonte: Própria

Figura 38 – António Nogueira, Autor do livro



Fonte: Própria

António Inácio Correia Nogueira, autor do livro “No colo da Memória se escreveu Amoreiras do Mondego” ofereceu em 2009, quatrocentos exemplares à fábrica da igreja de Amoreiras do Mondego. Os proventos angariados destinam-se à promoção de iniciativas assistenciais, culturais ou religiosas segundo a vontade do próprio. Sendo ele membro de uma das famílias mais abrangentes da aldeia, nesta obra faz referência aos tempos que aí viveu enquanto criança e jovem, dando testemunho de toda a riqueza cultural da mesma, numa homenagem que certamente perdurará na memória.

Durante as atividades de leitura, abrir a toda a plateia a possibilidade de comentar, partilhar vivências em especial das pessoas mais velhas, solicitar inclusivamente que possam trazer objetos relacionados (ex: fotografias, ferramentas, vestuário, etc), que cantem e partilhem alguma gastronomia da aldeia.

Será interessante e possível solicitar ao representante da Junta de Freguesia (Sr. ° Fernando Diego) a abertura do bar do salão de convívio de modo a dar continuidade à desejada iniciativa informal da comunidade sobre o tema apresentado após o encerramento de cada atividade diária.

No primeiro dia estarão presentes as Professoras Dr.^a Ana Lopes e Dr.^a Fátima Bento de modo a enquadrar a necessidade deste tipo de iniciativa comunitária, que leve ao envolvimento das pessoas na procura de melhor qualidade de vida em territórios de baixa densidade populacional, cada vez mais envelhecida. Também estará presente o Sr. João Paulo, presidente da Associação de Melhoramentos da Velosa num dos últimos dias, com o objetivo de partilhar a experiência associativa e as mais valias criadas naquela aldeia vizinha do concelho de Celorico da Beira, com experiência pessoal na área jurídica assim como a jurista nascida na aldeia, Dr.^a Alda Ferreira e que poderá orientar nos procedimentos subsequentes ao projeto rumo a uma associação local e que devem ficar definidos.

No último dia terá lugar um convívio com a população da Aldeia aproveitando a presença de emigrantes que nesta altura do ano possam estar presentes e todos os parceiros envolvidos. Missa Solene, almoço, animação musical com o grupo de concertinas do Fornotelheiro e jogos tradicionais alusivos às brincadeiras de outros tempos em Amoreiras do Mondego (Anexo 5).

Outras dinâmicas podem ser criadas pelo Animador e pelo grupo no final de cada atividade diária, mantendo o foco no projeto “RUA”.

Figura 39 – Escola Primária de Amoreiras do Mondego



Fonte: Própria

Figura 40 - Sala da Escola



Fonte: Própria

5.3- Avaliação do Projeto “RUA”

As fases de avaliação têm o objetivo de medir a eficiência e a eficácia do plano e o impacto que este tem durante e no final das atividades. Avaliar de forma contínua permite diagnosticar pontos negativos e positivos que levem a reformulações e melhorias no processo de execução face ao objetivo geral definido.

A avaliação do projeto irá ser efetuada mediante os seguintes métodos:

- Avaliação contínua do trabalho efetuada por mim, se algo corre mal saber o porquê, o que falta, o fiz de mal e sempre que necessário reestruturar o projeto;
- Feedback durante as atividades por parte dos participantes, registos fotográficos e de vídeo realizados pelos assistentes de animação;
- Avaliação participativa através do número de pessoas envolvidas em cada dia de atividades;
- Feedback nas redes sociais em especial no grupo “Amigos de Amoreiras do Mondego”;
- No final, elaborar um quadro ou gráfico onde farei um registo do meu Diário de bordo durante todo o projeto.

5.4- Um Projeto com Futuro

Atingido o objetivo de criar a associação “RUA” a que este projeto se propõe, fica aberta a porta operacional com inúmeros desafios educativos, sociais e culturais, a procura de financiamentos, a melhoria das condições do edifício, a criação de uma envolvente museológica com decoração alusiva a vivências passadas, até mesmo numa casa antiga que possa ser visitada e ajude as gerações futuras a manter os laços de ligação com a aldeia, o retomar da festa anual de verão, a possibilidade de exploração do bar e salão de convívio, a possibilidade de cooperação com uma instituição que possa prestar apoio domiciliário (SAD) e fixar os idosos por mais tempo na aldeia, a criação de um ambiente independente mas favorável em relação à Junta de Freguesia e Câmara Municipal, manter ativo o relacionamento com aqueles que vivem fora através das redes sociais, divulgar a quantidade de casas antigas á venda e que esperam reabilitação mesmo para moradores de fora e sem

ligações afetivas à terra que possam ajudar a combater o despovoamento, criar uma pista de arborismo nos imponentes plátanos da lameira que possam atrair visitantes, etc.

São enormes os desafios que podem ser superados com uma equipa associativa multidisciplinar, dinâmica, coesa, cooperativa, solidária e aberta à participação de todos.

Porque, “temos uma vida para viver, é porque temos um mundo para construir”, ainda está escrito pelas crianças por cima do quadro da sala na escola primária... Não podemos desfraldar as expectativas da população na gerência da “RUA”.

REFLEXÃO FINAL

É do conhecimento geral que o envelhecimento é um fenómeno que se caracteriza por ser um passo de transformações profundas que vão ocorrendo ao longo da vida, transformações do organismo que vão da aparência física às manifestações cognitivas, já para não falar das transformações dos papéis sociais, experiências e relações estabelecidas e vividas ao longo dos anos de vida. Nesta perspetiva que entende o envelhecimento como um processo a ocorrer ao longo da vida, a manutenção do bem-estar e da qualidade e sentido de vida das pessoas mais velhas são preocupações bem presentes nas questões sociais e políticas às quais a sociedade procura dar resposta. Assim, afigura-se necessário levar a cabo estratégias de prevenção e promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido, tais como desenvolver modalidades de intervenção educativa. É neste campo que se torna urgente o papel do animador sociocultural especializado nesta população alvo, não existem dúvidas que é uma profissão necessária e urgente num futuro que já se espelha atualmente. Serão necessários mais profissionais especializados, com conhecimentos teóricos e práticos consistentes e que permitem, nas suas funções, um trabalho especializado, adaptado e adequado às necessidades reais de uma sociedade cada vez mais envelhecida, onde a promoção de um envelhecimento ativo que produza qualidade de vida seja uma preocupação presente.

A promoção de um estilo de vida que respeite as necessidades variadas de cada um, é de primordial importância, utilizar uma linguagem simples, não promover a competitividade, não infantilizar, não tratar as pessoas mais velhas como doentes e incapazes, preservar a sua independência, identidade e autonomia desenvolvendo-lhes aptidões, estimulação psicossocial e autoestima sem impor atividades. Todos estes objetivos devem estar presentes, só assim lhes podemos garantir atividade social, singularidade e vontade de bem-estar.

A Animação Sociocultural é uma metodologia do presente e do futuro. Poucos são os que o reconhecem, o problema prende-se muitas vezes com a mentalidade e com a falta de conhecimento por parte das pessoas.

A sociedade de hoje precisa de novas áreas e novos profissionais que vão de encontro às suas necessidades. Não se pode valorizar só o trabalho dos médicos, advogados e engenheiros, a sociedade exige mais do que isso pois esta tem novos problemas, problemas estes que precisam de ser resolvidos através de um trabalho direcionado e adequado às necessidades de todos.

Vivemos numa sociedade dominada por problemas como: sedentarismo, stress, materialismo, consumismo, insucesso escolar, delinquência, vícios, desemprego, população envelhecida, famílias problemáticas, falta de tempo para o lazer e para a família, exclusão social, toxicodependências, etc. Por tudo isto e muito mais, penso que os Animadores Socioculturais podem contribuir para melhorar a qualidade de vida das pessoas, ajudando e assumindo um importante papel na sociedade, analisando cada problema e cada caso em particular tendo em conta as especificidades do grupo ou indivíduo, desenvolvendo estratégias e métodos adequados que visam responder a estes problemas sociais que cada vez afetam mais as pessoas e mais cedo.

É necessário intervir, criar e mostrar novas funções inserindo a ASC no mercado de trabalho e mostrar às pessoas e Instituições a importância de estarmos com eles e das diversas áreas em que podemos atuar (Promoção e Desenvolvimento Local; Inserção e Reinserção Social; Educação; Literacia; Turismo; Formação de Jovens e Adultos; Infância; Juventude; Envelhecimento Ativo, etc). Contudo é também importante dar oportunidade às pessoas de mostrarem as suas capacidades, desejos e problemas pois só assim a ASC pode entrar em ação, ao contrário de certas áreas, esta não impõe, pretende que o indivíduo seja o protagonista do seu próprio desenvolvimento pessoal e social, através de metodologias ativas e participativas seguindo o método de educação não formal.

A diversidade não só atinge os problemas como também os públicos que cada vez são mais diversos e com características específicas que exigem conhecimento muitas vezes só possível através da autoformação que na minha opinião é um novo método de aprendizagem cada vez mais necessário.

Áreas recentes (em Portugal) como a Animação, são necessárias em sociedades entupidas de trabalho e preocupações como a nossa. Os problemas de hoje são diferentes dos de ontem e dos de amanhã, a certeza é que estes afetam sempre os mesmos. As novas profissões podem ter um papel importante e devem ser reconhecidas e exigidas como tal, pois são estas e neste caso a ASC que vai de encontro, através dos seus métodos de trabalho, às necessidades das pessoas.

O estágio curricular, não sendo no âmbito de atuação que tinha inicialmente idealizado, acabou por me surpreender positivamente e enriquecer pelas competências adquiridas articulando a teoria e a prática, penso ter marcado diferença face às rotinas de fim de semana, nomeadamente pelas atividades diferenciadoras e originais, a presença na Missa de Domingo

com mais residentes, a interação com familiares e a boa imagem que a instituição lhes deu. Recebi elogios e fiquei com familiares amigos, no entanto nem tudo foi fácil, nomeadamente devido à distribuição dos residentes por vários pisos e á falta de mobilidade e autonomia que se traduziu em dificuldade para formar grupos de trabalho que abrangessem mais pessoas e aproveitar espaços exteriores. Em relação à aquisição de materiais e ferramentas para as atividades também foram quase na totalidade da minha responsabilidade, assim como a ligação à internet. A Instituição também não divulga atividades e imagens nas redes sociais e não autoriza divulgação de fotos com o rosto dos residentes, situação que exceção feita à apresentação do relatório, acautelo.

Aspetos houve em que não concretizei ideias e acabei por incidir mais em atividades na área de Expressão Plástica, talvez porque fosse aí a maior lacuna ao nível da resposta da instituição como identificado na reunião inicial de estágio. Outros aspetos que em meu entender poderia ter marcado diferença estão relacionados com o não planeamento de atividades para o grupo de funcionários e assistentes Gerontológicos de modo a aumentar a coesão e auto-estima, pois fazem um trabalho absolutamente meritório e são incansáveis se estiverem motivados certamente que os residentes sairiam a ganhar. A intergeracionalidade também seria interessante de explorar, mas teria de ser em dias de escola em articulação com o ATL.

Pela experiência que vivi, acredito que muito tenho a melhorar e muitas vezes foi o cansaço que se apoderou de mim devido á vida pessoal sem dias para descansar, mas no final sinto que cumpri e dignifiquei a instituição onde estudei e contribui para o animo de outras pessoas. Desejo que a ERPI e o CFAD possam continuar a ser parceiros importantes do IPG na formação de estudantes, está situado próximo do Instituto e do centro da cidade com várias valências, sem esquecer que existe a possibilidade de estagiar ao fim de semana.

Em jeito de despedida, ficou a intenção mútua de ir visitar os residentes e funcionários da ERPI, onde as portas do voluntariado ficaram abertas, mas para já pretendo consoante a minha disponibilidade ir assistir á celebração da Missa de Domingo e estar junto dos mais velhos. Ainda é minha intenção efetuar uma visita programada para oferecer um bolo a todos e reunirmos dentro do possível no salão de convívio para juntamente com os familiares que queiram, visualizarmos fotografias e vídeos relacionados com o tempo em que estive a estagiar.

Termino esta etapa da minha vida com um até já, vou descansar e voltamos a falar na “RUA”, onde estarão pessoas mais velhas certamente...

Bem Haja a todos!

BIBLIOGRAFIA

- ANDER-EGG, E. e IDÁÑEZ, M. (1999). *Metodología y práctica de la animación sociocultural. 16ª ed.* Madrid: Editorial CCS;
- CAPDEVILLA, M.L. (Coord.) (s.d). *Programas de animación sociocultural.* Universidad Nacional de Educación a distancia;
- CASTILLO, S. e SÁNCHEZ, M. (2003). *Animación y dinámica de grupos.* Barcelona: Editorial Altamar;
- CHOQUES, S e CHOQUE, J. (2009). *Actividades de animación para la tercera edad.* Barcelona: Editorial Pai da tribo;
- CORREIA, P. (2008). *Perfil do Animador/Investigador., Revista “Práticas de Animação”, Ano 2, Nº 1, outubro.* Consultado em 14 de setembro 2019 em <http://revistapraticasdeanimacao.googlepages.com>;
- DIREÇÃO-GERAL DE SAÚDE (2008). *Programa Nacional para a saúde das pessoas idosas: Envelhecimento Saudável.* Ministério da Saúde, <http://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/envelhecimento-saudavel.aspx> consultado em: 2 de junho de 2019;
- DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE (2004). *Programa Nacional para a Saúde de Pessoas Idosas.* Acedido em 17 de outubro de 2019 em <http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/1C6DFF0E-9E74-4DED-94A9F7EA0B3760AA/0/i006346.pdf>>;
- GUERREIRO, M. (et al.) (2003) - *Avaliação breve do estado mental.* In GUERREIRO, M.; GARCIA, C.; MENDONÇA, A. - Escalas e testes na demência. Grupo de estudos de envelhecimento cerebral e demência. p. 27;
- JACOB, Luís (2007). *Animação de Idosos.* Porto: Editora Âmbar;
- LOPES, M.S. & PEREIRA, J.D.L. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade. Chaves: Intervenção- Associação par a Promoção e Divulgação Cultural*;
- LOPES, M.S. (2008). *Animação Sociocultural em Portugal. 2ª Edição. Chaves: Intervenção- Associação par a Promoção e Divulgação Cultural*;
- MARTINS, R. e RODRIGUES, M. (2004). *Estereótipos Sobre Idosos: Representação Social em Profissionais que trabalham com a terceira idade.* Millenium. Revista do ISPV, 29, 249-254;

- MARUJO, J. Parra (2012) In: Cebolo, C. S; Lima, J. D.; Lopes, M. De S. (Coord.) – Animação sociocultural: Intervenção e educação comunitária. Chaves: Intervenção, pp. 219-222;
- MERINO, J. (2003). Programas de Animación Sociocultural. Tres instrumentos para su diseño y evaluación. Madrid: Narcea;
- NOGUEIRA, A. (2009). *No colo da memória se escreveu Amoreiras do Mondego*. Coimbra: Tipografia Universal;
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (2002). *Active Ageing: a policy framework*. Geneva: World Health Organization;
- PAÚL, C. M. (2002). *Bem-Estar e satisfação de vida em idosos*. In D. d., *Educação, Terceira Idade: Uma questão para a educação social (pp. 29-33)*. Porto: Universidade Portucalense;
- PUIG, T. (1988). *Animación Sociocultural. Cultura y territorio*. Madrid: Popular;
- REZSOHAZY, R. (1988). *El desarrollo Comunitario*. Madrid: Narcea;
- SEQUEIRA, S. (2013). *Animar para melhor envelhecer com satisfação*. Tese de Mestrado em Gerontologia Social. Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Castelo Branco. Consultado em 01 de junho de 2019 em <https://repositorio.ipcb.pt/handle/10400.11/2065>;
- SCHNEIDER, R. e IRIGARAY, T. (2008). *O envelhecimento na atualidade: aspetos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais*. Estudos de Psicologia I Campinas I 25(4) I 585-593 I outubro – dezembro.
- SOUSA, M. (2011). *Formação para a prestação de cuidados a pessoas idosas*. Cascais: Príncipia;
- STOPPARD, M. (2003/2004). *Desafiar a idade*. Porto: Editora civilização;
- TRENTINI, C. (2004). *Qualidade de Vida em Idosos*. Dissertação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (*Douramento em Psiquiatria*), Porto Alegre.
- VIEIRA, E. (2004). *Manual de gerontologia: Um manual teórico-prático para profissionais, cuidadores e familiares (2. ed.)*. Rio de Janeiro, RJ: Revinter;
- XAVIER, F. et al. (2003). *A definição dos idosos de qualidade de vida*. Revista Brasileira de Psiquiatria. V 25. Nº1. p. 31 a 39.

WEBGRAFIA

- Dias, A.; Campos, J.; Saraiva, J. e Lima, T. *Animação Sociocultural, Formação e Projetos de Intervenção: O Projeto “Palavras e Saberes”*. Consultado a 7 de julho de 2019 em: <https://ojs.eselx.ipl.pt/index.php/invep/article/viewFile/71/72>;
- *Envelhecimento ativo*. Consultado a 4 de setembro de 2019 em: <https://censos.ine.pt> e <https://www.pordata.pt/>;
- *Como elaborar um projeto de Animação*. Consultado em 6 de julho de 2019 em: <http://animasociocultural.blogspot.com/2008/11/elaborao-e-desenho-de-projecto.html>;
- *Carta administrativa oficial de Portugal*. Consultada a 20 de julho de 2019 em: www.dgterritorio.pt/cartografia_e_geodesia/cartografia/carta_administrativa_oficial_d_e_portugal_caop/;
- *A importância do associativismo*. Consultado a 6 de julho de 2019 em: www.eventpointinternational.com/pt/item/9-opinioao/2357-a-importancia-do-associativismo;
- *A vida antes do 25 de abril de 1974*. Consultado em 15 de abril de 2019 em: <http://www.noenigma.com/2015/04/como-era-portugal-antes-do-25-de-abril.html>.

ANEXOS

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1- Plano de Trabalho

Anexo 2- Folhas de presença


Anexo 3- Registo fotográfico da Atividade “Cãozinho das Emoções”

Anexo 4- Atividades, Tarefas a realizar e fotografias do projeto “RUA”

Anexo 1- Plano de Trabalho

<p>IPG Politécnico da Guarda</p>	<p>PLANO DE TRABALHO</p> <p>Ensino Clínico Estágio</p> <p> Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas Mestrados</p>	<p>MODELO</p> <p>Ano Letivo</p> <p>2018/2019</p>
<p>Este documento é um complemento do formulário GESP.003 - CONVENÇÃO.</p>		
<p>Escola: <input checked="" type="checkbox"/> ESECD <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTG <input type="checkbox"/> ESTH</p> <p>Tipologia: <input checked="" type="checkbox"/> Curricular <input type="checkbox"/> Extracurricular <input type="checkbox"/> Outro: _____</p> <p>At o abrigo de protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____</p> <p>Informação adicional (se aplicável)</p> <p>Designação: _____</p> <p>Ano curricular: 2018/2019 Semestre: 2.º <input type="radio"/> 1.º período <input type="radio"/> 2.º período <input type="radio"/> 3.º período</p>		
<p>1. IDENTIFICAÇÃO DOS INTERVENIENTES</p>		
<p>Estudante: Rui Filipe Gomes Cuiáso N.º de estudante: 5009885</p> <p>Docente orientador(a): Ana Isabel Ventura Lopes Ferreira</p> <p>Supervisor(a)/Tutor(a): _____</p>		
<p>2. PLANO DE TRABALHO</p>		
<p>Após um conhecimento prévio das dinâmicas de funcionamento da estrutura residencial para idosos (ERPI), Santa Clara, do Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento (CFAD) na Guarda e também do público-alvo com o qual vou trabalhar proponho desenvolver atividades que promovam o bem-estar pessoal e coletivo reforçando o seu ambiente de instituição. O trabalho inicia com atividades de estimulação cognitiva, expressão plástica, animação musical, artes performativas e movimentos coreográficos. Esta diversidade de intervenções procura a participação o mais ampla possível dos elementos do público-alvo, num espaço que é estimulante e interativo. Ajuda o idoso a descongelar as suas tensões e emoções, a canalizar a sua criatividade e acutarism o seu embelezamento positivamente para que viva com saúde. É na articulação com as atividades da instituição que elabora planificações anuais que definem e orientam o meu trabalho, numa perspetiva de aprendizagem, partilha e complementaridade da equipa onde estou inserido.</p>		
<p>3. ASSINATURAS</p>		
<p>O(A) Estudante</p> <p>1011041201191</p> <p>(assinatura)</p>	<p>O(A) Docente Orientador(a)</p> <p>1151041201151</p> <p>(assinatura)</p>	<p>O(A) Supervisor(a)/Tutor(a):</p> <p>1011041201191</p> <p>Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento</p> <p>Rui Filipe Gomes Cuiáso</p> <p>(assinatura)</p>
<p>R. Soeiro Viegas, n.º 2 - B + 6300-756 GUARDA</p>		

Anexo 2 – Folhas de presença

 IPG Politécnico da Guarda <small>Politechnic of Guarda</small>	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04
--	--	----------------------------------

1. ESTUDANTE

Nome: Rui Filipe Gomes Cardoso

Escola: ESECD ESS ESTG ESTH N.º de estudante: 5008885

Curso: Animação Sociocultural

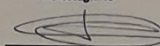
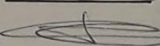
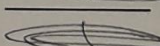
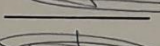
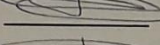
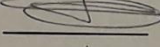
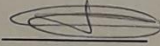
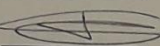
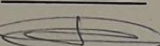
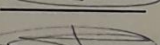
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO

Nome: Vergílio Mendes Andrade

Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento

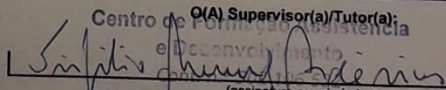
3. REGISTO DE PRESENCAS

MÊS: Março ANO: 2019


Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>3,3,2019</u>	<u>10</u>		<u>1/1</u>		
<u>5,3,2019</u>	<u>8</u>		<u>1/1</u>		
<u>9,3,2019</u>	<u>9</u>		<u>1/1</u>		
<u>10,3,2019</u>	<u>9</u>		<u>1/1</u>		
<u>16,3,2019</u>	<u>4</u>		<u>1/1</u>		
<u>17,3,2019</u>	<u>9</u>		<u>1/1</u>		
<u>24,3,2019</u>	<u>10</u>		<u>1/1</u>		
<u>25,3,2019</u>	<u>8</u>		<u>1/1</u>		
<u>30,3,2019</u>	<u>9</u>		<u>1/1</u>		
<u>31,3,2019</u>	<u>8</u>		<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		

4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)

Data: 12/3/2019
D D M M A A A A

O(A) Supervisor(a)/Tutor(a):

(assinatura e carimbo)
 Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento
 R. Soeiro Viegas, n.º 2 - B - 6100-730 GUARDA

O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

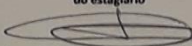
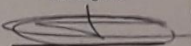
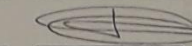
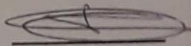
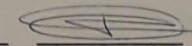
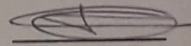
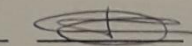
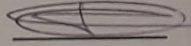
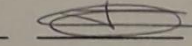
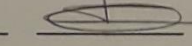
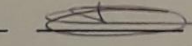
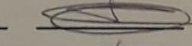
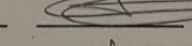
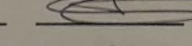
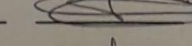
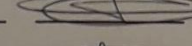
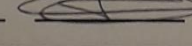
 IPG Politécnico da Guarda <small>Politechnic of Guarda</small>	REGISTO DE PRESENÇAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04
	1. ESTUDANTE	

Nome: Rui Filipe Gomes Cardoso
 Escola: ESECD ESS ESTG ESTH N.º de estudante: 5007885
 Curso: Animação Sociocultural

2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO
 Nome: Vinício Mendes Andrius
 Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento

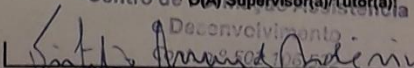
3. REGISTO DE PRESENÇAS

MÊS: Abril ANO: 2019


Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>1,4,2019</u>	<u>2</u>		<u>27,4,2019</u>	<u>8</u>	
<u>6,4,2019</u>	<u>9</u>		<u>28,4,2019</u>	<u>8</u>	
<u>7,4,2019</u>	<u>8</u>		<u>29,4,2019</u>	<u>1</u>	
<u>8,4,2019</u>	<u>3</u>		<u>30,4,2019</u>	<u>1</u>	
<u>13,4,2019</u>	<u>9</u>		<u>././</u>		
<u>14,4,2019</u>	<u>9</u>		<u>././</u>		
<u>15,4,2019</u>	<u>1</u>		<u>././</u>		
<u>16,4,2019</u>	<u>2</u>		<u>././</u>		
<u>19,4,2019</u>	<u>7</u>		<u>././</u>		
<u>20,4,2019</u>	<u>9</u>		<u>././</u>		
<u>21,4,2019</u>	<u>2</u>		<u>././</u>		
<u>25,4,2019</u>	<u>8</u>		<u>././</u>		
<u>26,4,2019</u>	<u>8</u>		<u>././</u>		

4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)

Data: 12/3/12/2019
D D M M A A A A

Centro de O(A) Supervisor(a)/Tutor(a)
 Assistência e Desenvolvimento

 N.º Soeiro Viegas, n.º (assinatura e carimbo)
 100733 GUARDA

O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

 IPG Politécnico da Guarda <small>Politechnic of Guarda</small>	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04
--	--	---------------------------

1. ESTUDANTE

Nome: Rui Filipe Gomes Cardoso

Escola: ESECD ESS ESTG ESTH N.º de estudante: 5008885

Curso: Animação Sociocultural

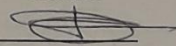
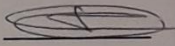
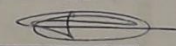
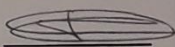
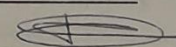
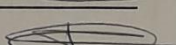
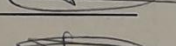
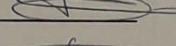
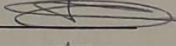
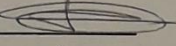
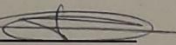
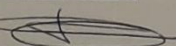
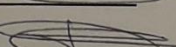
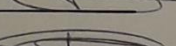
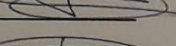
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOELHIMENTO

Nome: Suzilvia Mendes Antunes

Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento

3. REGISTO DE PRESENCAS

MÊS: maio ANO: 2019


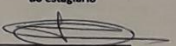
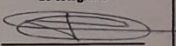
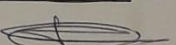
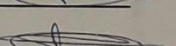
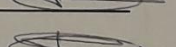
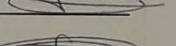
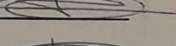


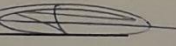
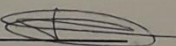
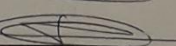
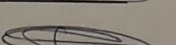
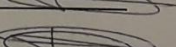
Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>1.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>25.5.2019</u>	<u>9</u>	
<u>3.5.2019</u>	<u>1</u>		<u>27.5.2019</u>	<u>1</u>	
<u>4.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>5.5.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>6.5.2019</u>	<u>3</u>		<u>1.1</u>		
<u>7.5.2019</u>	<u>2</u>		<u>1.1</u>		
<u>11.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>12.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>13.5.2019</u>	<u>2</u>		<u>1.1</u>		
<u>14.5.2019</u>	<u>2</u>		<u>1.1</u>		
<u>18.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>19.5.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>20.5.2019</u>	<u>2</u>		<u>1.1</u>		

4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)

Data: 12/3/12/2019


O(A) Supervisor(a)/Tutor(a):
Suzilvia Mendes Antunes
Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento
Cont. Tr. (assinatura e carimbo)
R. Spolro Viegas, n.º 2 - B - 6100-733 GUARDA

O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04			
1. ESTUDANTE					
Nome: <u>Rui Filipe Gomes Paixão</u>					
Escola: <input checked="" type="checkbox"/> ESECD <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTG <input type="checkbox"/> ESTH N.º de estudante: <u>5008885</u>					
Curso: <u>Animação Sociocultural</u>					
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO					
Nome: <u>Virgílio Mendes Araújo</u>					
Entidade de acolhimento: <u>Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento</u>					
3. REGISTO DE PRESENCAS					
MÊS: <u>Junho</u> ANO: <u>2019</u>					
Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>1.6.2019</u>	<u>7</u>		<u>30.6.2019</u>	<u>3</u>	
<u>2.6.2019</u>	<u>8</u>		<u>1.1</u>		
<u>3.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>4.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>5.6.2019</u>	<u>8</u>		<u>1.1</u>		
<u>7.6.2019</u>	<u>10</u>		<u>1.1</u>		
<u>8.6.2019</u>	<u>7</u>		<u>1.1</u>		
<u>9.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>10.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>15.6.2019</u>	<u>3</u>		<u>1.1</u>		
<u>16.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
<u>22.6.2019</u>	<u>2</u>		<u>1.1</u>		
<u>23.6.2019</u>	<u>9</u>		<u>1.1</u>		
4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)					
Data: <u>12/3/17 12/10/19</u> D D M M A A A A		Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento R. Soeiro Viegas, n.º 2 - B - 6300-703 GUARDA (assinatura e carimbo)			

O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04			
1. ESTUDANTE					
Nome: Rui Filipe Gomes Castro					
Escola: <input checked="" type="checkbox"/> ESECD <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTG <input type="checkbox"/> ESTH N.º de estudante: 5009885					
Curso: Animação Sociocultural					
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO					
Nome: Virgílio Mendes Araújo					
Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento					
3. REGISTO DE PRESENCAS					
MÊS: Julho ANO: 2019					
Data 28, 7, 2019	N.º de horas/dia 7	Rubrica do estagiário 	Data / /	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
/ /			/ /		
Data: 12 3 11 2 2 0 1 9 D D M M A A A A	4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) O(A) Supervisor(a)/Tutor(a) Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento R. Soeiro Viegas, n.º 2 - BN 0305-1301 GUARDA (assinatura e carimbo)				
O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido. O registo de presenças deverá ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.					

 IPG Politécnico da Guarda <small>Polystitute of Guarda</small>	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04
--	--	---------------------------

1. ESTUDANTE

Nome: Rui Filipe Gomes Cardoso

Escola: ESECD ESS ESTG ESTH N.º de estudante: 5008885

Curso: Animação Sociocultural

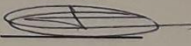
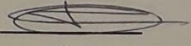
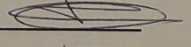
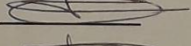
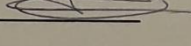
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO

Nome: Vigário Mendes António

Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento

3. REGISTO DE PRESENCAS

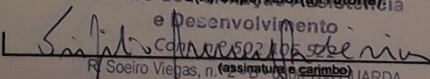
MÊS: Agosto ANO: 2019

Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>4, 8, 2019</u>	<u>9</u>		<u>/ /</u>		
<u>11, 8, 2019</u>	<u>3</u>		<u>/ /</u>		
<u>18, 8, 2019</u>	<u>3</u>		<u>/ /</u>		
<u>24, 8, 2019</u>	<u>2</u>		<u>/ /</u>		
<u>25, 8, 2019</u>	<u>4</u>		<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		
<u>/ /</u>			<u>/ /</u>		


4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)

Data: 12/31/2019

Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento
 R. Soeiro Viegas, n.º 105 - 6050-105 GUARDA



O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

 IPG Politécnico da Guarda <small>Politéchnico of Guarda</small>	REGISTO DE PRESENCAS Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas	MODELO GESP.016.04

1. ESTUDANTE

Nome: Rui Filipe Gomes Cardoso

Escola: ESECD ESS ESTG ESTH N.º de estudante: 500888.5

Curso: Animação Sociocultural

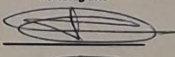
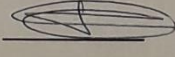
2. SUPERVISOR(A)/TUTOR(A) NA ENTIDADE DE ACOLHIMENTO

Nome: Vinícius Mendes Andrade

Entidade de acolhimento: Centro de Formação Assistência e Desenvolvimento

3. REGISTO DE PRESENCAS

MÊS: Setembro ANO: 2019

Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário
<u>1.9.2019</u>	<u>4</u>		<u>1/1</u>		
<u>8.9.2019</u>	<u>2</u>		<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		
<u>1/1</u>			<u>1/1</u>		

4. VALIDAÇÃO E ASSINATURA DO SUPERVISOR(A)/TUTOR(A)

Data: 12/31/2019

Centro de FO(A) Supervisor(a)/Tutor(a):
 e Desenvolvimento
 R. Soeiro Viegas, n.º 2 (Assinatura e carimbo) RDA

O(A) estudante deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de trabalho cumprido.
 O registo de presenças deverá depois ser validado através da assinatura do(a) respetivo Supervisor(a)/Tutor(a) e entregue nos serviços do GESP presencialmente, através de e-mail (gesp@ipg.pt) ou correio postal.

**Anexo 3- Registo fotográfico da Atividade
“Cãozinho das Emoes”**

Execução da atividade



Execução da atividade (continuação)



Execução da atividade (continuação)



Cadelinha “Lira”



**Anexo 4 – Atividades, Tarefas a realizar e
fotografias do projeto “RUA”**

Atividades		<i>Recordar / Unir</i>
Local		Edifício da Escola Primária
Data e Duração		(04-07-2020) das 21h às 23h (05-07-2020) das 16h às 18:30h (11-07-2020) das 21h às 23h (12-07-2020) das 16h às 18:30h (18-07-2020) das 21h às 23:00h (19-07-2020) das 16h às 18:30h Total: 13:30h
Recursos	Materiais	- 30 cadeiras - Mesa retangular - Videoprojector - Sistema sonoro (2 microfones e amplificador de som) - 2 candeeiros de escritório - 2 holofotes - 2 ventiladores - 30 exemplar do livro “No colo da memória se escreveu Amoreiras do Mondego” - Cabo elétrico de 50m com ficha tripla
	Humanos	- Animador Sociocultural - Representantes das instituições e parcerias - António Inácio Correia Nogueira, autor do livro “No colo da memória se escreveu Amoreiras do Mondego” - Oradoras convidadas (Dr. ^a Ana Lopes e Dr. ^a Fátima Bento) - 2 Assistentes de animação/moderação
	Financeiros	Nesta fase de apresentação de projeto não estão previstos gastos, para tal contamos com a boa vontade de todos os parceiros e população em geral, assim como das oradoras convidadas.
	Apoios e Parcerias	- Câmara Municipal da Guarda - Junta de Freguesia de Sobral da Serra - Instituto Politécnica da Guarda - Comissão da igreja - Habitantes locais com maior dinâmica comunitária
Descrição		(04-07-2020) - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Apresentação do projeto pelo Animador, Rui Cardoso. - Palestra sobre o tema “Animação Comunitária” apresentada pelas professoras Dr. ^a Ana Lopes e Dr. ^a Fátima Bento. - Sessão de perguntas e debate de ideias sobre o tema e o projeto apresentado.

	<p>(05-07-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Solicitar a participação de leitores presentes na plateia, com preferência intergeracional. - Leitura: capítulo I - Leitura: capítulo II - Fórum sobre os temas da leitura, fotografias e cantares relacionados. - Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio... <p>(11-07-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Leitura: capítulo II - Fórum de partilha sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias relacionadas. - Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio... <p>(12-07-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Leitura: capítulo III - Fórum de partilha sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias e gastronomia relacionada. - Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio... <p>(18-07-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Leitura: capítulo IV - Fórum de partilha sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias e danças relacionadas. - Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio... <p>(19-08-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Leitura: capítulo IV - Fórum de partilha sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias relacionadas. - Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...
<p>Metodologias e técnicas</p>	<p>Cultural, sensibilizadora, inclusiva e participativa. Fórum comunitário, Brainstorming, Fotovoice.</p>

Atividades		<i>Agir</i>
Local		Edifício da Escola Primária Salão de convívio Lameira
Data e Duração		(25-07-2020) das 21h às 23h (26-07-2020) das 16h às 18:30h (02-08-2020) das 11h às 21:30h Total: 15:00h
Recursos	Materiais	<ul style="list-style-type: none"> - 30 cadeiras - Mesa retangular - Videoprojector - Sistema sonoro (microfone e altifalante) - 2 candeeiros de escritório para leitura - 2 holofotes - 2 ventiladores - Cabo elétrico de 50m com ficha tripla - Almoço partilhado: <ul style="list-style-type: none"> Mobiliário do salão de convívio Louça e talheres do salão de convívio 2 rolos de papel para toalha de mesa 10 embalagens de guardanapos de papel 10 embalagens de copos de plástico 20 Garrafas (1,5lts) de Sumos 20 garrafas (1,5lts) coca-cola 20 garrafas (1,5lts) de água 5 garrafões (5lts) de vinho da aldeia 10 travessas de arroz doce 10 melões Outras frutas da aldeia - Ingredientes para cozer 20 pães no forno
	Humanos	<ul style="list-style-type: none"> - Animador Sociocultural - 2 assistentes de animação/moderação - Orador (Sr. João Paulo) - Jurista (Dr.^a Alda Ferreira) - Autor do livro “No Colo da Memória se Escreveu Amoreiras do Mondego” (Dr. Antónia Inácio Correia Nogueira) - Oradores convidados para o projeto - Elementos da associação de jogos tradicionais da Guarda - Todos os parceiros do projeto
	Financeiros	<ul style="list-style-type: none"> - 400 euros (porco no espeto) - 150 euros (bebidas) - 30 euros (guardanapos e copos) - 30 euros (ingredientes pão) - 30 euros (ingredientes arroz doce) - 50 euros (fruta) - 100 euros (grupo de concertinas)

		<ul style="list-style-type: none"> - 100 euros (associação jogos tradicionais da Guarda) - 110 euros (diversos) <p>Total: 1000 euros</p>
	<p>Apoios e Parcerias</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Câmara Municipal da Guarda - Junta de Freguesia de Sobral da Serra - Instituto Politécnica da Guarda - Comissão da igreja - Associação de jogos tradicionais da Guarda - Associação de Melhoramentos, Cultural, Recreativa e Desportiva da Velosa - Habitantes locais com maior dinâmica comunitária
<p>Descrição</p>		<p>(25-07-2020)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boas vindas! (Rui Cardoso) - Nesta fase de agir e com base no objetivo geral de criar uma associação, o Presidente da Associação de Melhoramentos Cultural Recreativa e Desportiva da Velosa (Sr. João Paulo), vem partilhar a sua experiência enquanto dirigente associativo e transmitir informações sobre dinâmicas de funcionamento, direitos e deveres dos associados. Estas informações devem orientar para o processo organizativo da associação e com o interesse expectável da população deve mobilizar as pessoas necessárias, designar responsáveis para levantar informações sobre a legalização da futura instituição e também para estudar a sua viabilidade económica e a necessidade de infraestrutura e recursos financeiros. <p>Escutar as pessoas e lançar o debate sobre o estado do edifício da escola e a sua possível rentabilização a favor da associação e da aldeia também está previsto.</p> <p>(26-07-2020)</p> <p>Criar uma assembleia de constituição abrindo assim uma etapa formal do processo de legalização da associação, na presença de todos os que se queiram associar. Nessa assembleia será escolhido o nome da Associação e a sede, também deve ser aprovado o Estatuto Social. Serão igualmente eleitos os representantes dos órgãos de direção (Conselho de Administração, Direção e Conselho Fiscal), para tal é fundamental a colaboração da Jurista (Dr.^a Alda Ferreira), nascida na aldeia.</p> <p>Após esta atividade remeter nos próximos dias a documentação para formalizar o registo de pessoas jurídicas no Cartório que permita à Associação realizar transações financeiras, contratos e possível</p>

	<p>contratação de colaboradores iniciando a fase pré-operacional.</p> <p>Neste dia após o encerramento da atividade, as pessoas serão convidadas a deslocarem-se ao salão de convívio como em dias anteriores, mas com a particularidade de poderem assistir e participar no amassar e cozer do pão no forno comunitário que acompanhará o almoço do próximo dia de atividades.</p> <p>(02-08-2020)</p> <p>O último dia de atividades do projeto “RUA” começa com uma missa solene na igreja em memória dos habitantes da aldeia falecidos ao longo de séculos de história.</p> <p>O almoço que se segue certamente permitirá o convívio da população da aldeia aproveitando a valiosa presença de emigrantes que nessa altura do ano possam estar presentes e de todos os parceiros envolvidos. Oportunamente terão lugar os discursos de encerramento e agradecimento a todos quantos apoiaram e participaram nas atividades ao longo do mês de julho. Durante a tarde não faltará animação musical e jogos tradicionais.</p>
Metodologias e técnicas	Fórum comunitário, Brainstorming, Fotovoice, Cultural, sensibilizadora, inclusiva, participativa.

Sino (Igreja de São João)

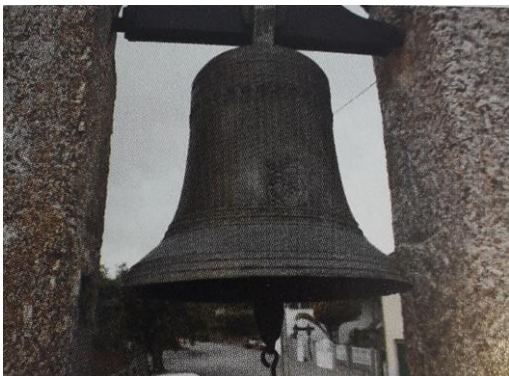


Imagem do livro (cantares de Natal)

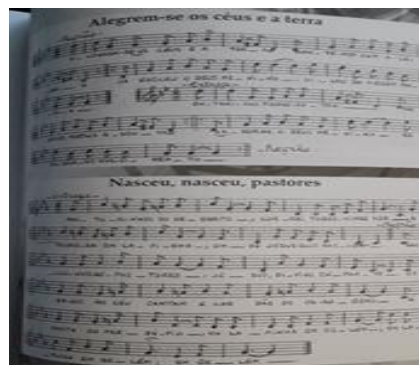


Imagem do livro (Festa Senhora da Graça)



Imagem do Livro (as pessoas)



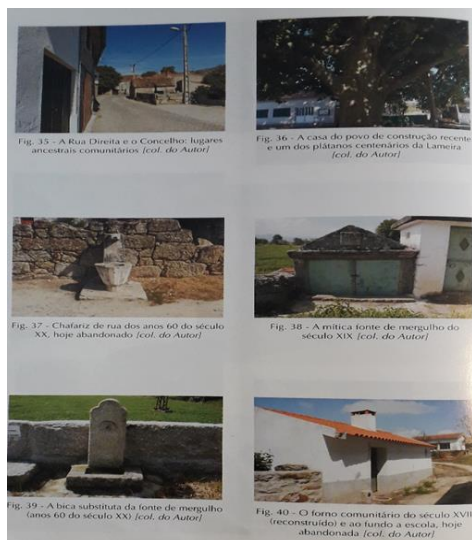
**Imagem do livro
(Túmulo da lendária Catrina)**



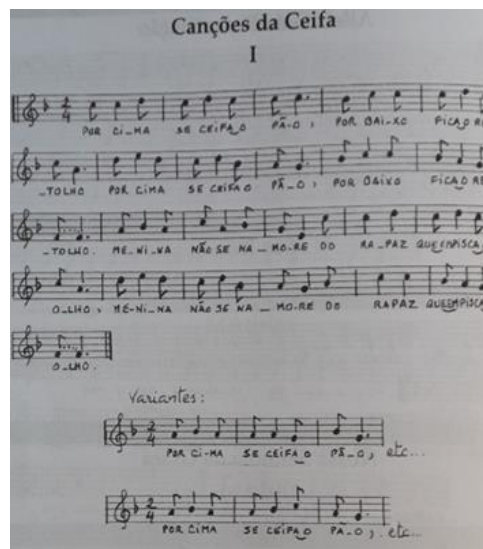
**Imagem do Livro
(danças e contradanças)**



**Imagem do Livro
(lugares vividos)**



**Imagem do livro
(cantares da ceifa)**



Interior da Escola



4 de julho de 2020

Horas	Atividades
21:00h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
21:15 h	- Discurso de boas vindas, apresentação do projeto pelo Animador (Rui Cardoso).
22:00 h	- Início da palestra pelas Professoras Dr. ^a Ana Lopes e Dr. ^a Fátima Bento (IPG), interagindo com o público sobre o tema e o projeto apresentado.
23:00 h	- Encerramento do primeiro dia de atividades.

05 de julho de 2020

Horas	Atividades
16:00 h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
16:15 h	- Solicitar a participação de leitores presentes na plateia, com preferência intergeracional - Início da leitura de excertos do livro e reflexões moderadas pelo animador. Leitura: capítulo I <u>Situação e vizinhanças.</u> (pág. 37, 38 e 39). Nas planuras revigoradas de um vale. Um vale entre fragões. <u>As raízes profundas de Amoreiras e do seu nome.</u> (pág. 59 e 60). Amoreiras: donde provém o nome desta terra? - Leitura: capítulo II <u>A Amoreiras e o seu património religioso.</u> (pág.71, 72, 73, 74, 75, 76 e 77). Um lugar devoto. Igreja de S. João. Uma igreja com significado. Uma igreja que infunde religiosidade. Sino da igreja de S. João. Capela de Nossa Senhora da Graça.
17:45 h	- Fórum sobre os temas da leitura, fotografias e cantares relacionados.
18:30 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

11 de julho de 2020

Horas	Atividades
21:00 h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
21:15 h	- Continuação da leitura de excertos do livro e reflexões moderadas pelo animador. Leitura: capítulo II <u>Algumas festas religiosas de Amoreiras.</u> (pág. 82, 83, 85, 98, 99, 100, 101, 102). Reavivo a minha memória. Natal. O grande evento: a festa da Senhora da Graça.
22:40h	- Fórum sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias e cantares relacionados.
23:00 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

12 de julho de 2020

Horas	Atividades
16:00 h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
16:15 h	- Continuação da leitura de excertos do livro e reflexões moderadas pelo animador. Leitura: capítulo III <u>Amoreiras: gentes, famílias, falares, usos e espaços de pertença íntimos.</u> (pág. 115, 116, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141). A lenda da mítica «Catrina». A habitação tradicional pobre e desconfortável. Na Amoreiras o acesso aos bens da modernidade chegou tarde. O embate emigratório e a mudança de paradigma na habitação de Amoreiras. Na Amoreiras as vestimentas ajustam-se á pobreza material. Na Amoreiras: da alimentação sóbria á gastronomia nobre. - Partilha de músicas, poemas, lendas da terra, topónimos, alcunhas e linguagens do povo descritas no livro.
18:30 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

18 de julho de 2020

Horas	Atividades
21:00 h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
21:15 h	- Continuação da leitura de excertos do livro e reflexões moderadas pelo animador. - Leitura: capítulo IV <u>Os Lugares vividos e as práticas de um imaginário comum.</u> (pág. 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153). O Conselho, A Taberna, O Forno, A Lameira e as danças e as contradanças - Fórum de partilha sobre os temas da leitura, visualização de fotografias e danças relacionadas.
23:00 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

19 de julho de 2020

Horas	Atividades
16:00 h	- Boas Vindas, recepção e acomodação dos participantes.
16:15 h	- Continuação da leitura de excertos do livro e reflexões moderadas pelo animador. Leitura: capítulo IV <u>A Escola e o recreio: também lugares com memória coletiva.</u> (pág. 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161). <u>Amoreiras do Mondego: Lides e profissões.</u> (pág. 164, 165, 166, 167, 168, 169). - Fórum de partilha sobre os temas da leitura e apresentação de fotografias e objetos relacionados.
18:30 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

25 de julho de 2020

Horas	Atividades
21:00 h	- Recepção e acomodação dos participantes.
21:15 h	- Início da Palestra com o Presidente da Associação de Melhoramentos Cultural Recreativa e Desportiva da Velosa.
22: 00 h	- Debate de ideias sobre a constituição de uma associação e possível rentabilização do edifício da escola
23:00 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio...

26 de julho de 2020

Horas	Atividades
16:00 h	- Recepção e acomodação dos participantes.
16:15 h	- Intervenção e moderação do Animador (Rui Cardoso) e da Jurista (Dr. ^a . Alda Ferreira), para esclarecer dúvidas e iniciar processo formal de criação da associação. Criar uma assembleia de constituição abrindo assim uma etapa formal no processo de legalização na presença de todos os que se queiram associar. Nessa assembleia será escolhido o nome da Associação e a sede, além de ser aprovado ainda o Estatuto Social, serão igualmente eleitos os representantes dos órgãos de direção (Conselho de Administração, Direção e Conselho Fiscal). Após esta atividade remeter nos próximos dias a documentação para formalizar o registo de pessoas jurídicas no Cartório que permita à Associação realizar transações financeiras, contratos e possível contratação de colaboradores iniciando a fase pré-operacional.
18:30 h	- Encerramento e convite a conversas informais no bar do salão de convívio e preparação do espaço para o último dia de atividades.

02 de agosto de 2020

Horas	Atividades
11:00 h	- Missa solene em memoria dos habitantes da aldeia falecidos ao longo de séculos de história.
13:00 h	- Almoço partilhado (porco no espeto). Pão, bola de carne e azeite confeccionados no forno comunitário. Vinho da aldeia Arroz doce e fruta da aldeia.
15:15 h	- Discursos de agradecimento e Encerramento do projeto - Órgãos de direção da futura associação - Autor do livro “No Colo da Memoria se Escreveu Amoreiras do Mondego” (Dr. António Nogueira) - Instituto Politécnico da Guarda (Dr. ^a Ana Lopes e Dr. ^a Fátima Bento) - Presidente da Junta de Freguesia (Sr. Armando Duarte) - Presidente da Camara Municipal da Guarda (Dr. Carlos Chaves Monteiro)
16:00 h	- Animação musical com o grupo de concertinas do Fornotelheiro, - Jogos tradicionais (malha, cabra-cega, péla-á-parede, anelzinho, padre-nosso, etc).