

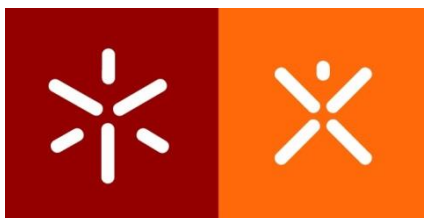


**Ação Social Solidária: Caminhos de Educação
de Adultos e Intervenção Comunitária**

Andreia de Abreu Pereira

Universidade do Minho
Instituto de Ciências Sociais





Universidade do Minho

Instituto de Educação

Andreia de Abreu Pereira

**Ação Social Solidária: Caminhos de Educação de
Adultos e Intervenção Comunitária**

Relatório de Estágio

Metrado em Educação

Área de Especialização em Educação de Adultos e
Intervenção Comunitária

Trabalho efetuado sob a orientação do

Professor Doutora Manuel Gonçalves Barbosa

Outubro de 2013

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA DISSERTAÇÃO APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE;

Universidade do Minho, ___/___/_____

Assinatura: _____

Agradecimentos

O presente relatório representa a concretização de um objetivo académico, o qual não seria possível sem o apoio e colaboração de diversas pessoas que, direta ou indiretamente, contribuíram para a concretização desta etapa, a quem apresento os mais sinceros agradecimentos.

Ao professor Doutor Manuel Barbosa pela orientação, dedicação, apoio e disponibilidade demonstrada no decorrer de todo o processo de estágio.

À Câmara Municipal de Esposende pela possibilidade de realização do estágio na Instituição.

À Dra. Azira Maciel, minha acompanhante de estágio, pelo óptimo acolhimento na Instituição, por toda a disponibilidade e cooperação, pelos conhecimentos transmitidos e pelo apoio incondicional durante toda esta etapa.

Aos colegas da Câmara Municipal de Esposende que colaboraram na concretização deste projeto e aos colaboradores das instituições com as quais foram realizadas parcerias. A todos o meu muito obrigada pelo apoio e ajuda realizada.

A todos os participantes do presente projeto, sem os quais nada seria possível. Serão todos recordados com muito carinho.

À minha família, por me proporcionarem esta oportunidade e por todo o apoio e contributo na concretização deste objetivo.

À Sandra, à Flávia e ao Nuno pelo seu contributo na concretização deste projeto.

Ao Miguel por todo o apoio incondicional e pela força e inspiração transmitida.

Por último, agradeço a todos os meus amigos e familiares por todo o apoio demonstrado.

Ação Social Solidária: Caminhos de Educação de Adultos e Intervenção

Comunitária

Andreia de Abreu Pereira

Relatório de Estágio

Mestrado em Educação – Educação de Adultos e Intervenção Comunitária

Universidade do Minho

2013

RESUMO

O presente relatório reporta-se a uma investigação/intervenção no âmbito de um estágio profissionalizante referente ao Mestrado em Educação, Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, do Instituto de Educação da Universidade do Minho. O relatório apresenta e avalia o projeto “Ação Social Solidária: Caminhos de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária” que decorreu no Serviço de Ação Social da Câmara Municipal de Esposende, tendo como público-alvo diversos segmentos populacionais da comunidade desse concelho. O projeto teve como objetivos gerais a promoção da Educação ao Longo da Vida, o melhoramento das condições de vida dos munícipes e a dinamização da Loja Social Rede Solidária de Esposende.

A Educação de Adultos é uma necessidade premente na sociedade de hoje, na medida em que esta se encontra em constante mutação. Face às exigências da sociedade atual, as populações precisam de dar respostas às mesmas, sob pena de exclusão social. O modelo educativo tradicional deixa de ser suficiente para acompanhar as mudanças emergentes, tornando-se essencial a promoção de uma aprendizagem permanente, desenvolvida ao longo de toda a vida. A Educação ao Longo da Vida pode dar-se tanto dentro como fora do sistema educativo formal, podendo dar-se na escola, em família ou mesmo em comunidade. O projeto aliou a Educação de Adultos à Intervenção Comunitária e utilizou como método de investigação/intervenção a investigação-ação-participativa, dado ter apostado, desde o primeiro instante, na transformação participada de situações- problemas tanto individuais quanto coletivas.

Solidary Social Work: Paths of Adult Education and Community Intervention

Andreia de Abreu Pereira

Professional Practice Report

Master in Education – Adult Education and Community Intervention

University of Minho

2011

ABSTRACT

The following report is part of a research/intervention within a professional traineeship from the Master's degree in Education, specialization in Adult Education and Community Intervention of the Institute of Education at the University of Minho. The report presents and evaluates the project "Solidary Social Work: Paths of Adult Education and Community Intervention" held at the Department of Social Action of the City Hall of Esposende. The target audiences of the project were several population segments of the community of Esposende. The project aimed to promote (the) Lifelong Learning, to improve the living conditions of the citizens and also to boost the Solidarity Network Social Store at Esposende.

Adult Education is a pressing need in today's society once it is constantly changing. In line with the needs of modern society, the population needs to attend these needs lest they don't suffer from social exclusion. The traditional model of education is no longer enough to keep up with the emerging changes, making it essential to promote a permanent learning, developed throughout life. The Lifelong Learning can happen both inside and outside the formal education system, and may happen in schools, within the family or even in the community. The project combined Adult Education and Community Intervention and used the participatory action research as a research/intervention method given that, since the first moment, it relies on a participated transformation of situations and problems both individual and collective.

Índice

Agradecimentos	iii
RESUMO.....	v
ABSTRACT	vii
Índice de Gráficos.....	xi
Índice de Figuras	xv
1. Introdução.....	1
2. Enquadramento Contextual do Estágio	5
2.1. Caraterização da Instituição de Estágio.....	5
2.2. Integração na Instituição	10
2.3.Caraterização do público-alvo: diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas .	13
2.3.1. Caraterização do público-alvo.....	13
2.3.2. Diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas	16
2.4.Área de intervenção e problemática.....	19
3.Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio	23
3.1.Investigações e intervenções na área e na problemática do estágio.....	23
3.2.Referentes teóricos	28
3.2.1. Ação Social Municipal	28
3.2.2. O envelhecimento	34
3.2.3. A Animação	38
3.2.4. A Educação de Adultos e a sua importância na sociedade atual	40
3.3. Identificação de contributos teóricos no âmbito da intervenção.....	42
4. Enquadramento Metodológico do Estágio	47
4.1.Objetivos de investigação/intervenção.....	47
4.2.Apresentação e fundamentação metodológica.....	49
4.2.1. Paradigma de intervenção/investigação	49
4.2.2. Seleção dos métodos da Intervenção/ Investigação	50
4.2.3. Seleção das Técnicas da Intervenção/ Investigação	52
4.3.Recursos mobilizados e limitações do processo	59
4.3.1 Recursos mobilizados	59
4.3.2. Limitações do Processo.....	61
5. Descrição, Discussão e Avaliação das Atividades de Estágio	63
5.1.Descrição das atividades de estágio.....	63

5.1.1. Intervenção Familiar	63
5.1.2. Dinamização da Loja Social	72
5.1.3. Atividades de Ocupação de Tempos Livres	75
5.1.4. Visitas domiciliárias e Realização de Pareceres Sociais	79
5.1.5. Diagnóstico Social do Concelho de Esposende	79
5.1.6. Promoção do Voluntariado	80
5.2. Atividades planeadas mas não realizadas	81
5.3. Discussão e avaliação dos resultados	82
6. Considerações Finais.....	99
6.1. Os resultados numa perspetiva crítica	99
6.2. Implicação do estágio a nível pessoal, institucional e a nível de conhecimentos para a Área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.....	100
7. Bibliografia	103
7.1. Bibliografia Referenciada.....	103
7.2. Bibliografia Consultada.....	104
7.2. Webgrafia Referencia	105
7.3. Documentos Da Instituição.....	105
Anexos	107
Anexo I – PowerPoint Ação de Formação “Comer Bem e Barato”	109
Anexo II – Fluxogramas realizados na Loja Social	115
Anexo III – Apresentação da Loja Social em <i>Layout</i>	119
Anexo IV – Fotografias das Atividades	125
Apêndices.....	131
Apêndice I – Autorização da Instituição	133

Índice de Gráficos

Gráfico nº 1 – <i>Como avalia a importância do assunto abordado?</i>	88
Gráfico nº 2 – <i>Como avalia a calendarização desta formação?</i>	89
Gráfico nº 3 – <i>Como avalia os horários desta formação?!</i>	89
Gráfico nº 4 – <i>Como avalia o tempo de duração desta formação ?</i>	89
Gráfico nº 5 – <i>Como avalia a localização da formação?</i>	90
Gráfico nº 6 – <i>Como avalia a sala da formação?</i>	90
Gráfico nº 7 – <i>A linguagem utilizada pela formadora foi clara/ adequada</i>	90
Gráfico nº 8 – <i>A formação foi organizada de forma coerente/ adequada?</i>	91
Gráfico nº 9 – <i>Os tópicos abordados corresponderam às suas expectativas?</i>	91
Gráfico nº 10 – <i>No geral, como avalia a iniciativa?</i>	91
Gráfico nº 11 – <i>De todos os assuntos abordados, qual lhe chamou mais a atenção?</i>	92
Gráfico nº 12 – <i>Considera pertinente a organização de mais formações na Loja Social Rede Solidária?</i>	92
Gráfico nº 13 – <i>Considera que as atividades realizadas foram interessantes?</i>	94
Gráfico nº 14 – <i>A atitude das monitoras foi adequada?</i>	95
Gráfico nº 15 – <i>De todas as atividades realizadas, qual considerou mais interessante</i>	95
Gráfico nº 16 – <i>Como avalia o passeio?</i>	96
Gráfico nº 17 – <i>No geral, como avalia a atividade?</i>	96

Índice de Tabelas

Tabela nº 1 – Famílias Clássicas	13
Tabela nº 2 – Idades dos participantes da investigação “A importância da dimensão lúdica no desempenho cognitivo em idosos institucionalizados”	26
Tabela nº 3 – Objetivos Gerais e Específicos do projeto de estágio	48
Tabela nº 4 – Técnicas de Investigação e de Intervenção	53
Tabela nº 5 – Recursos Materiais.....	59
Tabela nº 6 – Recursos Humanos.....	60

Índice de Figuras

Figura 1 – Organigrama da Instituição de Estágio	6
Figura 2 – Esquema da Investigação-ação-participativa	51
Figura 3 – Cartaz de avaliação dos participantes no “Vamos de Férias”	94

1. Introdução

O presente trabalho insere-se no âmbito do estágio profissionalizante, referente ao 2º ano do Mestrado em Educação, Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, do Instituto de Educação da Universidade do Minho. O estágio realizou-se na Câmara Municipal de Esposende, mais concretamente na Divisão de Desenvolvimento Social, no Serviço de Ação Social.

A Instituição de estágio foi escolhida com base em diversos fatores. Primeiramente, por se tratar de uma Câmara Municipal e à partida os eixos de intervenção serem bastante variados, considerei ser uma grande mais-valia para mim poder usufruir de experiências em diversas áreas. Pessoalmente, tenho um gosto especial pela área da intervenção familiar e saber que a Câmara Municipal de Esposende atua nessa área foi decisivo para a minha escolha.

O projeto intitula-se “Ação Social Solidária: Caminhos de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária” e tem como público-alvo diversos segmentos populacionais da comunidade do concelho de Esposende. São objetivos gerais do projeto a promoção da Educação ao Longo da Vida, o melhoramento das condições de vida dos munícipes e a dinamização da Loja Social Rede Solidária de Esposende. Estes objetivos gerais subdividem-se em diversos objetivos específicos, nomeadamente, promover a aquisição de competências a nível de organização, higiene e segurança habitacional a famílias desfavorecidas bem como promover a sua autonomia e participação, facilitar o acesso à informação aos utentes da Loja Social Rede Solidária, desenvolver *Workshops/Formações* na Loja Social Rede Solidária, definir procedimentos do sistema de qualidade e divulgar a mesma, realizar atividades de Ocupação de Tempos Livres, dinamizar atividades de Estimulação Cognitiva com idosos, realizar o Diagnóstico Social do Concelho de Esposende, realizar visitas domiciliárias e posteriores pareceres sociais para isenção de taxas municipais, promover o voluntariado e, por último, a realização de trabalho administrativo no Serviço de Ação Social. A escolha do título advém do facto do projeto abordar diversas áreas distintas, contudo, todas elas se relacionam com questões solidárias e sempre numa ótica de Educação de Adultos e/ou Intervenção Comunitária.

Este projeto incide um pouco por vários eixos do Serviço de Ação Social. Incide na Rede Social através da Loja Social Rede Solidária, no eixo da Intervenção Familiar Integrada onde serão acompanhadas duas famílias visando melhorar as suas condições de vida e satisfazer as suas necessidades do momento, no eixo do Voluntariado onde se pretende incentivar a prática

do voluntariado mas sobretudo, a divulgação das possibilidades disponíveis, ou seja, quais as instituições do concelho que dispõem da possibilidade de praticar voluntariado bem como o que é necessário fazer para ser voluntário. O projeto passa ainda pelo Serviço de Juventude que pertence igualmente à Divisão de Desenvolvimento Social, através de algumas atividades de Ocupação dos Tempos Livres.

Tendo em conta os vários eixos por onde o projeto incide, o público-alvo deste é também bastante heterogéneo, tanto a nível de idades como a nível de características pessoais.

A Educação de Adultos é uma necessidade premente na sociedade de hoje, na medida em que esta se encontra em constante mutação. Face às exigências da sociedade atual, as populações precisam de dar respostas às mesmas, sob pena de exclusão social. O modelo educativo tradicional deixa de ser suficiente para acompanhar as mudanças emergentes, tornando-se essencial a promoção de uma aprendizagem permanente, desenvolvida ao longo de toda a vida. A Educação ao Longo da Vida pode dar-se tanto dentro como fora do sistema educativo formal, podendo dar-se na escola, em família ou mesmo em comunidade. O presente projeto aliou a Educação de Adultos à Intervenção Comunitária e utilizou como método de investigação/intervenção a investigação-ação-participativa, dado ter apostado, desde o primeiro instante, na transformação participada de situações- problemas tanto individuais quanto coletivas. O papel do educador comunitário para o desenvolvimento das comunidades consiste em incentivar e sensibilizar as pessoas para a participação nos projetos que considerem relevantes para a sua emancipação e qualidade de vida. Este não vem resolver os problemas das populações, mas sim ajudá-las a resolvê-los, numa tentativa de emancipação. Quando em intervenção, o educador deve despir-se por completo de todos os seus preconceitos e representações estereotipadas relativamente aos diferentes grupos étnicos, regiões, país, cultura, raça, etc. Este aspeto é completamente fundamental, e significativo para o sucesso ou insucesso da intervenção.

O presente trabalho encontra-se estruturado em cinco capítulos, para além da Introdução, Referências Bibliográficas e Anexos. No primeiro capítulo é apresentado o Enquadramento Contextual do Estágio, designadamente a caracterização da Instituição de Estágio, a integração na Instituição, a caracterização do público-alvo, assim como o diagnóstico dos seus interesses, necessidades e expectativas e, por fim, a área de intervenção e a problemática do estágio. No segundo capítulo, referente ao Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio, apresenta-se primeiramente a referência a outras investigações e

intervenções na área e na problemática do estágio, de seguida são abordados alguns referentes teóricos relacionados com a mesma e, num último momento, são identificados em jeito de reflexão os contributos teóricos no âmbito da intervenção. O terceiro capítulo, concernente ao Enquadramento Metodológico do Estágio, dá a conhecer os objetivos da investigação/intervenção, a sua fundamentação teórica e os recursos mobilizados e limitações do processo. O quarto capítulo reporta para a Descrição, Discussão e Avaliação das Atividades de Estágio. Por fim, no quinto capítulo são efetuadas as considerações finais, abordando-se os resultados numa perspetiva crítica e a implicação do estágio a nível pessoal, institucional e a nível de conhecimentos para a Área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

2. Enquadramento Contextual do Estágio

Neste tópico será apresentada a caracterização da instituição de estágio onde o projeto “Ação Social Solidária: Caminhos de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária” decorreu, bem como o processo inerente à integração na mesma. Será apresentado ainda a caracterização do público-alvo, bem como o diagnóstico dos seus interesses, necessidades e expectativas, cruciais para a concretização do projeto. Por último, será abordada a Educação de Adultos e Intervenção Comunitária enquanto área de intervenção e problemática na qual o projeto incidiu.

2.1. Caracterização da Instituição de Estágio

Câmara Municipal de Esposende

O Município de Esposende situa-se no Norte do país, na região do Minho e pertence ao Distrito de Braga. Este é constituído por 15 freguesias, sendo elas: Antas, Apúlia, Belinho, Curvos, Esposende, Fão, Fonte Boa, Forjães, Gandra, Gemeses, Mar, Marinhas, Palmeira de Faro, Rio Tinto e Vila Chã. O concelho de Esposende tinha, no ano de 2011, 34.254 habitantes.

Uma Câmara Municipal é uma entidade da divisão administrativa do país, com personalidade própria e alguma autonomia administrativa. Estas entidades encontram-se mais próximas das pessoas e dessa forma conhecem melhor os seus problemas e as suas necessidades.

A Câmara Municipal de Esposende é constituída por 8 Divisões, sendo elas a Divisão Administrativa e de Recursos Humanos, Divisão de Serviços Financeiros, Divisão de Obras Municipais, Divisão de Gestão Urbanística, Divisão de Planeamento e Desenvolvimento, Divisão de Serviços Gerais, Divisão de Desenvolvimento Social, Divisão de Cultura e Turismo e Divisão de Serviços de Apoio.

Organigrama

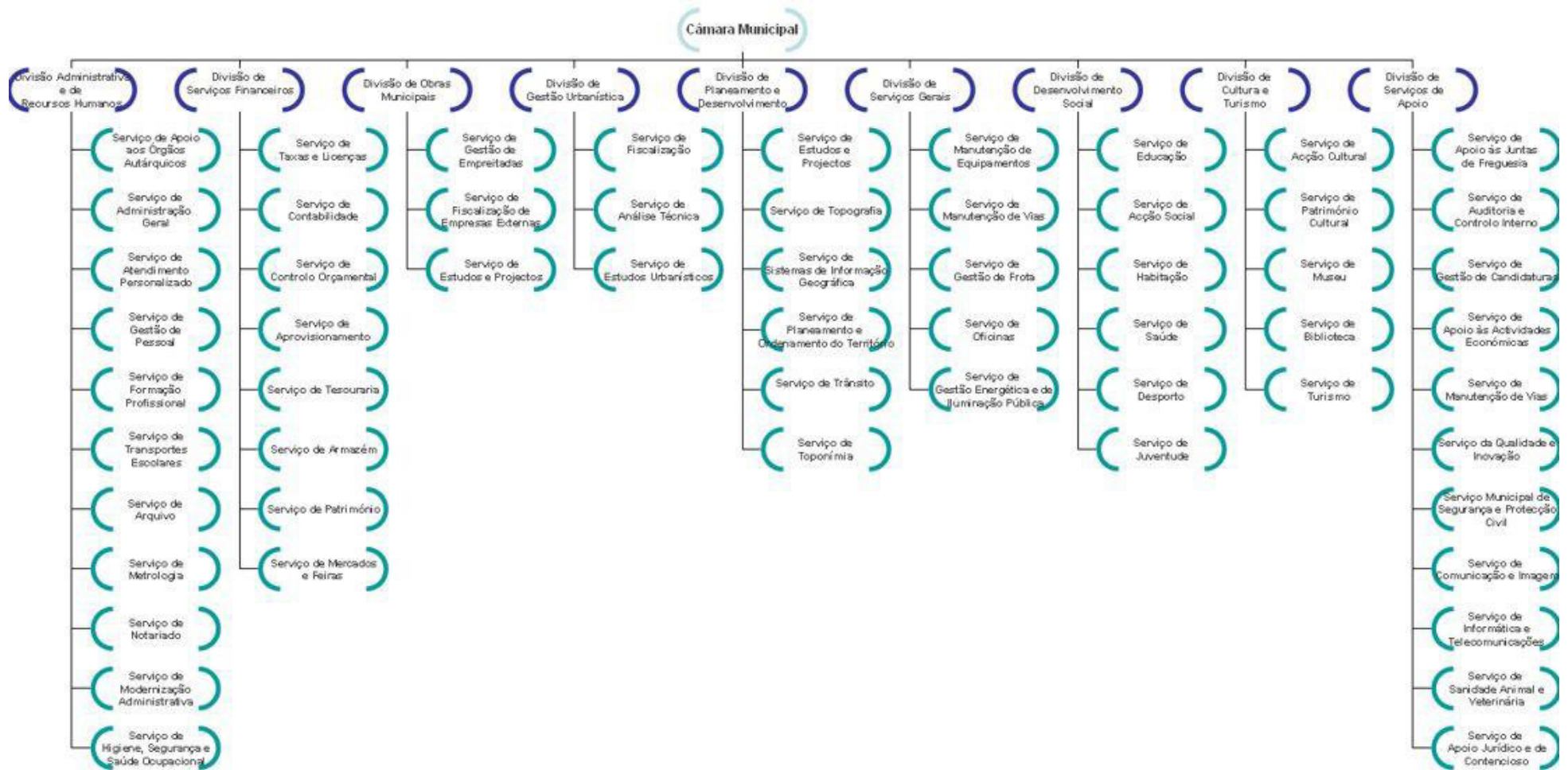


Figura 1 – Organigrama da Instituição de Estágio

Serviço de Ação Social

Como podemos verificar no Organigrama, o Serviço de Ação Social insere-se na Divisão de Desenvolvimento Social.

Imbuídos do espírito de agir nas causas e não apenas nas consequências, foi criado no desenvolvimento da intervenção da Rede Social, o Projeto Concelhio de Luta Contra a Pobreza e a Exclusão Social (PCLCPE), criado no âmbito Plano de Desenvolvimento Social (PDS). *“Pretende-se que as estratégias de combate aos fenómenos da pobreza e exclusão social sejam entrecruzadas com a actuação de todo um leque de agentes envolvidos em determinados projetos de base local”* (PCLCPE).

O Serviço de Ação Social assume-se deste modo como um dos agentes contribuidores para a dinamização do Projeto Concelhio de Luta Contra a Pobreza e à Exclusão Social, delineando para tal, um esquema de eixos de intervenção planificados:

▪ Intervenção Familiar Integrada

A Intervenção Familiar tenciona abranger todas as áreas da família (emprego, saúde, educação, entre outros) desenvolvendo para tal metodologias integradas, transmitindo à família uma sensação de segurança e intervenção efetiva.

A Intervenção Familiar Integrada tem como principais objetivos os seguintes:

- Informar, orientar e encaminhar;
- Assegurar o acompanhamento social dos cidadãos/famílias no desenvolvimento das suas potencialidades, que possibilitem a construção de um projeto de vida;
- Apoiar, através de metodologias ativas, cidadãos/famílias em situação de dificuldade e/ou emergência social;
- Mobilizar recursos adequados à progressiva autonomia pessoal, social e profissional;
- Contribuir para a criação de condições que possibilitem aos cidadãos, o exercício pleno do seu direito de cidadania;
- Potenciar situações de inclusão.

▪ Igualdade de Oportunidades

Neste eixo de intervenção estão inseridos quatro espaços.

“Bem Me Querem” trata-se de um espaço de atendimento à vítima de violência doméstica que tem como objetivos o atendimento e acompanhamento psicossocial das vítimas; Proporcionar-lhes respostas em situações de crise e emergência; Disponibilizar às vítimas todo o

tipo de informação que lhes possam ser úteis; Acompanhar e / ou encaminhar as vítimas de violência doméstica no sentido da construção de um novo projeto de vida afastado da violência; Desenvolver ações de sensibilização sobre a violência doméstica destinadas à comunidade em geral e às entidades locais.

A **Conselheira Local para a Igualdade** tem como papel central a eliminação de estereótipos de género e a promoção da cidadania através da elaboração e desenvolvimento de planos municipais para a igualdade.

O **Gabinete de Apoio ao Emigrante** atua no acolhimento e integração dos cidadãos que decidem regressar ao seu país de origem, nomeadamente, neste caso, ao Concelho de Esposende.

O **Serviço de Atendimento e Apoio Social para Pessoas com Deficiência Visual e seus familiares** proporciona o atendimento e apoio às pessoas com deficiência visual e familiares, do concelho de Esposende, de forma a desenvolver condições locais facilitadoras para uma plena inclusão e cidadania ativa destes munícipes.

▪ **Habitação**

O Município de Esposende através do recurso a programas promovidos pelo Instituto Nacional de Habitação (INH), pelos Projetos de Luta contra a Pobreza e por iniciativa própria através da venda de terrenos para autoconstrução, elabora projetos de construção de habitação e isenção de taxas de licenciamento à população mais desfavorecida do concelho.

O realojamento habitacional procedeu-se em dois regimes de ocupação, nomeadamente a aquisição e o arrendamento social.

Terceira idade

O Município de Esposende fomenta uma política ativa para a Terceira Idade com a finalidade de promover a qualidade de vida da comunidade idosa e contribuir para um envelhecimento ativo. Privilegia o trabalho em parceria com as instituições particulares de solidariedade social, juntas de freguesia, entre outras instituições locais - públicas ou privadas -, no sentido de potenciar a implicação dos diferentes atores sociais nas atividades levadas a cabo por esta edilidade.

▪ **Voluntariado**

A Câmara Municipal de Esposende na ótica da promoção do desenvolvimento local, implementou o Banco Local de Voluntariado no concelho, com a finalidade de promover uma

cidadania ativa e solidária contribuindo para agregar instituições e pessoas num bem comum, pretendendo ser o elo de ligação entre os voluntários e as instituições que disponibilizam oportunidades de enquadramento a práticas de solidariedade social.

O Banco Local de Voluntariado em Esposende assume-se como um espaço de encontro entre pessoas que expressam vontade de ser voluntárias e instituições promotoras que reúnam condições de integrar voluntários.

Objetivos:

- Promover o encontro entre a oferta e procura de voluntários e instituições;
- Sensibilizar as pessoas para o voluntariado;
- Divulgar programas e oportunidades de voluntariado;
- Contribuir para o aprofundamento do conhecimento do voluntariado;
- Acolher candidaturas de pessoas interessadas em fazer voluntariado e encaminhá-las para instituições promotoras de voluntariado;
- Disponibilizar ao público informações sobre o voluntariado;

▪ Rede social

É uma medida de política social que assenta no trabalho de parceria alargada, efetiva e dinâmica e visa o planeamento estratégico da intervenção social local, que articula a intervenção dos diferentes agentes locais para o desenvolvimento social. A Rede Social pretende constituir uma parceria entre entidades públicas e privadas, atuando nos mesmos territórios, baseada na igualdade entre os parceiros, no respeito pelo conhecimento, pela identidade, potencialidades e valores intrínsecos de cada um, na partilha, na participação e na colaboração, com vista à consensualização de objetivos, à concertação das ações desenvolvidas pelos diferentes agentes locais e à otimização dos recursos endógenos e exógenos ao território.

A Rede Social é uma plataforma de articulação de diferentes parceiros públicos e privados que tem por objetivos:

- Combater a pobreza e a exclusão social e promover a inclusão e coesão sociais;
- Promover o desenvolvimento social integrado;
- Promover um planeamento integrado e sistemático, potenciando sinergias, competências e recursos;
- Contribuir para a concretização, acompanhamento e avaliação dos objetivos do Plano Nacional de Ação para a Inclusão (PNAI);

- Integrar os objetivos da promoção da igualdade de género, constantes do Plano Nacional para a Igualdade (PNI), nos instrumentos de planeamento;
- Garantir uma maior eficácia e uma melhor cobertura e organização do conjunto de respostas e equipamentos sociais ao nível local;
- Criar canais regulares de comunicação e informação entre os parceiros e a população em geral.

- **Loja social rede solidária**

No âmbito da Rede Social, foi criada a Loja Social Rede Solidária onde se integram instituições particulares de solidariedade social. Esta define-se como uma rede de partilha e solidariedade de toda a comunidade, constituindo-se como um complemento à intervenção social, rentabilizando os recursos disponibilizados, eliminando sobreposições na intervenção, e permitindo um melhor planeamento entre serviços e entidades.

A Loja Social Rede Solidária tem como objetivos:

- Promover e contribuir para a melhoria das condições de vida das famílias socialmente mais carenciadas, através da atribuição de bens;
- Apresentar-se como um complemento à intervenção social, dirigido a famílias carenciadas do concelho;
- Potenciar a responsabilidade cívica e comunitária das famílias carenciadas, procurando a sua integração em programas de serviço comunitário em entidades concelhias;
- Sensibilizar a comunidade para a responsabilidade social.

- **Parcerias**

O serviço de Ação Social da Câmara faz parceria com os seguintes serviços:

- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Esposende.
- Comissão Local de Acompanhamento do Rendimento Social de Inserção.

2.2. Integração na Instituição

Após o envio de solicitação por escrito, dirigida ao Presidente da Câmara Municipal de Esposende, para realização de estágio na instituição, foi-me agendada uma reunião com a Vereadora de Educação. Nesta reunião, foram debatidos quais os meus interesses e preferências

relativamente à área onde gostaria de desenvolver o meu estágio, tendo como opção o Serviço de Ação Social ou Serviço de Educação. Foi-me explicado brevemente quais as áreas de intervenção de cada serviço, bem como o tipo de trabalho realizado.

Embora ambas as áreas me parecessem interessantes a nível de crescimento profissional e pessoal, e ambas se adequassem a uma intervenção no âmbito de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, optei pelo Serviço de Ação Social pelos seguintes motivos: possibilidade de intervenção em áreas mais diversificadas; experiência com público-alvo mais heterogéneo; possibilidade de atuar na área de intervenção familiar integrada, sendo que é das áreas que mais interesse me desperta enquanto profissional e na qual desejo trabalhar no futuro. Para além dos motivos já mencionados, também contribuiu significativamente para a minha decisão o facto de a Vereadora mencionar ser este o serviço com maior necessidade de intervenção no momento.

Posteriormente, foi-me dada a confirmação da possibilidade de estágio por e-mail, bem como o contacto telefónico da responsável do Serviço de Ação Social, que seria minha acompanhante de estágio. Efetuei uma primeira abordagem telefónica com a mesma, na qual ficou definido apresentar-me ao estágio na primeira semana de Outubro.

No meu primeiro dia de estágio, e primeiro contacto com a minha acompanhante, a impressão que retirei foi bastante positiva. Senti um grande apoio por parte da mesma, que começou por me apresentar o funcionamento de todo o Serviço de Ação Social, bem como os técnicos que lá trabalham. Neste dia foram ainda discutidas algumas possibilidades de intervenção, não tendo ficado nada definido.

Para uma completa integração numa instituição, é fundamental conhecer um pouco dos seus valores, dinâmicas, objetivos e projetos desenvolvidos. Por esse motivo, para além das conversas informais que fui mantendo com os técnicos, os meus primeiros dias foram principalmente dedicados à leitura de documentação (Diagnóstico Social do Concelho de Esposende; Carta Social de Esposende 2012; Plano de Desenvolvimento social 2008/2013; Projeto Concelhio de Luta Contra a Pobreza e Exclusão Social).

A minha integração na instituição foi-se dando de forma gradual e sem grandes dificuldades. Esporadicamente, fui convidada pela minha acompanhante a presenciar reuniões nas quais estavam presentes técnicos de outros serviços da Câmara Municipal, de forma a ter uma maior consciência do seu funcionamento e, também, de forma a conhecer os restantes colegas.

Gradualmente fui contactando com os vários eixos da Câmara, acompanhando a minha acompanhante de estágio em algumas das suas atividades de trabalho. Ter a possibilidade de observar a sua intervenção foi algo que considerei bastante educativo para mim como profissional, pois deu-me uma maior consciência do verdadeiro trabalho efectuado na instituição. Foi através destes acompanhamentos, que conheci umas das famílias com a qual vim a trabalhar posteriormente, e também, que aprendi como efetuar as visitas de diagnóstico social, visitas essas que realizei sozinha mais tarde.

As primeiras sugestões de intervenção, por parte da minha acompanhante de estágio, estavam mais direcionadas para a área da investigação, tais como a elaboração do “Diagnóstico Social de Esposende – 2012” ou um estudo acerca do público-alvo da Loja Social Rede Solidária. Embora não tendo descartado estas sugestões, tendo de facto vindo a trabalhar nestas áreas, havia a necessidade de encontrar áreas nas quais pudesse realmente intervir/atuar. Nesse sentido, foi-me então sugerido pela minha acompanhante, a dinamização da Loja Social, pois tratava-se de um projeto recente com muito potencial por onde explorar. Foi também proposto por mim, atuar a nível da intervenção familiar.

Mais tarde, foi-me ainda indicada a possibilidade de monitorizar um grupo de crianças, num programa de férias organizado pela instituição.

Por uns momentos senti-me bastante confusa e desorientada, não conseguindo encontrar um “tema” no qual pudesse efetuar a minha intervenção, pois não tinha um público-alvo nem uma área de atuação fixa. Nestes momentos o apoio do orientador de estágio foi muito importante, tendo-me orientado para uma intervenção diversificada seguindo um tema mais abrangente, tal como a Educação de Adultos e Intervenção Comunitária o é.

Durante o decorrer de todo o estágio, considero ter sempre existido uma forte entreajuda entre a estagiária e a Instituição. Por parte da instituição, pela disponibilidade demonstrada no esclarecimento de dúvidas, pela facultação de informações e material sempre que necessário, pela facilitação da ligação com instituições com as quais efetuei parcerias e sobretudo pelo apoio demonstrado na execução de todo o projeto. Por outro lado, todo o trabalho que efetuei na instituição foi feito com o maior empenho e dedicação, demonstrando sempre disponibilidade para colaborar com qualquer atividade que me fosse proposta e evidenciando interesse na melhoria de serviços, colaborando com algumas ideias.

Pela instituição foram passando ainda algumas estagiárias, com as quais sempre tive boa relação e com as quais desenvolvi algumas atividades em conjunto

2.3.Caraterização do público-alvo: diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas

2.3.1. Caraterização do público-alvo

Este projeto tem como público-alvo a comunidade, ou seja, os habitantes em geral do Município de Esposende.

No que concerne à idade dos Municípes, verifiquei que dos 34.254 habitantes 16,5% têm entre 0 a 14 anos, 12,4% entre os 15 e os 24 anos, 56,3% entre os 25 e os 64 anos e 14,8% com 65 ou mais anos. Como podemos verificar, o Município tem como população maioritária jovens adultos e adultos, contudo ainda assim possui uma percentagem significativa de crianças, jovens e idosos.

Como podemos confirmar na Tabela Abaixo, o Tipo de Famílias Clássicas mais comum no concelho de Esposende são os casais com filhos, estando 39,6% das famílias nesta condição (Dados temporários de Recenseamento Geral 2011).

Famílias Clássicas	Percentagem
1 Pessoa	17,7 %
Casal sem Filhos	23,0 %
Casal com Filhos	39,6 %
Família Monoparentais	8,8 %
Outros	10,9%

Tabela 1. Famílias Clássicas

No ano de 2010, 114 famílias beneficiavam de Rendimento Social de Inserção.

Segundo o último Recenseamento Geral da População e Habitação publicado (2001) a Taxa de Abandono Escolar do Município estava nos 3,1 %, um pouco acima da média do país (2,79%). Já no que diz respeito à Taxa de Analfabetismo, o valor encontrava-se abaixo da média do país, estando nos valores 7,3% para os 9,03% nacionais.

Relativamente à Taxa de desemprego, esta encontrava-se nos 4,9%, no entanto com a situação económica do país estima-se que esta taxa tenha aumentado significativamente nos últimos anos.

O setor de atividade mais comum na população do concelho é o setor secundário (59%), seguindo-se o setor terciário (39 %), contudo os 8,1% do setor primário são ainda bastante elevados, dando ao concelho um cariz ainda rural.

▪ **População da Loja Social Rede Solidária**

Não há acesso a informações exatas acerca da população que usufrui dos serviços da Loja, contudo, através da minha observação participante e não participante no local e da análise de questionários que apliquei a alguns utentes com quem tive contacto na loja, tirei o parecer de que parte das famílias que usufruem dos Serviços de Atribuição de Bens estão numa situação de pobreza constante, ou seja, toda ou quase toda a vida necessitaram de apoios sociais, contudo, ainda há um grande número de famílias que se encontram numa fase complicada da vida derivado à crise e ao desemprego mas que acreditam que se possa tratar de uma situação pontual. O desemprego é uma constante nas famílias que usufruem destes serviços e pode constatar que a grande maioria dos indivíduos tem níveis baixos de formação.

Relativamente ao público que usufrui do serviço de Troca-por-Troca de Bens, tanto há casos de famílias que o fazem porque de facto se trata de uma grande necessidade, como há as que usufruem deste serviço como uma forma de poupança e de ajuda nas contas da casa.

▪ **Utentes participantes das sessões de formação “Comer Bem e Barato”**

Participaram nestas sessões utentes da Loja Social, através de inscrições efetuadas na mesma. No total participaram 15 utentes, sendo todos do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 26 e os 80 anos.

Nenhuma das participantes se encontrava profissionalmente ativa, sendo desempregadas, reformadas ou domésticas.

▪ **Famílias em Intervenção**

A Família 1 é constituída apenas por uma pessoa do sexo feminino com 64 anos de idade, divorciada e reformada por invalidez. Tem um filho de 42 anos, casado, e três netos de 19, 13 e 8 anos, contudo, estes habitam em França e o contacto efetuado é muito pouco. O familiar mais próximo é uma irmã que habita na mesma freguesia, no entanto, esta apresenta problemas relacionados com o álcool e a falta de higiene, contribuindo para que a relação entre ambas não seja muito afetiva.

A munícipe é possuidora dos seguintes problemas de saúde: Bloqueio no ramo esquerdo do coração; Obesidade; Apneia do sono; Problemas respiratórios; Hérnia discal; Hiper Tensão; Osteoporose; Continência urinária; Ansiedade. Aparenta uma grande fragilidade psicológica e emocional.

A Família 2 é constituída por um casal em união de facto, tendo a mulher 39 anos e o seu companheiro 33. Têm em comum três filhos menores, um do sexo feminino com 9 anos e dois do sexo masculino, um com 5 anos e outro com 2 meses. Os únicos rendimentos da família neste momento provêm da atividade profissional do companheiro e do abono das crianças.

Esta família apresenta dificuldades a nível de organização habitacional, bem como de organização pessoal e higiene.

▪ **Crianças participantes do Programa “Vamos de Férias”**

O público-alvo deste programa são crianças entre os 6 e os 12 anos de idade, inscritas nas atividades pelos familiares.

No programa “Vamos de Férias” de Natal participaram 19 crianças, 11 do sexo feminino e 8 do sexo masculino. No programa da Páscoa, participaram 20, 13 do sexo feminino e 7 do sexo masculino.

▪ **Utentes participantes das atividades de desenvolvimento cognitivo.**

Estas atividades tiveram como público-alvo os utentes do Centro de Dia e Centro de Convívio de uma IPSS do concelho. Apesar de se tratar de atividades de carácter facultativo, todas as pessoas idosas mostraram interesse em participar.

Participaram nestas atividades 19 utentes, sendo 4 do sexo masculino e 15 do sexo feminino. As idades dos participantes estão compreendidas entre os 35 e os 95 anos, pois apesar de se tratar de uma instituição destinada principalmente à população idosa, esta também recebe pessoas com menos de 65 anos, quando reformados por invalidez.

Relativamente à profissão dos utentes antes da reforma, estas são bastante heterogéneas. As suas atividades profissionais estavam maioritariamente relacionadas com a agricultura, fábricas têxteis e trabalho doméstico, todavia, também foram referidas outras atividades tais como cesteiro, costureira, padeira, serrador, cozinheira, artesã, cobrador de autocarros e estucador.

▪ **Utentes participantes nas atividades “À descoberta de Portugal”**

O público-alvo destas atividades são pessoas idosas do concelho de Esposende, reformados ou pensionistas. Os munícipes são selecionados por ordem de inscrição, podendo participar apenas uma vez por ano, de forma a dar oportunidade ao máximo de pessoas possíveis.

As idades dos participantes variaram entre os 60 e os 86 anos, tendo participado maioritariamente mulheres.

2.3.2. Diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas

Uma das fases mais importantes e indispensáveis de um projeto de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária é o seu diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas, para que seja possível intervir da forma mais adequada. Nesse sentido, durante cerca de um mês fui observando um pouco pelos vários eixos do Serviço de Ação Social, de forma a compreender quais as maiores necessidades no serviço.

A primeira necessidade a ser constatada foi uma maior dinamização da Loja Social Rede Solidária, sendo alertada para tal pela minha acompanhante de estágio. A Loja ainda não tem um ano de existência e neste momento apenas se encontram a funcionar o Serviço de Atribuições de Bens (Alimentares ou não) e um Serviço de Troca por Troca de Bens (artigos não alimentares).

Como pude constatar durante a minha observação e através de conversas informais, grande parte das famílias que usufruem dos serviços da Loja são pessoas com poucas habilitações e provém de famílias desfavorecidas, a grande maioria encontra-se também neste momento desempregada. Com base neste conhecimento, considerei pertinente a criação na Loja Social de um Serviço de Informações, onde as pessoas se poderiam informar acerca de vários assuntos, tais como quais os apoios sociais existentes e como pedir, quais as formações a decorrer no concelho, ofertas de trabalho, voluntariado, entre outros. Este serviço tenciona impedir que os utentes deixem de usufruir de variados serviços por falta de conhecimento da sua existência. Como se trata fundamentalmente de população desempregada (não na totalidade) também haverá a necessidade de ocupação dos seus tempos livres.

Foi realizado um inquérito aos munícipes que frequentaram a Loja nos meses de Outubro e Novembro para melhor compreender os seus interesses, tendo sido implementados 32 questionários. Relativamente há existência de um Serviço de Informações, todos os inqueridos responderam que seria muito importante. Questionados sobre a possibilidade de

serem realizados alguns *Workshops/Formações* na Loja, 78,1% responderam que estaria interessado em participar, 9,4% talvez e 12,5% dos inquiridos não estão interessados em participar. Todos os inquiridos que responderam talvez, justificaram com o facto de depender da disponibilidade do seu horário.

Dos temas sugeridos, aquele que recebeu maior feedback positivo foi “Hábitos de Alimentação Saudável” com 42,75% dos inquiridos a seleccionar esta opção, seguiu-se os temas “Técnicas de Procura de Emprego” e “Cozinha Económica”, ambos com 40,6%. O tema “Dicas de Poupança e Gestão Familiar” obteve 37,5 % e o tema “Arranjos de Costura” 31.3%. Estes dados levaram-me a concluir que os temas estão todos relativamente equivalentes em termos de preferências.

Houve ainda 18,75% dos participantes a dar sugestões para outras temáticas a abordar, tendo sido indicados os temas “Voluntariado”, “Aprender a Ler”, “Violência Doméstica”, “Teatro”, “Música” e “Informática”.

Questionados sobre a hipótese de praticar voluntariado, 43,75% dos inquiridos mostraram-se interessados, 18,75% já praticam voluntariado, 18,75% não estão interessados e 18,75% apesar de interessados encontram-se dependente, seja a nível do horário ou a nível da distância da habitação.

No decorrer do estágio, e através do contacto muito próximo com a Loja Social Rede Solidária, verifiquei que esta era ainda muito pouco conhecida pela comunidade local. Grande parte dos munícipes não tinham conhecimento da Loja Social, e mesmo parte dos que têm consciência da sua existência, não estão familiarizados com as suas verdadeiras funções e serviços, sendo portanto visível uma forte necessidade de divulgação.

Outra necessidade que verifiquei no Serviço de Ação Social foi a de um acompanhamento mais presente em duas famílias, uma vez que ambas se encontravam em situações de total desordem doméstica e com falta de higiene e segurança domiciliária.

A Família 1 é constituída apenas por uma pessoa do sexo feminino. Tomei conhecimento da situação no âmbito de um pedido que a mesma realizou para isenção da Taxa de Resíduos Sólidos. Quando me dirigi em conjunto com a minha acompanhante para ser feito o Parecer Social da situação, verificamos o estado caótico em que a sua habitação se encontrava, bem como a fragilidade psicológica e emocional da munícipe. Foi questionado à senhora se estaria disposta a aceitar a minha intervenção ao qual me foi dado uma resposta positiva.

A munícipe mostrou interesse em ter apoio a nível de organização habitacional e pessoal, pois sentia-se incapaz de orientar a sua vida.

A Família 2 é constituída por um casal e os seus três filhos menores e já se encontrava a ser acompanhada pela CPCJ (Comissão de Proteção de Crianças e Jovens), contudo, necessitava de um apoio mais próximo no que diz respeito à organização e limpeza da casa, uma vez que a família não possuía qualquer noção destes assuntos e encontrava-se em risco de perder a guarda das crianças. Esta família recebeu a minha presença de forma pacífica, compreendendo a necessidade da intervenção a efetuar. Todas as opções da intervenção foram tomadas em conjunto com a munícipe (progenitora), respeitando os interesses e necessidades da família. As suas expectativas passavam por conseguir manter a habitação arrumada e limpa, de forma a criar um ambiente seguro para os menores e, dessa forma, não lhes serem retirados pela Segurança Social.

A partir da leitura do Diagnóstico Social de Esposende, constatou-se que apesar de a maioria da população residente no concelho ser jovem-adulta ou adulta, ainda habitam uma percentagem significativa de idosos (14,8% da população). Nesse sentido, o Município de Esposende já tem vindo a desenvolver atividades a pensar nesta população mais envelhecida, nomeadamente através de um Programa de Envelhecimento Ativo. A atividade “À descoberta de Portugal”, que consiste em ações de divulgação do património histórico e cultural do país, encontra-se inserida neste programa, havendo a necessidade de organização e monitorização dos passeios a efetuar em 2013.

Ainda a pensar na população idosa, houve a oportunidade de atuar numa IPSS do concelho. Após conversas informais e observação participante, chegou-se à conclusão que as pessoas idosas necessitavam de atividades de Estimulação Cognitiva, pois estas atividades para além de fomentarem o Envelhecimento Ativo, ainda previnem doenças mentais, pois contribuem para manter as habilidades intelectuais e assim, minimizar as perdas cognitivas e preservar a autonomia.

Foi verificado também uma grande necessidade de intervenção a nível do Serviço de Voluntariado, pois constatei que há muito pouca informação sobre o tema. Os munícipes que pretendam fazer voluntariado não sabem quais as possibilidades que têm disponíveis, daí a existência de uma grande necessidade de maior divulgação das instituições que possibilitam essa oportunidade bem como o tipo de voluntariado que oferecem.

Por último, verifica-se a necessidade de atualizar o Diagnóstico Social do Concelho, uma vez que a última edição data de 2010.

2.4.Área de intervenção e problemática

Este projeto aborda essencialmente as questões da Educação de Adultos e da Intervenção Comunitária, tendo como área de intervenção a comunidade do concelho de Esposende.

A primeira Conferência Internacional para debater os assuntos da Educação de Adultos (EA) deu-se em 1949, na Dinamarca, onde os delegados concordam que *“a sua tarefa fundamental é satisfazer as necessidades e as aspirações do adulto em todas as dimensões da vida”* (Antunes, 2001: 35). A EA deve ter como objetivos a realização pessoal e a participação ativa do adulto na sua comunidade e deve partir sempre dos problemas e situações concretas e não de programas pré-estabelecidos, tal como acontecia na Educação Tradicional. Outra questão pertinente referida nesta conferência, é o facto da educação para ser funcional dever ser baseada na liberdade e no interesse espontâneo de cada um, as pessoas devem participar nestes processos de forma voluntária. Para além disso, deve evitar a mera transmissão de conteúdos, pelo contrário, deve promover a problematização do conteúdo cognoscível para que os educandos participem de forma mais ativa e, dessa forma, consigam interiorizar conhecimentos que os permitam responder às suas necessidades.

Um dos marcos importantes na história da Educação de Adultos foi a recomendação de Nairobi, desenvolvida em 1976 pela UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura). Esta define Educação de Adultos como todos os processos organizados de educação, destinada a pessoas consideradas adultas pela sociedade, independentemente do conteúdo, nível ou método utilizado, sejam formais ou informais, através dos quais estas *“... desarrollan sus aptitudes, enriquecen sus conocimientos, mejoran sus competencias técnicas o profesionales o les dan una nueva orientación, y hacen evolucionar sus actitudes o su comportamiento en la doble perspectiva de un enriquecimiento integral del hombre y una participación en un desarrollo socioeconómico y cultural equilibrado e independiente”* (Unesco, 1976: 3) A EA não deve ser encarada como algo isolado, mas sim como parte integrante do processo de Educação Contínua, o qual inclui todos as dimensão da vida e todos os saberes e conhecimentos da pessoa. *“a instrução deve estar presente em todas*

as idades e não há nenhuma em que seja inútil aprender” (Canário, 1999: 11). É neste sentido que surge pela primeira vez o termo “Educação Permanente”, que se refere a um processo de aprendizagem ao longo da vida, incluindo todas as idades e os diversos níveis escolares, desde a Educação Inicial à Educação de Adultos.

Aqui a formação é encarada no sentido de uma construção realizada de forma progressiva ao longo da vida do sujeito. A formação dá-se em diversos contextos, desde o contexto familiar, escolar ou profissional. Aquilo que a pessoa é hoje é fruto de todas as relações e socializações que foi tendo ao longo da sua vida.

É indispensável que os educadores tenham formação própria para formar os adultos. O educador pode ser “... *instrutor, professor, monitor, animador, interveniente, responsável ou animador de formação, conselheiro de formação, conceptor, agente de mudança, psicossociólogo, formador inter empresas, formador analista, engenheiro de formação, etc.*” (Canário, 1999: 17-18). O papel do educador é muito versátil, sendo por vezes desvalorizado pois basicamente todos os papéis que pode desempenhar há outros profissionais que também o podem fazer, contudo, esta diversidade é uma mais-valia e não um aspeto contra a profissionalização dos educadores de adultos, pois torna-os versáteis e capazes de desenvolver diversas tarefas diferentes, sendo portanto um profissional eficiente e competente.

Segundo Nóvoa (1998), é fundamental considerar que o educando adulto já tem uma história de vida e experiência profissional que precisa ser respeitada.

Canário (1999: 21-22) defende que «*a formação deve ter um cariz essencialmente estratégico, preocupando-se em desenvolver nos formandos as competências necessárias para mobilizarem em situações concretas os recursos teóricos e técnicos adquiridos durante a formação*».

A Educação de Adultos é uma forma de Intervenção Comunitária que visa sobretudo um meio de progresso e desenvolvimento comunitário. O desenvolvimento comunitário trata-se da emancipação dos sujeitos e das comunidades, tendo em vista a melhoria da qualidade de vida. Neste sentido, o principal papel do educador é o de deixar de ser útil. Segundo Carrasco (1997) qualquer metodologia pode ser importante para o desenvolvimento comunitário desde que parta da realidade, promova a participação, o diálogo, a criatividade, a auto-educação, a atitude reflexiva e crítica, o desenvolvimento pessoal e social e a transformação da realidade social e cultural.

De forma a fomentar a emancipação dos sujeitos, é necessário que os projetos implementados promovam a autonomia e a participação. Segundo Barbosa (2008) a palavra autonomia provém do grego e resulta da junção dos termos “*autos*” (si mesmo) e “*nomos*” (norma ou regra), isto é, ser autónomo significa ter a capacidade de se conduzir a si mesmo. O termo participação tem origem do latim “*Participare*” que designa tomar parte ou ser envolvido. Esta é acima de tudo um direito e é definida como o poder/capacidade de intervir na vida pública, ou seja, ter voz ativa e “ser envolvido” nas decisões tomadas na comunidade (Idem).

Autonomia não se trata de algo a “atingir”, mas sim algo a desenvolver, daí ser pertinente falar de autonomização e não de autonomia. O termo autonomia reporta a algo estático, que se busca alcançar, já autonomização é um termo mais realista, uma vez que se trata de algo que vai sendo construído e que é inacabado. Autonomizar é o mesmo que capacitar.

Atualmente, e cada vez mais, a autonomia tem vindo a ganhar grande destaque na educação, de tal forma que estamos a entrar numa sociedade que nos “obriga” a ser autónomos e gestores das nossas vidas, e conseqüentemente responsáveis por tudo aquilo que nos acontece, no entanto, convém destacar que nem todas as pessoas detêm dos recursos e/ou capacidades necessárias para o serem, e nesse caso esta “exigência” de autonomia ao invés de trazer benefícios pessoais poderá pelo contrário levar a um sentimento de impotência e de incapacidade. Neste sentido, os projetos de intervenção devem fomentar a autonomização e a participação dos educandos, tentando dotá-los das ferramentas necessárias para se autonomizarem, mas tendo sempre consciência que há indivíduos que não terão essas capacidades, portanto, isso é algo que nunca deverá ser “exigido” mas sim estimulado.

A autonomia e a participação são dois conceitos que estão estritamente ligados, uma vez que só será possível autonomizar um indivíduo através de projetos participativos, por esse motivo os projetos devem ser implementados com os educandos e não para os educandos, permitindo que estes “tomem parte”.

A educação comunitária tenta integrar os recursos educativos e culturais em conjunto com as restantes intervenções, como as sociais, sanitárias, económicas, entre outras. Esta educação visa ter um contributo significativo para o bem-estar comunitário e da vida social.

Os objetivos do Mestrado em Educação na área de especialização da Educação de Adultos e Intervenção Comunitária são os seguintes¹:

¹Informação retirada do site <http://www.ie.uminho.pt/Default.aspx?tabid=7&pageid=134&lang=pt-PT>, dia 18 de Setembro de 2013

- a) Fornecer um quadro teórico-conceptual operacionalizado ao nível dos princípios, dos modelos e das manifestações temporais da educação de adultos e intervenção comunitária;*
- b) Proporcionar o conhecimento de um conjunto de métodos, técnicas e estratégias aplicáveis no campo da educação de adultos e intervenção comunitária;*
- c) Possibilitar uma adaptação operatória às exigências de mediação e avaliação em contextos profissionais de educação de adultos e intervenção comunitária;*
- d) Dinamizar processos de aplicação prática dos conhecimentos adquiridos em situações concretas de educação de adultos, animação e intervenção comunitária;*
- e) Desenvolver competências de investigação no âmbito da educação de adultos e intervenção comunitária.*

3. Enquadramento Teórico da Problemática do Estágio

Este tópico apresenta, num primeiro momento, algumas investigações e intervenções na área e na problemática do estágio. Num segundo momento, serão expostos os referentes teóricos nos quais o presente projeto se sustentou. Por fim, serão referidos os contributos teóricos no âmbito da intervenção.

3.1. Investigações e intervenções na área e na problemática do estágio

Para a elaboração de um projeto de investigação-ação, é importante inspirar-nos em investigações/intervenções já implementadas relativas à mesma problemática, de forma a nos enquadrarmos e abrirmos horizontes. Nesse sentido, serão abordados de seguida alguns projetos de intervenção ou investigações no âmbito da Educação de Adultos e da Intervenção Comunitária, que serviram de inspiração para este projeto.

O projeto “Bairro Habitat”, elaborado por Maria Remoaldo é um bom exemplo de Intervenção Comunitária que visa a Educação/Formação de Adultos. Segundo Remoaldo (*apud* Antunes, 2007: 133) *“todo o educando é capaz de se auto-organizar e de progredir no sentido de resolver ele próprio os seus problemas e de alcançar assim uma maior autonomia e, porque assumimos que ele é **autor** e **actor** da sua vida, tentámos sempre tirar o máximo partido de todas as suas potencialidades e possibilidades.”*. Nesse sentido, tentou-se contribuir para o seu crescimento e a sua realização pessoal, mas deixando-o ser o protagonista do seu próprio projeto de vida.

A ação foi implementada com os membros do Bairro Habitat de Palmeira (Braga) em prol do seu desenvolvimento, tendo como objetivo *“fomentar a participação e a autonomia dos proprietários destas novas casas, bem como a transformação das suas relações sociais e de convívio”*. (Idem: 135). Para atingir estes objetivos foram organizadas atividades de Ocupação de Tempos Livres pois Remoaldo acredita que *“o tempo livre pode ser convertido num tempo fomentador de relações diferentes, com potencialidades educativas, e onde a educação pode contribuir como elemento dinamizador do desenvolvimento pessoal.”* (Idem: 141).

Foram ainda realizadas sessões de formação com um grupo de mulheres do Bairro, onde estas poderiam partilhar e discutir *“as suas vidas pessoais, as suas necessidades, as suas dúvidas e os seus sonhos”* (Idem), com a finalidade de abrir mentalidades e fomentar a recetividade à mudança, aumentando-lhes a auto-estima e a autonomia.

Organizou-se também o seminário *“A imagem Pública da mulher”* onde se abordou o papel da mulher na sociedade, numa ótica de desmitificação de estereótipos.

Em geral, esta intervenção conseguiu atingir os objetivos propostos, conseguindo dessa forma contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos membros do Bairro Habitat.

“Atelier de Família” é outro projeto de Intervenção Comunitária que considerei interessante e onde foram aplicados métodos de Educação de Adultos.

Este projeto foi implementado pela equipa da Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) Olhar+, do Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) Central, em parceria com a Associação Verdades Escondidas e a autarquia de Olhão, no Bairro Municipal da Rua da Armona em Olhão. Este tem como objetivo geral a promoção de estilos de vida saudáveis na comunidade e tem a duração de dois anos.

A decisão de avançar com o projeto surgiu após a realização de um diagnóstico de saúde às crianças e jovens deste bairro, onde se verificou a existência de diversos problemas de saúde, tais como, maus hábitos de alimentação, de higiene oral, sedentarismo e consumo precoce de drogas.

Identificados os problemas de saúde, a equipa multidisciplinar (profissionais de enfermagem, psicologia, saúde oral e nutrição) preparou 13 sessões de educação para a saúde, dirigidas às famílias residentes no bairro. Estas sessões realizam-se de três em três semanas, na Associação Verdades Escondidas, abrangendo atualmente oito famílias. As mesmas realizam-se num ambiente informal, através de conversas entre os profissionais de saúde e as famílias, promovendo uma participação ativa dos formandos.

Fátima Pereira, umas das enfermeiras responsáveis pelo projeto, refere que *“Uma simples alteração de hábitos e comportamentos diários podem contribuir para melhorar a sua saúde e dos seus filhos”*², portanto, as metodologias utilizadas nestas sessões baseiam-se no saber-fazer, de forma a que os formandos apresentem de facto mudanças nos hábitos quotidianos, ao invés de se traduzir apenas em ganhos teóricos.

Este projeto visa ainda *“a criação de uma horta comunitária para incentivar uma alimentação mais saudável, a formação de um clube de atletismo para estimular a prática da atividade física, a organização de um atelier intergeracional, e a prestação de apoio através de um gabinete de Saúde”* (Ibidem).

² Informação retirada do site <http://www.arsalgarve.min-saude.pt/portal/?q=node/3627> dia 26 de Junho de 2013

Uma vez que o projeto se encontra em desenvolvimento, ainda não é possível apresentar resultados, contudo, Tatiana Queiróz, estagiária de Educação Social da Associação Verdades Escondidas, afirma que *“Estas atividades são um grande contributo porque aproxima as pessoas dos serviços de saúde e cria um maior dinamismo aqui no Bairro. As pessoas sabem que podem contar com os profissionais de saúde e com a Associação para os ajudar. Acaba por ser uma grande ajuda para que as pessoas criem projetos de vida longe dos comportamentos de vida desviantes”*(Ibidem).

Findados os dois anos de duração do projeto, este será avaliado, e se necessário reformulado, de forma a ser continuado por um novo período de dois anos, havendo a possibilidade de ser reproduzido também noutros bairros e comunidades.

A investigação apelidada por “A importância da dimensão lúdica no desempenho cognitivo em idosos institucionalizados”, realizada por Isabel Sousa no âmbito da sua dissertação de Mestrado em II Ciclo de Estudos em Gerontologia Social Aplicada, serviu de inspiração para o desenvolvimento de atividades de estimulação cognitivas efetuadas neste projeto.

Este estudo teve como objetivo geral perceber *“de que forma a participação dos idosos nas atividades lúdicas contribuem para a ocorrência de alterações cognitivas”* (Sousa, 2012: 8). No que diz respeito aos objetivos específicos, o estudo procurou: *“Perceber o estado cognitivo dos idosos que não tiveram atividades lúdicas anteriormente ao estudo; Verificar de que forma a participação dos idosos nas atividades lúdicas contribuiu para a ocorrência de alterações cognitivas; Perceber de que modo a participação nas atividades lúdicas (através de jogos), influencia o nível de satisfação dos idosos”* (Idem: 45).

A autora delineou como hipóteses de investigação, ou seja, como “pré-solução” esperada, as seguintes ocorrências: *“As atividades lúdicas (através de jogos) ajudam a diminuir o declínio cognitivo associado à idade nos idosos institucionalizados;”* e *“As atividades lúdicas são um momento percebido pelos idosos como transmissor de sentimentos positivos e proporcionadores de evolução cognitiva”* (Idem).

O contexto no qual se desenvolveu o estudo foi o Lar Jorge Reis, da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Famalicão. Os idosos clientes do Lar foram a amostra do estudo, contudo, nem todos os clientes participaram no mesmo, tendo sido selecionada uma amostragem com base nos seguintes critérios de inclusão:

- Não estar acamado;
- Ter idade superior a 65 anos;
- Participar e estar presente em pelo menos 80% das sessões;
- Estar presente em todos os momentos de avaliação;
- Não abandonar as sessões;
- Não participar em qualquer tipo de atividades semelhantes, que possuíssem os mesmos objetivos que os do estudo;
- Não terem participado no pré-teste;
- Ter disponibilidade voluntária para participar na investigação;

Com base nos critérios estabelecidos, a amostra do estudo foi constituída por 10 pessoas idosas, todas do sexo feminino, 9 das quais viúvas. No que concerne à escolaridade das participantes, 2 eram analfabetas, 2 tinham o 3º ano de escolaridade e 6 completaram o 4º ano de escolaridade. Todas as participantes são residentes do concelho de Vila Nova de Famalicão.

A amostra foi dividida em três grupos etários, uma vez que é com o avanço da idade que as capacidades cognitivas vão declinando e portanto, trata-se de um fator determinante para a investigação.

Faixa Etária	Nº de indivíduos
65 – 69 Anos	1
75 – 79 Anos	3
80 – 84 Anos	2
85 – 90 Anos	3
91 – 95 Anos	1

Tabela 2. Idades dos participantes da investigação “A importância da dimensão lúdica no desempenho cognitivo em idosos institucionalizados”

A amostra corresponde a uma faixa etária superior a 65 anos, pois trata-se da idade a partir da qual os indivíduos são considerados pela OMS como idosos, contudo, segundo alguns autores é a partir dos 70-75 anos que as capacidades cognitivas demonstram um declínio mais visível.

O estudo iniciou-se com um pré-teste das atividades, ou seja, um ensaio com indivíduos com características semelhantes aos da amostra final, para experimentar os instrumentos a utilizar na investigação e, se necessário, modifica-los ou adapta-los consoante algum problema ou imprevisto que surja.

Um dos instrumentos usados para recolha de dados da investigação foi o *MiniMental State Examination* (MMSE). Trata-se de um instrumento de avaliação cognitiva e foi utilizado com o intuito de verificar o estado cognitivo dos idosos antes de se iniciar as atividades. Foi aplicado também o *Montreal Cognitive Assesement* (MOCA), sendo também um instrumento de rastreio cognitivo, contudo mais sensível que o MMSE na identificação de casos mais ligeiros de declínio.

Os jogos escolhidos para o estudo foram os seguintes: Puzzles de cubos, Bingo, Advinha as imagens, *Quiz* de provérbios, *Quiz* de música tradicional portuguesa, UNO fácil, Jogo do STOP, Jogo de Pares, “Quem sabe, sabe”. Estes tinham como objetivo geral estimular a cognição e proporcionar divertimento, e como objetivos específicos a estimulação de orientação temporal e espacial, estimulação da memória (retenção e evocação), estimular a capacidade de associação/nomeação, estimular a compreensão e a fluência verbal (linguagem), estimular a concentração e a atenção, estimular a tomada de decisão tanto em grupo como individualmente, promover a integração no grupo e a interação com os outros, estimular a aprendizagem perante a tentativa erro, valorizar a sabedoria popular, animar e divertir. As atividades foram realizadas durante 18 semanas consecutivas, bissemanalmente, resultando num total de 36 sessões.

No final de todas as sessões de estimulação cognitiva, foi realizado um segundo momento de avaliação (pós-teste), novamente através do MMSE e do MOCA, de forma a realizar a avaliação cognitiva dos idosos após as atividades.

Por último, foi aplicado aos participantes um questionário com vista a avaliação da satisfação dos participantes.

Analisados os resultados, pode-se concluir que de facto se verificam melhorias no estado cognitivo dos idosos, sendo que *“A média do primeiro MMSE e do primeiro MOCA foi de 23,20 e 16,5 [...] sucessivamente, e do segundo MMSE e do segundo MOCA (aplicado após 16 sessões de actividades lúdicas) foi de 26,60 e de 20,10 sucessivamente, mostrando assim que através das actividades o desempenho cognitivo melhorou”* (Sousa, 2012: 107). Estes resultados vêm reforçar a importância da estimulação cognitiva na população idosa.

No que diz respeito ao nível de satisfações, com base nos questionários aplicados, verifica-se que a grande maioria gostou muito de participar nas atividades (8 em 10), tendo os

restantes 2 participantes responderam que gostaram, não havendo portanto ninguém a afirmar não ter gostado das atividades. Quando questionados se gostavam de continuar a fazer estas atividades, todos os idosos responderam que sim, o que nos leva a concluir que estas foram bem-sucedidas.

Segundo Sousa (2012: 107-108) *“Com as actividades lúdicas conseguimos fazer com que os idosos participantes da investigação vivessem momentos de alegria, esquecendo os momentos tristes. Todos eles afirmaram que gostaram de participar e que isso os fez sentir mais ocupados e alegres, o que vem também confirmar a segunda hipótese colocada: as actividades lúdicas são um momento percebido pelos idosos como transmissor de sentimentos positivos e proporcionador de evolução cognitiva e mental”*.

3.2.Referentes teóricos

3.2.1. Ação Social Municipal

*“No sector do Bem-Estar Social ou da Previsão e Assistência Social denomina-se serviços sociais às prestações especializadas, proporcionadas por um pessoal qualificado com o fim de ajudar as pessoas que, em estado de **necessidade** ou em **situações-problema**, não podem resolvê-las ou superá-las por si mesmas. Estas prestações e assistências técnicas são oferecidas por organizações públicas e entidades privadas, com ou sem fins lucrativos, cujo objectivo material é a distribuição de bens e serviços com uma finalidade assistencial, de reabilitação, de prevenção ou de promoção social de casos individuais, grupos ou colectividades.”* (Ander-Egg, 1986: 16 *apud* Tavares, 2004: 44).

A dimensão local é onde mais sentido faz falar-se em ação social. É a nível do poder autárquico que se revela a mais eficaz das intervenções, devido às suas particulares características de proximidade com as populações. Estas intervenções tornam-se mais acertadas, mais atentas e mais preocupadas, devido à facilidade acrescida do técnico perceber diretamente o que acontece no terreno. Esta aproximação com a realidade permite adquirir assim uma maior visibilidade acerca do fenómeno em estudo/intervenção.

O Decreto-Lei nº100/84 de 29 de Março é onde se situa a primeira moldura legal da intervenção social. O artigo 1º determinava a *“prossecação de interesses próprios das populações respectivas”* (Decreto-Lei nº 100/84, artigo 1º *apud* Tavares, 2004: 45) como

competência das autarquias. O artigo 2º do mesmo decreto descreve os interesses próprios como sendo os relacionados com a saúde, a educação, o ensino, a proteção à infância e à terceira idade, a cultura, os tempos livres e o desporto. Este foi o primeiro passo para o desenvolvimento da ação social por parte das autarquias, conseguido devido à ação de alguns municípios mais audaciosos. Esta abertura veio comprovar que é de facto a nível local, que o expoente máximo da intervenção social pode ser alcançado.

A publicação da Resolução de Conselho de Ministros nº 167 vem lançar um novo desafio, tanto aos municípios como a qualquer instituição que atue a nível local. Aqui é expressa a *“necessidade de coordenação, para uma maior optimização dos recursos existentes, mediante a criação de comissões sociais de freguesia e conselhos locais de acção social, enquanto espaços de discussão aberta, onde estão representados todos os parceiros, e no seio dos quais, de uma forma transversal, se podem traçar problemas em caminhos possíveis para a sua resolução, definir metas e prioridades e alinhar recursos, sem desperdícios ou duplicação dos mesmos, sejam materiais ou humanos”* (Tavares, 2004: 45).

Apesar da abertura de portas proporcionada pelo Decreto-Lei nº100/84, foi a publicação da Lei nº59/99 de 14 de Setembro que veio consolidar verdadeiramente os conceitos e definir as respetivas áreas de intervenção. Este documento veio substituir o termo “proteção à infância e à terceira idade” por “ação social”, sendo que o segundo se torna bastante mais abrangente, contudo, o carácter mais inovador da legislação diz respeito aos novos papéis atribuídos às freguesias, nomeadamente no domínio da educação, cultura, tempos livres e desporto, cuidados primários de saúde e ação social, ou seja, a nível da ação social no seu todo.

Idanez (2001: 23 *apud* Tavares, 2004: 46) define princípios ideológicos-filosóficos como *“...os que servem de sustentação à própria acção, e de modelos para a situação-objectivo que se pretende atingir”*. A mesma autora especifica três princípios que enquadram a ação social, sendo eles a igualdade, a liberdade e a solidariedade.

Por igualdade, pretende-se o direito de não ser objeto de discriminação, sendo que todos os cidadãos devem ser encarados de igual maneira. Os serviços sociais devem trabalhar para que todos os cidadãos tenham as mesmas possibilidades de realização pessoal e devem contribuir para melhorar a vida coletiva.

O princípio da liberdade apresenta aqui um significado muito amplo, abrangendo tanto os direitos civis e políticos como o exercício efetivo dos direitos sociais. Para atingir a liberdade

no seu sentido pleno, é necessário trabalhar para evitar ou atenuar comportamentos discriminatórios e marginais.

No que concerne à solidariedade, a autora refere que *“para que a solidariedade seja efectiva e não se fique pelas palavras, é necessária a existência de mecanismos de compensação que corrijam os desequilíbrios que o sistema sócio-económico impõe”* (Idem).

A mesma autora determina como princípios operativos da ação social o conhecimento da realidade, a planificação e coordenação, a responsabilidade pública, a universalidade, a normalização, a descentralização e a participação.

Atualmente, o público-alvo dos serviços sociais já não se limita às populações desfavorecidas, sendo que estes serviços devem dar resposta às necessidades de todos os cidadãos. Isto deve-se em grande parte às novas exigências de cidadania, que pressionam a política social para que se passe a encarar a sociedade numa perspetiva alargada e não discriminatória. Contudo, o público-alvo da ação social a nível autárquico continua a ter uma grande predominância de indivíduos que, devido a determinadas situações que afetaram o seu percurso de vida, apresentam alguma fragilidade pessoal e social.

Tavares (2004: 47), destaca alguns dos traços caraterísticos que os utentes dos serviços sociais, por norma, apresentam:

- a) Problemas de auto-estima muito demarcados, muitas vezes reforçados por situações de desemprego de longa duração;*
- b) Baixo nível de escolaridade ou ausência total de escolaridade;*
- c) Competências pessoais e sociais empobrecidas;*
- d) Pertença a agregados familiares muito numerosos e /ou disfuncionais;*
- e) Titulares de rendimentos muito escassos ou muito irregulares, sobretudo prestações de Rendimento Mínimo Garantido;*
- f) Idosos em situações de dependência, total ou parcial;*
- g) Crianças com dificuldades de aprendizagem;*
- h) Indivíduos em idade activa, com problemas de adição.*

Muito frequentemente, a estas características encontram-se também associados problemas de exclusão social, sendo conjuntamente origem e consequência da perda dos valores sociais e do sentido de utilidade comunitária.

Tendo em conta as características de grande parte dos utentes dos Serviços Sociais, e de forma a contorná-las, é responsabilidade da Ação Social Municipal garantir aos mesmos o direito à informação, tema que será abordado abaixo.

▪ O direito à informação

Para que haja uma efetiva participação social, é necessário sobretudo a existência de transparência, *“se a sociedade é de todos e para todos, não fará sentido que todos nela participem, independentemente das suas competências para aceder à informação que a Administração tradicionalmente tende a omitir?”* (Tavares, 2004: 48).

É neste âmbito que o Plano Nacional de Ação para a Inclusão aposta na prevenção de riscos de exclusão social, onde no primeiro eixo aborda a necessidade de explorar todo o potencial das novas tecnologias de informação e comunicação e da sociedade do conhecimento, de forma a garantir que toda a população tenha acesso à informação, dando especial atenção às necessidades dos cidadãos portadores de deficiência.

É necessário que se criem condições para que o direito à informação seja de facto estabelecido, pois só assim, a participação política poderá corresponder a uma verdadeira participação administrativa. Para um cidadão ser considerado um elemento da sociedade, cuja participação na mesma seja verdadeiramente útil tanto para si como para todos os restantes elementos, necessita ter em posse todas as informações. Apenas podemos falar em cidadania social quando este patamar for alcançado de forma satisfatória.

Peter Drucker (1993 *apud* Tavares, 2004) defende que é a cidadania que transforma as pessoas em verdadeiros cidadãos, e são estes que dão sentido à política. A formação para a cidadania é portanto algo necessário.

Nesta perspetiva, e ainda analisando a problemática da participação popular na ação social municipal, Idanez (2001 *apud* Tavares, 2004) destaca a importância da informação como instrumento potenciador de mudança.

“Evidentemente não pode existir uma verdadeira participação na gestão pública dos serviços se as pessoas não dispuserem de informação suficiente. Um cidadão informado apresenta melhores condições de participação activa e de mobilização que um cidadão com falta de informação. É por isso que esta se constitui num requisito ou condição imprescindível para a participação” Idanez (2001: 56 *apud* Tavares, 2004: 50).

Esta democracia participativa, segundo Carmo & Hermano (1997 *apud* Tavares, 2004), vem complexificar e atrasar o processo de tomada de decisões, exigindo assim uma educação

para a participação democrática. Contudo, Pinto (1998 *apud* Tavares, 2004: 51) refuta que este processo *“traz vantagens num maior envolvimento e responsabilização (...) e aumenta o sentido de união e pertença na sociedade”*.

O papel do técnico de serviço social, a intervir em serviços sociais municipais, torna-se crucial no âmbito da divulgação da informação. Este deve-a dar a conhecer com todo o rigor e transparência, aos munícipes que não possuam competências para a aceder. Esta dificuldade em aceder à informação pode ser causada por inúmeros motivos, tais como os que já foram referidos quando traçamos o perfil do público-alvo dos serviços de ação social, bem como por fatores que dificultam o acesso à mesma e o conhecimento desse direito, por mecanismos de repressão e exclusão social.

O técnico de serviço social tem ainda o dever de garantir o direito à participação das crianças/jovens na promoção da sua cidadania.

▪ **O direito à participação da criança/jovem na promoção da sua cidadania**

“(...) Para ser homem, não basta nascer, é necessário também aprender. Todo o ser humano passa por um processo de socialização primária que é essencialmente efectuado pela família, onde são adquiridas competências básicas que lhe permitem consolidar conhecimentos essenciais para a socialização secundária (...)” (Carmo & Hermano, 1997: *apud* Tavares, 2004: 51)

Nos adultos, a cidadania desenvolve-se e consolida-se numa vertente comunitária e social, através do conjunto de relações pessoais e sociais do indivíduo e pelos diferentes papéis sociais que este assume. Nas crianças, especialmente em idade pré-escolar, as aprendizagens para a cidadania desenvolvem-se essencialmente no núcleo familiar, sendo os seus direitos sobretudo direitos humanos e relacionais.

Na primeira fase da vida, os principais direitos da criança são o direito à informação, aos afetos e à partilha familiar. Estes direitos são primordiais para o desenvolvimento na criança, da noção da importância que a sua participação tem no decorrer do processo familiar. Escutar as opiniões e sentimentos de todos os elementos da família, faz despertar nas crianças as primeiras noções de autoestima, valorização pessoal e capacidade de intervenção. Estas primeiras noções são a base para uma aprendizagem no âmbito da cidadania.

Apenas luta pelos seus direitos, quem sente que tem meios para o fazer. Em termos de cidadania, esses meios são as competências pessoais e sociais adquiridas.

Tal como acontece com alguns cidadãos adultos, há determinadas circunstâncias que levam a que as crianças caiam em situações de desfavorecimento. O seu percurso de vida, e situações adversas, limitam as suas aprendizagens. Quando se trata de famílias desfavorecidas, o mais natural é que as crianças também se tornem desfavorecidas, uma vez que não lhe são aplicadas estratégias educativas que potenciem o otimismo, a transformação e o encorajamento. A educação para o otimismo é parte fundamental do direito à participação.

“(...) Quando a satisfação primária é satisfatória e assenta numa base sólida, a socialização secundária é facilitada, permitindo na maioria das situações, uma integração social e profissional plena. Caso contrário, persistirão lacunas graves inibidoras de uma inclusão social, só sendo possível minimizá-las ou eliminá-las com um trabalho demorado de socialização e persistência (...)” (Cabral et al, 2001 apud Tavares, 2004: 52-53)

Cabral et al (2001 apud Tavares, 2004) defendem que para o desenvolvimento de competências pessoais, é fulcral a apreensão e solidificação dos três níveis seguintes: conhecimento do “self”, reconhecimento do outro e a capacidade de tomar decisões/autonomia.

“(...) Por outro lado, a aquisição de competências pessoais através dos três níveis acima enunciados, possibilita a promoção de aptidões que tornam viável a obtenção de resultados socialmente mais eficazes para uma consolidação efectiva da inserção das pessoas, uma vez que são desenvolvidas capacidades de comunicação, construção de relações, negociação, recusa e procura de ajuda (...)” (Idem: 53).

Havendo a consciência que nem todas as famílias têm as capacidades necessárias para potenciar estas aprendizagens às crianças, surge a questão sobre o que será mais importante, se por um lado o amor incondicional da família biológica, mesmo que esta impeça o desenvolvimento de competências sociais e pessoais, ou por outro a promoção de um lar alternativo, onde as crianças terão a possibilidade de se formarem como cidadãos, com direitos e deveres, não apenas teoricamente mas sobretudo numa dimensão prática de comportamentos.

Não menosprezando a importância do amor da família biológica, é necessário atuar para formar cidadãos responsáveis, solidários, assertivos e com autoestima, caso contrário o esperado é a reprodução das bases familiares desfavorecidas.

De seguida será abordado o tema do envelhecimento, uma vez que a população idosa é, como já foi referido anteriormente, mais uma das áreas de atuação dos Serviços Sociais Municipais.

3.2.2. O envelhecimento

Desde os anos 60 do séc. XX, tem-se verificado um aumento progressivo da população idosa nos países desenvolvidos. Este fenómeno ocorre devido a dois fatores em simultâneo, por um lado verifica-se um aumento da esperança média de vida e por outro um decréscimo das taxas de fecundidade.

“Envelhecer pressupõe alterações físicas, psicológicas e sociais no indivíduo. Tais alterações são naturais e gradativas. É importante salientar que essas transformações são gerais, podendo se verificar em idade mais precoce ou mais avançada e em maior ou menor grau, de acordo com as características genéticas de cada indivíduo e, principalmente, com o modo de vida de cada um” (Zimerman, 2000: 21).

Para Fontaine (2000: XVI) *“o envelhecimento é o conjunto de processos (...) que o organismo sofre após a sua fase de desenvolvimento”*. Já para a Direção Geral de Saúde, no Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas (2004-2010: 3), este é encarado como *“[...] o processo de mudança progressivo da estrutura biológica, psicológica e social dos indivíduos que, iniciando-se mesmo antes do nascimento, se desenvolve ao longo da vida”*.

O processo de envelhecimento não se trata de algo homogéneo, com normas definidas idênticas em todas as pessoas, pois *“nem todos os nossos órgãos e funções psicológicas envelhecem ao mesmo ritmo. Algumas pessoas mostram-se resistentes ao envelhecimento, chegando mesmo a demonstrar melhor desempenho com a idade, ao passo que outras declinam ao sofrerem um processo patológico”* (Fontaine, 2000: XV).

Fontaine (2000) defende que não se pode dissociar o envelhecimento do facto de todos os organismos vivos terem como fim natural a morte. O processo de envelhecimento é finalizado

com a morte do sujeito, contudo, este processo pode acontecer de variadas formas, dependendo da atitude do indivíduo.

Para Birrem & Cuningham (1985 *apud* Fontaine, 2000) a idade não deve ser medida apenas por fatores cronológico, defendendo que a idade é muito mais que o número de anos de vida que os indivíduos vão acumulando (idade cronológica). Este autor fala-nos em idade biológica, idade psicológica e idade social.

Idade Biológica: está relacionada com o envelhecimento orgânico. Os órgãos sofrem transformações ao longo da vida que vão diminuindo o seu funcionamento e, conseqüentemente, a sua capacidade de auto-regulação.

Idade Psicológica: refere-se às competências comportamentais dos indivíduos, em resposta às mudanças do ambiente, tais como a inteligência, a memória e a motivação.

Idade Social: diz respeito aos papéis, estatutos e hábitos da pessoa, em relação aos restantes membros da sociedade. A cultura e a história do país do cidadão, têm uma forte influência.

Segundo Fontaine (2000) as varias causas para o envelhecimento podem ser organizadas em duas categorias. As causas endógenas do envelhecimento, sendo aquelas que estão relacionadas com a genética, e as causas exógenas, aquelas que estão relacionadas com os comportamentos do indivíduos e o contexto onde se insere.

Por envelhecimento, entende-se o conjunto de transformações que ocorrem com o avanço da idade dos indivíduos. Trata-se de um processo natural de degradação progressiva dos sujeitos, sendo usualmente denominado de “terceira idade”.

“o processo de envelhecimento depende de três classes de fatores principais: biológicos, psíquicos e sociais (...) que podem preconizar a velhice, acelerando ou retardando o aparecimento e a instalação de doenças e de sintomas caraterísticos da idade madura”. (Cancela, 2007: 3)

O desenvolvimento cognitivo é um dos aspetos frequentemente afetados pela degradação progressiva dos indivíduos, iniciando-se um declínio por norma a partir dos 70 anos. Este declínio está relacionado com a memória, a velocidade com que se processa a informação e se dá resposta e com as capacidades sensoriais e percetuais. Jacob (2007: 72) refere que “o

exercício mental regular pode aumentar a actividade cerebral, retardar os efeitos de perda de memória e da acuidade e velocidade perceptiva e prevenir o surgimento de doenças degenerativas". Nesse sentido, torna-se essencial a estimulação cognitiva nas pessoas idosas.

Giddens (2008: 165) afirma que *"(...) os idosos nas sociedades modernas tendem a ter um estatuto inferior e menos poder do que o que sucede nas culturas pós-modernas"*. Se antes a velhice era vista como sinónimo de sabedoria e experiência de vida, atualmente perdeu credibilidade aos olhos das gerações mais jovens.

Na nossa sociedade, é dada primazia à juventude enquanto se desfavorece os idosos, levando a que estes se sintam diminuídos relativamente aos seus valores, à sua dignidade e à sua afetividade.

A reforma, que frequentemente vem com a idade independentemente da vontade da pessoa, muitas vezes vem retirar ao indivíduo o seu sentimento de importância e de utilidade, tendo como consequência a diminuição da autoestima. Não são raras as vezes em que a sociedade prescinde destes indivíduos, mesmo quando continuam com uma aparência saudável e com competências para o trabalho.

Muito frequentemente, idosos adoecem após a reforma. Uma das explicações para este facto é o emprego ter sido para eles uma forte fonte de satisfação durante grande parte da sua vida, sentindo-se agora menos úteis para a sociedade. Nesse sentido, é necessário trabalhar para promover o sentimento de utilidade do idoso, bem como procurar novas fontes de satisfação, contribuindo assim para o aumento da sua autoestima e da sua felicidade.

Um dos grandes problemas que afeta os idosos é a solidão. A participação em grupos é uma das melhores maneiras de a combater.

Para que o processo de envelhecimento decorra de forma saudável, são relevantes não só as questões de saúde física, mas também, socioeconómicas, psicológicas e ambientais. É nesta ótica que surge o conceito de envelhecimento ativo, como será de seguida explanado.

▪ **O Envelhecimento Ativo**

"A saúde, mas também os padrões comportamentais e os afectos, as amizades e os contextos de vida, o tempo socioeconómico e histórico que experienciamos, tendem a confundir-se com os resultados dos percursos individuais, num balanço constante entre os factores da pessoa e do meio, mediados por significados de valor" (Ribeiro & Paul, 2011: 1)

Através do contacto com pessoas idosas, podemos perceber que há várias formas de envelhecer. O envelhecimento para ser bem-sucedido e satisfatório, depende sobretudo das ações individuais dos sujeitos.

Para que o processo de envelhecimento seja amplamente saudável, a sua análise não deve passar só pela saúde física, mas também por aspetos socioeconómicos, psicológicos e também ambientais. No seguimento do exposto, a OMS desenvolveu um novo conceito baseado num paradigma multidimensional, o “Envelhecimento Ativo”.

Segundo a OMS (2005: 13) o envelhecimento ativo trata-se de um “(...) *processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas*”

Anteriormente falava-se em “Envelhecimento Ótimo” ou “Envelhecimento Bem-sucedido”, todavia, este novo conceito “(...) *preconiza a qualidade de vida e a saúde dos mais velhos, com manutenção da autonomia física, psicológica e social, em que os idosos estejam integrados em sociedades seguras e em que assumam uma cidadania plena*” (Ribeiro & Paul, 2011: 2). O termo “ativo” assume uma nova dimensão, deixando de estar somente associado à força do trabalho das pessoas idosas, mas também a questões sociais, culturais, económicas, civis e espirituais.

Segundo a OMS (2005), este novo modelo de envelhecimento ativo, abrange um conjunto de fatores considerados determinantes, sendo eles de ordem.

Pessoal: em especial fatores biológicos, genéticos e psicológicos.

Comportamental: procurando-se um estilo de vida saudável e uma participação ativa no cuidado da sua própria saúde.

Económica: tais como os rendimentos, proteção social e oportunidades de trabalho digno.

Social: os apoios sociais, a educação e alfabetização, prevenindo ainda a violência e o abuso.

Meio Físico: ter acesso aos meios de transporte, moradias adequadas e em locais seguros, água limpa, ar puro e alimentos seguros.

Serviços Sociais e de Saúde: que fomentem a saúde e a prevenção de doenças, de fácil acesso e de qualidade.

Tanto o governo como as instituições têm demonstrado uma grande preocupação na implementação de políticas para um envelhecimento ativo. Estas preocupações não se prendem exclusivamente com políticas destinadas à comunidade, sendo elaborados igualmente processos destinados a pessoas singulares. Nesse sentido, quando o objetivo é desenvolver um envelhecimento ativo individualmente, é necessário trabalhar no sentido de capacitar (autonomizar) e consciencializar a pessoa idosa acerca do poder e controlo que detém sobre a sua própria vida.

Nesta ótica, faz todo o sentido que sejam abordados neste modelo conceitos como a autonomia, a independência, a expectativa de vida saudável e a qualidade de vida.

Autonomia: ter controlo sobre a sua própria vida, capacidade de decisão.

Independência: capacidade de cuidar de si próprio, nomeadamente os cuidados básicos de higiene e competências essenciais à sua rotina diária.

Expectativa de vida saudável: o tempo que poderá viver sem a necessidade de cuidados especiais de saúde.

Qualidade de vida: engloba a saúde física, o estado psicológico, nível de dependência, as relações sociais, crenças pessoais e características do meio onde está inserido.

Na fase de envelhecimento é fundamental que *“(...) as pessoas mais velhas valorizem um investimento em si próprias, nas relações sociais e afectivas e, sobretudo, em actividades desafiantes que se sabe serem óptimas na prevenção deste tipo de problemas e na promoção de bem-estar físico e psicológico”* (Ribeiro & Paul, 2011: 10).

3.2.3. A Animação

“A animação representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais activa e mais criativa, à melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que se faz parte, desenvolvendo autonomia pessoal” (Jacob, 2007: 31).

A palavra animação vem do termo latino *Anima* que significa “Aragem” ou “Briza”, *Animare* (Animar) significa portanto “dar vida” ou “movimento”. *Animatio* (Animação) é sinónimo de vida, energia, alegria, entusiasmo, motivação. Tudo o que seja debilidade, desânimo ou tristeza, não é animação. Animação implica ação/movimento.

A animação trata-se de trabalho educativo que visa humanizar o Homem. Para haver Animação é necessário que haja transformação de realidades e a passagem de um estado de espírito para outro, ou seja, implica transformar o Homem.

Segundo Gillet (2006) há dois períodos de referência da Animação. O primeiro período, denomina-se “pré-história da animação”, onde Deus é a fonte do *“principio animador”* uma vez que é ele quem dá vida aos Homens *“animados por el aliento vital del Eterno”*. Animação é considerada como algo inato, correspondendo à *“la idea e al acto de creacón, de movimiento y de vida y, entonces, el atributo (animado) sería el resultado de un don”* (Gillet, 2006: 22). O segundo período, corresponde ao aparecimento da animação como profissão. Segundo Gillet (2006) o especialista da animação de grupos de pessoas, denominado animador, surge por volta do ano 1960. *“Esta capacidade de transmitir vida está referenciada en la disciplina sociológica, que encuentra en este concepto una idea do tipo participativo, una pedagogía, un campo de intervención”* (Idem: 23). Ao longo do tempo, foram se acrescentando conhecimentos técnicos e competências exigidas para esta função.

A animação é uma atividade interdisciplinar e Intergeracional, que influencia a vida dos sujeitos e dos grupos que a “recebem”.

Lopes (2006: 1) refere que *“não é possível identificar, de uma forma precisa, a origem da Animação em Portugal, menos ainda atribuir uma cronologia àquilo que hoje designamos como Animação”*. Contudo, sabe-se que sempre existiu os momentos de trabalho e os momentos de lazer, tais como as festas e os recreios, aos quais podemos chamar Animação (Idem).

Animação Sociocultural é umas das formas de se fazer animação. Esta é definida por Lopes (2006: 2) como *“um conjunto de práticas sociais que visam estimular a iniciativa e a participação das populações no processo do seu próprio desenvolvimento, e na dinâmica global da vida sócio-política em que estão integradas”*.

Animação Sociocultural em Portugal aparece a partir da revolução de 1974 e prolonga-se até aos dias de hoje, dividindo-se em seis fases:

1. De 1974 a 1976, assistiu-se, em Portugal, à fase revolucionária da Animação Sociocultural. Nesse período histórico, os governos provisórios e o Movimento das Forças Armadas assumem a Animação Sociocultural como método eficaz para a intervenção na comunidade, constituindo exemplos de referência a criação da Comissão Interministerial para a Animação Sociocultural (CIASC) e as sucessivas

campanhas de dinamização cultural e Animação Cultural levadas a cabo.

2. De 1977 a 1980, somos de opinião que existiu uma nova fase da Animação Sociocultural, por nós denominada como a fase Constitucionalista da Animação Sociocultural, onde toda a sua acção foi determinada por instituições que, a partir de uma lógica concentracionista, assumiram a centralidade da mesma.

3. De 1981 a 1985, emergiu, em Portugal, uma fase por nós designada como Patrimonialista, caracterizada por uma intervenção centrada na preservação e recuperação do património cultural.

4. De 1986 a 1990, assumiu alguma relevância uma etapa caracterizada pela passagem da Animação Sociocultural do poder central para o poder local.

5. De 1991 a 1995, um novo período histórico surgiu, por nós identificado como a fase Multicultural e Intercultural, em consonância com o quarto pilar da educação, aprender a viver juntos, que projectou a intenção de valorizar a acção educadora do multiculturalismo.

6. A última fase identificámo-la com o período que se inicia, em 1996, e nos acompanha até hoje, caracterizando-a como a fase da Globalização que conduz a Animação Sociocultural a intervir num quadro que integre e eleve o ser humano a participar nos desafios que se lhe deparam, tornando-o protagonista e promotor da sua própria autonomia. (Lopes, 2006: 4)

A animação tem como finalidade o desenvolvimento da autoestima e da autonomia, a participação social e o desenvolvimento pessoal e comunitário. Esta está ligada à área da Educação, sendo ela formal, não formal ou informal e pode ser utilizada como *“um meio para conseguirmos desenvolver a educação de adultos e a educação ao longo da vida, valorizando as experiências que o indivíduo adquire no seu ciclo de vida”* (Correia, 2010: 30).

3.2.4. A Educação de Adultos e a sua importância na sociedade atual

A educação de adultos é caracterizada pela sua grande complexidade, seja a nível de diversidade de práticas ou mesmo de finalidades.

Canário (1999: 11) refere a educação como *“um processo largo e multiforme que se confunde com o processo de vida de cada indivíduo, torna-se evidente que sempre existiu educação de adultos”*. Posto isto, a aprendizagem em idade adulta não é algo recente, uma vez que os adultos sempre auferiram aprendizagens, mesmo que em contextos bastante diferentes, tais como o local de trabalho, situações sociais e de lazer ou mesmo escolas e universidades.

Numa primeira fase, os profissionais de educação de adultos preocupavam-se essencialmente com *“o colmatar das desvantagens educativas que caracterizam certos segmentos sociais”* (Bergano, 2002: 11). Progressivamente foi-se compreendendo que a educação é um processo que se estende ao longo da vida, ao qual todos devem ter acesso independentemente da idade ou nível escolar.

Segundo Bergano (2002: 14) pode considerar-se como educação de adultos *“toda e qualquer iniciativa organizada que vise promover o desenvolvimento académico, profissional, social e pessoal de indivíduos adultos”*, podendo ir desde atividades de alfabetização até cursos pós-graduados. A mesma autora chama atenção para o chamado “Efeito de S. Mateus”, que descreve como sendo, *“os indivíduos com níveis mais elevados de formação inicial que mais tendem a empenhar-se em actividades educativas”* Simões (1997 cit. in Bergano, 2002: 15). Quer isto dizer que, à partida, quanto menor for o nível de formação inicial do indivíduo, menos interesse demonstra em participar em iniciativas de educação de adultos, facto este que nos alerta para a necessidade de sensibilizar as pessoas menos escolarizadas para a valorização das aprendizagens ao longo da vida.

“O desenvolvimento tecnológico e científico, a emergência da sociedade da informação, as novas dinâmicas sociais e culturais são uma clara ameaça para os que não desenvolverem fortes capacidades adaptativas e transformativas. Se, por um lado, os indivíduos têm que, num processo contínuo, integrar novos conhecimentos, adoptar novas formas de saber, de fazer e até de ser; por outro lado, para fazer face a esta forte dinâmica de alterações sociais e culturais, exige-se uma atitude transformadora” (Bergano, 2002: 15).

Vivemos numa sociedade que se encontra em constante mutação, havendo a necessidade das pessoas se adaptarem às novas exigências, sob pena de exclusão social. A educação ao longo da vida é algo essencial na sociedade atual, pelos seguintes motivos fundamentais:

- a) A definição do conhecimento enquanto construção social, cultural e temporalmente contextualizado, exige ao sujeito uma constante necessidade de acompanhar as mudanças interiorizando-as; e*
- b) A necessidade de cada sujeito se assumir como elemento transformador, num ambiente em constante mutação a dinâmica e a introdução de novidade são, simultaneamente, garantia de sobrevivência e sucesso dos elementos do sistema e sua condição de manutenção.* (Bergano, 2002: 15)

O modelo educativo tradicional deixa de ser suficiente para fazer face às exigências da sociedade atual, tornando-se imprescindível o desenvolvimento de uma atitude promotora de uma aprendizagem permanente ao longo de toda a vida, tanto dentro como fora do sistema educativo formal, seja na escola, em família ou em comunidade.

O desenvolvimento pessoal dos indivíduos é também cada vez mais uma motivação para participar em iniciativas no âmbito da educação de adultos. Cada vez mais, as pessoas interessam-se em aumentar os seus conhecimentos e capacidades pessoais, não relacionadas com a profissão ou com a sua formação inicial.

“parece-nos que o lazer e o “hobby” assumem, cada vez mais, um papel particularmente importante na vida activa dos sujeitos”
(Bergano, 2002: 17)

3.3. Identificação de contributos teóricos no âmbito da intervenção

Todos os trabalhos de investigação-ação-participativa necessitam de momentos de teoria (pesquisa bibliográfica) e de momentos de prática (ação). Neste trabalho, a teoria e prática envolvem-se e complementam-se, na medida em que para procedermos à prática, é necessário basearmos as nossas ações na teoria, como forma de apoio. Da mesma forma, para compreendermos verdadeiramente o que a teoria transmite, precisamos da prática, sendo portanto algo não dissociável. É esta relação entre ambos que torna o trabalho realizado mais rico.

Uma vez que a investigação-ação se dá num Serviço de Ação Social, pertencente a um município, torna-se relevante compreender qual o papel da Ação Social no poder local. Através das pesquisas bibliográficas e análise do conteúdo, percebeu-se que é a nível autárquico que as intervenções se tornam mais eficazes, isto devido à sua maior proximidade em relação às pessoas e ao fenómeno em estudo/intervenção. Compreendeu-se que a intervenção social determina a continuação dos interesses das populações, podendo esses interesses estar relacionados com a saúde, educação, ensino, proteção à infância, proteção à terceira idade, cultura, tempos livres e desporto. O presente projeto abordou todos esses interesses mencionados, no desenvolvimento das suas atividades.

Idanez (2001 *apud* Tavares, 2004) classifica três princípios nos quais a ação social se baseia, sendo eles a igualdade, a liberdade e a solidariedade. A igualdade, refere-se ao direito de ser tratado por igual e não ser objeto de discriminação. A liberdade, embora apresente um significado amplo, refere-se aos direitos civis e ao exercício efetivo dos direitos sociais, portanto, para haver liberdade é necessário igualmente a não discriminação. Relativamente à solidariedade, a autora destaca a necessidade da existência de mecanismos de compensação para recuperar o desequilíbrio imposto pelo sistema socioeconómico. A intervenção efetuada apoiou-se nestes três princípios, tendo trabalho sempre com base na igualdade de direitos dos sujeitos e da não discriminação, na liberdade através de formação e transmissão de informação para o exercício efetivo dos seus direitos e por último na solidariedade, através das atividades desenvolvidas no âmbito da Loja Social Rede Solidaria, baseada numa lógica de compensação do desequilíbrio socioeconómico numa determinada fase da vida, simultaneamente com uma lógica de tentativa de emancipação dos sujeitos para uma igualdade social.

A mesma autora salienta que o público-alvo dos serviços de ação social não se limitam a populações desfavorecidas, devendo estes dar resposta a todos os cidadãos. No entanto, segundo a mesma autora, o público-alvo destes serviços continuam a apresentar predominantemente alguma fragilidade pessoal e social. Este facto foi comprovado no decorrer da intervenção, onde se verificou que de facto a maioria dos utentes do serviço encontravam-se desfavorecidos de alguma forma, ou eram alvo de algum tipo de exclusão social, contudo, isto não acontece em 100% dos casos, havendo utentes do serviço que não se encontravam em nenhuma destas situações. A título de exemplo, temos alguns idosos participantes em atividades de animação cultural.

Foi ainda abordado nos referentes teóricos, o direito à informação, como forma de inclusão social, havendo a necessidade de se criarem condições para que este direito seja de facto estabelecido. Idanez (2001 *apud* Tavares, 2004) saliente ainda a importância da posse da informação como um instrumento potenciador de mudança. O papel do técnico de serviço social tem aqui um papel fulcral, devendo divulgar a informação com rigor e clareza, àqueles que têm dificuldades em a aceder por diversos motivos. A presente intervenção procurou divulgar a informação através da criação de um serviço de informações na Loja Social Rede Solidária. Na intervenção familiar realizada, a passagem de informações foi também um dos principais focos, necessária para diminuir a situação de exclusão social das famílias e promover a mudança.

Tavares (2004) referiu que a cidadania das crianças se desenvolve essencialmente no âmbito familiar, sendo os seus direitos sobretudo humanos e relacionais. A criança tem direito à informação, aos afetos e à partilha familiar, direitos cruciais para o seu desenvolvimento, nomeadamente desenvolvimento da autoestima, valorização pessoal e capacidade de intervenção. No entanto, algumas eventualidades levam a que algumas crianças se encontrem em situações de desfavorecimento, que limitam as suas aprendizagens. Sabe-se que nem todas as famílias detêm competências para potenciar as aprendizagens às crianças, portanto é necessário atuar de forma a criar pessoas responsáveis, solidárias, assertivas e com autoestima. Na minha opinião, sempre que possível, deve-se dar primazia às famílias biológicas ao invés de lares alternativos, contudo, é necessário que se faça uma intervenção com vista a aquisição de determinadas competências por parte dos pais, para que as crianças não fiquem prejudicadas na sua evolução pessoal.

Uma vez que a ação social também atua com a população idosa, considera-se pertinente informar um pouco acerca do processo de envelhecimento, bem como da importância do envelhecimento ativo. Para iniciar, importa referir que o envelhecimento tem sofrido um grande aumento nos últimos tempos, devido tanto ao aumento da esperança média de vida como à diminuição da taxa de natalidade. O envelhecimento, segundo Fontaine (2000) é o conjunto de transformações que ocorrem no organismo após a fase de desenvolvimento. Este processo não ocorre de igual maneira em todos os indivíduos, pois somos todos diferentes. Birrem & Cuningham (1985 *apud* Fontaine, 2000) defendem que a idade não deve ser medida apenas por fatores cronológicos, falando-nos em idade biológica (envelhecimento orgânico), idade psicológica (competências comportamentais que o indivíduo possui) e idade social (papeis, estatutos e hábitos).

O desenvolvimento cognitivo é algo constantemente afetado pelo envelhecimento, nomeadamente a memória, velocidade de processamento da informação e de resposta e capacidades sensoriais e percetuais. Nesta linha de pensamento, o projeto procedeu à realização de atividades de estimulação cognitivo junto de população idosa.

Os referentes teóricos contribuíram ainda para entender que a animação tem como objetivo promover a autoestima, a autonomia a participação social e o desenvolvimento pessoal e comunitário, sendo uma forma de educação de adultos. Por esse motivo, este foi um dos principais métodos utilizados na intervenção.

Tendo em conta que o tema central deste projeto remete para a “Educação de Adultos e Intervenção Comunitária”, a procura de contributos teóricos acerca deste tema torna-se algo fundamental. Sabemos que a Educação de Adultos se caracteriza pela grande complexidade de práticas e de finalidades. Para Canário (1999) este processo confunde-se com o percurso de vida de cada um e, portanto, torna-se óbvio que sempre existiu educação de adultos.

Bergano (2002) chama a atenção para o chamado “Efeito de S.Mateus”, que afirma que quanto maior o nível de educação dos indivíduos, maior o seu interesse em participar em atividades educativas, em contrapartida, quanto menor o nível de formação inicial, normalmente, menos interesse o indivíduo irá demonstrar em associar-se a atividades de educação de adultos. Tendo em conta este facto, a sensibilização das pessoas menos escolarizadas, para a prática de atividades de aprendizagens ao longo da vida torna-se essencial.

A Educação de Adultos é algo crucial na sociedade de hoje, pois esta encontra-se em constante transformação sendo necessário que as pessoas se adaptem à mesma. Contudo, uma das grandes motivações dos sujeitos para participar em atividades de educação de adultos é o seu desenvolvimento pessoal, ou seja, as pessoas interessam-se em adquirir novas aprendizagens e capacidades pessoais, que não estão diretamente relacionadas com a atividade profissional ou formação inicial, podendo estar simplesmente relacionada com lazer ou *hobby*.

4. Enquadramento Metodológico do Estágio

No presente tópico serão anunciados quais os objetivos que o projeto pretendeu atingir, bem como a fundamentação metodológica na qual a investigação-ação se baseou. Por último, serão apresentados quais os recursos utilizados na aplicabilidade do projeto e as limitações e dificuldades encontradas.

4.1. Objetivos de investigação/intervenção

“A definição dos objetivos é de importância decisiva porque permite orientar todo o processo de pesquisa”. (Moreira, 1994: 20)

Os objetivos devem ser definidos com base nas necessidades, interesses e expectativas do público-alvo encontradas durante a avaliação diagnóstica e devem representar a finalidade do projeto. Os objetivos devem sempre corresponder à finalidade do projeto, isto é, os objetivos têm como principal tarefa concretizar a grande finalidade do projeto, além disso no final da intervenção devem ser facilmente identificados.

Através dos objetivos sabe-se quais os resultados esperados, servindo por isso de indicadores para a avaliação final da intervenção.

Os objetivos podem ser divididos entre gerais e específicos, sendo os primeiros os objetivos da ação e os segundos os objetivos na ação.

De acordo com as informações obtidas na fase de diagnóstico, foram traçados os objetivos do projeto de forma a dar resposta às necessidades e interesses do público-alvo. Os objetivos da ação foram ao encontro das principais necessidades encontradas, sendo elas a Intervenção familiar a duas famílias desfavorecidas do Município, visitas de diagnóstico social e posterior realização de pareceres sociais com vista a isenção de taxas, atividades de Animação e Ocupação de Tempos Livres com crianças e idosos, dinamização da Loja Social Rede Solidária de Esposende e a atualização do Diagnóstico Social do Concelho de Esposende. Nesse sentido, os objetivos delineados para a presente intervenção foram os seguintes:

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Promover a formação/ educação ao longo da vida • Melhorar as condições de vida dos munícipes • Dinamizar a Loja Social Rede Solidária 	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a aquisição de competências a nível de organização, higiene e segurança habitacional, a famílias desfavorecidas. • Promover a autonomia e a participação de famílias desfavorecidas. • Facilitar o acesso à informação aos utentes da Loja Social Rede Solidária. • Desenvolver <i>workshops</i>/Formações na Loja Social Rede Solidária • Definir procedimentos do sistema de qualidade na Loja Social Rede Solidária. • Divulgação da Loja Social Rede Solidária • Realizar atividades de Ocupação de Tempos Livres. • Dinamizar atividades de Estimulação Cognitiva com idosos. • Realizar o Diagnóstico Social do Concelho de Esposende. • Realizar visitas domiciliárias para realização de pareceres sociais. • Promover o voluntariado. • Realizar trabalho administrativo no Serviço de Ação Social.

Tabela 3. Objetivos Gerais e Específicos do projeto de estágio

4.2. Apresentação e fundamentação metodológica

4.2.1. Paradigma de intervenção/investigação

Segundo Gonçalves (2004: 28) a *“(...) realidade social é complexa, particularizada pela omnipresença da subjectividade e do sentido pelo conseqüente desafio da compreensão e da interpretação”*.

Uma vez que se trata de uma intervenção social e que a realidade da vida é complexa e dinâmica, faz todo o sentido basear esta ação no paradigma construtivista, assente nas metodologias qualitativas. Estas metodologias têm em conta a complexidade da realidade social e analisam cada caso individualmente, evitando dessa forma generalizações. Ao contrário dos métodos quantitativos, demasiado objetivos e orientados por números que procuram um resultado baseado numa realidade estática, o método qualitativo adota uma investigação mais descritiva e com uma maior abertura para compreender os fenómenos sociais, uma vez que é dado ao sujeito a investigar uma maior liberdade de expressão. Enquanto no primeiro apenas será analisado aquilo que foi previamente decidido pelos investigadores, no segundo há a possibilidade de descobrir novos dados que o investigador não tinha conhecimento e que podem ser relevantes para a pesquisa.

O facto das metodologias qualitativas se focarem nos casos particulares, não invalida que seja possível investigar uma comunidade/sociedade através deste método, pelo contrário, os investigadores partem dos casos particulares e a partir da comparação entre eles formam teorias mais abrangentes, ou seja, partem do individual para conhecer os fenómenos sociais.

Embora este projeto dê primazia às metodologias qualitativas, não implica que coloque totalmente de parte as metodologias quantitativas, uma vez que estas são também necessárias. As metodologias quantitativas, fortemente voltadas para os resultados, permitem-nos obter dados estatísticos necessários tanto para a fundamentação como para a avaliação do projeto, sendo elas que permitem compreender se os objetivos propostos foram ou não atingidos. Posto isto, e uma vez que ambas as metodologias se complementam, o presente projeto irá contemplar ambas as metodologias, consoante as necessidades do momento.

Na perspetiva construtivista, os educandos são os responsáveis primordiais pela construção do seu próprio conhecimento, o educador atua como investigador e dinamizador de atividades que valorizem as suas ideias prévias e que de alguma forma provoquem a

problematização e a reflexão. O conhecimento resulta das ações, reflexões e críticas dos educandos sobre as aprendizagens. *“A aprendizagem é uma atividade construtiva que os próprios alunos têm de realizar”* devendo o educador *“proporcionar aos alunos oportunidades e incentivos para o construir”* (Fosnot, 1996: 20).

O paradigma construtivista atua seguindo metodologias qualitativas, uma vez que estas permitem a compreensão da conduta humana, tendo em consideração a pessoa e os seus marcos de referência. As metodologias qualitativas são caracterizadas por uma maior proximidade do objeto em investigação/intervenção, uma vez que atua com ele e não para ele, no seu meio natural, permitindo-lhe assim que tenha um papel mais ativo e participativo no seu próprio processo de formação e autoconhecimento.

Segundo Barbosa (2004) o fenómeno educativo é um fenómeno intencional e que tem como objetivo a transformação ou revisão das posturas do indivíduo, sendo fundamental portanto que o educando a veja como algo desejável. Aquilo que é ou não desejável difere de pessoa para pessoa, com base nos fatores que foram interiorizados ao longo da vida de cada um.

4.2.2. Seleção dos métodos da Intervenção/ Investigação

“O método consiste, essencialmente, num conjunto de operações, situadas a diferentes níveis, que tem em vista a consecução de objectivos determinados. Corresponde a um corpo orientador de pesquisa que, obedecendo a um sistema de normas, torna possíveis a selecção e a articulação de técnicas, no intuito de se poder desenvolver o processo de verificação empírica” (Pardal e Correia, 1995: 10)

O método utilizado neste projeto é a Investigação-Ação-Participativa que se trata de um estudo de casos em que a população a quem o estudo se destina, participa ativamente no conhecimento da sua própria realidade. Segundo Serrano (2004: 111) *“esta investigação faz com que a teoria e a prática possuam um espaço de diálogo comum de modo que a prática se converta em investigadora, pois nada melhor que ela para saber os problemas que precisam de solução”*.

As principais características deste método são o facto de os objetivos serem definidos com base nos interesses/necessidades de um determinado grupo (diagnóstico) e terem como finalidade a transformação da realidade, ou seja, a modificação da situação-problema.

A investigação e a ação acontecem simultaneamente, numa ótica participativa tanto por parte do investigador como por parte do objeto de estudo, havendo uma interação entre eles e aprendendo juntos. Esta metodologia baseia-se no pressuposto de que a população é o principal agente de mudança e que será mais simples se as pessoas adquirirem uma melhor compreensão da sua própria situação e a compreensão de que há possibilidades de mudança. A investigação-ação-participativa é portanto *“uma estratégia de investigação que garante modificar diretamente o comportamento dos participantes, para tornarem-se em agentes de mudança que lhes diga respeito a si e ao seu ambiente”* (Serrano, 2004: 103)

Na investigação-ação-participativa não há hierarquias entre investigador e público-alvo, a forma de comunicação deve ser igualitária entre as partes de forma a construir um trabalho em comum.

Serrano (2004) menciona a investigação-ação participativa como sendo um processo cíclico. Inicialmente é diagnosticado um problema através do qual é planeada a ação, coloca-se em prática o plano e observa-se o funcionamento das ações planeadas, posteriormente reflete-se acerca dos resultados obtidos e volta-se a planear a ação. Este processo é repetido sucessivamente, como podemos ver no esquema seguinte, e implica a participação dos sujeitos durante todo o seu decorrer.

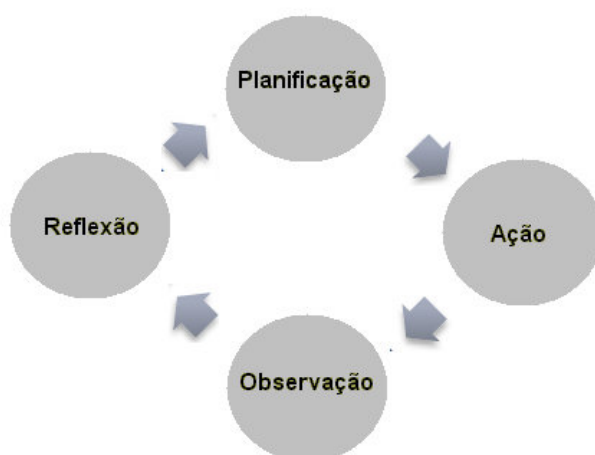


Figura 2. Esquema da Investigação-ação-participativa

Para a utilização das técnicas de participação ativa por parte do público-alvo, é necessário dar-lhes as ferramentas para que possam participar, ou seja, é necessário criar espaços e oportunidades de participação bem como capacitar as pessoas para que saibam como o fazer.

A Animação Sociocultural é uma forma de investigação-ação-participativa, na medida em que se fundamenta numa pedagogia ativa e participativa, na qual os indivíduos são os protagonistas das suas próprias ações.

O método Auto Biográfico, baseado nas histórias de vida, insere-se também nesta forma de investigação-ação-participativa, na medida em que se baseia em técnicas qualitativas e assenta no paradigma construtivista.

Para uma melhor compreensão do método é importante contextualiza-lo.

O método autobiográfico surgiu no início do séc. XX nos Estados Unidos da América (EUA) devido às sucessivas mudanças sociais. Com a revolução industrial, há um grande movimento das populações rurais para as cidades, populações que possuem um passado muito diferente da realidade em que vivem. As Histórias de vida surgiram como uma forma de “salvaguardar” esse passado para que não fosse esquecido mas também como uma forma de inserção social, pois para inserir nada mais importante que conhecer. O método é ainda utilizado como forma de conservação de valores e saberes, pois as transmissões que anteriormente eram feitas de geração em geração, começam a pôr-se em causa com a nova dinâmica social. Este método acabou por entrar em desuso e voltou com grande força na Europa na década de 50.

Podemos definir o método autobiográfico como um método que se baseia nos relatos das experiências vividas pelo próprio narrador. Estas experiências são reconstruídas, tendo em conta que se trata da visão do narrador e não da ação em si. Apesar de as experiências poderem incluir outras pessoas, importa referir que na utilização deste método o narrador tem obrigatoriamente que fazer parte das experiências narradas, narrando-as consoante a sua interpretação dos factos.

4.2.3. Seleção das Técnicas da Intervenção/ Investigação

Relativamente às técnicas, devemos destacar que estas, ao contrário dos métodos *“nunca configuram um corpo orientador de investigação, nem um plano de trabalho sobre a mesma, mas somente um instrumento para a realização daquele”* (Pardal e Correia, 1995: 10)

A seguinte tabela apresenta as técnicas de investigação e de intervenção utilizadas durante todo o processo do projeto, nomeadamente na fase de diagnóstico, implementação e avaliação.

	Diagnóstico	Implementação	Avaliação
Técnicas de Investigação	<ul style="list-style-type: none"> • Pesquisa Bibliográfica • Análise Documental • Conversas Informais • Inquérito por Questionário • Análise do Conteúdo • Observação Participante/ não Participante 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação Participante/ não Participante • Registo Fotográfico • Conversas Informais • Histórias de Vida • Notas de Campo e Relatórios de Intervenção • Pareceres sociais 	<ul style="list-style-type: none"> • Questionário e Inquérito por Questionário • Análise do conteúdo • Conversas Informais
Técnicas de Intervenção		<ul style="list-style-type: none"> • Animação Cognitiva • Animação Promotora do Desenvolvimento Pessoal e Social • Animação Lúdica Socioeducativa e Cultural • <i>Workshop</i> • Ação de Sensibilização • Visita Domiciliária 	

Tabela 4. Técnicas de Investigação e de Intervenção

▪ **Técnicas de Investigação**

➤ **Pesquisa Bibliográfica**

“Quando um investigador inicia um trabalho, é pouco provável que o assunto tratado nunca tenha sido abordado por outra pessoa, pelo menos em parte ou de forma indirecta. (...) Todo o trabalho de investigação se inscreve num continuum e pode ser situado dentro de, ou em relação a, correntes de pensamento que o procedem e influenciam” (Quivy & Campenhoudt, 1992: 48).

Posto isto, torna-se essencial, antes de iniciar qualquer investigação/ação, a realização de pesquisas acerca de outros estudos efetuados dentro do mesmo tema, intervenções já efetuadas na mesma área de ação e referentes teóricos de autores peritos na matéria. Este procedimento é fundamental para nos orientar na nossa investigação/ação, uma vez que nos permite inteirar melhor no tema a desenvolver e dar-nos noção daquilo que já foi feito. *“Seria ao mesmo tempo absurdo e presunçoso acreditar que podemos pura e simplesmente passar sem esses contributos, como se estivéssemos em condições de inventar tudo por nós próprios” (Idem: 49).*

Nesta linha de pensamento, recorreu-se à pesquisa bibliográfica na primeira fase do projeto, de forma a compreender melhor algumas matérias relacionadas com o tema da intervenção-ação e de forma a conhecer alguns projetos/investigações já realizadas. Foram procuradas portanto referências bibliográficas acerca do papel da Ação Social nos Municípios, do Envelhecimento e Envelhecimento Ativo, Animação e a importância da Educação de Adultos na sociedade atual.

➤ **Análise Documental**

Segundo Pardal & Correia (1995: 74) a Análise Documental é considerada uma *“técnica de recolha de informação necessária em qualquer investigação, o recurso a documentos é uma tarefa difícil e complexa que exige do investigador paciência e disciplina”*. Esta técnica é necessária em quase todos os projetos de ciências sociais.

Neste projeto, recorreu-se à análise documental na fase de diagnóstico, de forma a compreender o funcionamento e organização da Instituição. Recorreu-se também a esta técnica aquando a realização do Diagnóstico Social do Concelho de Esposende, de forma a encontrar informações relevantes e imprescindíveis à execução do mesmo.

➤ **Conversas Informais**

As conversas informais foram umas das técnicas utilizadas durante o desenvolvimento de todo o projeto. Na fase inicial, de diagnóstico, para além da análise documental e pesquisa bibliográfica, foram mantidas conversas informais com os colegas do Serviço de Ação Social, bem como com outros técnicos de outros serviços da CME, de forma a conhecer um pouco melhor o contexto de estágio. Ainda em fase de diagnóstico, estas foram utilizadas nos primeiros contactos com os elementos com os quais foram desenvolvidas atividades, de forma a compreender os seus interesses, necessidades e expectativas. Foram ainda utilizadas como forma de avaliação contínua, através das quais se foi percebendo o nível de satisfação dos participantes em relação às atividades em desenvolvimento.

➤ **Notas de Campo e Relatórios de Intervenção**

No âmbito da Intervenção Familiar, recorreu-se a notas de campo de forma a registar os acontecimentos das sessões. A partir destas notas, foram realizados Relatórios de Intervenção onde consta a situação social das famílias, as ações desenvolvidas para minimizar os problemas das mesmas bem como as evoluções ocorridas no decorrer do processo. A técnica de registo de notas de campo foi também utilizada no âmbito das visitas domiciliárias para isenção de taxas municipais.

➤ **Pareceres Sociais**

No âmbito das visitas realizadas a habitações, de munícipes que efetuaram pedidos para isenção de taxas municipais, foram realizados pareceres sociais baseados no questionário efetuado e na observação participante da habitação e, sempre que possível, da situação social da família.

➤ **Questionário e Inquérito por Questionário**

O Inquérito por questionário *“Consiste em colocar a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população, uma série de perguntas relativas à sua situação social, profissional ou familiar, às suas opiniões, à sua atitude em relação a opções ou a questões humanas e sociais, às suas expectativas, ao seu nível de conhecimentos ou de consciência de um acontecimento ou de um problema, ou ainda sobre qualquer outro ponto que interesse os investigadores”* (Quivy & Campenhoudt, 1992: 190).

No projeto recorreu-se ao inquérito por questionário de forma a proceder-se ao diagnóstico de necessidades, interesses e expectativas dos utentes da LSRS, bem como realizar um pequeno estudo acerca da sua satisfação em relação aos serviços da mesma. Esta técnica foi ainda utilizada em diversas atividades, como forma de avaliação de satisfação dos grupos.

O questionário foi também utilizado individualmente como forma de avaliação, em atividades como a Intervenção Familiar, onde se pretendia obter dados acerca da família em exclusivo e não acerca de um grupo.

➤ **Análise de Conteúdo**

Segundo Quivy & Campenhoudt (1992: 224-225) a Análise do Conteúdo *“oferece a possibilidade de tratar de forma metódica informações e testemunhos que apresentam um certo grau de profundidade e de complexidade”*. Trata-se da interpretação e sistematização dos dados recolhidos através do instrumento de recolha utilizado, neste caso, trata-se da análise das informações recebidas através dos inquéritos por questionário, utilizados tanto na fase de diagnóstico como de avaliação final das atividades.

➤ **Observação Participante e Não Participante**

“Não há ciência sem observação, nem estudo científico sem um observador” (Pardal e Correia, 1995: 49)

Quivy & Campenhoudt (1992: 197) refere que os métodos de observação direta *“constituem os únicos métodos de investigação social que captam os comportamentos no momento em que eles se produzem e em si mesmos, sem a mediação de um documento ou de um testemunho”*. A observação poderá ser participante ou não participante, consoante a postura do investigador. Segundo Pardal e Correia (1995: 50) (...) na observação não-participante *“o observador é essencialmente um espectador”*, enquanto na observação participante este *“vive a situação, sendo-lhe, por isso, possível conhecer o fenómeno em estudo a partir do interior”*. Ou seja, a diferença está no facto do observador participar ou não nas atividades a decorrer.

A presente intervenção deu primazia à observação participante, tendo funcionado simultaneamente como forma de criar laços com os participantes. Esta técnica foi empregada durante todo o desenvolvimento do projeto, tendo sido utilizada primeiramente para se proceder à avaliação diagnóstica e no decorrer da intervenção como forma de avaliação contínua.

➤ **Registo Fotográfico**

O registo fotográfico foi utilizado em várias atividades do projeto, tendo sido utilizado por diversos motivos em diferentes situações. Nas atividades de animação, *workshops* e na Ação de Sensibilização, foi utilizado como forma de retratar os momentos, bem como registar as reações do público-alvo no decorrer da atividade. Esta técnica foi também utilizada nas atividades de Intervenção Familiar, com o intuito de registar o estado da habitação antes da intervenção e após a intervenção, de forma a proceder-se à análise das diferenças.

➤ **Histórias de Vida**

“As histórias de vida são entrevistas exaustivas com os atores sociais com objetivo de obter uma narrativa dos seus percursos de vida”³

A técnica de histórias de vida foi utilizada no âmbito da Intervenção Familiar, de forma a compreender a situação social da família e as suas causas. Utilizou-se ainda no contacto com pessoas idosas, de forma a promover o autoconhecimento e a valorização pessoal.

▪ **Técnicas de Intervenção**

➤ **Animação cognitiva**

A animação cognitiva trata-se da realização de exercícios mentais que promovem a estimulação cognitiva, ou seja, que mantêm o cérebro ativo. Como já foi exposto no tópico 3 (referentes teóricos), o desenvolvimento cognitivo é frequentemente afetado com o avançar da idade, contudo, esse declínio pode ser minimizado através de exercício mental regular. A estimulação cognitiva previne ainda o aparecimento de doenças degenerativas. Posto isto, foram realizadas atividades de estimulação cognitiva com pessoas idosas, estimulando-se a memória, raciocínio e expressão oral. As atividades foram adaptadas aos interesses e necessidades dos utentes.

➤ **Animação promotora do desenvolvimento pessoal e social**

Conforme Jacob (2007: 96) a animação promotora do desenvolvimento pessoal e social subentende o desenvolvimento das *“competências pessoais e sociais da pessoa e,*

³ Informação retirada do site http://www.fpce.up.pt/iiiijornadashistoriasvida/pdf/2_Da%20biografia%20%E0%20historia%20de%20vidaPDF.pdf, 22 de Outubro de 2013

principalmente, da pessoa como elemento de um grupo". Segundo o mesmo autor, esta deve promover o autoconhecimento e a interação entre o sujeito e o grupo.

A presente técnica foi utilizada com pessoas idosas através das partilhas de histórias de vida e com famílias em intervenção através de formação para o desenvolvimento de competências.

➤ **Animação lúdica socioeducativa e cultural**

As atividades de animação lúdica socioeducativa e cultural consistem em atividades que permitem aos participantes desfrutar de momentos de convívio e de lazer, promovendo simultaneamente a educação/formação e elevar conhecimento culturais. Este tipo de animação deu-se através da dinamização de passeios culturais com idosos e das atividades educativas e culturais com crianças.

➤ **Workshop**

O *workshop* trata-se de uma reunião com um conjunto de pessoas interessadas em debater um determinado assunto. É uma exposição de conteúdos, contudo, promove a troca de ideias e a demonstração de técnicas. Num *workshop* os participantes têm um papel ativo, sendo convidados a participar nos assuntos expostos. Trata-se de uma formação caracterizada pela proximidade com os participantes e pela curta/média duração. Esta técnica foi utilizada com os utentes da Loja Social Rede Solidária, abordando a temática da alimentação saudável e da poupança na alimentação.

➤ **Ação de Sensibilização**

Esta técnica foi utilizada como forma de dar a conhecer à comunidade as necessidades da Loja Social Rede Solidária, apelando para a solidariedade. Tencionava-se sensibilizar as pessoas acerca do impacto que uma pequena contribuição tem para as famílias necessitadas do concelho.

➤ **Visita Domiciliária**

Foram realizadas visitas a habitações, nas quais se procedeu à aplicação de um questionário, simultaneamente com conversas informais e observação participante. Estas visitas

tinham como intuito retirar um parecer social da família, devido ao pedido de isenção de taxas municipais, tais como o pagamento de passes escolares e a taxa de resíduos sólidos.

4.3. Recursos mobilizados e limitações do processo

4.3.1 Recursos mobilizados

Para que as atividades pudessem ser postas em prática (ponto 5), foram necessários recursos materiais, humanos, físicos e financeiros.

A tabela X indica-nos os materiais utilizados ao longo da investigação-ação, em cada tipo de atividade desenvolvida.

Recursos Materiais	
Workshop “Comer Bem e Barato”	Águas; Capas; Canetas; Folhas de Papel; Data Show; Computador; Fotocópias;
Intervenção Familiar	Carro; Fotocópias;
Visitas domiciliárias	Carro; Questionário;
Atividades de Estimulação Cognitiva	Carro; Fotocópias: Jogos; Legumes; Frutos; Flores; Especiarias; bolas;
Passeios Culturais	Autocarros; Chapéus; Fotocópias;
Divulgação da Loja Social Rede Solidária	Computador; Internet; Tintas; Sabonetes; Papel crepe; Tesouras; Cola Branca; Pincéis;
Monitorização de Atividades com crianças	Cartolinas; Marcador; Fotocópias, Cola; Tesoura;
Outras Atividades	Fotocópias; Computador; Internet

Tabela 5. Recursos Materiais

Todo o material necessário para as atividades, há exceção do usado na criação dos jogos de estimulação cognitiva, foi disponibilizado pela CME. Esta também teve responsável por todos os encargos financeiros, tais como o aluguer de autocarros e motoristas e custos de entradas em locais a visitar.

As atividades desenvolvidas ao longo do projeto decorreram em diversos espaços físicos, nomeadamente, no espaço do Serviço de Ação Social, nas instalações da Loja Social Rede

Solidária, em Espaços Públicos, no Centro de Dia de uma IPSS do concelho, nas habitações das famílias em Intervenção, em várias instituições do concelho de Esposende e na Casa da Juventude.

Relativamente aos recursos humanos envolvidos, estes podem ser consultados na tabela seguinte.

Recursos Humanos	
Responsável do Serviço de Ação Social (Acompanhante de Estágio)	
Workshop “Comer Bem e Barato”	<ul style="list-style-type: none"> • Participantes • Estagiária • Técnica Nutricionista
Intervenção Familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Estagiária • Elementos das Famílias • Técnica de Serviço Social, Gestora da Família 2
Visitas Domiciliárias	<ul style="list-style-type: none"> • Estagiária • Elementos das Famílias
Atividades de Estimulação Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Estagiária • Idosos pertencentes ao Centro de Dia e Centro de Convívio de uma IPSS do concelho. • Técnicas da IPSS • Estagiária de Sociologia na CME
Passeios Culturais	<ul style="list-style-type: none"> • Estagiária • Estagiária de Sociologia na CME • Pessoas idosas participantes • Responsáveis/ Guias nos locais a visitar
Divulgação da Loja Social Rede Solidária	<ul style="list-style-type: none"> • Estagiária • Voluntários da LSRS • Responsável da LSRS

Diagnóstico Social do Concelho de Esposende

- Estagiária
- Estagiária de Educação Social Gerontológica na CME

Tabela 6. Recursos Humanos

4.3.2. Limitações do Processo

Um dos objetivos gerais previamente definido para este projeto, passava pela divulgação da prática de voluntariado no concelho de Esposende. Este objetivo seria passado à ação, através da criação de um sítio na internet onde estaria organizado toda a informação acerca das ofertas de voluntariado das instituições, por freguesia. Acontece que são muito poucas as instituições que apresentam ofertas neste sentido, não havendo informação suficiente que justificasse a criação de um *site*. Algumas instituições, apesar de aceitarem esporadicamente voluntários, não reportam informação suficiente para o Banco Local de Voluntariado, dificultando dessa forma a orientação dos voluntários nesse sentido. Seria necessário todo um trabalho de sensibilização junto das instituições, acerca das inúmeras vantagens do contributo do voluntariado para com as mesmas, contudo, uma vez que este projeto apresenta outras prioridades, o tempo disponível para a realização deste processo não é suficiente. Posto isto, optou-se por substituir esta atividade por um maior foco na divulgação da Loja Social Rede Solidária, ainda bastante desconhecida pelos munícipes devido a tratar-se de algo bastante recente.

A segunda dificuldade encontrada relaciona-se com a realização do Diagnóstico Social do Concelho de Esposende. Após uma exaustiva pesquisa bibliográfica e análise documental, especialmente através do Instituto Nacional de Estatística (INE), percebeu-se que as informações encontradas não seriam suficientes para a conclusão do diagnóstico. Nesse sentido, registou-se as informações necessárias em falta e foram enviados requerimentos às instituições competentes, pedindo os dados respetivos. Foram muito poucas as respostas que obtivemos a estes pedidos, não tendo sido possível, até ao momento de término do estágio, recolher toda a informação necessária, essencial para finalizar o documento.

Por último, considero que a maior limitação de todo o processo esteve relacionada com o excesso de formalidades. Uma vez que atuei num serviço pertencente a uma Câmara Municipal, todas as ações/intervenções efetuadas necessitaram ser devidamente formalizadas

com antecedência, passando por várias mãos até receber por fim a aprovação. Todos estes procedimentos burocráticos, por vezes morosos, dificultam um pouco o trabalho, na medida em que causa atrasos na intervenção.

5. Descrição, Discussão e Avaliação das Atividades de Estágio

Neste tópico serão expostas e descritas as atividades realizadas ao longo do projeto, bem como as atividades inicialmente programadas que, por algum tipo de limitação, não se desenvolveram. Ainda neste ponto, serão discutidos e avaliados os resultados das mesmas.

5.1. Descrição das atividades de estágio

As atividades foram escolhidas com base nos objetivos propostos no projeto de estágio, tendo, como já referi, como principais focos a promoção da Educação ao Longo da Vida, o melhoramento das condições de vida dos munícipes e a dinamização da Loja Social Rede Solidária. O plano da ação visou dar resposta a estas necessidades, através de atividades de promoção do voluntariado, atividades de apoio a famílias, atividades que visam uma maior dinamização da Loja Social Rede Solidária bem como o seu aperfeiçoamento contínuo, atividades de Ocupação de Tempos Livres com crianças e com idosos, visitas de diagnóstico social para isenção de taxas municipais e realização do Diagnóstico Social do Concelho de Esposende 2012. As atividades foram desenvolvidas com base no método de investigação-ação-participativa, assente no paradigma construtivista, dando primazia às metodologias qualitativas.

De forma a inspirar-me na escolha das atividades adequadas a cada caso, foi feita uma pesquisa tanto em manuais de educação como em *sites* na internet. A análise de projetos e atividades já implementadas acerca dos temas abordados foi um grande apoio à intervenção, bem como as conversas informais que mantive com alguns técnicos da Instituição, bem como com outros profissionais das áreas sociais. Apesar das inspirações retiradas, todas as atividades foram pensadas a partir das necessidades, interesses e expectativas dos utentes e adaptadas aos mesmos.

Importa referir, que nem todas as atividades previamente programadas acabaram por se desenvolver, pois no decorrer do processo foram encontradas dificuldades que impediram a sua execução, contudo, estas foram substituídas por outras atividades viáveis igualmente pertinentes para o projeto.

5.1.1. Intervenção Familiar

No âmbito da Intervenção Familiar, foram acompanhadas duas famílias, as quais intitulei como “Família 1” e “Família 2”. Em ambas as atuações foram aplicadas técnicas de motivação, tais como reforço positivo através do elogio, o esclarecimento dos objetivos das atividades a realizar e da sua importância, envolvimento das utentes nas decisões a tomar, compreensão dos

seus interesses e expectativas e trabalhar com base nos mesmos, utilização de linguagem clara e acessível, fornecer as informações necessárias para a realização das atividades e criação de um ambiente acolhedor e transmissor de confiança.

➤ **Família 1**

A família é constituída por uma idosa a residir sozinha. Esta possui duas habitações situadas no mesmo terreno, contudo, nenhuma apresenta as condições desejáveis para viver.

As primeiras sessões serviram para conhecer a história de vida da utente, através de conversas informais, para que pudesse compreender melhor quais as suas necessidades reais. Realizado o diagnóstico, a atuação deu-se sobretudo numa tentativa de emancipação da mesma, através de técnicas de organização pessoal e através de estímulos para uma maior inserção na comunidade local, de forma a diminuir o sentimento de solidão e fomentar a entreatajuda entre a vizinhança. Trabalhou-se ainda aspetos relacionados com a higiene e com a saúde da utente.

▪ **Escolha da Habitação a Intervir**

Não havendo recursos suficientes para atuar em ambas as habitações, tornou-se necessário decidir qual possuía melhores condições para a utente residir, procurando-se assim criar um ambiente familiar acolhedor e que reúna condições de higiene e segurança.

Ambas as habitações apresentavam prós mas também contras o que dificultou a escolha. Os principais contras eram o facto da primeira habitação se encontrar totalmente infestada com ratos e a segunda possuir uma foça bastante antiga e pequena, encontrando-se constantemente cheia. Nenhuma das casas reunia condições de habitabilidade, pelo que a utente tinha obrigatoriamente que dormir numa (devido aos ratos) e tomar banho na outra (devido ao problema da foça).

Visita de Técnico Especializado na área da habitação

De forma a ter uma opinião mais profissional acerca do assunto, foi marcada uma visita informal em conjunto com um técnico da instituição, especializado na área das habitações.

Todavia, apesar de a visita estar previamente combinada com a utente, esta mostrou-se bastante reticente na sua presença, pelo que não foi possível entrar na habitação. Esta considerou invasivas determinadas perguntas do técnico, pois partia do pressuposto que ele a queria prejudicar, aplicando-lhe multas por não ter a foça nas devidas condições. Apesar de todo o constrangimento, foi possível através de conversas entre a utente e o técnico

compreender qual a habitação mais adequada, tendo-se optado pela primeira, uma vez que a resolução do problema da foça traria mais custos que a desinfestação de ratos. No entanto, esta teria que continuar a residir na segunda habitação até a situação estar resolvida.

Objetivos Específicos: Selecionar a habitação com melhores condições para residir.

▪ **Consulta ao Médico de Família**

Foi-me pedido pela utente que a acompanhasse na ida a uma consulta com o médico de família, de forma a explicar-lhe melhor as indicações do mesmo pois ela nem sempre o compreende bem. Uma vez que já tencionava falar com o médico, aproveitei para perceber quais os problemas de saúde que a utente realmente possui para dessa forma realizar melhor a minha intervenção.

Objetivos Específicos: Realizar um diagnóstico de saúde da utente; Perceber as indicações do médico e transmiti-las à utente.

▪ **Limpeza e desinfestação da habitação**

As residências da utente encontravam-se ambas em total desordem e, acima de tudo, com excessiva falta de higiene. Esta devido aos seus inúmeros problemas de saúde, especialmente os problemas de coluna e os problemas respiratórios, não apresenta capacidades para efetuar uma limpeza geral. A utente encontrava-se constantemente doente, com fortes constipações, o que dificultou as sessões de organização da casa, contudo, esta com força de vontade foi efetuando algumas melhorias na residência. Começou por comprar os produtos necessários para a desinfestação de ratos e colocou por toda a casa. Nos dias em que não chovia, foi pondo os montes de roupa suja de urina de rato a lavar e a secar. Nos dias em que se sentia melhor, foi fazendo alguma limpeza na habitação.

Pedido de Apoio

Foi pedido à IPSS da freguesia apoio a nível de limpeza habitacional. O objetivo seria realizar-se uma organização e limpeza profunda da casa, para que posteriormente a manutenção pudesse ser efetuada pela utente, no entanto, apesar de esta inicialmente se ter mostrado bastante disponível, este apoio acabou por não acontecer uma vez que a utente não tencionava tornar-se cliente da instituição.

Objetivos Específicos: Criar condições de higiene e segurança na habitação.

- **Limpeza do Jardim**

O jardim/terreno da casa encontrava-se bastante sujo, pois a utente acumulava sacos de lixo no exterior da casa e nem sempre os levava para o contentor. Com o tempo o lixo acabava por espalhar-se por todo o espaço. Esta situação, segundo o técnico especializado que visitou a habitação, poderia ser uma das causas da existência de ratos na habitação.

A utente, aos poucos, foi retirando algum do lixo que se encontrava mais visível e levando para o contentor, no entanto, devido ao facto de esta não poder fazer muitos esforços, tornou-se necessário contratar uma pessoa para realizar uma limpeza profunda ao jardim. Esta optou por contratar um vizinho seu amigo, que lhe fez o trabalho a um preço acessível e com a possibilidade de pagar em duas prestações.

Objetivos Específicos: Criar condições de higiene e segurança na habitação.

- **Formação com Técnico Cardiopneumologista**

Foi efetuada uma sessão de esclarecimento com um Técnico Cardiopneumologista, onde se abordou o tema “Apneia do sono”, pois tratava-se de um assunto que suscitava à utente bastantes dúvidas. Foi também exemplificado como se coloca corretamente o aparelho de suporte ventilatório, utilizado ao dormir, pois era também algo na qual a utente sentia imensas dificuldades, queixando-se que este lhe causava desconforto.

A sessão deu-se na habitação da munícipe, num ambiente informal onde a utente pôde colocar todas as suas dúvidas. Findada a sessão, foi entregue à utente alguns folhetos informativos sobre o tema, para consulta posterior.

Objetivos Específicos: Esclarecimento de dúvidas acerca da problemática “Apneia do Sono”, as suas consequências e como minimizar os danos; Formação para uma utilização adequada do aparelho de suporte ventilatório.

- **Apoio na Resolução de problemas pessoais**

No decorrer da intervenção, deparamo-nos com vários problemas resultantes da falta de capacidade da utente para se organizar. Como exemplo, temos uma dívida à CME por pagamento em atraso da Taxa de Resíduos Sólidos. Devido a este lapso, a utente ficou obrigada a pagar juros. A utente foi orientada a dirigir-se à CME e explicar a sua situação, fazendo um pedido de isenção de juros. Embora esta me tenha solicitado, optei por não acompanhar a

utente à CME, para assim estimular a autonomia da mesma e promover a sua autoconfiança, fazendo-a compreender que é capaz de resolver os seus problemas.

Objetivos Específicos: Auxiliar na resolução de problemas pessoais; Promover a sua autonomia e autoconfiança.

▪ **Técnicas de Organização Pessoal**

Tendo em conta os inúmeros problemas pelos quais a utente foi passando ao longo da intervenção, devido a uma má organização da própria vida, tornou-se evidente a necessidade de criar estratégias de organização pessoal. Nesse sentido, orientou-se a utente para a criação de listas de coisas a fazer, que diariamente riscaria consoante se encontrassem realizadas. Para além das listas, colocou-se na cozinha uma espécie de Tabela com a informação das principais responsabilidades no espaço de três meses. Por último, orientou-se também a utente para o uso de uma agenda, pois ali seriam colocadas as responsabilidades a efetuar a longo prazo, ou seja, passados os três meses expostos na Tabela, a utente deveria ir verificar na Agenda as responsabilidades para os três meses seguintes e efetuar uma nova Tabela.

Objetivos Específicos: Promover a autonomia; Promover a capacidade de organização pessoal.

▪ **Tentativa de Inserção em Centro de Dia**

Face aos problemas de saúde da utente, associados à sua situação emocional, foi efetuada uma tentativa de a inserir num Centro de Dia da freguesia, onde poderia conviver com outros idosos e simultaneamente ter um melhor acompanhamento, principalmente a nível de alimentação saudável e exercício físico, uma vez que a obesidade é a principal causa da maioria dos problemas de saúde da utente.

Com este objetivo, marquei reunião na IPSS da freguesia com a responsável do economato da Instituição. Foram conseguidos dois dias à experiência para assim motivar a utente. De facto, o feedback da experiência pela utente foi muito positivo, tendo decidido que se iria inscrever no mês seguinte, contudo, acabou por não o fazer.

Objetivos Específicos: Estimular a socialização com outros idosos, numa tentativa de combate à solidão; Garantir um acompanhamento adequado a nível de saúde e bem-estar da utente.

- **Procura de voluntários para acompanhar a utente no futuro**

Uma vez que a utente não se mostrou interessada em ficar inscrita no Centro de Dia, e tendo em conta que não seria conveniente a utente deixar de ter qualquer apoio após esta intervenção, optou-se por procurar algum voluntário da mesma freguesia que a pudesse ir apoiando quando necessário.

Foi possível contactar um casal de voluntários, vizinhos da utente, com o perfil indicado para a ir acompanhando. Trata-se de um casal de reformados com uma vasta experiência em voluntariado ao longo da vida, tendo já apoiado várias situações entre vizinhança. Estes realizam sessões de entreajuda, uma vez por mês, com um grupo de pessoas da freguesia, passando a utente também a participar.

Objetivos Específicos: Garantir um acompanhamento adequado a nível de saúde e bem-estar da utente.

- **Família 2**

Esta família é constituída por um casal e os seus três filhos menores. A Intervenção visou trabalhar competências da munícipe a nível de organização da habitação, com especial incidência na higienização habitacional e organização e tratamento do vestuário. Foram acordados e foram sendo realizados objetivos específicos para cada uma das sessões. Trabalhou-se ainda questões de higiene e alimentação dos menores e promoveu-se a emancipação da utente para a resolução de problemas que afetem a sua vida e da sua família.

Foram efetuados contactos frequentes com a gestora do caso, de forma a dar conhecimento da intervenção realizada. Foram feitos ainda dois relatórios da intervenção para anexar ao processo da CPCJ, um de avaliação contínua e outro com os resultados da atuação.

- **Organização de roupas, calçado e brinquedos**

Este foi o primeiro aspeto a ser trabalho, uma vez que se compreendeu, em conjunto com a utente, ser a principal necessidade no momento.

Começou-se por organizar as roupas das duas crianças mais velhas pois encontrava-se toda junta, tendo-se escolhido espaços para colocar a roupa de cada um. A roupa que ainda não servia foi separada daquela que estava pronta a usar. As peças que deixaram de servir e/ ou não estavam em bom estado foram encaminhadas para a Loja Social Rede Solidária, com o consentimento da utente. O vestuário foi organizado por categorias, tais como “Calças”;

“Camisolas de manga comprida”; “Camisolas de manga curta”; “Roupa desportiva”; etc. A roupa de verão foi também separada da de inverno, de forma a facilitar o uso no dia-a-dia. Sugeriu-se ainda a utilização de cabides para colocar os casacos.

Posteriormente usou-se o mesmo sistema para organizar as roupas dos restantes elementos do agregado familiar. Organizou-se ainda por secções as roupas de cama, roupas de banho e os têxteis de casa e cozinha e definiu-se espaços para colocação do calçado e dos brinquedos. Em todas as sessões de intervenção selecionou-se peças de roupa que enchem vários sacos para levar para a LSRS, compreendendo-se que a utente acumulava bastante roupa à qual a família não dava qualquer uso, nesse sentido, foi dada formação à utente no sentido de seleccionar sempre o material que lhe davam antes de guardar, escolhendo apenas aquilo que de facto iria utilizar.

Objetivos Específicos: Organização de roupas, calçado e brinquedos; Formação para a aquisição de competências de organização habitacional; Garantir a segurança e bem-estar dos menores.

- **Limpeza habitacional**

O diagnóstico realizado permitiu compreender que a utente não apresentava as mínimas noções a nível de limpeza da casa, assim, tornou-se essencial promover uma formação que estimulasse a aquisição de competências necessárias nessa área. Iniciou-se esta etapa pela limpeza dos móveis de toda a casa e a consciencialização da necessidade de varrer o chão, uma vez que este se encontrava constantemente muito sujo. Ainda relativamente a esta situação, foi trabalhado com a utente no sentido de perceber as vantagens da substituição do calçado do dia-a-dia pelo uso de chinelos de quarto aquando a chegada a casa, principalmente na situação do marido que, devido ao emprego, trazia o calçado bastante sujo. Foram efetuadas ainda sessões de limpeza da casa de banho (que se encontrava imunda), limpeza da sala e limpeza da cozinha. Para além da formação a nível do “saber-fazer”, tentou-se fazer compreender à utente o porquê da necessidade de manter a casa limpa e arruma, nomeadamente para a saúde, segurança e bem-estar dos menores.

Objetivos Específicos: Formação para a aquisição de competências de limpeza habitacional; Garantir a segurança e bem-estar dos menores.

- **Organização da cozinha**

Na cozinha o material encontrava-se organizado de forma um pouco aleatória. A banca encontrava-se todos os dias repleta de loiça, tanto por lavar como no escorredor que se encontrava constantemente lotado. Organizou-se o material de cozinha por categorias, tais como “copos”, “pratos”, “talheres”, “panos de cozinha”, entre outros. Dispôs-se o material pelos armários existentes, conforme a utente considerou ser mais prático para o uso no seu dia-a-dia. Orientou-se ainda para a necessidade de lavar a loiça após as refeições, recolocando-a nos armários após esta se encontrar seca. Foi arrumado ainda algum material que se acumulava em cima do fogão de lenha e alertado a munícipe para a necessidade de o manter arrumado.

Objetivos Específicos: Formação para a aquisição de competências de organização habitacional; Garantir a segurança e bem-estar dos menores.

- **Criação de um ambiente acolhedor**

A habitação para além de suja e desorganizada, não possuía grandes adereços que lhe dessem um ar mais agradável, posto isto, trabalhou-se no sentido de criar um ambiente mais familiar e acolhedor à habitação. O material necessário foi conseguido através de atribuição pela Assistente Social que gere o caso da família e através de trocas efetuadas na Loja Social. Dessa forma conseguiu-se toalhas de mesa para a cozinha que a utente anteriormente não usava, uma carpete para colocar na sala de forma a criar um ambiente mais acolhedor onde as crianças pudessem brincar, conjuntos de toalhas de banho, conjuntos de panos para móveis e tapetes para os quartos.

Na casa de banho existia um balde aberto ao invés de um caixote do lixo, havendo a necessidade de colmatar essa lacuna, não só pelo mau aspeto que passava, mas sobretudo pelo cheiro que transmitia. Contudo, na Loja Social não havia em stock nenhum caixote do lixo, pelo que a utente acabou por o comprar.

Objetivos Específicos: Criação de um ambiente familiar agradável, acolhedor e seguro.

- **Promoção de uma alimentação saudável e económica**

No decorrer da intervenção, detetou-se algumas lacunas na alimentação dos menores, nomeadamente o facto de terem por hábito tomar como pequeno-almoço sempre bolachas Maria, havendo a necessidade de os menores realizarem uma alimentação mais variada e

equilibrada. Face a esta situação, convidou-se a utente, a título opcional, a frequentar o *workshop* “Comer Bem e Barato”, prelecionado por mim ainda no âmbito deste projeto.

Objetivos Específicos: Promover uma alimentação saudável; Orientação para escolhas económicas a nível de alimentação.

▪ **Preenchimento de formulário para Rendimento Social de Inserção**

Uma vez que os rendimentos da família são insuficientes para garantir todas as necessidades básicas da mesma, seria conveniente efetuar-se um pedido de Rendimento Social de Inserção (RSI). Todavia, apesar de a família já ter em sua posse o formulário há bastante tempo, este ainda não se encontrava preenchido por falta de aptidões para o fazer. Nesse sentido, foi preenchido o formulário em conjunto com a utente e orientado a mesma para a necessidade de recolher certos documentos necessários para anexar ao pedido. Após reunir os documentos, foi pedido à utente que entregasse o formulário na Segurança Social.

Objetivos Específicos: Preencher o formulário para pedido de RSI; Garantir um rendimento que suporte as necessidades básicas da família.

▪ **Organização de Documentos**

Verificou-se que quando era pedido algum documento da família, a munícipe nem sempre os conseguia encontrar com facilidade. Com vista a colmatar esta situação, trabalhou-se com a mesma a organização dos documentos de todos os elementos do agregado familiar, para assim saber sempre onde se encontram. Estes foram organizados por elemento do agregado e por categorias (escola, saúde, recibos de arrendamento, contratos de trabalho, entre outros). Os documentos pessoais como cartões de cidadão, células de nascimento e boletins de saúde foram colocados numa bolsa da munícipe. A utente teve sempre um papel ativo na escolha da disposição dos documentos, de forma a resultar em algo funcional para si.

Objetivos Específicos: Organizar os documentos de todos os elementos do agregado familiar.

▪ **Calendarização de Tarefas**

Findado o trabalho de formação para aquisição de competências, foi definido em conjunto com a utente e com a gestora do caso, que a intervenção teria um maior foco na segurança e bem-estar dos menores, nomeadamente na sua higiene uma vez que as escolas

frequentadas pelas crianças detetaram essa necessidade. Nesse sentido, foram definidos procedimentos diários que a utente se comprometeu a cumprir, tais como a calendarização dos banhos das crianças, definição de dias para a engomagem, tratamento de roupas, limpeza habitacional, entre outros. As visitas de supervisão e orientação deixaram de ser definidas previamente, passando a ser realizadas semanalmente num dia surpresa, para desta forma ser possível perceber se a utente colocava em prática os procedimentos propostos nos dias combinados.

Objetivos Específicos: Promover a higiene, segurança e bem-estar dos menores; Perceber se os ensinamentos efetuados foram apreendidos pela utente.

- **Lista de “Responsabilidades Mensais”**

Tendo em conta as dificuldades de organização da utente, foi aplicada igualmente nesta família a técnica da Tabela de “Responsabilidades Mensais”. Na tabela colocaram-se as tarefas referentes a três meses e pediu-se à utente que a colocasse num local bem visível. Após esse tempo a utente deveria efetuar uma nova lista.

Objetivos Específicos: Promover a autonomia da utente; Estimular o sentido de organização.

5.1.2. Dinamização da Loja Social

Este projeto procurou criar um maior dinamismo na Loja Social Rede Solidária de Esposende, uma vez que esta é bastante recente, não muito conhecida no concelho e se encontra em aperfeiçoamento contínuo. O projeto promoveu a criação de um serviço de informações na Loja, o desenvolvimento de *workshops*, a definição de procedimentos e o desenvolvimento de estratégias de divulgação.

- **Criação de um serviço de informações na Loja Social Rede Solidária**

Esta atividade consistiu na recolha de informações acerca de vários temas de interesse dos utentes da Loja Social, tais como ofertas de emprego e ofertas de formação. Para tal, foi marcada uma reunião no Gabinete de Inserção Profissional (GIP) de Esposende, de forma a pedir a colaboração através do envio de informações que pudessem ser do interesse dos utentes. Na reunião foi-me dito que podia contar com a sua colaboração, sendo assim recolhida a informação pretendida e criados cartazes informativos que foram colocados no balcão da Loja.

A monitora da Loja Social foi orientada para retirar dúvidas que pudessem surgir e/ ou encaminhar para as entidades competentes.

Objetivos da Atividade: Facilitar o acesso à informação

▪ **Desenvolver *workshops*/Formações na Loja Social Rede Solidária**

Foi realizado na Loja Social a formação/ *workshop* “Comer Bem e Barato”, que resultou em 3 sessões, nas quais fui organizadora e preletora. Nestes workshops foram abordadas questões de poupança associadas à cozinha saudável. Os temas relacionados com alimentação saudável foram fornecidos por uma estudante de nutrição, a efetuar estágio na casa da juventude de Esposende, ficando eu responsável por organizar as dicas e truques de poupança. O tema foi escolhido com base na preferência obtida nos questionários de diagnóstico de interesses e expectativas dos utentes.

Inicialmente estava programada a formação ser dada por mim e pela estudante de nutrição, no entanto, esta por motivos de saúde não pode comparecer. Foi-me passado pela colega os conteúdos e dessa forma readaptei o powerpoint para que a sessão pudesse ser prelecionada inteiramente por mim. Apesar do imprevisto a formação resultou bastante bem, pelo que se optou por efetuar reedições, dando a oportunidade a mais utentes.

Objetivos da Atividade: Promover uma alimentação Saudável; Orientar para decisões económicas.

▪ **Criação de Fluxogramas e Definição de Procedimentos da Loja Social**

Foi detetada a necessidade de definir procedimentos na Loja Social, de forma a orientar os voluntários nas atividades que são necessárias realizar na mesma. É também uma forma de facilitar a integração de novos voluntário, uma vez que através da visualização dos fluxogramas e leitura de procedimentos conseguem ter uma noção do funcionamento do equipamento. Nesse sentido, em conjunto com a responsável da Loja Social, defini procedimentos através da criação de fluxogramas, para algumas das atividades a efetuar pelos voluntários.

Objetivos da Atividade: Garantir a qualidade do serviço da Loja Social Rede Solidária; Facilitar a Integração de novos colaboradores.

▪ **Sinalização do dia da mulher e divulgação da Loja Social**

De forma a sinalizar o Dia Internacional da Mulher e simultaneamente divulgar a Loja Social, organizei uma Ação de Sensibilização no centro da cidade de Esposende, dando a conhecer à comunidade as necessidades da Loja e apelando para a solidariedade. Para sinalizar este dia contei com a contribuição dos voluntários da Loja Social e com um patrocínio de uma empresa de sabonetes do conselho. Em conjunto com os voluntários foram feitos uns saquinhos com pacotinhos de leite, onde se colocou os sabonetes. Esses pequenos presentes foram oferecidos à comunidade, em conjunto com um folheto onde se poderia ler de um lado um poema alusivo ao dia da mulher e no outro, informações acerca das necessidades da Loja.

Objetivos da Atividade: Divulgar a Loja Social Rede Solidária; Sinalizar o Dia Internacional da Mulher.

▪ **Relatório da Loja Social 2012**

Foi dada a minha contribuição nas temáticas “Avaliação da Loja Social” e “Diagnóstico de Interesses” no Relatório de 2012 da Loja Social. Para tal, utilizei a informação que obtive nos questionários realizados no início do estágio, para o diagnóstico do meu projeto. Nestes questionários, para além de informações relacionadas com as necessidades, interesses e expectativas dos utentes, foram também abordadas questões relacionadas com o seu nível de satisfação acerca dos serviços existentes na Loja. Estas informações foram de imensa importância para a realização da avaliação da mesma.

Objetivos da Atividade: Avaliar o trabalho efetuado pela Loja Social Rede Solidária; Diagnóstico de Necessidades e Interesses dos utentes.

▪ **Criação de Facebook da Loja**

No sentido de divulgar a Loja social criei um facebook onde se encontra explicado todo o seu funcionamento. A página é intitulada “Amigos da Loja Social Rede Solidária” e será dinamizada pelos voluntários a atuar na mesma.

Optei por esta Rede Social uma vez que permite chegar a um grande número de pessoas e criar algum dinamismo com o público, podendo publicar constantemente as últimas novidades e/ ou necessidades da LSRS e receber feedback. A página nesta Rede Social tem como objetivo divulgar o trabalho realizado na Loja Social, tanto pelos voluntários como pelos técnicos, divulgar os serviços existentes bem como apelar os munícipes para a responsabilidade social no concelho.

Objetivos da Atividade: Divulgar a Loja Social Rede Solidária.

▪ **Apresentação da Loja Social em *Layout***

Para esta atividade foram recolhidas as informações principais acerca da Loja Social Rede Solidária, através de pesquisa bibliográfica e análise documental. Foi ainda acrescentado ao documento informações acerca da dinâmica da Loja Social, às quais tive conhecimento através da observação participante e não participante e através do desenvolvimento das próprias atividades referidas no mesmo. Neste documento encontram-se as seguintes informações da Loja Social: Enquadramento, Missão, Objetivos, Competências, Bens, Acesso aos Bens, Gestão de *Stocks*, Plataforma de Gestão Integrada da Rede Solidária e Atividades.

Foi pedido ao colega do gabinete de *design* da CME, que criasse um layout da Loja Social onde se pudesse colocar os conteúdos. Esta atividade resultou na criação de um Layout que funciona como apresentação da Loja.

Objetivos da Atividade: Dar a conhecer o dinamismo da Loja Social e os seus objetivos comunitários.

5.1.3. Atividades de Ocupação de Tempos Livres

O presente projeto passou também pelo desenvolvimento de atividades de Ocupação de Tempos Livres, tanto com crianças como com pessoas idosas. Foram monitorizados os programas “Vamos de Férias” de Natal e da Páscoa com crianças, monitorizados e organizados passeios com idosos e desenvolvidas atividades de estimulação cognitiva igualmente com população envelhecida.

▪ **“Vamos de Férias” de Natal e “Vamos de Férias” da Páscoa**

A Câmara Municipal de Esposende, em parceria com a empresa Municipal Esposende 2000, organiza atividades de Ocupação de Tempos Livres para crianças dos 6 aos 12 anos de idade, nas épocas de férias escolares. Nesse sentido, foi-me proposta a função de monitora no programa “Vamos de Férias” de Natal, sendo o meu papel acompanhar as crianças tanto nas atividades como nos almoços. Mais tarde, foi-me proposto monitorizar novamente um grupo, desta vez nas férias da Páscoa. Tendo em conta que desta vez tive conhecimento com maior antecedência, tive a possibilidade de participar no processo de organização, tendo ficado à minha responsabilidade a avaliação do programa.

Objetivos da Atividade: Promover a ocupação dos tempos livres de crianças nas férias, através de atividades educativas e culturais.

▪ **Estimulação Cognitiva em Idosos**

Surgiu a ideia de fazer algumas atividades de estimulação cognitiva com idosos, uma vez que parte das instituições do concelho não investem muito nessa área. Muitas instituições não possuem sequer nenhum técnico com formação especializada para realizar atividades com idosos. Optei pelas atividades de estimulação cognitiva, pois na população idosa é algo muito importante, tanto pela prevenção de doenças mentais como pela prática de um envelhecimento ativo. Tendo em conta que não haveria tempo nem meios para atuar em todas as instituições do concelho, selecionou-se uma IPSS com base no fator de já ter realizado parcerias com a mesma no âmbito deste projeto e, portanto, já se ter criado uma situação de proximidade. Nesse sentido, em conjunto com uma colega estagiária de Sociologia, fui á IPSS em questão passar o dia com os idosos do Centro de Dia e Centro de Convívio, de forma a conhecer os seus interesses e necessidades bem como as suas limitações. Foram implementadas algumas dinâmicas de grupo para quebra-gelo, tendo também como objetivo o mútuo conhecimento. As atividades foram muito bem sucedidas e os idosos mostraram-se interessados em receber-nos mais vezes.

Estas atividades resultaram num total de quatro sessões, onde foram estimulados aspetos como a memória, raciocínio e capacidade de expressão. As atividades desenvolvidas neste âmbito foram as seguintes:

Passando a Bola: Este jogo foi aplicado no primeiro dia de contacto com os utentes e teve como objetivo o quebra-gelo, o mútuo conhecimento, a estimulação da memória e a promoção da expressão oral. Inicialmente, era realizada uma pergunta à qual todos deveriam responder, passando a bola a todos os participantes na sua vez. Foram utilizadas as perguntas “Qual era a sua profissão antes da reforma?” e “Se fosse um animal, qual seria e porquê?”. Após todos responderem, foi dada a bola a um idoso que deveria selecionar uma pessoa a quem a entregar. A pessoa que recebeu a bola deveria lembrar-se da resposta dada pelo colega que lhe passou, em relação à pergunta feita inicialmente. Após responder, o idoso deveria passar a bola a outro participante que deveria igualmente lembrar-se da resposta dada pela pessoa que lhe entregou, e assim sucessivamente até todos os participantes terem respondido.

Caixinha Surpresa: Foi colocado um espelho no fundo de uma caixa com tampa. Explicou-se aos idosos que dentro da caixa estava a foto de uma pessoa bastante importante. Posteriormente, pediu-se a um idoso que abrisse a caixa e que falasse sobre a pessoa importante que estava a ver, sem nunca referir que a pessoa era ele próprio. Foi se passando a caixa por todos os participantes, fingindo sempre que se trocava a fotografia. No final, foi questionado às pessoas sobre o que sentiram ao falar da pessoa importante que se encontrava na caixa. Esta atividade teve como objetivo conhecer os participantes e simultaneamente promover o seu autoconhecimento.

Bingo de Imagens: Foram feitas equipas de 2 ou 3 participantes, e entregues cartões que continham seis imagens. Numa lata foram colocadas uma cópia de todas as imagens existentes nos cartões, retiradas uma a uma e exibidas aos participantes. Estes deveriam comparar com as imagens presentes no seu cartão, e no caso de serem iguais deviam marcá-las com os marcadores que se encontravam nas mesas. A primeira equipa a ter marcado todas as imagens, era a vencedora. De forma a aumentar um pouco o nível de dificuldade, foram escolhidas imagens com temas idênticos, como exemplo temos uma imagem de um porco a sorrir e outra de um porco a andar de bicicleta. Esta atividade teve como objetivo estimular o reconhecimento visual e a atenção focalizada.

Bingo Matemático: Esta atividade procedeu-se da mesma forma que os bingos de imagens, porém, ao invés de imagens eram retirados da lata papéis com contas matemáticas. Os participantes deveriam resolver a conta e verificaram se o seu cartão continha o número resultante. A atividade visa estimular o raciocínio matemático, o reconhecimento visual e a atenção focalizada.

Jogo da Memória: Foram mostrados aos idosos cartazes com algumas imagens que estes deviam memorizar. De seguida, guardava-se o cartaz e era perguntando aos idosos quais as imagens que se lembravam de ter visto. Esta atividade foi aumentando o nível de dificuldade, na medida em que se iam aumentando o número de imagens que deveriam memorizar. Esta atividade teve como objetivo a estimulação da memória a curto prazo.

Jogo da Observação: Este jogo consistiu na exibição de duas imagens em simultâneo, de dois objetos diferentes mas com características em comum, que os utentes deveriam reconhecer. Estas características poderiam dever-se ao facto de ambas retratarem uma profissão, um meio de transporte, um animal, entre outras. O objetivo desta atividade passava pelo treino da atenção focalizada e seletiva e a estimulação do raciocínio lógico.

Bolling: Para este jogo foram necessários 10 pinos, conseguidos através da utilização de garrafas pintadas. Estes eram colocados em pé todos juntos, e os idosos deveriam derrubá-los através do lançamento de uma bola. Esta atividade teve como objetivo a animação dos idosos, o treino da motricidade e da atenção.

Jogo dos Sentidos: Este jogo iniciou-se com uma pequena preleção acerca do que são os sentidos e para que servem. Posteriormente, foram realizadas diversas atividades de estimulação dos sentidos. Para estimular a audição, foi lido um texto no qual faltavam algumas palavras. Posteriormente, foi-se lendo novamente a história e quando se chegava aos espaços em branco, colocava-se o som, devendo os idosos completar a história através da nomeação daquilo que estavam a ouvir. Com o objetivo de estimular o olfacto, foram chamados um a um os idosos e vendados os seus olhos. À frente dos seus narizes eram colocados diversos elementos, tais como salsa, tomate, funcho, eucalipto, canela, entre outros. Os idosos deveriam reconhecer o cheiro do elemento colocado. Este sistema foi também utilizado para estimular o reconhecimento tátil, sendo que ao invés de se colocarem ingredientes para cheirar, eram dados aos participantes objetos que estes deveriam reconhecer através da apalpação. Por último, foi estimulado o paladar através do reconhecimento de sabores. Também com os olhos vendados, os participantes deveriam nomear quais os alimentos que lhes eram dados a provar.

O jogo dos sentidos teve como objetivo estimular as gnósias, isto é, a percepção e o reconhecimento de objetos através dos sentidos.

Neste jogo não foi realizada nenhuma atividade de reconhecimento visual, uma vez que essa área já tinha sido bastante trabalhada nas atividades anteriores.

Objetivos da Atividade: Estimulação cognitiva dos idosos.

▪ **Passeio Ponte da Barca**

No dia 24 de Abril foi realizado um passeio com os idosos a Ponte da Barca, no qual fui monitora em conjunto com uma colega estagiária de Sociologia. O passeio incluiu na parte da manhã a visita à Igreja de Lindoso, visita aos espigueiros e visita à Barragem do Lindoso. Após o almoço, visitou-se o centro histórico de Ponte da Barca, tendo-se passado no regresso pela Igreja de Santa Luzia, em Viana do Castelo.

Objetivos da Atividade: Proporcionar aos idosos atividades de lazer; Proporcionar o conhecimento do património histórico e cultural do país.

▪ **Passeio a Arcos de Valdevez**

Ao contrário do passeio a Ponte da Barca, onde o meu papel foi unicamente monitorizar o grupo de idosos no dia, no passeio a Arcos de Valdevez tive um papel ativo na organização do mesmo. Foi-me delegada a tarefa, em conjunto com a estagiária de Sociologia, de organizar todo o passeio, ficando a nosso encargo a decisão e marcação de locais a visitar e restaurante, contacto e inscrição dos idosos, envio de nomes para efetuar o seguro, bem como o próprio acompanhamento das pessoas idosas no passeio. O passeio a Arcos de Valdevez estava planeado para o dia 18 de Junho, contudo teve que ser adiado por motivos de mau tempo, sendo então efetuado no dia 28 de Junho.

Na parte da manhã, efetuou-se uma visita guiada à Casa das Artes e uma visita à Igreja do Espírito Santo. Após o almoço, foi dado aos participantes algum tempo livre para visitar o centro histórico de Arcos de Valdevez. No final, estava planeado a visita ao Santuário da Nossa Sra. da Peneda e à Igreja de Santa Luzia em Viana do Castelo, todavia, a pedido dos participantes, estas visitas foram substituídas pela visita ao centro histórico de Ponte de Lima e visita ao Santuário da Nossa Sra. da Boa Morte.

Objetivos da Atividade: Proporcionar aos idosos atividades de lazer; Proporcionar o conhecimento do património histórico e cultural do país.

5.1.4. Visitas domiciliárias e Realização de Pareceres Sociais

Esporadicamente são enviados para o Serviço de Ação Social pedidos de isenção de taxas de resíduos sólidos e pedidos de passes sociais. De forma a dar resposta aos pedidos, realizei visitas domiciliárias onde foi implementado um pequeno questionário acerca das despesas e receitas da família e onde observei as condições de habitação. Posteriormente foram realizados Pareceres Sociais por escrito que foram enviados ao Presidente da Câmara Municipal, de forma a tomar a decisão final relativamente à isenção.

Objetivos da Atividade: Isenção de taxas municipais a famílias carenciadas.

5.1.5. Diagnóstico Social do Concelho de Esposende

Em parceria com outra estagiária de Educação Social Gerontológica, trabalhei na atualização do Diagnóstico Social do Concelho de Esposende, efetuando a versão do ano 2012. Para tal foram efetuadas diversas pesquisas de informação estatística e não estatística que caracterizam o concelho.

Objetivos da Atividade: Atualizar o Diagnóstico Social do Concelho de Esposende.

5.1.6. Promoção do Voluntariado

A promoção do voluntariado no concelho foi mais uma das áreas trabalhadas neste projeto, contudo, dentro desta problemática não foi possível realizar todas as atividades que estavam programadas. Abaixo descrevo as atividades efetuadas no âmbito deste objetivo geral.

- **Participação na peça de teatro “O Macaco do Rabo Cortado”, de António Torrado**

Esta atividade estava já programada pelas voluntárias do Hospital Valentin Ribeiro, em Esposende. Surgiu no âmbito das comemorações do Dia Internacional do Voluntariado, dia 5 de Dezembro. A minha participação deu-se como personagem da peça, tendo encarnado uma criança de uma escola, que constantemente “enxovalhava” o macaco. Esta atividade realizou-se no Auditório Municipal de Esposende e teve como público-alvo crianças e idosos do município.

Objetivos da atividade: Sinalizar o Dia Internacional do Voluntariado; Sensibilizar para o Voluntariado no Concelho

- **Organização e atualização da Base de dados do Banco Local de Voluntariado**

Uma vez que as inscrições no Banco Local de Voluntariado são efetuadas em formato de papel, as inscrições relativas ao ano de 2012 ainda não se encontravam atualizadas na base de dados. Procedi à inserção dos novos dados no documento informático, bem como à organização da informação recolhida.

Objetivos da atividade: Manter a Base de dados atualizada de forma a facilitar o acesso aos voluntários disponíveis e às suas características.

- **Relatório dos dados dos voluntários inscritos em 2012**

Após a atualização da base de dados do Banco Local de Voluntariado, procedi à análise da informação recolhida em 2012. Analisou-se os dados demográficos dos indivíduos, nomeadamente a idade, género, localidade de residência, escolaridade e situação profissional. Foi ainda analisado as áreas de preferência de intervenção, o público-alvo com quem gostariam de trabalhar, a disponibilidade de horário e de calendarização bem como a experiência dos inscritos em atividades anteriores de voluntariado.

Juntando toda a informação recolhida, efetuei um relatório com a análise dos dados dos voluntários inscritos em 2012.

Objetivos da atividade: Conhecer as características dos voluntários inscritos no Banco Local de Voluntariado.

5.2. Atividades planeadas mas não realizadas

Algumas atividades planeadas e não realizadas estavam relacionadas com a promoção do voluntariado no Concelho de Esposende e eram as seguintes:

- **Criação de um *site* informativo acerca do voluntariado no concelho:**

Inicialmente seria feita uma recolha das ofertas de voluntariado disponibilizadas por todas as Instituições Sociais do Concelho. Posteriormente, seria construída uma página na internet onde seriam colocadas todas as ofertas disponíveis com todas as informações consideradas pertinentes, nomeadamente o tipo de atividades a realizar nas instituições, qual o público-alvo, localização, contactos e horários, bem como a possibilidade, ou não, das mesmas assegurarem o transporte e alimentação dos voluntários. A informação estaria disposta na página por freguesias, de forma a facilitar a pesquisa dos munícipes, pois no caso de a instituição não assegurar o transporte, este acarreta custos sendo mais elevados consoante a distância entre a instituição e a habitação dos mesmos.

Esta página eletrónica poderia ser acedida através de uma hiperligação colocada no *site* da Câmara Municipal de Esposende, de forma a facilitar o acesso à comunidade.

Objetivos da atividade: Promover e divulgar o voluntariado no concelho de Esposende; Facilitar o acesso à informação por parte dos munícipes, através de um espaço privilegiado acessível através de qualquer local com acesso à internet.

- **Criação de um Panfleto de promoção e informação acerca do voluntariado no concelho**

Após a criação da página eletrónica acima descrita, seria criado um panfleto (*flyer*) de incentivo ao voluntariado no concelho. Nesse panfleto estaria a informação do *site* acima referido, para que as pessoas pudessem se informar melhor sobre o tema. Estes *flyers* seriam colocados em sítios estratégicos do concelho, tais como juntas de freguesia e lojas de comércio local.

Objetivos da atividade: Promover e divulgar o voluntariado no concelho de Esposende; Promover a nova página na internet acerca do tema, de forma a chegar ao máximo de municípios possíveis.

Não foi possível desenvolver estas atividades pois a grande maioria das instituições não apresenta ofertas neste sentido. Apesar de esporadicamente algumas instituições aceitarem voluntários quando estes acedem diretamente às mesmas, não possuem informação organizada sobre o assunto. Atualmente, o Banco Local de Voluntariado apenas possui informação de ofertas na LSRS e em campanhas casuais, tais como campanhas de recolha de alimentos. Posto isto, chegou-se à conclusão que a informação disponível não seria suficiente para justificar a criação da página e, conseqüentemente, dos flyers de divulgação da mesma. Para tornar a atividade possível, seria fundamental sensibilizar as Instituições para as mais-valias do voluntariado, no entanto, o tempo disponível para o fazer não seria suficiente tendo em conta as restantes prioridades do projeto. Em suma, estas atividades não foram desenvolvidas pois a informação disponível mostrou-se insuficiente.

Estas atividades não realizadas, foram substituídas pela criação de uma página da LSRS na rede social *Facebook* e pela criação de flyers de divulgação das necessidades da mesma.

Para além das atividades de Promoção do voluntariado, houve também uma alteração no âmbito da Dinamização da Loja Social Rede Solidária, sendo a seguinte:

- **Reedições da Formação “Comer Bem e Barato”,**

Tendo em conta que a primeira edição da formação foi muito bem sucedida e as Assistentes Sociais que trabalham em parceria com a Loja mostraram interesse em que as suas famílias também participassem, foi criado um plano de formações, havendo no total 5 sessões. Contudo, não foi feita nenhuma inscrição através das Assistentes Sociais, tendo sido alistadas as pessoas apenas por inscrições realizadas na Loja Social, através da divulgação em cartaz. Por esse motivo, apenas foi possível efetuar 2 reedições da Formação, tendo ficado 3 canceladas.

5.3. Discussão e avaliação dos resultados

“A avaliação é um processo de atribuição de juízos de valor aos resultados de uma ação” (Silva, 2011)

Para compreendermos se um projeto alcançou os resultados esperados, verificar possíveis falhas ou mesmo possibilidades de melhorias futuras, é necessário planificar determinados modelos de avaliação. Para que esta avaliação seja feita de forma mais correta, não deve ser implementada apenas quando o projeto estiver finalizado, mas sim durante todas as suas etapas.

O seguinte projeto abraçou as seguintes etapas de avaliação:

Avaliação Diagnóstica – É caracterizado o estado de desenvolvimento da comunidade no momento de partida do projeto.

Avaliação Formativa – Avaliação ao longo de todo o processo, de forma a permitir compreender se os objetivos estão a ser atingidos e permitindo a realização de alterações na intervenção caso se mostre necessário.

Avaliação Sumativa – Dá-se no final da ação e pretende constatar quais os resultados da ação e verificar se os objetivos foram ou não atingidos.

Foram aplicados inquéritos de avaliação aos utentes/educandos, de forma a compreender melhor qual a sua opinião relativamente à qualidade da ação e qual a importância que teve para si.

Intervenção Familiar

De forma a avaliar a intervenção efetuada com as famílias, foi aplicado no final um inquérito de satisfação, todavia, foi efetuada uma avaliação contínua durante o decorrer de todo o processo da ação, através da observação participante e conversas informais.

▪ Avaliação da Intervenção com a Família 1

Na Intervenção efetuada com esta família, conseguiu-se perceber que a primeira habitação possuía melhores condições de habitabilidade, todavia, a utente teve que continuar a dormir na segunda enquanto a questão dos ratos se resolvia. Selecionada a habitação, trabalhou-se com vista à criação de condições de higiene e segurança habitacional.

Relativamente às sessões de limpeza e organização da casa, os resultados não foram tão positivos como gostaríamos. Apesar de a utente mostrar força de vontade e apresentar algumas melhorias, os seus problemas de saúde física e mental não permitiram efetuar uma grande transformação. Foi efetuado um pedido de apoio para a limpeza da habitação da municípe, o qual também não foi conseguido. Apesar das fortes dificuldades encontradas, a

utente esforçou-se por melhorar a sua situação, tendo tratado da desinfestação de ratos e realizado alguma limpeza e organização da casa.

No que concerne à limpeza do jardim, onde se contratou uma pessoa para o efeito, os resultados já foram bastante melhores, tendo o local ficado totalmente limpo e seguro. Esta nova condição do jardim foi bastante positiva para o utente, pois esta sentia-se muito triste ao ver estado em que este se encontrava. Com o jardim limpo, a utente pode criar a sua própria horta, coisa que a deixou bastante satisfeita.

Os resultados da formação com o técnico cardiopneumologista foram bastante satisfatórios. Após a sessão, e até à data final da intervenção, a utente sempre referiu que já se sentia bastante melhor em relação à doença “Apneia do Sono”. A utente referiu que agora usava o aparelho de suporte ventilatório diariamente e que tomava todos os medicamentos recomendados, o que a fazia sentir bastante melhor durante o dia, não tendo tantas vezes a sensação de paragem cardíaca. No decorrer da sessão, a utente abordou ainda a sua preocupação com os sintomas que a levavam a pensar em paragem cardíaca. Após as explicações do técnico, esta ficou um pouco mais descansada pois compreendeu tratar-se de uma preocupação excessiva.

As técnicas de organização pessoal foram também uma mais-valia, tendo orientado a utente na organização do seu dia-a-dia e evitado o esquecimento de responsabilidades importantes.

Apesar de não se ter conseguido inserir a utente no Centro de Dia, foram encontrados um casal de voluntários que acompanham a utente nas dificuldades do seu quotidiano. A utente mostra-se bastante satisfeita com este apoio, pois este casal é muito disponível, sempre que podem acompanham-na nas consultas de saúde e recolhem informações pertinentes, fazendo com que esta sinta que tem ali algum suporte.

Os efeitos da presente intervenção foram bastante positivos para o estado psicológico da utente. Esta ganhou mais ânimo e mais energia, estando visivelmente mais feliz. Inicialmente, sempre que a utente falava dos seus problemas acabava por se emocionar, coisa que já não acontecia no final da intervenção uma vez que a utente já sentia que a sua vida estava a seguir um bom rumo. Os resultados do questionário aplicado no final da intervenção, vem comprovar que a utente considerou a intervenção bastante positiva. Seguem-se as respostas dadas pela munícipe às perguntas presentes no questionário.

“Considera que as atividades realizadas durante a intervenção foram importantes?”

Resposta: “Muito Importantes”.

“Considera que as atividades realizadas ajudaram a organizar-se melhor?”

Resposta: “Ajudaram Muito”

“Considera que a linguagem utilizada pela estagiária na intervenção, foi adequada?”

Resposta: “Muito Bom”

“Considera que a atitude da estagiária foi adequada?”

Resposta: “Muito Bom”

“A intervenção realizada correspondeu às suas expectativas?”

Resposta: “Sim”.

“Considera que houve algum aspeto negativo na intervenção? Se sim, mencione quais”

Resposta: “Não”.

“No geral, como avalia a intervenção realizada?”

Resposta: “Muito Bom”

Relativamente às sugestões/observações a munícipe referiu “Gostei muito das visitas, deu-me muita força e ajuda na organização. Muito atenciosa e agradável, pontual. Correu tudo bem e está tudo muito melhor, acompanhou-me em coisas que eu não podia fazer sozinha”

▪ Avaliação da Intervenção com a Família 2

Relativamente à intervenção com a Família 2, esta iniciou-se com um conjunto de sessões de formação relativas à organização e tratamento de vestuário, organização do calçado e brinquedos e ainda de organização e higienização da habitação. Ao longo das sessões tornou-se visível o aumento do interesse pela organização das roupas por parte da utente, trazendo sugestões prévias para a sessão. A utente demonstrou empenho e uma maior capacidade de organização, sendo capaz de dar sugestões de disposições que considerava mais práticas para o uso diário.

As diferenças na habitação são bastante notórias, apesar de nem sempre o chão estar bem limpo. Frequentemente trabalhou-se com a utente através de objetivos semanais que,

quando implementados, foram sempre cumpridos pela mesma. Por vezes, a utente mostrou iniciativa, realizando atividades que ainda não tinham sido propostas.

Notou-se uma grande evolução na utente, que faz um maior esforço para manter a casa arrumada e limpa. Foi sugerido à utente a substituição do calçado por chinelos de quarto à entrada da habitação, para minha surpresa, na sessão seguinte a ter dado a sugestão a utente já tinha colocado chinelos de quarto na sala para toda a família calçar ao entrar em casa. Esta mudança, apesar de não ter resolvido por completo a situação, melhorou-a substancialmente.

No que concerne à calendarização de tarefas diárias, constatou-se que alguns dos aspetos definidos foram sendo cumpridos, tais como o dia da engomagem e do tratamento das roupas, contudo a limpeza geral à habitação nem sempre foi executada nos dias definidos. A higiene dos menores aparenta ser razoavelmente efetuada.

Foi também conseguido um ambiente mais acolhedor na habitação. A munícipe passou a utilizar toalha de mesa na cozinha e, por vezes, colocava também flores no centro. A partir do momento que se colocou a tapete na sala, as crianças começaram a passar mais tempo neste espaço, sendo utilizado para brincar. Os restantes adereços deram à habitação um aspeto mais bonito e agradável. A substituição do balde pelo caixote do lixo, para além de dar à casa de banho um aspeto bastante mais delicado, tornou o espaço bastante mais higiénico.

Relativamente à organização dos documentos, esta atividade foi finalizada com sucesso. A gestora do caso referiu, num dos seus registos de diligência, que a utente “mostrou os documentos organizados por áreas parecendo ter pleno conhecimento do método de organização”. Nos registos da gestora também se encontravam as seguintes informações: “A habitação apesar de apresentar alguma desorganização encontrava-se com melhor aspeto e higiene do que das vezes anteriores: camas feitas, cada menor com o seu quarto /espaço de dormir, cozinha sem loiças sujas ou lixo”.

A utilização da tabela com as “Responsabilidade Mensais” foi também uma mais-valia nesta atuação, auxiliando a utente a organizar-se.

Em suma, a munícipe demonstrou cooperação e empenho na intervenção efetuada, no entanto apresenta dificuldades em tornar a higienização habitacional numa responsabilidade diária. Apesar de serem visíveis melhorias, estas são ainda insuficientes, sendo portanto necessária uma intervenção continuada de forma a solidificar conhecimentos.

A utente considerou a intervenção bastante positiva, como se pode ver através das respostas dadas no questionário de avaliação final:

“Considera que as atividades realizadas durante a intervenção foram importantes?”

Resposta: “Muito Importantes”.

“Considera que as atividades realizadas a ajudaram a organizar-se melhor?”

Resposta: “Ajudaram Muito”

“Considera que a linguagem utilizada pela estagiária na intervenção, foi adequada?”

Resposta: “Muito Bom”

“Considera que a atitude da estagiária foi adequada?”

Resposta: “Bom”

“A intervenção realizada correspondeu às suas expectativas?”

Resposta: “Sim”.

“Considera que houve algum aspeto negativo na intervenção? Se sim, mencione quais.”

Resposta: “Devia ter sido mais tempo”.

“No geral, como avalia a intervenção realizada?”

Resposta: “Muito Bom”

Relativamente às sugestões/observações a munícipe referiu: “Aprendi muitas coisas, a organizar as minhas coisas e os meus documentos”.

Dinamização da Loja Social Rede Solidária

O presente projeto tinha também como objetivo uma maior dinamização da Loja Social, bem como a divulgação da mesma. Ambos os objetivos foram cumpridos, através da aplicação das atividades presentes neste projeto.

O serviço de informações criado permitiu aos utentes terem acesso a informações pertinentes. Uma vez que os cartazes se encontravam no balcão da Loja, a informação era facilmente acedida no momento do atendimento ou enquanto esperavam pela sua vez.

Os fluxogramas vieram dar uma maior noção do funcionamento da loja, uma vez que tornou explicito os procedimentos a adotar, evitando dúvidas ou desentendimentos por motivo de discordância.

No que concerne à Ação de Sensibilização realizada no Dia Internacional da Mulher, pode se dizer que esta atividade foi bastante positiva. A atividade serviu o seu propósito de divulgação da Loja Social e das suas necessidades, uma vez que se constatou que a grande maioria dos munícipes não tinham conhecimento da sua existência. Nesta ação, vários munícipes afirmaram que agora que tinham conhecimento, iriam proceder à entrega de bens que já não usam. O sorriso das senhoras pelo facto de receberem o presente foi também um aspeto amplamente positivo.

Também com o propósito de divulgação da Loja Social, dos seus serviços e das suas necessidades, foi criada uma página na Rede Social “Facebook”. A partir desta página é possível aceder às informações mais relevantes da mesma. Esta encontra-se neste momento a ser dinamizada pelos voluntários, sendo constantemente atualizada com novidades ou notícias relacionadas com o assunto. Neste momento a página possui 248 fãs online (15-10-2013).

Por último, importa referir que uma das atividades que mais contribuiu para a dinamização da Loja Social foi o desenvolvimento dos *workshops* com o tema “Comer Bem e Barato”. Com isto pretendeu-se dar formação aos utentes acerca de hábitos de alimentação saudáveis e dicas/truques para poupar na alimentação.

Abaixo apresento os resultados da análise dos questionários aplicados aos utentes, no total de 14 participantes.

▪ **Avaliação do *workshops* “ Comer Bem e Barato”**

Uma das atividades que contribuiu para a dinamização da Loja Social foi o desenvolvimento de *workshops* com o tema “Comer Bem e Barato”. Com isto pretendeu-se dar formação aos utentes acerca de hábitos de alimentação saudáveis e dicas/truques para poupar na alimentação.

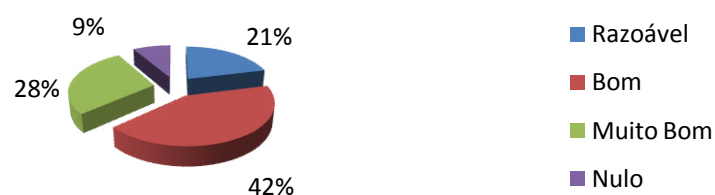
Abaixo apresento os resultados da análise dos questionários aplicados aos utentes, no total de 14 participantes.

Gráfico nº 1: Como Avalia a Importância do Assunto Abordado?



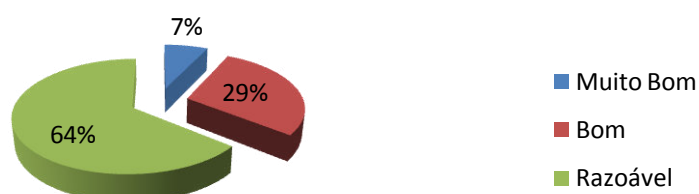
Nesta questão, 2 participantes avaliaram o assunto abordado como “Bom” e 12 como “Muito Bom”.

Gráfico nº2: Como avalia a calendarização desta formação?



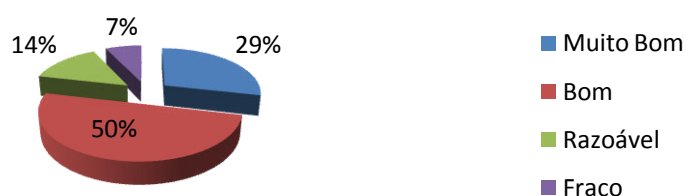
Relativamente à calendarização da formação, 3 participantes consideraram “Razoável”, 6 “Bom” e 4 “Muito Bom”. Houve ainda uma resposta nula.

Gráfico nº3: Como avalia os horários desta formação?



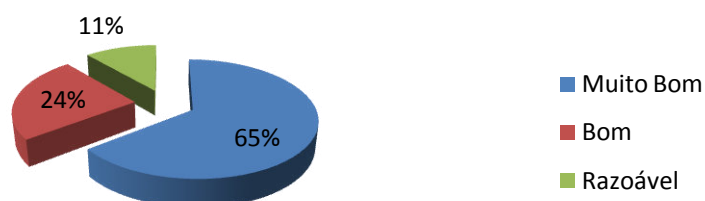
No que concerne aos horários da mesma, 1 participante considerou “Razoável”, 4 consideraram “Bom” e 9 “Muito Bom”.

Gráfico nº 4: Como avalia o tempo de duração desta formação?



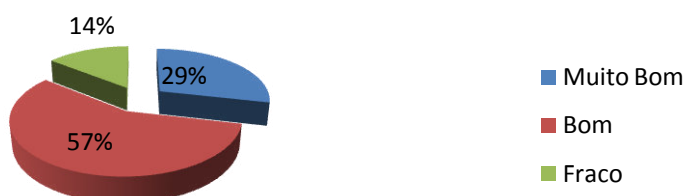
Relativamente ao tempo de duração da formação, um participante avaliou como “Fraco”, 2 como “Razoável”, 7 consideraram “Bom” e 4 “Muito Bom”.

Gráfico nº 5: Como avalia a localização da formação?



A localização da formação foi avaliada por 3 participantes com “razoável”, por 3 com “Bom” e por 8 com “Muito Bom”.

Gráfico nº 6: Como avalia a sala da formação?



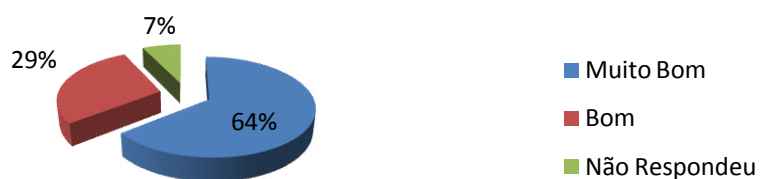
A sala onde se deu a formação foi avaliada como “Fraco” por 2 participantes, como “Bom” por 8, e como “Muito Bom” por 4.

Gráfico nº 7: A linguagem utilizada pela formadora foi clara/adequada?



Relativamente à linguagem utilizada pela formadora, 3 consideraram “Bom” e 11 consideraram “Muito Bom”.

Gráfico nº 8: A formação foi organizada de forma coerente/adequada?



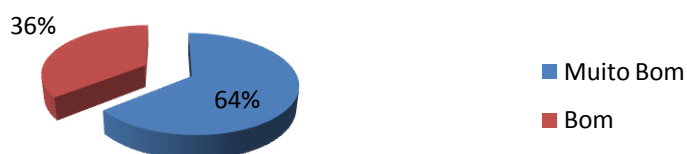
Respetivamente à coerência da organização da formação, 4 participantes avaliaram como “Bom”, 9 como “Muito Bom” e 1 não respondeu.

Gráfico nº 9: Os tópicos abordados corresponderam às suas expectativas?



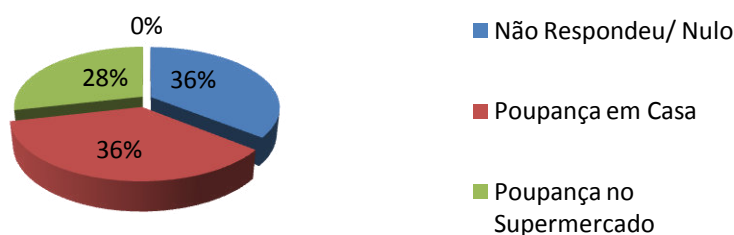
7 dos participantes consideraram que os tópicos abordados corresponderam bem às suas expectativas e 7 consideraram que correspondeu muito bem.

Gráfico nº 10: No geral, como avalia a iniciativa?



A iniciativa foi avaliada no geral com “Bom” por parte de 5 participantes, e com “Muito Bom” por 11 participantes.

Gráfico nº 11: De todos os assuntos abordados, qual lhe chamou mais a atenção?



Os assuntos que mais chamaram a atenção dos participantes foram a “Poupança em Casa” e a “Poupança no Supermercado”, sendo o primeiro selecionado por 5 participantes e o segundo por 4. A esta questão não responderam 2 participantes, e 3 respostas foram consideradas nulas por conterem mais que uma opção.

Gráfico nº 12: Considera pertinente a organização de mais formações na Loja Social Rede Solidária?



Todos os participantes consideraram pertinente a realização de mais formações na LojaSocial Rede Solidária.

“Que outros assuntos/temáticas gostaria de ver abordados numa formação futura?”

Relativamente a esta questão, obtivemos as seguintes respostas:

“Mais sobre cozinha para economizar”; “Organização e gestão da despensa”; “Receitas económicas”; “Costura”; “Gestão orçamento familiar”; “Ação educativa”; “Aprofundar a poupança em casa no geral”; “Culinária Económica”.

“Tem sugestões de algo a melhorar?”

Nesta questão obtivemos as seguintes sugestões:

“Sala mais quentinha no inverno, e sala não tão pequena” e “A divulgação, partilhar via online, site da câmara, folhetos, facebook, etc”.

No geral podemos considerar que a atividade foi muito bem sucedida, as respostas mostram-nos que os participantes ficaram satisfeitos e que consideraram pertinente efetuar-se mais atividades deste género.

Como aspeto menos positivo temos a sala da formação, uma vez que é localizada no espaço da Loja Social Rede Solidária, sendo num pavilhão que é bastante frio na altura do inverno.

Atividades de Ocupação dos Tempos Livres

Ao longo do projeto foram realizadas algumas atividades de Ocupação de Tempos Livres. Estas serão avaliadas individualmente, abaixo.

▪ Avaliação “Vamos de Férias” de Natal e da Páscoa

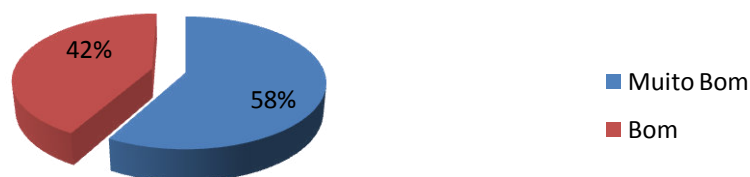
Relativamente ao programa referente às férias de Natal, não foram aplicados questionários de satisfação, todavia, através da observação participante e de conversas informais, podemos constatar que as crianças gostaram muito de participar. O programa é constituído por atividades bastante diversificadas, o que proporcionou às crianças momentos de diversão bastante heterogéneas. Em geral, os pais também se mostraram bastante satisfeitos com a iniciativa.

No que concerne ao programa realizado na Páscoa, uma vez que tive conhecimento da participação com bastante mais antecedência, foram aplicadas técnicas de avaliação, tanto com as crianças como com os seus encarregados de educação.

Aos encarregados de educação foram aplicados questionários, através dos quais se constatou que de uma maneira geral a opinião foi muito positiva. Resumidamente, os encarregados de educação perceberam a importância que este tipo de atividades tem para as crianças. Podemos destacar que 100% dos encarregados de educação afirmaram que incentivariam o seu educando a voltar a participar em atividades do género.

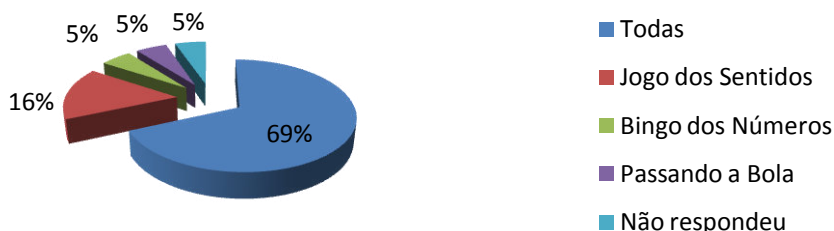
De forma a avaliar a satisfação das crianças, criei um cartaz com uma tabela com os dias da semana e o nome das crianças. Ao final do dia cada criança avaliava as atividades colando um “smile” da cor correspondente, sendo que o verde significava “Gostei Muito”, o amarelo “Gostei, mas podia ter sido melhor” e o vermelho “Não gostei”. Penso que este sistema de avaliação funcionou muito bem, as crianças gostaram imenso e mostravam sinceridade nas opções que colocavam.

Gráfico nº 14: A atitude das monitoras foi adequada?



A atitude das monitoras foi também considerada adequada por todos os idosos, sendo avaliada com “Bom” por 8 participantes e com “Muito Bom” por 11.

Gráfico nº 15: De todas as atividades realizadas, qual considerou mais interessante?



Este gráfico permite-nos concluir que a maioria dos idosos considerou todas as atividades interessantes, sem distinção, sendo que esta resposta foi dada por 13 participantes. Das atividades nomeadas em particular, salientou-se o Jogo dos Sentidos com 3 votos. O jogo do Bingo dos números e o Passando a Bola foram também referidos uma vez.

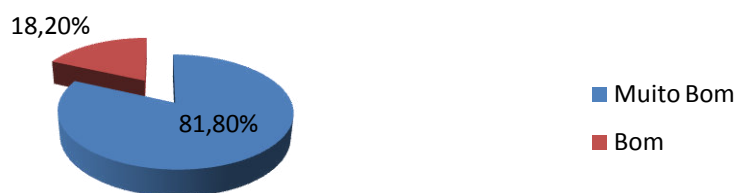
No geral as pessoas idosas mostraram bastante interesse em participar em todas as atividades, afirmando constantemente que “as meninas deviam vir todos os dias”.

Apesar da maioria dos idosos ter referido que gostaram de todas as atividades de igual forma, na minha opinião a que mais se destacou foi o Jogo dos Sentidos. Este jogo garantiu uma tarde bastante divertida e proporcionou muitas gargalhadas entre os idosos.

▪ **Avaliação Passeio a Ponte da Barca**

O Serviço de Ação Social aplicou um questionário destinado a avaliar actividade. Deste resultou a seguinte avaliação:

Gráfico nº 16: Como avalia o Passeio?



O passeio foi avaliado com “Muito Bom” por 81,80% dos idosos, e com “Bom” por 18,20%.

Nesta avaliação, todos idosos referiram que os locais visitados foram de interesse. Os idosos mostraram bastante interesse por toda a actividade, porém destacou-se a visita à Barragem e ao Castelo do Lindoso. Outro aspeto relevante foi o dia soalheiro que ajudou em muito o sucesso da actividade.

Avaliação Passeio a Arcos de Valdevez

Os idosos mostraram bastante interesse por toda a atividade, afirmando que gostam muito destes passeios, visto que passam um dia diferente e que é uma oportunidade para saírem um pouco de casa.

Foi aplicado um questionário destinado a avaliar a actividade de onde resultou a seguinte avaliação:

Gráfico nº 17: No geral, como Avalia a atividade?



O passeio foi classificado por 64% dos idosos como “Muito Bom” e por 28% como “Bom”. Isto leva-nos a concluir que no geral os participantes ficaram bastante satisfeitos.

Todos os idosos consideram este tipo de atividades importantes. Relativamente aos locais visitados, 100% dos idosos referiram que estes foram de interesse.

Visitas Domiciliárias e Relatórios Sociais

Estas atividades foram realizadas com sucesso. No total foram seguidos 5 casos, sendo que num dos casos após várias tentativas não foi possível entrar em contacto com os munícipes, tendo apenas deixado um aviso para se deslocarem ao Serviço de Ação Social. Assim, foram efetuados no total 4 Pareceres Sociais.

A isenção ou não das taxas municipais é decidida pelo Presidenta da Câmara, pelo que não foi possível aceder a essa informação, todavia, nos pareceres sociais foi dada a opinião sincera acerca da situação das famílias.

Diagnóstico Social do Concelho de Esposende

A informação encontrada não foi suficiente para terminar o diagnóstico pretendido, pelo que foram efetuados pedidos dos dados em falta às entidades competentes. Até à data do final do estágio, apenas foi recebida uma resposta, pelo que a falta de informação impossibilitou o término do documento, no entanto todo o trabalho efetuado será guardado no Serviço, e terminado pelos técnicos assim que tiverem em posse as informações em falta.

Promoção do Voluntariado

Apesar de a promoção do voluntariado no concelho de Esposende, ter sido inicialmente um objetivo geral deste projeto, as principais atividades planeadas referentes a este tema, não foram realizadas, pelo que o objetivo apenas foi parcialmente cumprido.

Estava planeado a criação de um site informativo acerca do voluntariado no concelho e a construção de um panfleto de promoção e informação acerca do mesmo tema, todavia, não foi possível desenvolver estas atividades pois as instituições não apresentam ofertas. Tendo em conta esta situação, o projeto apenas incidiu na organização dos dados dos voluntários, tendo sido também construído um relatório com os dados dos mesmos. Estas atividades permitiram facilitar o acesso aos voluntários e o conhecimento das suas particularidades. Assim, torna-se mais prático consoante a situação, compreender se há na base de dados voluntários com as características ideais para o efeito.

Ainda neste âmbito, participei na Peça de Teatro “O Macaco do Rabo Cortado”, relativa às comemorações do dia Internacional do Voluntariado. Esta atividade permitiu sensibilizar para o voluntariado no concelho e sinalizar este dia especial.

6. Considerações Finais

No presente tópico serão apresentados, numa perspetiva crítica, os resultados obtidos na intervenção, bem como quais as Implicação do estágio a nível pessoal, institucional e a nível de conhecimentos para a Área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

6.1. Os resultados numa perspetiva crítica

O presente projeto apresenta três objetivos gerais, sendo eles a promoção da Educação ao Longo da Vida (ELV), o melhoramento das condições de vida dos munícipes e a dinamização da Loja Social Rede Solidária.

De facto a Educação ao Longo da Vida foi promovida em diversos momentos do estágio. Na intervenção familiar, através da formação para o desenvolvimento de competências (limpeza e organização habitacional e pessoal), na formação promovida no âmbito da alimentação saudável na família 2 e no âmbito da apneia do sono na família 1. A ELV foi ainda promovida na Loja Social Rede Solidária através da Formação/ *Workshop* “Comer Bem e Barato” e através do serviço de informações, onde se promoveu as ofertas de formação existentes no concelho.

As atividades de Ocupação dos Tempos Livres, foram também uma forma de promoção da ELV, uma vez que todas elas possuíam um carácter educativo. No caso dos programas “Vamos de Férias”, através de jogos, oficinas e visitas culturais. Nas atividades de estimulação cognitivas também através dos jogos realizados e da preleção de algumas explicações sobre factos do meio que os rodeia. Nos passeios a Ponte da Barca e a Arcos de Valdevez, proporcionou-se o conhecimento do património histórico e cultural do país.

O segundo objetivo geral do projeto passava pelo melhoramento das condições de vida dos munícipes. O melhor exemplo em que este objetivo foi atingido, é sem dúvida a intervenção realizada junto das famílias 1 e 2. Os resultados demonstraram que a intervenção efetuada foi uma grande mais-valia para ambas as famílias, tendo contribuído substancialmente para melhorar as condições em que se encontravam. De facto, no caso da família 1, a munícipe tornou-se uma pessoa bastante mais animada. As diferenças ocorridas na sua vida tornaram-na numa pessoa mais enérgica e mais feliz. O presente projeto também orientou para a construção gradual de um lar mais seguro e fomentou a manutenção da saúde da utente. Ainda relativamente a este caso, acrescento que apesar de as melhorias serem significativas, a situação ainda se encontra longe do desejável. A utente estaria melhor acompanhada num Centro de Dia, algo que não foi conseguido nesta intervenção. A habitação da utente também

ainda não se encontra em totais condições de higiene e segurança, todavia, a utente mostrou-se disposta a pagar, quando a situação permitir, a uma pessoa para efetuar uma limpeza geral. No caso da Família 2, a atuação contribuiu para a melhoria das suas condições de higiene e segurança habitacional, bem como para a construção de um lar mais agradável e acolhedor, mas, acima de tudo, contribuiu para proporcionar as condições necessárias para permitir à utente continuar com a guarda das três crianças. As melhorias na habitação e na atitude da utente são amplamente visíveis, todavia, seria favorável a continuação da intervenção por mais alguns meses de forma a solidificar os conhecimentos. Apesar de a utente ter realizado sempre todas as tarefas propostas, temo que esta ao deixar de ter acompanhamento possa perder os hábitos de organização e limpeza adquiridos, todavia, relativamente a esta situação a CPCJ encontra-se a procurar uma pessoa para continuar a intervenção realizada.

A promoção do melhoramento das condições de vida dos munícipes não foi fomentada apenas através da Intervenção Familiar. As atividades de Ocupação dos Tempos Livres e as visitas domiciliárias para isenção de taxas contribuíram para o mesmo propósito. Aliás, a própria dinamização e divulgação da Loja Social Rede Solidária também se enquadra neste objetivo, uma vez que este equipamento tem como missão apoiar famílias em dificuldades.

Por último, temos como objetivo geral a dinamização da Loja Social Rede Solidária. Esta dinamização foi conseguida através da realização das sessões de Formação/ *Workshop* “Comer Bem e Barato”, pela criação do Serviço de Informações, pela criação de fluxogramas e pela apresentação da Loja em *Layout*. Dinamizou-se ainda através da divulgação da mesma. Esta divulgação deu-se pela Ação de Sensibilização efetuada no Dia Internacional da Mulher e pela criação da página na rede social *Facebook*. Esta rede social é acedida atualmente pela maioria da população jovem e jovens adultos, pelo que foi sem dúvida uma boa forma de chegar à comunidade.

Em geral, pode afirmar-se que o projeto alcançou os objetivos propostos de forma bastante satisfatória, todavia, nem todos os aspetos foram atingidos como o desejável.

6.2. Implicação do estágio a nível pessoal, institucional e a nível de conhecimentos para a Área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

A nível pessoal o estágio efetuado foi bastante enriquecedor, tendo sido uma experiência muito positiva. Esta intervenção permitiu-me atuar com uma grande diversidade de públicos e

em situações bastante distintas, tendo portanto contribuído para um leque de experiências muito variadas. Apesar de já ter efetuado anteriormente algumas intervenções, este estágio traduziu-se na primeira experiência “real” de trabalho, uma vez que me fez sentir, durante nove meses, uma profissional da instituição e, portanto, com obrigações como tal.

Após o estágio, posso dizer que me sinto preparada para o mercado de trabalho, coisa que não acontecia anteriormente. Aqui tive a oportunidade de atuar a nível de intervenção familiar, sendo a minha área de preferência, a nível de preleção de formações, monitorização de grupos, entre outras áreas onde adquirir diversas aprendizagens. Em geral, ao longo do estágio desenvolvi diversas competências, tendo crescido como profissional de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

A nível institucional, penso que a minha atuação foi também muito positiva, não só pelo contributo na realização de atividades da instituição, mas sobretudo pela iniciativa que demonstrei em desenvolver novas atividades. Aqui destaco a dinamização da Loja Social Rede Solidária, tendo em conta que se tratava de uma grande necessidade da instituição e na qual desenvolvi diversas atividades por iniciativa própria. A intervenção familiar que efetuei com a Família 1, também não teria ocorrido, uma vez que foi minha iniciativa procurar famílias em necessidade. Relativamente à família 2, que se encontrava já a ser acompanhada, não teria tido a oportunidade de receber uma intervenção tão próxima, uma vez que a escassez de recursos humanos no serviço não o iria permitir. Estes são apenas alguns exemplos da minha implicação na instituição, no entanto, mais haveria para citar.

Em jeito de conclusão, este estágio foi uma mais-valia, tanto a nível pessoal e profissional como uma mais-valia para a Instituição de acolhimento, Aqui desenvolvi imensas competências e aprendizagens a nível da área da Educação de Adultos e Intervenção Comunitária.

7. Bibliografia

7.1. Bibliografia Referenciada

- ANTUNES, M. C. (2001). *Teoria e prática pedagógica*. Lisboa: Instituto Piaget.
- ANTUNES, M.C. (2007). *Educação de Adultos e Intervenção Comunitária*. Coimbra: Edições Almedina, SA.
- BARBOSA, M. (2008). Do sonho ao pesadelo: a pedagogia da autonomia sob suspeita /In Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos, vol. 89, nº 223.
- BERGANO, S. M. (2012). *Filosofias da Educação de Adultos*. Dissertação de Mestrado em Ciências de Educação - Especialização em Psicologia da Educação. Coimbra: Universidade de Coimbra.
- CANÁRIO, R. (1999). *Educação de adultos. Um campo e uma problemática*. Lisboa: Educa.
- CARRASCO, J. G., DUJO, A. (1997). Planteamiento sociopolítico de la educación de adultos en sociedades desarrolladas. In J. G. Carrasco (Coord.). *Educación de adultos*. Barcelona: Editorial Ariel.
- CORREIA, A. C. S. (2010). *Animação sócio-cultural: Uma forma de Educação Permanente e ao Longo da Vida para um envelhecimento activo*. Relatório de Estágio – Mestrado em Educação – Área de Especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária. Braga: Instituto da Educação – UMinho.
- DANIS, C, SOLAR, C. (1998). *Aprendizagem e Desenvolvimento dos Adultos*. Lisboa: Instituto Piaget.
- FONTAINE, R. (2000). *Psicologia do Envelhecimento*. Climepsi Editores: Lisboa.
- FOSNOT, C.T. (1996). *Construtivismo e Educação. Teoria, perspectivas e Prática*. Lisboa: Instituto Piaget.
- GIDDENS, A. (2008). *Sociologia*. (6ª ed.). Lisboa: Fundação CALOUSTE GULBENKIA.
- GILLET, J-C (2006). *La Animación en la Comunidad. Un Modelo de Animación Socioeducativa*. Barcelona: Grao.
- GONÇALVES, A. (2004). *Métodos e Técnicas de Investigação Social I, Programa, Conteúdo e Métodos de Ensino Teórico e Prático*. Universidade do Minho. Instituto de Ciências Sociais.
- JACOB, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar.

- MOREIRA, C. D. (1994). *Planeamento e Estratégias da Investigação Social*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.
- NÓVOA, A. (1998). A formação tem que passar por aqui: as histórias de vida no projecto prosalus. In A. Nóvoa, Finger Matthias (org) (1988). *O método (auto)biográfico e a formação*. Lisboa: Ministério da Saúde.
- PARDAL, L & CORREIA, E (1995). *Métodos e Técnicas de Investigação Social*. Porto: Areal Editores.
- QUIVY, R. & CAMPENHOUT, L. V. (1992). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- RIBEIRO, O., PAÚL, C. (Coord.)(2011). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa-Porto:Edições Técnicas, Lda.
- SERRANO, G. P. (2004). Metodologias de investigación en animación sociocultural. In J. Trilla, *Animación sociocultural – Teorías, programas y ámbitos* (pp. 100-114). Barcelona: Ariel.
- SOUSA, I. (2012). *A importância da dimensão lúdica no desempenho cognitivo em idosos institucionalizados*. II Ciclo de Estudos em Gerontologia Social Aplicada. Braga: Universidade Católica Portuguesa.
- TAVARES, M. (2004). *Que direitos para os desfavorecidos? O direito de informação e de acção social autárquica*. In: *Intervenção Social*, 30, pp 45-55.
- UNESCO (1976). *Recomendación relativa ao desarrollo de la educación de adultos*. Nairobi.
- ZIMERGAN, G. I. (2000). *Velhice: Aspetos Biopsicossociais*. Porto Alegre: ArtMed Editora.

7.2. Bibliografia Consultada

- ANDER-EGG, E. (1990). *Repensando la investigación-acción participativa*. México: Editorial El Ateneo.
- BARBIER, J.-M (1993). *Elaboração de Projectos de Acção e Planificação*. Porto Editora.
- MACIEL, C. , VIDAL, J. , RODRIGUES, O. (2009). *Desafios Contemporâneos para o Serviço Social*. Belém - Pará: Instituto de Ciências Sociais Aplicadas.
- CAPUCHA, L. (2005). *Desafios da Pobreza*. Oeiras: Celta Editora.
- VIEGAS, J. , COSTA, A. (1998). *Portugal, que modernidade?*. Oeiras: Celta Editora.
- CAPUL, M. , LEMAY, M. (2005). *Da Educação à Intervenção Social*.

7.2. Webgrafia Referencia

CANCELA, D. M. G. (2007). O processo de Envelhecimento. Acedido a 11 de Novembro de 2012 em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0097.pdf>

DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE 2004 - Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas. Fonte:<http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/1C6DFF0E-9E74-4DED-94A9-F7EA0B3760AA/0/i006346.pdf> - consultado em 25 de Outubro de 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (2005). Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde. Acedido a 3 de Outubro de 2013 em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf.

LOPES, M. S. (2006). Animação Sociocultural em Portugal. Animador Sociocultural: Revista Iberoamericana, vol.1, n.1., out.2006/fev.2007. Acedido a 29 de Setembro de 2013 em: http://www.esec.pt/cdi/ebooks/docs/LOPES_Animacao.pdf.

<http://www.arsalgarve.min-saude.pt/portal/?q=node/3627> dia 26 de Junho de 2013.

<http://www.ie.uminho.pt/Default.aspx?tabid=7&pageid=134&lang=pt-PT>, dia 18 de Setembro de 2013..

http://www.fpce.up.pt/iiijornadashistoriasvida/pdf/2_Da%20biografia%20E0%20historia%20de%20vidaPDF.pdf, 22 de Outubro de 2013.

<http://www.cm-esposende.pt/site/INE> site. 10 de Novembro de 2012.

7.3. Documentos Da Instituição

Projeto Concelhio de Luta Contra a Pobreza e a Exclusão Social.

Diagnóstico Social do Concelho de Esposende 2010.

Carta Social de Esposende 2012.

Plano de Desenvolvimento social 2008/2013.

Documentos vários do Serviço de Ação Social.

Anexos

**Anexo I – PowerPoint Ação de
Formação “Comer Bem e
Barato”**

Ação de Formação

Comer Bem e Barato!



Cozinha Saudável



Uma Dieta Saudável deve ser...

Roda dos Alimentos: orienta para as necessidades nutricionais diárias.



- Completa
- Variada
- Equilibrada

A Dieta deve ser acompanhada pela prática regular de exercício físico

Aumente o seu consumo de hortaliças, legumes e frutos!

(Direção Geral de Saúde)

- ▶ O bom consumo de frutas, hortaliças e legumes está entre as 10 formas de viver para o envelhecimento saudável e mais próspero.
- ▶ Atualmente, mais de 2,7 milhões de nós podem ser salmos todos os anos se não passarmos ingerir a quantidade adequada de hortaliças.
- ▶ Atualmente, o bom consumo de hortaliças é responsável por cerca de 10% das mortes gastrointestinais, 21% da doença cardiovascular legumes e 17% das doenças...
- ▶ A ingestão adequada de frutas, hortaliças e legumes previne o aparecimento de várias doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, síndrome nutricional e alterações de aparelho digestivo (ex. prisão de ventre, hemorroidas, diverticulose, etc.).

Cozinha Saudável



- ▶ Cozer as batatas com casca, evita a perda de vitamina C e aumenta o seu sabor.
- ▶ A água de cozedura, porque são ricas em substâncias nutritivas que os alimentos largam, podem e devem ser utilizadas para caldos - de arroz, massa, sopas...

Cozinha Saudável



- ▶ Retire toda a gordura visível dos alimentos antes de os confeccionar e também no prato.
- ▶ Se consumir conservas de peixe, opte por conservas em água ou em molho de tomate.

Cozinha Saudável



- ▶ A carne e o peixe devem assar com a sua própria gordura, por isso, deve evitar-se o acrescento de qualquer gordura durante este tipo de confeção culinária.
- ▶ O uso de ervas aromáticas acrescenta paladares agradáveis e permite a utilização de pouquíssimo sal ou mesmo nenhum.

Quais os seus truques de poupança?
Partilhe a sua experiência!

Cozinha económica adaptada a hábitos alimentares saudáveis



Consumir alimentos de origem vegetal

- ▶ Inicie todas as refeições com um prato de sopa. Além de preparar o seu estômago para a refeição que se segue, permite que seja servida uma dose menor do prato principal.
- ▶ Ocupe metade do prato com salada. Vai sentir-se saciado e assim aumenta o consumo de fibras.

Consumir alimentos de origem vegetal

- ▶ Devem ser consumidas 5 porções de fruta ou legumes ao longo do dia. Estes alimentos são responsáveis pelo aporte de vitaminas, minerais e fibras.
- ▶ Se não tiver uma horta e tiver de comprar os legumes, pode optar pelos congelados para adicionar aos seus pratos, são igualmente saborosos, nutritivos e são mais baratos.

Consumir alimentos de origem vegetal

- ▶ Opte por frutas da época e que não sejam importadas. Ao longo do ano o nosso sistema imunitário tem carências diferentes consoante as estações. Estas carências podem ser supridas pelo consumo de fruta da época, uma vez que também apresentam características diferentes ao longo do ano. Além disso, são substancialmente mais baratas e saborosas.

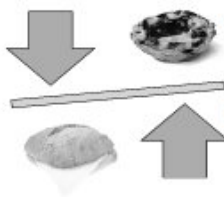
Consumo de lacticínios

- ▶ Aumente o consumo de produtos lácteos, são uma excelente fonte de ferro e cálcio.
- ▶ Prefira o leite aos iogurtes, é mais barato e mais saudável: 1L de leite custa em média 0,80€, enquanto que os iogurtes mais baratos rondam 1,79€/L.

Consumo de lacticínios

- ▶ Não limite a sua escolha pela marca. Um estudo realizado pela DECO classifica o leite da marca **È** (Continente) como "escolha acertada" (relação qualidade/preço).
- ▶ Uma família de quatro pessoas, que bebe 1 litro de leite por dia e opte pela marca **È**, poupa até € 18 por mês face à **Président**, a mais cara do teste. Por ano, são cerca de € 180 poupados.

Evitar os doces e as gorduras



- ▶ Os pequenos lanches que faz fora de casa ao longo do dia, entre faz-los em casa. Nessas lojas tem acesso fácil a refrigerantes, bolos e salgadões.
- ▶ Opte por fazer pequenos lanches de casa como uma fruta, um iogurte ou uma sandes. Um lanche constituído por uma metade de leite e um croissant morno, num café, tem o custo de 2,79€, enquanto que se fazer de casa um iogurte e um pão com queijo, este lanche ficará por 0,92€.

Truques de poupança



No supermercado...



- ▶ Vá sempre com uma lista. Verifique refrigerio, congelador, armários e despensa para não se esquecer de nada.
- ▶ Esteja atento a promoções: verifique se o prazo de validade permite a compra de grandes quantidades.
- ▶ Não compre SO porque está em promoção. Verifique se são produtos que realmente lhe fazem falta.

No supermercado...



- ▶ Preço/quantidade: preste atenção ao preço/kg ou preço/litro, não se guie pelo preço de venda.
- ▶ Evite compras supérfluas: não vá às compras com fome ou com crianças, assim será mais fácil manter a lista de compras que realizou em casa.

No supermercado...



- ▶ No talho, se tentarem comprar peito de frango, peça um frango inteiro e peça para tirar os peitos. Estará a comprar o peito de frango (geralmente o triplo do preço do frango por kg) ao preço do kg do frango.
- ▶ Opte por produtos mais baratos: vários estudos realizados provam que as marcas "brancas" apresentam quase sempre uma boa relação qualidade/preço.

No supermercado...



- ▶ Poupe dinheiro em frutas e legumes comprando-os dentro da sua própria época.
- ▶ Comprar os secos de plástico no supermercado e reutilizá-los para o lixo, fica mais barato que comprar sacos próprios para o efeito.



Em casa...

- ▶ Aproveite as sobras das refeições, estas aguentam alguns dias se estiverem bem cozinhadas e guardadas, no máximo, a 4° C.
- ▶ Atenção ao frigorífico e à despensa: Os alimentos com prazo de validade mais perto do final devem estar à frente, para serem consumidos em primeiro lugar.



Em casa...

- ▶ Algumas frutas, como a banana ou a maçã, aceleram o amadurecimento das restantes.
- ▶ A validade: alimentos com "consumir até..." devem ser consumidos apenas até essa data; alimentos com "consumir de preferência antes de..." podem ser consumidos após essa data com alguma segurança.

Em casa...

- ▶ Opte por alimentos preparados em casa ao invés dos que já são processados.
- ▶ Leve refeições preparadas em casa para o trabalho, terá uma poupança substancial no seu orçamento.



Em casa...

- ▶ "Recicle" ingredientes de refeições anteriores para as seguintes. Por exemplo, se sobrar carne pode reaproveitá-la e fazer empadão. Do pão pode fazer torradas ou tostas.
- ▶ Para poupar na carne e no peixe para uma refeição para a família experimente cortar a carne ou o peixe em pequenos pedaços e fazer com arroz ou massa. Junte legumes e a refeição renderá ainda mais.

Em casa...

- ▶ Quando cozinhar, tenha o cuidado de não encher as panelas com água em excesso.
- ▶ Habitue-se a cozinhar com as tampas nas panelas, para evitar a perda de calor.

Em casa...

- ▶ Para cozinhar, é preferível utilizar uma panela de pressão, sempre que possa, porque economiza até 80% de energia.
- ▶ Para aquecer mais tarde, ou mesmo fazer certos pratos, é melhor usar o microondas em vez do forno porque assim poupa 70% de energia.

Em casa...

- ▶ Quando as panelas já estiverem a ferver, reduza a intensidade do chama, e mesmo de início não deixe as chamas ultrapassarem a dimensão da panela.
- ▶ Pense em tudo o que precisa do frigorífico antes de o abrir - o gasto de energia de porta aberta é muito superior.

Em casa...

- ▶ Quando usar o forno fazer mais que uma coisa lá, por exemplo prato principal e sobremesa.
- ▶ Quando cozinhar no forno deve-se evitar abrir a porta muitas vezes - perde-se 25% do calor de cada vez que a abrimos.

Em casa...

- ▶ Aproveitar partes dos alimentos que não se comem normalmente.
- ▶ É possível congelar praticamente qualquer alimento, por isso, se tiver alguma coisa em excesso ou possível de se estragar, lave, arranje e congela.

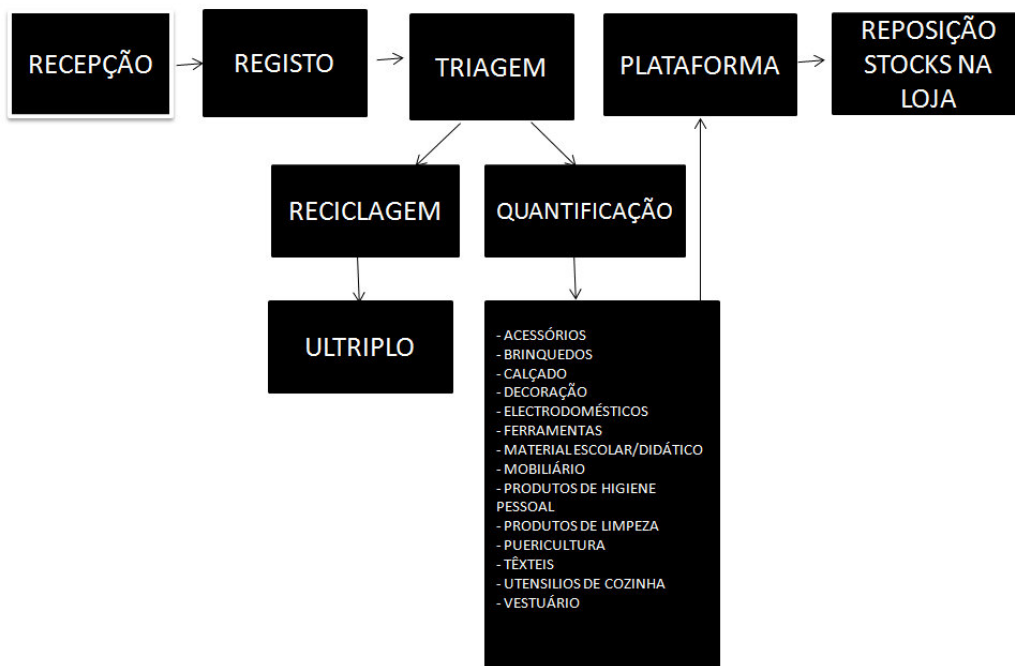
Obrigada pela atenção, boas
poupanças!



FIM...

Anexo II – Fluxogramas realizados na Loja Social

DOAÇÃO DE BENS NÃO ALIMENTARES



DOAÇÃO DE BENS ALIMENTARES





Anexo III – Apresentação da Loja Social em *Layout*





Loja Social

Porque há boas causas
Seja solidário!



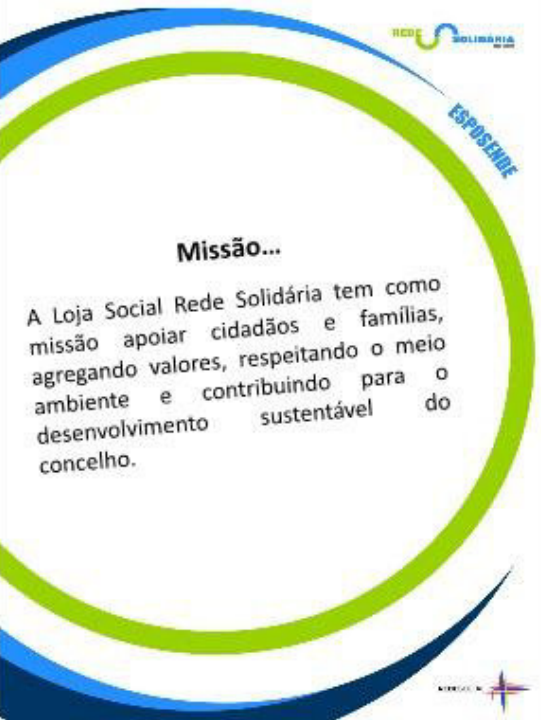



Enquadramento...

A Rede Social tem um papel fundamental num contexto de afirmação de políticas sociais activas para o esforço da erradicação e atenuação da pobreza e da exclusão social.



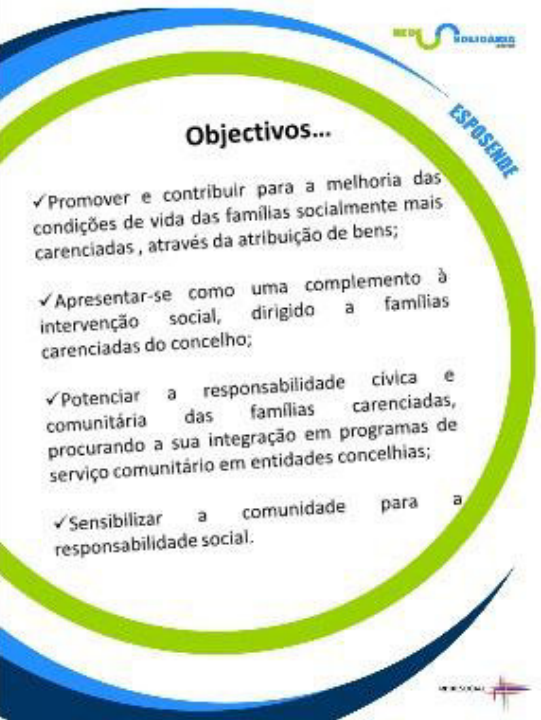
Nesta linha de orientação, e concebida no âmbito da Rede Social do concelho de Esposende, surge a Loja Social Rede Solidária que em rede integra vários parceiros da Rede Social do concelho de Esposende que entenderam associar-se a este projecto.

A Loja Social Rede Solidária inaugurada a 11 de Dezembro de 2011, define-se como uma rede de partilha e solidariedade de toda a comunidade, possibilitando o acesso a bens de primeira necessidade por parte das famílias que comprovadamente apresentem carências socioeconómicas, na medida em que as mesmas são acompanhadas tecnicamente.


Missão...

A Loja Social Rede Solidária tem como missão apoiar cidadãos e famílias, agregando valores, respeitando o meio ambiente e contribuindo para o desenvolvimento sustentável do concelho.

Objectivos...


- ✓ Promover e contribuir para a melhoria das condições de vida das famílias socialmente mais carenciadas, através da atribuição de bens;
- ✓ Apresentar-se como um complemento à intervenção social, dirigido a famílias carenciadas do concelho;
- ✓ Potenciar a responsabilidade cívica e comunitária das famílias carenciadas, procurando a sua integração em programas de serviço comunitário em entidades concelhias;
- ✓ Sensibilizar a comunidade para a responsabilidade social.






Competências...

- ✓ Proceder à gestão dos bens oriundos de campanhas de angariação dos mesmos, e/ou ofertas provenientes da comunidade;
- ✓ Proceder à distribuição dos bens, de acordo com a necessidade das famílias identificadas tecnicamente como carenciadas;
- ✓ Promover a participação do voluntariado na operacionalização da Loja Social Rede Solidária;
- ✓ Manter actualizado o registo dos na Plataforma de Gestão Integrada da Rede Solidária;
- ✓ Providenciar o tratamento dos bens, caso se justifique, enviando os mesmos para as empresas/instituições do concelho com protocolos de colaboração estabelecidos com a Loja Social Rede Solidária.






Bens...

- ✓ Doações ou através de troca por troca;
- ✓ A Loja Social Rede Solidária dispõe de:
 - Equipamento doméstico;
 - Mobiliário;
 - Alimentos;
 - Material didáctico e escolar;
 - Têxteis e Vestuários;
 - Calçado e Acessórios;
 - Brinquedos;
 - Outros.


Acesso aos bens...

- ✓ Por indicação dos técnicos com competência e responsabilidade na intervenção social, num processo de articulação com a Loja Social Rede Solidária;
- ✓ Por solicitação directa das famílias carenciadas, ou entidades que integram o Conselho Local de Acção Social, a qual poderá carecer de análise social para posterior identificação e acompanhamento;
- ✓ Por acesso directo das famílias junto dos vários espaços que integram a Loja Social Rede Solidária num processo de troca por troca.

Gestão de stocks...

- ✓ Todas as entradas e saídas de bens são devidamente registadas em base de dados criada para o efeito, a Plataforma de Gestão Integrada da Rede Solidária, de forma a manter uma gestão de stocks eficaz, que se coadune com uma assertiva informação prestada junto da comunidade;
- ✓ Os técnicos orientam a sua actividade, garantido a regular supervisão e acompanhamento, devendo, igualmente, garantir o contacto e articulação com os vários serviços/entidades da comunidade;
- ✓ A Loja Social Rede Solidária assegura a recolha e distribuição de bens materiais que sejam de grande porte.






Plataforma de Gestão Integrada da Rede Solidária...


- ✓ Permitir a gestão dos bens existentes em cada um dos espaços;
- ✓ Permitir o acesso aos bens existentes nos vários espaços, por parte dos técnicos;
- ✓ Recolha de dados estatísticos sobre os diversos indicadores de gestão do funcionamento da Loja Social.





Actividades...

- ✓ Atendimento às famílias;
- ✓ Receção de bens doados;
- ✓ Triagem de bens não alimentares;
- ✓ Reposição de stocks;
- ✓ Formações/ Workshops;
- ✓ Campanhas de angariação de bens;
- ✓ Ações de sensibilização.















REDE SOLIDÁRIA
ESPOSENDE

Visitas...



REDE SOLIDÁRIA

REDE SOLIDÁRIA
ESPOSENDE

Espaços...

- ✓ Espaço no Centro Comunitário de Vila-Chã – Esposende Solidário;
- ✓ Espaço nas Marinhas- Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa
- ✓ Espaço Sede em Gandra- Câmara Municipal de Esposende.

REDE SOLIDÁRIA

REDE SOLIDÁRIA
ESPOSENDE

Horários/localização...

Avenida de Palmeira, 319, E.N.103-1
4740-010 Esposende

Segundas e quartas-feiras das 14h00 às 18h00
Sábado 15h00 às 18h00

Tel. 253986577/962020398
Fax 253960175
E-mail: rede.solidária@cm-esposende.pt

REDE SOLIDÁRIA

Anexo IV – Fotografias das Atividades

Intervenção Familiar



Passeios com Idosos





“Vamos de Férias”



Atividades de Estimulação Cognitiva



Ação de Sensibilização no Dia da Mulher



Ações de Formação “Comer Bem e Barato”



Apêndices


Apêndice I – Autorização da Instituição

DECLARAÇÃO

A Câmara Municipal de Esposende, pessoa colectiva nº 503617599, representada pelo seu Presidente, António Benjamim da Costa Pereira, com sede na Praça do Município, 4740-223 em Esposende, declara para os devidos efeitos que, no âmbito do estágio curricular realizado por Andreia Abreu Pereira, na área de Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, do Mestrado em Educação, da Universidade do Minho, autoriza a mesma a identificar no seu Relatório de Estágio o nome da Instituição e utilizar fotografias das actividades realizadas, salvaguardando a privacidade e confidencialidade dos participantes. -----

Esposende, 28 de Outubro de 2013.

O Presidente da Câmara,


Benjamim Pereira, Arqt.