

# TEATRO e COMUNIDADE

PROJETO de INVESTIGAÇÃO com SENIORES

**TEATRO e**  
**IDENTIDADES**



# TEATRO e COMUNIDADE

PROJETO de INVESTIGAÇÃO com SENIORES

**TEATROS  
IDENTIDADES**

**Organizadores** | Rita Wengorovius | Ramon Aguiar

**Câmara Municipal da Amadora** | DEDES/Divisão de Intervenção Social

**Agradecimentos** | À Professora Doutora Eugénia Vasques, Presidente da Associação dos Amigos da Escola Superior de Teatro e Cinema

**Revisão de textos** | Eugénia Vasques e Luísa Marques (ESTC)

**Edição e paginação** | Luísa Marques (ESTC)

**Capa e apoio no design gráfico** | Pedro Azevedo (ESTC)

**Logótipo** | Pedro Garcia

**Fotografias** | Artistas pedagogos

**Editores** | Câmara Municipal da Amadora, Av. Movimento das Forças Armadas, Mina de Água, 2700-595 Amadora, 214369000, geral@cm-amadora.pt | Escola Superior de Teatro e Cinema, Av<sup>a</sup> Marquês de Pombal, 22-B, 2700-571 Amadora, 214989400, estc@estc.ipl.pt / www.estc.ipl.pt

**1<sup>a</sup> edição** junho de 2014

**ISBN** 978-972-9370-19-9

# ÍNDICE

## I - TEATRO DE IDENTIDADES PARCERIAS CRIATIVAS PARA A CONSTRUÇÃO DE UM PROJETO

A intervenção municipal na promoção do envelhecimento ativo	
Câmara Municipal da Amadora.....	11
Nota introdutória	
O Diretor do Departamento de Teatro da Escola Superior de Teatro e Cinema.....	14
Sobre o Projeto	
José Pedro Caiado.....	15
Teatro de Identidades – Investigar e agir pela arte com seniores	
Rita Wengorovius .....	17

## II - TEATRO DE IDENTIDADES | PROJETO DE TEATRO E COMUNIDADE COM SENIORES

Relatos de experiências .....	27
Contexto 1   Teatro de Identidades no Centro Comunitário Intergeracional da Quinta de São Miguel	
António Vicente.....	28
Apresentação da Instituição Quinta de S. Miguel - Centro de Dia	
Elisabete Costa, Ana Chão e Rute Bouça.....	37
Contexto 2   Teatro de Identidades na Associação Solidariedade Social para Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina	
Hugo Andrade.....	40
Apresentação da Associação Solidariedade Social para Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina	
Mónica Monteiro .....	49
Contexto 3   Teatro de Identidades na Associação Unitária de Reformados Pensionistas e Idosos da Freguesia da Damaia	
Rafael de Moraes.....	52
Apresentação da Associação Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos da Damaia	
Sara Ferreira.....	62

Contexto 4   Teatro de Identidades na Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Buraca. A linguagem corporal, o movimento e a dança na Terceira Idade	
Pedro Augusto .....	64
Apresentação da Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Buraca	
Sandra Gomes .....	74
Reflexão   Reconstrução de memórias coletivas através de um espetáculo de rua	
O Casamento Ama-Amadora	
Ramon Aguiar .....	76
III - CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	94
BIBLIOGRAFIA .....	97
FICHA TÉCNICA E ARTÍSTICA .....	100

**I - TEATRO DE IDENTIDADES PARCERIAS CRIATIVAS PARA A  
CONSTRUÇÃO DE UM PROJECTO**



**TEATRO DE IDENTIDADES  
PARCERIAS CRIATIVAS PARA  
A CONSTRUÇÃO DE UM PROJETO**





## **A intervenção municipal na promoção do envelhecimento ativo**

O envelhecimento humano reflete um conjunto de mudanças biopsicossociais e embora seja um processo natural, não é homogêneo, diferindo nos indivíduos, dependendo de fatores internos e externos.

Acompanhada de fragilidades físicas e emocionais, que dificultam a inserção social da população maior, a imagem no indivíduo sénior têm vindo a sofrer alterações, a par das transformações sociais; estas alterações, têm influência direta nas relações que o sénior estabelece com a sociedade e os demais grupos sociais.

A alteração demográfica verificada ao longo dos últimos anos no Município da Amadora, caracterizada pela inversão da pirâmide etária, com duplo envelhecimento – no topo e na base, fez emergir a necessidade de criação de novas políticas sociais, que fomentem a promoção de um envelhecimento ativo e de qualidade.

As Instituições de Apoio aos Seniores são um veículo importante na ação da Autarquia, uma vez que nas suas respostas sociais contactam de perto com as mais diversas situações e realidade em que os seniores se encontram, quer em Centros de Dia/Centros de Convívio quer nos seus domicílios.

Reflexo disso, é o Plano Gerontológico integrado no Plano de Desenvolvimento 2012/14, com base numa metodologia participativa, enquanto estratégia de fortalecimento de trabalho em parceria que tem vindo a ser realizado e consolidado ao longo dos anos. Com esse trabalho, foi possível identificar os principais problemas ao nível local, sendo situações referentes à questão do envelhecimento populacional, do isolamento social e da insuficiência ao nível das respostas sociais.

O Projeto AmaSénior|Identities, surgiu nessa ótica de trabalho, em 2012, com uma parceria com a Escola Superior de Teatro e Cinema – Mestrado Teatro e Comunidade e com cinco Instituições com resposta social Centro de Dia/Convívio, como ponte de troca de experiências de intervenção, evidenciando os benefícios da

prática teatral no processo de envelhecimento, a inclusão e acessibilidade pela arte e a participação ativa dos cidadãos.

Quanto aos beneficiários do Projeto, cerca de 80% são do sexo feminino, idade superior a 75 anos, estado civil predominante viuvez, analfabetos ou 1º ciclo do E. Básico e não tinham tido contacto com experiências de teatro.

No decurso do projeto têm vindo a ser evidenciados três aspetos:

- O teatro e comunidade contribuiu para a desmistificação da velhice enquanto fase de decrepitude, caracterizando-a pelo contrário, como uma etapa em que muito se pode aprender e fazer;

- Foram acentuadas as potencialidades do ser humano seja qual for a idade cronológica;

- O teatro e comunidade constituiu espaços práticos de autonomia onde é possível desenvolver a criatividade, favorecer vivências de afetos e promover sensações.

No final destes dois anos de intervenção, foram auscultadas as Instituições que acolhem o Projeto, e podemos concluir que a metodologia utilizada, através de autorretratos e autoexpressão (corporal, facial e verbal) de experiências, tem proporcionado um relacionamento empático relevante entre pares.

A participação através da arte e do simbólico tem vindo a reforçar a ideia que o envelhecimento é um processo em que as estratégias devem ser diversificadas e potenciadas as capacidades das pessoas ao longo do seu ciclo de vida.

O Projeto AmaSénior|Identities pretende ser uma ponte para o trabalho consequente, nomeadamente, a reflexão de como chegar a seniores sozinhos e/ou com doenças neurológicas associadas, como exemplo, tentando levar o teatro ao domicílio ou incluir no Projeto Instituições que já manifestaram à Autarquia, ter nas suas respostas sociais, seniores com demências e ser difícil a definição de um programa de atividades para essas pessoas.

A intervenção municipal privilegia, assim, a sua ação na rentabilização e concertação dos recursos existentes no Município e no estabelecimento de parcerias locais.

“Como o melhor da Amadora são as pessoas”, a Autarquia na sua esfera de ação irá continuar a eleger os seniores como uma área de intervenção prioritária, tentando chegar cada vez mais e melhor a quem precisa.

A Presidente da Câmara Municipal da Amadora

Carla Tavares

## **Nota introdutória**

Para além da sua função pedagógica e artística, a ESTC tem, desde a sua instalação na Amadora em 1998, uma preocupação fundamental de integração na comunidade através de acções concertadas com o poder local e as instituições.

A criação do mestrado em Teatro e Comunidade abriu caminho a uma parceria original, intimamente relacionada com a nossa realidade demográfica, que conta com uma elevada faixa de população da terceira idade.

Assim, foi com orgulho e com plena convicção que nos associámos ao projecto Teatro de Identidades cujo sucesso temos a possibilidade de ver retratado neste livro, pondo em evidência a relação íntima entre a pedagogia, a prática e a investigação.

A Direcção do Departamento de Teatro da Escola Superior de Teatro e Cinema

## Sobre o Projeto

por José Pedro Caiado\*

A Escola Superior de Teatro e Cinema criou em 1993 o Curso de Estudos Superiores Especializados em Teatro e Educação abrindo assim uma nova dimensão do seu projeto artístico de formação de profissionais do Teatro, no sentido de intervir junto da comunidade educativa acreditando ser uma mais valia para a formação humana, cultural e de cidadania dos jovens. Transformada alguns anos depois numa Licenciatura Bi-Etápica, foi frequentada, por um lado, por professores de vários graus de ensino, e por outro, por atores e cenógrafos que mostravam o desejo de abordar o Teatro numa perspetiva pedagógica mas também de intervenção social e cultural.

No contacto com a realidade sentimos necessidade de alargar o espaço de atuação a outro tipo de estruturas, nomeadamente serviços educativos de museus, associações, grupos de teatro amador ou universitário, entre outras. Esta dimensão mais comunitária da ação teatral abriu a escola a experiências muito diversificadas, preparando o seu corpo docente para um outro patamar de intervenção em que o relacionamento com as instituições parceiras passou a exigir um acompanhamento mais continuado e uma reflexão - avaliação que fortaleceu o desempenho pedagógico e artístico dos nossos alunos.

Com a formalização do Mestrado em Teatro e Comunidade e a concretização de estágios profissionalizantes, consolidámos o âmbito de intervenção desenvolvendo processos e métodos de intervenção teatral com e para a comunidade, promovendo um espaço de empregabilidade sustentada para alunos e ex-alunos da escola.

A Escola Superior de Teatro e Cinema está sediada na Amadora desde 1998, ano em que abandonou o Antigo Conservatório Nacional de Lisboa por ocasião da criação do Instituto Politécnico de Lisboa estrutura a que desde então pertence.

---

\* Professor adjunto da área de Teatro da Escola Superior de Teatro e Cinema

A sua saída da capital, e o enquadramento que o Município da Amadora lhe proporcionou como parceiro paciente e disponível para acolher uma instituição do Ensino Superior Público, trouxe para primeiro plano a preocupação em cumprir alguns dos objetivos estatutários da Escola, nomeadamente aqueles que se referem à "participação em projetos de desenvolvimento" e "à prestação de serviços à comunidade".

Respondendo a um desafio do departamento de Intervenção Social da Câmara Municipal da Amadora, com o objetivo de dar resposta a ações envolvendo o público sénior como alvo de projetos de investigação-ação, foi estabelecido um protocolo em 2012 ao qual se associou a Associação dos Amigos da ESTC.

Este protocolo pretende criar redes sociais de intervenção artística através do desenvolvimento de processos e métodos de teatro enquanto instrumento artístico-cultural, visando a criação de proximidade e empatia com as práticas artísticas, projeto ao qual chamámos Teatro de Identidades cujo os dois primeiros anos de atividade esta publicação visa testemunhar.

## Teatro de Identidades – Investigar e agir pela arte com seniores

por Rita Wengorovius\*

Portugal é um país cada vez mais envelhecido, a presença dos seniores na estrutura populacional tem vindo a aumentar de forma muito significativa. No município da Amadora, em particular, e de acordo com o Diagnóstico Social do Município efetuado em 2011, verifica-se também este aumento gradual do segmento da população sénior, representando presentemente 19% da população total. Emerge daqui a necessidade de equacionar novos paradigmas acerca da terceira idade, procurando construir soluções apoiadas num modelo de envelhecimento ativo e de capacitação das pessoas e das comunidades.

Neste enquadramento, surge o projeto “Teatro de Identidades” formalizado pelo protocolo de colaboração e investigação entre a Escola Superior de Teatro e Cinema (ESTC) e a Câmara Municipal da Amadora, tendo como parceira a Associação para os Amigos da ESTC. O referido protocolo só foi possível porque o Município da Amadora tem vindo a ter uma intervenção muito significativa e inovadora com a população sénior.

A ESTC, onde funciona desde o ano letivo de 2007/2008 o mestrado em Teatro e Comunidade, tem, neste contexto, pesquisado e trabalhado no âmbito do teatro sénior, o que permite cruzar diferentes capacidades e áreas do saber e estabelecer uma parceria efetiva com a comunidade sénior. O Mestrado em Teatro e Comunidade, único no panorama nacional, tem como eixo orientador a intervenção de qualidade na comunidade e o estabelecimento de redes e parcerias criativas com o meio envolvente. Tem, ainda, como objetivo, a transformação e a inclusão social através das artes performativas e, simultaneamente, pretende dar

---

\* Responsável artística do projeto Teatro de Identidades. Professora do Laboratório Teatral I e do Laboratório Teatral II do Mestrado em Teatro e Comunidade da Escola Superior de Teatro e Cinema. Doutorada em Teatro e Comunidade da Universidade de Torino (Itália). Investigadora do “Centro di Ricerca Teatrale in Teatro sociale e di comunità” da Universidade Católica de Milão, membro do RIAS (Rede Internacional de Investigação em Arte e Saúde).

resposta à necessidade de produzir investigação nesta nova área de estudos, criando sinergias que promovam saídas profissionais para os mestrandos.

Temos consciência de que, para um projeto de qualidade em Teatro e Comunidade, é necessário saber construir redes sociais de intervenção artística através do conhecimento da comunidade e do estabelecimento de laços de continuidade. Por esse motivo, no projeto "Teatro de Identidades", focámo-nos num forte trabalho de equipa e em rede, num teatro de pesquisa, em laboratório de dramaturgias/narrativas de memórias, na composição de partituras de escuta de identidades, de forma a, pela arte, dar voz aos seniores e devolver a nossa pesquisa à comunidade através de encontros, performances, laboratórios teatrais, "eventáculos", espetáculos e exposições. Assim sendo, denominámos o projeto "Teatro de Identidades" porque reconhecemos a multiplicidade de modos de ser "velho", porque acreditamos que a arte reforça a identidade e que pode ser um processo de descoberta de oportunidades de vida, de participação e de desenvolvimento multidimensional da pessoa à medida que envelhece. Os artistas pedagogos que estiveram à frente dos grupos de teatro do projeto são dois mestres, formados pela ESTC, e alunos do 2º ano do mestrado que comungam de uma pedagogia teatral comum e têm competências teatrais e pedagógicas em Teatro e Comunidade.

O nosso projeto de teatro com seniores promove o reconhecimento do idoso como ator social ativo na sua capacidade em reafirmar a sua pertença ao presente; estas experiências são ensaios de vida, como nos dizia a Dona Joana, participante do projeto: "Vocês dão-nos anos de vida, a gente quase mortos e no teatro a fazermos de vivos", ou o Senhor Mário: "Eu estou um bocadinho gasto, mas para o teatro fico como novo, aqui volto a sentir que estou vivo". A vitalidade e a criatividade são valores construtivos da identidade e do espírito de construção de comunidade(s). O espetáculo coletivo final permite uma experiência participativa no mundo social contemporâneo, de onde tantas vezes o idoso é excluído.

Os espetáculos são sempre construídos em processo criativo com os idosos e a partir do cruzamento das suas memórias com a nossa escuta enquanto criadores/

artistas. Provocamos, oferecendo a experiência de voltar à cena, estar em palco, ser intérprete, ser inspirador de texto dramático e construtor de materiais dramaturgicos.

Queremos dar visibilidade aos invisíveis da sociedade, porque este é também o papel do Teatro e Comunidade, isto é, contrariar estigmas e preconceitos, criar pontes da imaginação criadora com a realidade.

Da interação entre o teatro e a comunidade de seniores surgiu um território de intervenção único e com características muito próprias. No primeiro ano do projeto (2012/ 2013), foram abrangidos três Centros de Dia do município da Amadora. No segundo ano (2013/2014), o projeto foi alargado a mais um grupo, aberto a toda a comunidade sénior da Amadora, a funcionar na ESTC. Na formação desses grupos, tivemos como objetivo investigar o comportamento de grupos de seniores não integrados em Centros de Dia e observámos que esses idosos procuraram a ESTC como lugar de valorização e reconhecimento social. Neste segundo ano, funcionaram quatro grupos, de outubro a junho, duas vezes por semana, durante duas horas. Através dos laboratórios teatrais de identidades foram valorizadas as competências e potencialidades dos seniores.

Reunindo regularmente, a equipa de projeto da ESTC e a Divisão de Intervenção Social da Câmara Municipal da Amadora pretenderam assegurar os princípios já enunciados e refletir para uma ação concertada e para a construção de massa crítica para o teatro com seniores. As reuniões mensais, entre coordenação e artistas pedagogos, tiveram como objetivo a criação de equipa, a troca de saberes, a análise de percursos e das planificações, quer dos encontros anuais do projeto “Chá da Poesia” e “Chá dos 100 anos”, quer da criação do guião comum aos quatro grupos para o espetáculo final.

O primeiro encontro anual “Chá da Poesia”, realizado em outubro de 2013, pretendeu construir uma unidade no projeto, derrubar barreiras e mapear potencialidades e expectativas, através de um laboratório lecionado, pela equipa de artistas, para todos os participantes dos quatro grupos e responsáveis dos Centros de Dia.

No segundo encontro anual, “Chá dos 100 anos”, realizado no segundo trimestre de 2014, pretendeu-se reforçar a identidade do projeto, lançar o tema (“Os 100 Anos dos Recreios da Amadora”), dividir tarefas, nos grupos, e pensar uma dramaturgia comum ao espetáculo final.

O projeto encerrou com uma apresentação coletiva com e para a comunidade. No final do primeiro ano, realizou-se, no dia 26 de Junho de 2013, o espetáculo “Casamento do Ama-Adora”, um teatro circular de rua que narrava a história da Amadora, com personagens históricas e simbólicas da cidade.

Neste segundo ano, em junho de 2014, nos Recreios da Amadora, realizou-se um encontro de Teatro Sénior, aberto à comunidade local e nacional, para divulgar o projeto. Na parte da manhã, organizou-se uma mesa redonda com várias pessoas e entidades que trabalham na área da intervenção social e à tarde realizou-se, apresentado no palco, pelos quatro grupos do projeto, o espetáculo coletivo “100 Medo de Ser Feliz”. Estas iniciativas foram fundamentais para a construção de uma metodologia própria, para a coesão dos grupos e para a consolidação do sentido de pertença ao projeto.

“Teatro de Identidades” é um projeto de pesquisa e investigação em Teatro Sénior, apoiado no trabalho desenvolvido no âmbito académico do mestrado de Teatro e Comunidade da ESTC. A nossa investigação centrou-se em três eixos de estudo: a memória, a identidade e a criatividade sénior.

A metodologia do “Teatro de Identidades” seguiu os seguintes princípios orientadores deste mestrado da ESTC:

1. Fundamentar a relevância do desenvolvimento de projetos artísticos em contextos comunitários com seniores;

2. Promover e definir boas práticas profissionais (teatrais, poéticas, estéticas e éticas) neste âmbito de ação, através de uma gramática de criação artística de símbolos e significados compartilhados, estéticos e culturais;

3. O trabalho em teatro e comunidade são ações que se desenvolvem segundo uma *estrutura de projeto* e com constante carácter de visibilidade territorial nos diversos momentos e modalidades de intervenção, a saber: criação da rede,

percurso de laboratório teatral, momentos de comunicação em espetáculo, momentos de retrospeção e avaliação;

4. A comunidade é simultaneamente finalidade e condição necessária do processo criativo. Os participantes são intérpretes e “material dramaturgico”, que é recolhido a partir da provocação criativa e da escuta, aprofundando o trabalho de encenação dos profissionais de teatro comunitário. Um conceito de arte e participação que promove o sentido de pertença e identidade social;

5. O trabalho é realizado em equipa com a pluralidade de experiências e competências artísticas e teatrais, psicossociais, e pedagógicas;

6. O Teatro na Comunidade deve valorizar a perspectiva artística privilegiando um processo criativo que construa uma linguagem teatral, fomentando a experimentação de linguagens teatrais direcionadas a contextos com seniores, ou seja, os artistas dão voz à comunidade cruzando-a com a sua própria pesquisa teatral;

7. O trabalho teatral e de projeto está constantemente em contacto com a verdade do processo social: os sujeitos envolvidos no processo teatral são coletivamente os autores das formas e dos conteúdos artísticos.

Em todas as iniciativas relatadas, procurou-se a participação ativa e o protagonismo, tarefa nem sempre fácil já que nos deparámos com muitos estereótipos e estigmas em relação à comunidade sénior. Tivemos em conta os seguintes parâmetros de avaliação:

- O sénior deve ser o principal agente e o destinatário das transformações a serem efetivadas através deste projeto;

- O projeto deve prestar um serviço de qualidade e desenvolver ações voltadas para o desenvolvimento da criatividade e sentimento de pertença comunitária;

- Saber estimular a criação de incentivos e de alternativas de formas de estar e fazer nos centros de dia, articulando o trabalho com a comunidade;

- Planear, coordenar, supervisionar estudos, levantamentos, pesquisas e publicações sobre o papel do teatro e comunidade para o sénior.

Descobrimos, em processo, que o teatro conta uma história que, antes deste encontro, estava silenciada. O teatro torna-se, assim, um lugar protegido de desenvolvimento pessoal, pelo confronto, lúdico, com o outro, que funciona como um espelho: questiona, ajuda a reconstruir a identidade pessoal e social. Neste contexto, o teatro com seniores é um rito que une pessoas em comunidade, com uma forte coesão artística que indica uma direção pela qual avançar para encontrar, ou reencontrar uma dimensão mais humana de si próprio e dos outros.

A arte teatral é um rito dessacralizado que une, o mito, a narração, o logos que se faz corpo, regra de ouro do teatro.

O teatro não é apenas prazer. É também cidadania. É um divertimento empenhado.

Não é só racionalidade, mas também emoção.

Não se ocupa apenas da formação pessoal mas também daquela social.

O teatro conjuga o imaginário e a realidade. Mente e corpo. Público e privado. Une a disciplina ao jogo. E tudo isso é crescer, é ser maior, velho, sábio e poder dizer uma identidade e uma arte. A vida, presente único, do aqui e do agora.

**II - TEATRO DE IDENTIDADES | PROJETO DE TEATRO E  
COMUNIDADE COM SENIORES**



# RELATOS DE EXPERIÊNCIAS





## RELATOS DE EXPERIÊNCIAS

O projeto “Teatro de Identidades” é uma pesquisa e investigação em Teatro sénior apoiada na metodologia de trabalho do mestrado de Teatro e comunidade da Escola Superior de Teatro e Cinema.

O teatro pode invocar as comunidades e envolvê-las num processo de mudança onde devem estas ser as principais protagonistas.

O teatro comunitário é um meio de ativação e transformação não meramente individual mas também coletivo, social e institucional.

São relatadas quatro experiências de teatro e comunidade com seniores nos centros de dia onde se desenvolveu o projeto, e o espetáculo final do ano 2012/2013 “Ama -Adora” que envolveu todos os intervenientes do projeto Teatro de Identidades.

Estas práticas foram desenvolvidas por artistas- pedagogos, com formação teatral e pedagógica, todos oriundos do Mestrado em Teatro e Comunidade da Escola Superior de Teatro e Cinema.

Cada prática foi um caminho de construção simbólica de identidades, partindo de um mapa que é uma prática de teatro e comunidade sustentada num tronco teórico comum, e através de um processo criativo partilhado em encontros coletivos com todos os grupos de seniores, procurando quebrar muros e estigmas, motivando a construção coletiva e partilhada dos espetáculos finais do projeto, por toda a equipa de Teatro de Identidades.

Cada grupo leva-nos a um lugar de encontro e pesquisa, as metodologias utilizadas pelos artistas-pedagogos são comuns e estão sobre supervisão e pela equipa da Escola Superior e Cinema e dos técnicos de ação social da Camara Municipal da Amadora.

## Contexto 1 | Teatro de Identidades no Centro Comunitário Intergeracional da Quinta de São Miguel

por António Vicente\*

*Quando a velhice chegar, aceita-a, ama-a. Ela é abundante em prazeres se souberes amá-la. Os anos que vão gradualmente declinando estão entre os mais doces da vida de um homem. Mesmo quando tiveres alcançado o limite extremo dos anos, estes ainda reservarão prazeres.*  
- Séneca -

Um estudo de 2012 conduzido por Luís Jacob, professor universitário e especialista em Gerontologia, dá conta de que o número de idosos em Portugal era, em 2010, de aproximadamente dois milhões, o correspondente a 19,1% da população.

Diversos estudos científicos que se ocupam da temática do envelhecimento, caminham hoje em busca de um trabalho de carácter preventivo, capaz de ajudar e melhor preparar os idosos para lidar com este período das suas vidas.

Afigura-se, por conseguinte, imperioso entender que o envelhecimento não representa somente um momento na vida de alguém. Trata-se antes de um processo complexo e pouco conhecido, que apresenta implicações tanto para quem o vivencia, como para a sociedade que o assiste e suporta (ou deveria), de uma forma responsável e eficaz (Fraiman, 1995).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) classifica o envelhecimento, de acordo com quatro estágios. São eles, designadamente e por ordem crescente, o estágio da Meia-idade, que compreende a faixa etária dos 45 aos 59 anos; o estágio do Idoso ou da Idosa, que abrange os indivíduos dos 60 aos 74 anos; o estágio do Ancião, que vai dos 75 aos 90 anos; e o estágio da Velhice extrema, que se aplica aos idosos com idade igual ou superior a 90 anos.

---

\* Mestre em Teatro e Comunidade pela Escola Superior em Teatro e Cinema, Artista, Investigador e Pedagogo.

As limitações físicas e a consciência do tempo prefiguram elementos-chave no processo do envelhecimento humano, surgindo de forma reiterada no discurso dos idosos (Goldfarb, 1998). Uma espécie de auto-exclusão, que poderá adquirir diferentes nuances e intensidades, dependendo da situação social e da própria estrutura psíquica de cada um. Adicionalmente, também o preconceito e a discriminação com base na idade, vulgo *idadismo*, prolifera em toda a Europa, sendo que em Portugal regista uma maior incidência sobre a população idosa. Nesta ótica, a realidade portuguesa marginaliza as pessoas mais velhas, um comportamento invulgar no seio de outras culturas. Refira-se, a título de exemplo, o caso da cultura oriental, que entende os velhos como sábios, fazendo questão de os manter socialmente activos e parte integrante da comunidade.

Procurando contrariar a realidade portuguesa acima enunciada, nasceu, em 2012, fruto de uma parceria entre a Divisão de Intervenção Social da Câmara Municipal da Amadora e a Escola Superior de Teatro e Cinema, o projeto Teatro de Identidades. A iniciativa, que se assume de intervenção e ação, tem como objetivo contribuir para o conceito de envelhecimento ativo, preconizando uma participação ativa dos intervenientes na comunidade, através da aprendizagem de expressões artísticas.

Neste âmbito, e enquanto artista, investigador e pedagogo, fiquei incumbido de, entre Outubro de 2012 e Junho de 2013, facilitar a vivência da experiência teatral aos idosos do Centro Comunitário Intergeracional da Quinta de São Miguel, sedado na Amadora. Aí, durante os encontros bissemanais de duas horas cada, esperavam-me, em média, dezanove participantes, com idades compreendidas entre os 46 e os 94 anos.

O projeto pretendeu-se dinâmico e estimulante e, sobretudo, capaz de motivar e levar os participantes a agir. Para o efeito, foi implementada uma rotina, com o objetivo de promover e desenvolver os níveis de autonomia e confiança do grupo e de cada um dos seus elementos, incrementar as suas capacidades de escuta e aceitação do outro, e elevar a sua capacidade de abstração, sentido crítico e reflexivo. Foi, portanto, realizada uma estimulação ao nível da criatividade, com

base na humanização e no relacionamento entre pessoas de gerações distintas, e efetuado, de modo continuado, um reconhecimento da situação, das individualidades, dos desejos e potencialidades de cada um, tendo sempre presentes as limitações físicas e fragilidades psicológicas do grupo.

Aquando do principiar dos trabalhos, e após um exaustivo diagnóstico de grupo, despontaram de imediato três problemáticas, que acreditamos serem da maior pertinência partilhar.

A primeira encontra-se relacionada com o parco conhecimento que as pessoas da Quinta de São Miguel, há vários meses ou anos usufruindo do mesmo espaço e cruzando-se nele diariamente, detinham umas das outras. A este propósito, explica Pinto et al. (2011:113) que «as pessoas vivem muito superficialmente umas com as outras, para não sofrerem ou para se protegerem de quem está em volta».

A segunda problemática prendeu-se com o facto de o espaço físico utilizado para as sessões de expressão artística ser o mesmo que aquele que é habitualmente utilizado por todas as outras pessoas do Centro de Dia não afetas à atividade.

Esta circunstância representou, naturalmente, uma barreira inicial, já que o espaço representava um corredor de passagem, permeável à exposição e inundado de memórias, com a agravante de que abarcava um grupo de pessoas que, na sua maioria, não se conhecia e não estava familiarizada com a prática teatral. Como é que um espaço com estas características poderia, então, tornar-se num porto seguro, numa zona de intimidade à prova de crítica, onde as pessoas, protegidas e confortáveis, se sentissem confiantes e motivadas para participar, arriscar e ir mais além? Esta questão – simultaneamente um desafio – sensível e com influência direta sobre a primeira problemática, fez-nos chocar, de imediato, com a noção de “boa prática”, do que ela é e pressupõe no meio artístico. Aconselha a “boa prática” que, as sessões de trabalho de projetos como o Teatro de Identidades e outros que se revestem de características semelhantes, sejam realizadas num espaço despido e vazio de memórias. Para nos ser possível contornar este obstáculo e transformá-lo em algo benéfico e vantajoso, afigurou-se imprescindível, num primeiro momento, firmar uma relação de confiança com cada um dos elementos do grupo, assente nos

princípios da sinceridade e transparência. Os indivíduos foram, de seguida, incentivados e desafiados a permitir-se experimentar e viver uma experiência marcante e transformadora.

A terceira e última questão, a que designámos de problemática dicotómica, refere-se, por um lado, à preocupação em incluir e integrar o maior número de pessoas possível em cada atividade realizada, algo que sempre caracterizou a política da instituição que foi por nós corroborado, e, por outro, à necessidade de definir e fechar o grupo de trabalho.

Quer a segunda problemática, quer a problemática dicotómica ditaram que estivéssemos permanentemente numa espécie de ensaio aberto, o que acabou por exigir uma grande capacidade de improvisação e adaptação de todos os envolvidos no processo criativo. O facto de terem contestado os estímulos com enorme coragem e muitas vezes perante uma audiência difícil, resultou num crescimento concomitantemente pessoal e artístico dos implicados. A este propósito, F. P., de 78 anos, utente do Centro de Dia, explica que, inicialmente, a apavorava «a ideia de poder dizer alguma asneira, de não ser capaz de transmitir aquilo que sentia. Mas o tempo foi passando, e a cada dia me sentia mais corajosa e à vontade. Um dia, já não tinha medo de dizer disparates. Tinha sim, vontade de falar, de intervir e participar nas conversas e nas atividades».

Durante os encontros, a aposta recaiu sobre a utilização do jogo dramático, de exercícios sociométricos, do Teatro-Imagem, de Augusto Boal, e de algumas técnicas do teatro *playback*, com vista a incentivar a partilha e a expressão de sentimentos, ideias e emoções, de um modo simbólico e abstrato. Estas técnicas acabaram por criar pontos de identificação entre as pessoas, fomentando, por conseguinte, o sentido de pertença de cada uma em relação ao grupo.

Ao longo das sessões, fomos nos deparando com um grupo de pessoas motivado e com vontade de se transcender sucessivamente na execução dos exercícios e tarefas propostos. Uma certa urgência de teatro fazia notar-se em todos os participantes, agora atores, que se revelavam disponíveis, vivos e inteiros, aproveitando ao máximo *o aqui e agora* para se expressarem e se fazerem ouvir. Esta

sua entrega total durante os ensaios resultou num entendimento e sentimento de apropriação e validação do grupo em relação ao projeto.

Desde o início do projeto até ao momento da elaboração do relatório, foram várias as transformações pelas quais o grupo foi passando. Destas, destacamos as que mais nos impactaram. São elas, designadamente, a capacidade de partilha de narrativas na primeira pessoa, o conhecimento mais aprofundado do outro, uma maior permissividade em relação ao toque e, por fim, um respeito acrescido pelo silêncio e tempo do outro.

Prefigurando o Teatro de Identidades um projeto de investigação e ação, simultaneamente, o mesmo exigiu da nossa parte, artistas, investigadores e pedagogos, um constante sair da zona de conforto pela procura de um maior conhecimento e de formas adequadas à sua transmissão. Este representou, pois, um verdadeiro desafio pessoal e artístico, tal como o saber onde começa e culmina o nosso trabalho e o lidar com a possibilidade da perda de vínculo.

Estamos conscientes de que cada grupo tem a sua especificidade. Neste sentido, o que poderá funcionar para um grupo, poderá não funcionar para outro. E o que não funciona hoje, poderá funcionar amanhã. Torna-se conseqüentemente impreterível encontrar o “timing” mais adequado para a realização de determinados exercícios e dinâmicas.

O treino intensivo e a repetição e o estabelecimento de objetivos à medida que o caminho é trilhado, constituem duas questões igualmente indispensáveis à prossecução deste trabalho com os idosos.

Acreditamos que a prática teatral desempenhou, no grupo em questão, um papel preponderante, possibilitando experiências e vivências inéditas que melhoraram a qualidade das relações existentes e contribuíram para a eficaz inclusão e integração do indivíduo no seio desta comunidade, aqui representada pela Quinta de São Miguel.

## MEMÓRIA FOTOGRÁFICA



**Figura 1** – A intensidade dramática de um olhar (25 de janeiro de 2013).



**Figura 2** – Apoiando o outro, através do toque (10 de março de 2013).



**Figura 3** – Intervenção teatral no espaço público (27 de março de 2013).



**Figura 4** – Eu estou no outro e o outro está em mim (11 de setembro de 2013).



**Figura 5** – Expondo o rosto de cada um aos outros (22 de maio de 2014).



**Figura 6** – Durante o aquecimento corporal (22 de maio de 2014).



**Figura 7** – Reconhecendo o outro através do toque (22 de maio de 2014).



**Figura 8** – “Desavenças em família” – Imagem congelada (22 de maio de 2014).

## Apresentação da Quinta de S. Miguel

por Elisabete Costa\*, Ana Chão e Rute Bouça\*\*

A “Quinta de S. Miguel” é um equipamento social da Câmara Municipal da Amadora, onde estão em funcionamento quatro respostas sociais que resultam da cooperação entre esta Autarquia, o Instituto de Segurança Social e a Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora, esta última uma Instituição Particular de Solidariedade Social e a entidade gestora.

A Quinta de S. Miguel integra a Casa de Acolhimento Temporário e o Centro Comunitário Intergeracional no qual funcionam o Serviço de Apoio Domiciliário, o Centro de Dia e a Creche. Todas as referidas respostas sociais constituem grande relevância no contexto das políticas sociais do município, designadamente na proteção de menores em situação de risco, no apoio ao idoso e/ou pessoa dependente e na promoção da estabilidade no emprego pelo aumento de número de crianças em equipamento educativo / pré-escolar.

O Centro de Dia tem como população alvo de intervenção as pessoas idosas, pensionistas ou reformados que apresentam situações de isolamento social, de dependência e/ou de carência do ponto de vista sociofamiliar ou outros quadros de dependência que os impossibilitam de permanecer sozinhos no domicílio.

Na dinamização do Centro de Dia, a Equipa Técnica aposta na diversificação das atividades de ocupação em função da melhoria das condições de saúde e do consequente aumento da expectativa de vida do idoso.

Deste modo, a partir de várias parcerias formais e informais, tem-se desenvolvido algumas atividades monitorizadas por agentes externos à Instituição (monitores), que assumem relevante importância na promoção da integração dos idosos no meio social pela aquisição de competências que facilitam a sua independência, autodeterminação e autoestima e no combate ao isolamento.

---

\* Diretora Técnica QSM.

\*\* Equipa Técnica responsável pela atividade.

Neste contexto, quando surgiu o convite para participar na parceria entre a CMA e a ESTC e receber o Teatro Identidades no Centro de Dia, a atividade foi de imediato acolhida pela Direção Técnica e Equipa Técnica que a introduziu na dinâmica do Centro de Dia, motivando e organizando os clientes para a atividade, disponibilizando os meios humanos e logísticos para sessões dentro e fora das instalações e promovendo uma parceria ativa e pró-ativa.

A atividade cativou vários clientes do Centro de Dia. Esta população associava a arte de representação ao desempenho de papéis em guiões, cinema, novelas e pela sua experiência vivida de teatro de revista e peças de autores clássicos. Assim, o Teatro de Identidades apresentou-se como algo inovador, desconhecido e até mesmo desconfortável. Inicialmente, a vergonha e a timidez compeliram alguns dos clientes a assistir passivamente às aulas, outros arriscaram de imediato abraçar os desafios e tarefas propostos pelos monitores.

Ao longo das sessões observaram-se algumas mudanças comportamentais nos participantes assim como desenvolvimento de competências. Verificou-se a melhoria do autoconceito, noção de esquema-corporal e autoexpressão como a capacidade de interpretar através do corpo objetos, animais, palavras, sensações e emoções.

Por outro lado, sendo as aulas compostas por vários exercícios de grupo observou-se também uma melhoria na sua conduta social, competências interpessoais e desempenho de papéis, pela partilha de histórias de vida e intimidades que anteriormente não seriam reveladas com receio de censura ou intolerância por parte dos pares.

Com o passar das sessões verificou-se um aumento da adesão e participação frequente de um grupo fixo de alunos, sendo sempre muito perceptível que a motivação aumenta quando existe um objetivo concreto, como uma data de apresentação ou um evento. É de extrema importância para a população sénior apostar-se no reforço positivo pelo espelhar do trabalho desenvolvido.

A relação com os monitores e a empatia criada, foi também um fator determinante para o sucesso desta experiência na Quinta de S. Miguel, uma vez que

promoveu uma boa comunicação entre todos e uma boa adesão ao projeto, numa sinergia de interesses. Existe no grupo um gosto pela arte teatral que nasce do clássico e está agora a compreender, aceitar e abraçar o Teatro de Identidades.

## Contexto 2 | Teatro de Identidades na Associação Solidariedade Social para Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina (ASSORPIM)

por Hugo Castro Andrade\*

A motivação principal para a participação neste projeto foi a necessidade, por razões diversas, de trabalhar com idosos. Por outro lado, a constatação da possibilidade de poder realizar um trabalho que pudesse mudar e transformar a comunidade em causa, tornando todos os participantes cidadãos mais ativos e, sobretudo, mais felizes.

No quotidiano dos encontros do projeto, nos dias marcados para os ensaios e aulas técnicas eram desenvolvidas atividades com movimento, técnicas de voz e relaxamento, de postura, estímulo sensorial e exploração física, mímica, **teatro do oprimido** (Augusto Boal), pintura, desenho, caracterização, técnica de *clown* aplicada ao idoso, o decorar de textos ou simplesmente conversas sobre o quotidiano. Nestes encontros, fizemos jogos de desinibição e exercícios que tiveram como objetivo a eliminação de bloqueios, ansiedades, inibições, isto é, estados que derivam, muitas vezes, de situações geradas por obstáculos não ultrapassáveis. Como exemplo, tivemos a M. C. A. que dizia que o teatro a fazia esquecer a rotina e o ócio diário, e que os exercícios a ajudaram a ultrapassar a solidão e ansiedade.

Este grupo de trabalho era já um grupo heterogéneo e diverso, com idades compreendidas entre os 15 e 85 anos. O grupo foi crescendo e ficando mais autónomo! A cada dia que passava, diminuía a dependência. Todos desenvolveram competências verbais, de autoestima, segurança, posturas, que de seguida irei descrever.

Por iniciativa dos participantes, foi fundado um grupo de teatro. Com a constituição de um grupo fixo de participantes, foi possível estruturar espetáculos e programar apresentações para a comunidade.

---

\* Mestre em Teatro e Comunidade pela Escola Superior em Teatro e Cinema, Ator, Encenador, Artista Pedagogo.

O primeiro espetáculo construído foi o “Cartas Bordadas para Mim”, no dia 21 de Julho de 2012 no Auditório João Mota da ESTC (Escola Superior de Teatro e Cinema). “Cartas Bordadas para Mim” procura apresentar algumas reflexões sobre a ideia de teatro e comunidade no processo de um grupo formado por idosos não-atores. A linguagem teatral é utilizada como um recurso na compreensão das subjetividades desses idosos, a partir da teatralização das suas lembranças (bibliotecas de memórias). Cria-se, desse modo, um novo canal de comunicação de memórias baseadas na ideia de tempo e em coisas que se perderam com o tempo, como é o caso de “escrever cartas”.

O processo de reviver ou revisitare memórias integra-se na modalidade teatral que pode inicialmente ser introduzida junto do idoso de forma subtil, pois o próprio despertar de recordações pode ser feito em grupo. Ao escutar o outro, dá-se um processo de visitar as próprias memórias e de partilhá-las: “No meu tempo...”; “Costumávamos fazer...”. Estes episódios de partilha, mediante a expressão oral, são já o embrião da representação; a verbalização surge, assim, como passo fundamental de contacto com o outro, de troca com o exterior o que está no interior nas memórias arquivadas de toda uma vida: “As capacidades de cada idoso, postas ao serviço do grupo e do projeto, promovem uma nova forma de ver o companheiro do lado, dão um novo estímulo à vivência coletiva, transformam o espaço em local de novas conversas e dão utilidade a todo o saber guardado nas “bibliotecas de memória” (Lima, 2009: 164).

Embora o grupo seja maioritariamente idoso, abriu portas a todos aqueles que quisessem dele fazer parte. Assim, “O teatro passou a ser a arena privilegiada para se refletir sobre questões de identidade de comunidades específicas (...) e passou a ser porta-voz de assuntos locais...” (Augusto Boal).

Esse trabalho desenvolveu-se num total de 86 horas, divididas por dois dias da semana, nas Águas Livres (sexta-feira, 10h-12h) e na ESTC (sábado, 14h-17h). A meio do processo, a pedido do grupo, nas manhãs de sábado (10h-13h) trabalhou-se a direção de atores na ESTC. Eu próprio e Pedro Augusto fomos os mestrados que projetaram este espetáculo.

O grupo constituído pelos idosos passou, também, a encontrar-se em espaços alternativos, como o jardim Central e o café Ponto de Encontro, espaços estes que serviram também para a divulgação do grupo e para a participação direta ou indireta das pessoas.

Surgiu o convite para participar no congresso de Teatro na Educação e na Comunidade - Encontro-TE, com o espetáculo “Cartas Bordadas para Mim”, que foi pela segunda vez reposto na Escola Superior de Teatro e Cinema. Houve também a participação de outros grupos e pessoas, a convite da Câmara Municipal da Amadora.

O grupo optou por apresentar o *work in progress* “Ser ou não Ser ... Aqui Estamos!”. A matriz de encenação apoiava-se no jogo simbólico, génese do teatro, passando entre a memória de cada participante e o desejo de dizer coisas sérias porém, “brincando” (jogando). “Eu não sou eu nem sou o outro”! No teatro, brincamos a ser outros para nos conhecermos a nós e aos outros. Somos o que pensamos e fazemos o que sentimos. Mudar a linguagem é uma nova etapa na vida do idoso.

Urge ter pensamentos positivos e aproveitar a resiliência para ultrapassar as perdas e vencer os medos. Escutar o medo foi fundamental para que o receio não inibisse o idoso de representar e de ser feliz. Aprender a destronar o medo e a sentir o afeto tem uma curva de aprendizagem (tentativa e erro, competência e confiança, domínio e experiência e estagnação e apatia) que passa por verbalizar o medo e sentir a dádiva do amor do outro a entranhar-se na pele e o sentimento do amor por si próprio a enraizar-se na alma.

No final do ano de 2012, o grupo resolveu desenvolver um trabalho plástico e realizou, no café Ponto de Encontro, uma instalação temática alusiva ao Natal, aberta à Comunidade. Essa iniciativa contribui para reforçar os laços que nos unem ao bairro da Mina. Nesta instalação, foram expostas várias caixas com a fotografia dos elementos pertencentes ao grupo e daqueles que ajudaram de forma direta (luz, som, produção, vídeo e orientação) e indireta (no apoio), assim como na apresentação do espetáculo. Também foi projetado um DVD para que os visitantes

que não viram o espetáculo pudessem conhecer o grupo. Neste café, organizámos também um jantar, que foi mais um encontro, entre todos os elementos do grupo e os colaboradores, para celebração do Natal.

O desejo cumpriu-se: fazer teatro e sobretudo Teatro e Comunidade. O Teatro contribui para uma contínua regeneração do espírito de comunidade. As pessoas que vivem e trabalham numa mesma região possuem determinadas vivências e problemas comuns e é justamente isso que as pode unir em torno dos mesmos objetivos.

Entre os diversos mecanismos que visam levar a uma postura positiva, o artista pedagogo — o líder do grupo — tem ao seu dispor um material fundamental que passa exclusivamente pelo interesse no indivíduo. É este interesse que gera uma dualidade de crescimento mútuo, pois há o benefício de interagir com alguém cuja vida irá certamente enriquecer a nossa experiência. O próprio processo de desfilar memórias de acontecimentos há muito esquecidos (ou até então calados) leva ao surgimento da consciência de si próprio como interventor na própria vida.

Este duplo processo permite ao idoso ir-se libertando aos poucos da “casca” da velhice e ir interiormente modificando a sua consciência e o seu enfoque emocional: “[...] influência dos estados emocionais positivos que podem motivar comportamentos relevantes para o bem-estar subjetivo em relação à idade” (Galinha, 2009: 93). A sensação de bem-estar perdura se o indivíduo estiver interessado em realizar uma atividade (processo de estar ativo), pois isso dá-lhe a motivação e a sensação de propósito que o predispõem a interagir em comunidade: “[...] os equilíbrios internos dependem das interações estabelecidas pelos seres humanos com o ambiente natural e sociocultural” (Galinha, 2009: 96).

A participação ativa do idoso numa representação teatral (e no grupo) é algo que tem de ser construído de raiz pelo artista pedagogo despertando o seu interesse pela atividade realizada. Este método de crescente partilha e integração tem de ser habilmente conduzido, pois este processo de desenvolvimento afetivo e social deve

ser concebido e entendido como maleável de forma a poder acompanhar as necessidades e especificidades de cada grupo em particular.

## MEMÓRIA FOTOGRÁFICA

Grupo do primeiro ano do projeto



Figura 9 – Oficina (26 de novembro de 2012).



Figura 10 – Jogo: a escola (27 de novembro de 2012).



**Figura 11** – Espetáculo Cartas Bordadas para Mim (21 de julho de 2012).



**Figura 12** – Técnica *clown* aplicada ao idoso (4 de fevereiro de 2013).

## Grupo do segundo ano do projeto



**Figura 13** – Construir juntos. Encontro para cenas coletivas (2014).



**Figura 14** – Navegar para descobrir o simbólico (2014).



**Figura 15** – O nascimento do Corifeu e a força do coro. Conduzir e ser conduzido (2014).



**Figura 16** – Singularidades partilhadas: o eu em foco (2014).

## **Apresentação da Associação Solidariedade Social para Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina (ASSORPIM)**

por Mónica Monteiro\*

A ASSORPIM é uma resposta Social, desenvolvida em Centro de Convívio, de apoio a atividades sócio – recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com participação ativa das pessoas idosas de uma comunidade.

A ASSORPIM atualmente possui cerca de 700 Sócios e tem uma frequência diária de 50 a 60 sócios. Para além do convívio, temos também um acordo de cooperação com a Segurança Social, que facilita o acesso dos nossos clientes a uma alimentação diária.

A ASSORPIM conta com 3 Grupos que representam a Instituição em várias entidades no distrito, o Grupo Musical da ASSORPIM; o Grupo de Teatro “Flores de Outono” da ASSORPIM e o Rancho de Folclórico “Alegria do Minho” da ASSORPIM.

Participa também, em vários projetos da Câmara Municipal da Amadora, tais como: Ama Sénior Viva +, Identidades, PAMA, etc...

Para oferecer aos nossos sócios temos várias atividades, tais como: Jogos, Excursões, Visitas Culturais, Baile Semanal, Convívio, Informação, Festas, Grupo Musical, Rancho Folclórico, Rastreio Semanal, Grupo de Teatro, Trabalhos Manuais, Exposições, os projetos já antes referidos da C.M.A., e ainda o serviço de lanches, a nossa resposta social prioritária.

Estas atividades servem para atingir os nossos objetivos como Associação de Solidariedade Social, que persiste na prevenção da solidão e do isolamento; no incentivo à participação e a potencialidade da inclusão Social; na fomentação das relações interpessoais e intergeracionais e por último, na contribuição para o retardamento e/ ou evitando a institucionalização.

---

\* Responsável pelo Projeto “Teatro de Identidades” na ASSORPIM Técnica de Serviço Social.

Sempre foi do interesse da ASSORPIM, que exista um maior envolvimento entre os sócios desta associação e o público em geral, daí termos o maior prazer em abraçar projetos que proporcionem isso mesmo.

Esta nossa dedicação no que diz respeito ao combate ao sedentarismo, levou-nos entre outras atividades a criar um Grupo de Teatro que se chama “Flores de Outono”. Este grupo de Teatro existe há 13 anos e a maior parte dos elementos fazem parte da sua formação inicial.

O Porquê Teatro? Sem querermos entrar em clichés, é incontornável falar da componente terapêutica que esta vertente artística oferece. O Teatro só por si é uma das atividades mais completas que existe, ora vejamos, além de podermos garantir a um elemento do Grupo de Teatro que este irá estar englobado num projeto que explora a sua criatividade e sensibilidade, podemos também garantir que irá ser trabalhada a vertente social, corporal, vocal, entre outros.

A parceria entre a ESTC a CMA e a ASSORPIM surgiu como surpresa na nossa Associação, na altura em que fomos contactados pelos alunos da ESTC para trabalharmos em conjunto, ficamos surpreendidos e contentes, mas ao mesmo tempo, não pudemos deixar de ficar apreensivos devido ao fato de estarmos a aumentar a carga horária que os nossos elementos iriam dedicar a esta atividade, pelo que foi uma decisão bastante ponderada. Não se chamava Teatro Identidades, mas o sucesso desta parceria fez com que assim acontecesse, alargando a participação a mais instituições da Amadora. Analisando os dois últimos anos em que temos andado de mãos dadas, é visível o amadurecimento deste projeto.

Quando se trabalha com seniores é muito comum ouvir-se comentários como: “que giro”, “deve ser engraçado”, “parabéns, por estar a fazer esse Trabalho”, etc., mas as pessoas esquecem-se que não tem de ser giro ou engraçado, não estamos a fazer favores a ninguém nem estamos a tratar de coitadinhos. Estamos a trabalhar com seniores e os seniores não querem ser diferentes do resto da sociedade, por isso mesmo é que abraçam iniciativas deste género.

O amadurecimento a que nos referimos, está relacionado com isto mesmo, ou seja, com o fato de vermos que ao longo do tempo os elementos das instituições

têm vindo a ganhar um protagonismo que não foi tão visível no início, sendo este um ponto bastante positivo para a realização contínua deste projeto, cujo alvo é, indiscutivelmente, a comunidade.

É muito satisfatório para nós, vermos que os nossos elementos encaram o Teatro Identidades como parte das suas vidas, sentem-se úteis e têm noção da importância de cada um dos indivíduos.

O fato de existirem trabalhos que permitam encontros interinstitucionais é uma mais-valia para a partilha de conhecimentos entre os seniores e é também uma forma útil de exibirem os trabalhos realizados ao longo do ano letivo. Isto vai incentivar a uma competição saudável entre os grupos.

De futuro, o que esperamos dos elementos da ASSORPIM em relação ao Teatro Identidades, é que continuem a fazer parte deste projeto com a mesma autonomia e dedicação que têm demonstrado, até então.

Não podemos deixar de agradecer por fazermos parte desta iniciativa que nos faz sentir mais próximos das outras camadas da sociedade, assim como, de outras instituições que existem para o mesmo fim que nós.

Para nós, instituição, o Teatro pode ser uma ferramenta de trabalho, mas o Teatro nunca deixará de ser uma forma de vida. Temos muito orgulho que faça parte da nossa forma de viver e queremos que assim seja por muito tempo.

## **Contexto 3 | Teatro de Identidades na Associação Unitária de Reformados Pensionistas e Idosos da Freguesia da Damaia (AURPID)**

por Rafael de Moraes\*

### **Interrogações**

Quando iniciámos a formação de teatro com dois grupos de pessoas com idades entre os 65 e 86 anos, no concelho da Amadora, mais especificamente na Associação Unitária de Reformados Pensionistas e Idosos da Freguesia da Damaia (AURPID) e Associação de Solidariedade Social Reformados, Pensionistas e Idosos da Freguesia da Mina (ASSORPIM), tivemos duas questões:

Fazer Teatro responde a uma verdadeira necessidade destes grupos?

A que necessidade responde?

### **Pensar em ação, ação que leva a pensar**

Depois de um tempo de trabalho, nos sugeriram desdobrar com palavras deitadas (escritas/artigo) sobre nossas palavras em pé (reflexões contínuas entre as ações desenvolvidas).

O desafio de escrever sobre o que fazemos exige uma dupla ação, responsabilidade e aproximação de melhores palavras/conceitos, para que nossa filosofia de trabalho não fique limitada por quem só terá a possibilidade de nos ler.

Dentro das leituras que fizemos, até ao momento, identificámos três conceitos que nos interessa sublinhar: envelhecimento ativo, qualidade de vida e autonomia.

O primeiro é definido nos termos da Organização Mundial da Saúde, como “(...) 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.” (World Health Organization, 2005, p. 13)

---

\* Aluno do Mestrado em Teatro e Comunidade; membro do Coletivo “Meia Dúzia de Oito”.

Em termos mais simples, podemos dizer que é a ação de “tirar mais partido da vida à medida que se envelhece no trabalho, em casa e na comunidade” (REDTESS, 2012). Incluímos a possibilidade continuada na participação social e o direito à proteção, segurança e cuidados adequados, quando necessários. Este conceito está sempre ligado às ações que potencializam uma melhor qualidade de vida.

Para aproximar do conceito de qualidade de vida, nesta faixa etária específica, identificámos em Donald (1997, cit. In Jacob, 2008) uma proposta de cinco categorias de referência:

1. Bem-estar físico: a comodidade em termos materiais, saúde, higiene e segurança;
2. Relações interpessoais: relações com familiares, amigos e participação na comunidade;
3. Desenvolvimento pessoal: Oportunidade de desenvolvimento intelectual e autoexpressão;
4. Atividades recreativas: socialização, entretenimento passivo e ativo;
5. Atividades espirituais e transcendentais: envolvimento com atividade simbólica, religiosa e de autoconhecimento.

É fundamental notarmos que esse conceito de qualidade de vida, tanto quanto as práticas que envolvem a mesma, é muito recente. Por isso, ainda, é comum uma representação bastante negativa da velhice, como tempo de “espera da morte” ou “tempo das doenças”. Não podemos afirmar que são todas, mas em grande parte, as pessoas nesta faixa etária, começam a se considerar um peso para a família e para os amigos. Enfim, é um tempo de desinvestimento.

Observamos neste contexto de trabalho, uma grande diferença de autoestima e relações de convívio. A autoestima, muitas das vezes, dependia não só da história do formando (condição financeira ou social), mas também do momento real de vida (condições físicas e psicológicas no dia). O que diferenciava, e muito, o trabalho cênico a ser desenvolvido em cada sessão. Alguns “calos”/hábitos conquistados pelo percurso de vida são mais profundos e exigem mais paciência e

persistência no contato. Frases como “Não sei!”, “Não consigo!”, “Já não tenho corpo p’ra isso!”, “Já me disseram que não sirvo p’ra isso” e tantas outras negativas, fizeram e fazem parte deste processo de observação, criação e partilha.

*“Frequentemente, o declínio no funcionamento cognitivo é provocado pelo desuso (falta de prática), doenças (como depressão), fatores comportamentais (como consumo de álcool e medicamentos), fatores psicológicos (por exemplo, falta de motivação, de confiança e baixas expectativas), e fatores sociais (como a solidão e o isolamento), mais do que o envelhecimento em si. (World Health Organization, 2005, pp. 26 e 27).*

Percebemos que, após um tempo de contato com o processo de construção cênica, na medida em que os participantes são estimulados a participar mais ativamente e encontram respeito por suas opiniões e respectivas criações, demonstram uma crescente vontade em desenvolver novas habilidades, e novos conhecimentos, ao mesmo tempo que aumentam sua disponibilidade ao outro, potencializando com isso, uma nova relação com a vida.

*(...) as relações sociais na velhice, especialmente com colegas da mesma geração, promovem o bem-estar dos idosos, tendo em vista que atendem de forma mais direta às necessidades afetivas dos envolvidos. (Neri, 2001, citado in Schwarz, 2008, p. 39)*

Outro ponto relevante, em nosso trabalho, foi notar que os grupos eram formados maioritariamente por mulheres, muitas delas desejosas de exercer uma liberdade que parecia faltar noutros tempos vividos. Em suas memórias e histórias, quase sempre, estavam presentes as limitações impostas, a princípio pelos pais e, após o casamento, quando nas funções de mãe e esposa, pelos maridos e filhos. Mesmo que tenham tido uma participação ativa no mercado de trabalho, notamos uma grande influência social e cultural que as limitava.

O que a princípio poderia ser uma dificuldade, sendo um dos grupos totalmente composto por mulheres e nós três homens, tornou-se uma grande oportunidade de aprendizagem, troca de impressões e muita pesquisa. Sugerimos desenvolver o tema: O que é o Feminino? Desdobrando naturalmente para a questão: O que significava para elas ser mulher?

## Desenvolvimento de princípios

Nestes dois grupos distintos, nos deparamos com necessidades comuns e fundamentais, tendo como efeito em nosso trabalho o desenvolvimento de cinco pequenas regras:

1. Nossa responsabilidade está dentro do processo de formação teatral – Trabalhamos “essencialmente” com Teatro, e isso pedagogicamente diz respeito a saber relacionar com pessoas, espaços e situações diversas. Procuramos um sentido de “Profundo respeito pela dignidade e singularidades humanas”;
2. Cada dia é tão único que é sempre preciso reconquistar, escutar e potencializar o grupo – Não ter o grupo como conquistado;
3. Nunca tratar qualquer que seja a pessoa do grupo, de maneira a infantilizar ou valorizar limitações e incapacidades – Responsabilizar cada um pela sua preservação e processo;
4. O prazer da criação está ligado ao rigor, ao grau de dificuldade e à valorização da conquista. – Ter pequenos objetivos diários;
5. Flexibilidade, Flexibilidade, Flexibilidade – Manter o sentido do trabalho cênico, mas abrir a possibilidade das formas. Fluir com o grupo;
6. Otimismo gera otimismo, disponibilidade gera disponibilidade. – Estar inteiro e sorrir.

A partir desses princípios, consideramos que a nossa praxis de desenvolvimento e criação teatral tem propiciado um exercício de redescoberta de potencialidades latentes nos participantes do projeto Identidades.

## Conclusões

*“Ao escrever lemos, pensamos, deletamos, editamos e escolhemos palavras quase certas.*

*Ao agirmos paramos, observamos, escutamos e escolhemos ações que pensamos quase certas.*

*O certo mesmo é que não dominamos o resultado-futuro, mas ainda assim, vamos dando o melhor em cada momento e reconhecendo que aprender é a melhor coisa que fazemos.” (Moraes)*

Em volta deste processo de aproximação, criação e partilha cênica (que ainda ocorrerá) podemos concluir que o intercâmbio geracional possibilitou aprendizagens e trocas de experiências, na medida em que as duas partes desenvolveram uma grande relação de respeito, partilha e labor.

Ao longo do tempo em que estamos em contato com os dois grupos, estivemos também repensando nossas representações a respeito dos processos de envelhecimento. Ao mesmo tempo, amadurecemos nossa proposta de trabalho, buscando maneiras e meios que enriqueçam a prática da criação teatral dentro do envelhecimento ativo.

Acreditamos que:

*“Aprender a participar é se apoderar de idéias, de hábitos e habilidades com um novo padrão de comportamento e isto é possível ao longo de toda a nossa vida. É através de um processo de educação permanente que podemos assumir uma nova posição frente às situações do nosso cotidiano, desenvolvendo nossas potencialidades, muitas vezes adormecidas, e acionando nossa criatividade”.* (Nunes, 2001)

Por isso, nos posicionamos a favor da Arte Teatral, como uma maneira de desenvolvimento de potencialidades sensíveis, estéticas e sociais, durante todo o percurso de vida. Notamos, claramente, que nossa exigência artística nunca foi posta em causa, por qualquer limitação física ou intelectual, procuramos sempre o que é essencial para cada um de nós, dentro da singularidade de cada um.

Muitos dos projetos ligados ao envelhecimento ativo têm, aos poucos, conseguido uma maior visibilidade e importância social. Possibilitando com isso, uma mudança da pré-concebida imagem de fim e desenvolvendo uma imagem de continuação, realização e encontro individual e coletivo.

Se considerarmos que o nosso futuro está agora presente no valor que damos às pessoas que já viveram outro passado, que não o nosso, conquistaremos o nosso direito de sermos valorizados como humanos e tesouros de histórias.

## MEMÓRIA FOTOGRÁFICA



**Figura 17** – Abraços e afetos (2014).



**Figura 18** – As mãos como biblioteca de memórias (2014).



**Figura 19** – Desenvolvimento e criação dramaturgica: objetos que contam histórias (2014).



**Figura 20** – Do outro lado do espelho: construção plástica sobre o Feminino (2014).



**Figura 21** – Manifesto sénior para o futuro (do) sénior (2014).



**Figura 22** – Medidas por medidas: lembrar-passado, brincar-presente e projetar-futuro (2014).



**Figura 23** – Ser ou não ser, sem nenhuma questão: criação de cenas a partir de poesias e memórias ligadas aos diferentes universos femininos (2014).



**Figura 24** – Trabalhando o simbólico: que poesia há no encontro das nossas mãos (2014).

## **Apresentação da Associação Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos da Damaia (AURPID)**

por Sara Ferreira\*

A AURPID (Associação Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos da Damaia) é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social) com sede na Damaia e com cerca de 1300 associados. As nossas áreas de intervenção são variadas. Diariamente, servimos refeições na nossa sede; comemoramos datas festivas significativas para os nossos associados; dispomos de um Banco de Roupas para a freguesia; oferecemos alimentos aos associados carenciados; efetuamos atendimentos sociais onde prestamos esclarecimentos e apoios diversos; na área da saúde, promovemos palestras, ações de sensibilização e rastreios; realizamos visitas domiciliárias a associados acamados ou com mobilidade reduzida, encaminhando posteriormente para entidades e projetos; organizamos excursões e visitas culturais; participamos em iniciativas desenvolvidas pela Junta de Freguesia das Águas Livres e pela Câmara Municipal da Amadora; desenvolvemos atividades semanais como informática, música, danças de salão, ginástica, alfabetização e, desde Novembro de 2013, o Teatro de Identidades.

Abraçamos este desafio, lançado pela Divisão de Intervenção Social da Câmara Municipal da Amadora, pois percebemos que a metodologia do Teatro de Identidades ia contribuir para responder a necessidades dos nossos seniores. Isto porque os pressupostos do Teatro de Identidades (dar voz às pessoas, escutá-las, integrar os seus conhecimentos e experiências no processo e produto da prática teatral), têm uma importância enorme para o crescimento e enriquecimento dos participantes. Infelizmente, vivemos numa sociedade em que os saberes e experiências dos idosos são cada vez mais ignorados e desprezados. Para o Teatro de Identidades, são precisamente esses os ingredientes indispensáveis para as dinâmicas realizadas nas sessões e para o próprio produto artístico. E isto faz toda a diferença na vida das pessoas.

\* Educadora Social da AURPID.

Temos sentido que o trabalho realizado nas sessões do Teatro de Identidades tem influência no dia-a-dia das participantes. Efetivamente, há um maior respeito pelos outros, pelas suas opiniões, pelos seus tempos e espaços, pelas suas diferenças e pelos seus silêncios. Para além disto, a comunicação verbal e não-verbal, bem como a expressividade das participantes, melhoraram. Estas, conseguem hoje empregar termos mais variados, dizerem o que pretendem de uma forma mais clara e eficaz, terem mais atenção aos olhares, aos toques, aos gestos, às expressões faciais e corporais, ao tom de voz... A nível grupal, notamos que existe uma maior coesão e espírito de grupo. Quando integraram a atividade de Teatro de Identidades, as participantes conheciam-se apenas de vista. Hoje em dia, como grupo que são, preocupam-se umas com as outras, estranham a ausência das colegas e programam até saídas juntas.

A nível individual, há também capacidades que se têm trabalhado e desenvolvido, como a memória, a concentração, a criatividade e a autoestima. As palavras “não consigo” são proibidas. Ao seu ritmo e à sua maneira, todas são capazes, o que faz com que as participantes superem os seus próprios medos, inibições e limites.

Obviamente, sabemos que para tudo isto ser possível é necessário criar um ambiente com condições propícias, onde haja amizade, entreaajuda, confiança, empatia, partilha e cumplicidade. E tal é, sem dúvida, trabalhado com bastante empenho e persistência, em todas as sessões, pelos artistas que dinamizam as sessões do Teatro de Identidades.

Outra mais-valia deste projeto é ter ações abertas à comunidade. Isto permite, por um lado, que esta também perceba que os seniores ainda têm muito para dar, valorizando o trabalho dos mesmos. Por outro, que sejam promovidas relações e quebradas barreiras muitas vezes existentes entre a comunidade e as instituições.

Resta-nos, em suma, agradecer aos monitores desta atividade, à Escola Superior de Teatro e Cinema e à Câmara Municipal da Amadora, por nos ter dado a oportunidade de integrar este projeto, que dá e com certeza continuará a dar muitos frutos.

## Contexto 4 | Teatro de Identidades na Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Buraca (ARPIB)

A Linguagem Corporal, o Movimento e a Dança na Terceira Idade

por Pedro Miguel Pereira Augusto\*

Há, em muitos países, a tendência demográfica para o crescimento do número de idosos. Isso deve-se, principalmente, ao aumento dos programas de saúde pública e de outras iniciativas sociais direcionadas para idosos. Atualmente, a chamada “terceira idade” é considerada uma etapa no ciclo de vida a ser valorizada e estimulada. O idoso é fonte de sabedoria e aprendizagem.

Nesse âmbito, o Projeto Teatro de Identidades permitiu desenvolver a investigação/ação tendo o concelho da Amadora como *locus*. Na minha condição de bailarino e coreógrafo e aluno do Mestrado em Teatro e Comunidade da ESTC, fui responsável pela área da dança/movimento nos seguintes centros:

- ASSORPIM Associação de Solidariedade Social de Reformados, Pensionistas e Idosos da Mina (às 2ª feiras das 16h/19h30 - 10 sessões). O grupo era constituído por 13 pessoas com idades compreendidas entre os XX e os XX anos de idade de ambos os sexos.

- SFFRA Centro Comunitário Intergeracional Quinta de São Miguel (às 5ª e 6ª feiras das 14h/16h - 20 sessões). O grupo era constituído por 20 pessoas com idades compreendidas entre os 49 e os 94 anos de idade de ambos os sexos.

- Santa Casa da Misericórdia da Amadora/Centro Rainha de Santa Isabel (às 2ª feiras 10h/12h e 6ª feiras das 13h30/15h30 - 20 sessões). O grupo era constituído por 5 pessoas com idades compreendidas entre os 52 e os 84 anos do sexo feminino.

No decurso deste processo de trabalho, surgiu-me a seguinte questão: poderá uma intervenção artística ser considerada uma intervenção social?

---

\* Pós graduado em Teatro e Comunidade pela Escola Superior em Teatro e Cinema, Professor de Dança, Bailarino e Coreógrafo.

Quando falamos de intervenção social, temos de ter presente que a mesma tem dois objetivos principais que são o prevenir e o apoiar situações de vulnerabilidade social. Para promover o bem-estar das populações das diferentes comunidades, os técnicos de intervenção social têm como objetivo principal encontrar o equilíbrio quer dos utentes quer da própria equipa. Debruçando-se sobre assuntos sociais como a legalização, saúde, alimentação, planeamento familiar, escola, formação, a procura de emprego, entre outros. Assim, a intervenção artística poderá consistir na realização de um espetáculo/performance utilizando a reunião das várias artes como o teatro, a dança, a pintura entre outras e tem como objetivo o aspeto lúdico, através de momentos criativos, estéticos e culturais que proporciona aos espectadores reflexões sobre temas específicos.

Considerando que minha atuação se deu em todos os centros de dia envolvidos, o trabalho desenvolvido, para além do artístico e comunitário, procurou salientar a importância de escutar e compreender todos os envolvidos numa atitude coletiva, possibilitando aos idosos a constatação óbvia de que estão ativos e são importantes. Por momentos, é necessário esquecer a sua realidade e, nesse caso, entregar-se à magia da percepção corporal e do movimento.

A solidão é um problema que está muito patente entre as pessoas idosas, provocada por vários fatores: a perda dos laços familiares, o fim da atividade profissional (reforma), a falta de conexão entre os seus familiares mais próximos, a pobreza e a exclusão social. Num depoimento, o Sr. F. M., um dos participantes, comentou que: “Estivemos casados 57 anos mais 10 anos foram 67 anos a viver juntos (...) vim para o centro porque fiquei sozinho, não tinha mais ninguém em casa, era só eu, e então vim para aqui para conviver e passar parte do dia junto com outras pessoas, para não me dar cabo da cabeça, a solidão...”.

Essas mudanças também se manifestam a nível social o que pode provocar, na maioria das vezes, desânimo e tristeza. Sublinho mais um exemplo de uma das participantes Dona M. C.: “Com a morte do meu marido á anos que venho arrastar uma depressão e o médico passou me um papel que me aconselhava ir para o teatro para distrair e conviver ainda me custa por vezes sair de casa nas fases que estou

mais em baixo mas desde que frequento já me sinto melhor e até gosto de lá estar...”.

### **A linguagem corporal**

O envelhecimento provoca grandes transformações ao nível físico. Muitas pessoas ficam insatisfeitas com a sua imagem:

*Desisti porque na dança terapia fomos fazer uma participação num evento e a seguir vimos o vídeo e reparei no meu perfil sabe eu sou como as anoréticas que olham para o espelho e que acham sempre que estão gordas (...) quando estou a ver uma montra e deixo de ver o que lá está dentro e vejo a minha corcunda refletida no vidro não gosto, não me sinto bem, será que é por vaidade? Pode ser... Dona E. F. (participante do Centro Comunitário Intergeracional Quinta de São Miguel).*

Cada pessoa tem naturalmente a sua própria linguagem corporal e é através do corpo que produz mensagens no âmbito dos seus atos sociais. Com os gestos, a postura, a colocação das mãos, da cabeça, dos ombros, o piscar dos olhos, entre outros, são formas expressivas de comunicação não-verbal que durante toda a nossa vida utilizamos por milhares de vezes. Torna-se importante entender estes códigos, para nos percebermos e compreendermos tanto a nós próprios como aos outros. Numa faixa etária mais avançada fica bem mais evidente esta linguagem do corpo.

Como antes referido, a solidão é um problema existente a tristeza é de tal forma profunda que não existe comunicação através de palavras, remetendo-se a pessoa em muitos casos ao silêncio. Por isso, ser essencial fazer uma leitura da linguagem corporal. De acordo com Fast, “o estudo da linguagem corporal é o estudo do conjunto de todos os movimentos do corpo, dos mais deliberados aos completamente inconscientes, daqueles que se aplicam exclusivamente numa cultura, Àqueles que transpõem todas as barreiras culturais” (2001, p. 15).

Na vida quotidiana o movimento traduz-se em vários gestos que muitas vezes. Segundo Laban, “[o] Homem se movimenta a fim de satisfazer uma

necessidade. Com a sua movimentação, tem por objetivo atingir algo que lhe é valioso. É fácil perceber o objetivo do movimento de uma pessoa, se é dirigido para algum objeto tangível (...)” (1971, p. 19).

### **Processo de trabalho**

O trabalho de movimento e dança é a base para projetos de Teatro e Comunidade. Através da expressão corporal trabalham-se três partes fulcrais que são: a identidade individual, a identidade de grupo e a ativação do grupo com a realização de exercícios específicos. Nas sessões de trabalho, a primeira parte foi dedicada ao movimento. Destaco cinco momentos:

#### **1º Momento**

Roda ao centro da sala começando por um exercício de respiração e ao mesmo tempo de concentração, pois marca uma transição entre a energia descontraída que trazem do exterior e o momento de focalização e de responsabilização do corpo antes de começar o trabalho. Segundo Grotowski, “Se se pensa, deve-se pensar com o corpo. No entanto, é melhor não pensar, e sim agir, assumir risco. Quando falo em não pensar, quero dizer não pensar com a cabeça. Claro que deve pensar, mas com o corpo, logicamente, com precisão e responsabilidade.” (2009, p. 37).

#### **2º Momento**

Uma das fases mais importantes do processo de trabalho realizado nas sessões. Caracterizado por aquecimento corporal, para que o corpo aumente a sua temperatura e desta forma provocará mais energia para os músculos e maior fluxo sanguíneo, evitando o aparecimento de problemas físicos como dores e outras questões musculares.

Começando pela parte superior (centro de leveza) do corpo humano, cabeça, ombros, braços, pulsos, mãos e dedos, e a parte inferior (centro de gravidade) que vai desde as pernas, joelhos, tornozelos e pés. Estes exercícios eram realizados de pé

e em situações de maior debilidade física eram realizados sentados em cadeiras.

### **3º Momento**

Exercícios de coordenação e memória. Na primeira parte através de um movimento criado por um elemento do grupo, o outro imita-o, fazendo os diferentes ritmos, desde o mais lento ao mais rápido usando o deslocamento no espaço com várias direções (frente, direita, esquerda e trás).

### **4º Momento**

O conhecimento do próprio corpo e o corpo do outro. Espalhados na sala e através do toque, percorrem o corpo fazendo um auto conhecimento do mesmo, depois dois a dois o exercício repete-se agora no corpo do outro fazendo o reconhecimento do mesmo.

### **5º Momento**

Relaxamento com a intenção de provocar a diminuição das tensões musculares e articulares e restabelecer o equilíbrio respiratório e circulatório.

## **A importância da dança na Terceira Idade**

A dança e o movimento são de extrema importância nesta faixa etária, pois ajuda a minorar os efeitos dos problemas motores, articulares e musculares que o envelhecimento provoca, em certos casos, limitações físicas, corpo mais lento e com pouca flexibilidade para a realização das atividades do dia-a-dia. O corpo fica “engessado”, os movimentos começam a ficar mais presos com a perda da agilidade, as articulações vão perdendo elasticidade, os ossos ficam mais frágeis e o aparelho respiratório e cardiovascular, conseqüentemente, apresentam várias patologias.

Torna-se importante perceber que, no caso do Teatro de Identidades, a dança não tem um fim específico terapêutico ou fisioterapêutico. Para além dessas possibilidades, a Dança é uma arte desenvolvida em grupo, facilitando a integração

e a superação dos limites físicos. A sua prática traz benefícios para uma melhoria da qualidade de vida, como, por exemplo, melhorar a velocidade do andar, melhorar o equilíbrio, melhorar os reflexos, melhorar a mobilidade, fortalecer os músculos, ajudando no impedimento de doenças como a diabetes, artrite e doenças cardíacas e ajudando também no controlo do peso.

A minha vivência, no âmbito deste projeto, fez-me compreender que a intervenção social e a intervenção artística estão ligadas por vários fatores, como a humanização, a autonomia e a motivação das comunidades. Considero que o Teatro e Comunidade está a desenvolver um trabalho social aproveitando a arte como ferramenta. Neste projeto, o Teatro e Comunidade tem uma dimensão social que tem inevitavelmente de ser acompanhada por uma dimensão estética e artística cuidadosas. A conceção e concretização do exercício final, “Casamento do Ama Adora” (junho 2013), é o reflexo deste entrosamento entre as componentes sociais e artísticas.

## MEMÓRIA FOTOGRÁFICA



**Figura 25** – Coreografia do espelho “Em busca da própria identidade...”, ASSORPIM (21 de junho de 2012).



**Figura 26** – Coreografia do Fado do Estudante: fado é toda a minha fé....ASSORPIM (21 de junho de 2012).



**Figura 27** – Frase de movimento ao som do Fado Alfredo Marceneiro “ Rainha Santa”, Grupo do Centro Rainha Santa Isabel (18 de fevereiro 2013).



**Figura 28** – Exercício de movimento criativo com balão, Grupo Quinta de São Miguel (21 de fevereiro de 2013).



**Figura 29** – Formação sobre a valsa para o espetáculo Ama-Adora, Grupo Quinta São Miguel (9 de abril 2013).



**Figura 30** – Espetáculo final de 1 ano de projeto—O Casamento do Ama-Adora (26 de junho de 2013).



**Figura 31** – Aquecimento corporal, Grupo Quinta de São Miguel (7 de março de 2014).



**Figura 32** – A valsa nos Recreios da Amadora, Centro de dia da Buraca (26 de março de 2014).

## **Apresentação da Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Buraca (ARPIB)**

por Sandra Gomes\*

A Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos da Buraca (ARPIB) é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), sem fins lucrativos que apoia idosos da Freguesia de Águas Livres, em particular nos lugares da Buraca, Alfragide e Damaia. Temos Serviço de Apoio Domiciliário e quase 700 associados. No nosso Apoio Domiciliário temos acordo com a Segurança Social para a prestação de serviços a 30 idosos, nomeadamente com o fornecimento da alimentação, administração do almoço, organização e administração de medicação, higiene pessoal, manutenção da habitação, tratamento de roupa, diligências ao exterior, acompanhamento a serviços, acompanhamento psicológico, participação em atividades socioculturais, entre outros serviços.

No âmbito do movimento associativo, promovemos passeios/visitas culturais, bailes, festa temáticas, servimos refeições, temos um serviço de bar, ginástica, danças de salão, fazemos ateliers de língua inglesa/francesa/espanhola, de pinturas, trabalhos manuais, realizamos palestras sobre temáticas de interesse para os nossos sócios, distribuimos roupa, bens alimentares (no âmbito do programa FEAC da Segurança Social), prestamos acompanhamento psicológico, encaminhamos, prestamos apoio social, informamos, ouvimos...

Em Abril de 2014 iniciámos o Projeto Teatro de Identidades, proposto pela Dr.<sup>a</sup> Sónia Marques da Câmara Municipal da Amadora. Pensámos que tinha caído do céu: um grupo de teatro orientado por elementos da Escola Superior de Teatro e Cinema da Amadora? Uau! Este projeto iria ser um precioso contributo para a nossa Instituição e para os nossos associados.

Poucos meses depois sentimos que esta atividade, mais do que ser uma mais valia para a Associação, é uma mais valia para cada um dos participantes. A cada

---

\* Diretora Técnica/Psicóloga, responsável pelo Projeto Teatro de Identidades na ARPIB.

sessão que passa, sentimos os nossos seniores mais libertos, mais felizes, mais realizados. O grupo é animado, os Professores são positivos, os alunos saem melhores a cada dia que passa. Sente-se um bom ambiente, um ambiente alegre.

Para sermos capazes de dizer tudo o que de bom este projeto nos tem trazido, teríamos que abordar a experiência e a história de cada um dos participantes, teríamos que analisar cada um, conhecê-los antes e depois deste projeto. Só assim seríamos capazes de avaliar a sua evolução pessoal. Alunos que sempre quiseram ser atores, pessoas que sempre quiseram expressar-se, seniores que precisavam de ser ouvidos, homens e mulheres que necessitavam do seu espaço pessoal e do seu espaço com os outros.

Os alunos sentem-se integrados na Associação, integrados no grupo, sentem que fazem parte de algo importante.

O empenho e a dedicação dos Professores são sem dúvida os fatores mais importantes de todo este trabalho. É raro, hoje em dia, ver pessoas tão abertas, que se aproximam, abraçam, elogiam, cantam, brincam, com tanto à vontade. É raro ver relações de trabalho, relações de afeto a desenvolverem-se com tanta rapidez. É raro mas é tão bom...

Não podemos deixar passar esta ocasião sem agradecer à Dr.<sup>a</sup> Sónia Marques da Câmara Municipal da Amadora e a todos os elementos que fazem parte do Projeto Teatro de Identidades. A todos os Professores que dispõem do seu tempo e da sua dedicação para tornar a vida destas pessoas melhor a cada dia que passa. Tudo aquilo que trazem de bom à vida dos nossos seniores não tem preço.

Se em poucos meses conseguiram tudo isto, o que mais virá para aí?

## Reflexão | Reconstrução de memórias coletivas através de um espetáculo de rua O Casamento Ama-Amadora

Ama-Adora: Bodas em uma manhã de junho

por Ramon Aguiar\*

O aumento da expectativa de vida traz desafios económicos políticos e sociais que podem ser superados somente com a integração e valorização dos idosos e de sua experiência cidadã acumulada.

Atualmente, percebe-se que o valor das coisas e pessoas reside no novo, na novidade, na exclusividade. Nessa perspectiva, a memória dos idosos é por vezes, descartada. O trabalho desenvolvido pelo *Teatro de Identidades* em parceria com a Câmara Municipal da Amadora vai à contra mão dessa alienação e acomodação social. Torna-se necessário perceber a verdadeira ordem temporal da vida. Os idosos são fonte de aprendizagem acumulada e estabelecem elos com o passado e consequentemente, com identidades sociais e coletivas. Assim, momentos de um mundo perdido podem ser compreendidos por quem não os viveu e até humanizar o presente (Bosi, 1995) através da aceitação da sabedoria dos mais velhos.

A memória, em seus labirintos, é infinitamente rica em histórias e esquecimentos. Para iluminar o atual mundo social, seus acertos e mazelas torna-se fundamental que se escute os idosos e aprenda com suas experiências.

Nos anos 1990 a Organização Mundial da Saúde adotou o termo “envelhecimento ativo”. Um procedimento para divulgar ideias e condutas em acordo com as novas necessidades de inserção e compreensão da terceira idade no cenário social. Desta forma, os serviços e relações sociais com os idosos passam a objetivar o bem-estar físico; relações interpessoais; desenvolvimento pessoal;

---

\* Ramon Santana de Aguiar (CAPES Fundação, Ministério da Educação do Brasil, Brasília/DF 70040-020). Ator, Diretor, Doutor em Artes Cênicas (UNIRIO), Pedagogo (UFMG), pesquisador do Laboratório de Estudos do Espaço Teatral e Memória Urbana (UNIRIO). Membro da ABRA-CE. Realizou a direção artística do espetáculo Casamento Ama-Adora durante o período de pós-doutoramento na ESTC no bienio 2013/2014.

atividades recreativas; atividades espirituais. A qualidade de vida dos idosos depende principalmente da autonomia; relação familiar; recursos econômicos; atividades lúdicas e recreativas; interesse nos acontecimentos diários e na vida e questões sociais e artísticas. (Jacob, 2008.)

O Projeto *Teatro de Identidades* e suas ações estão em acordo com essas premissas. Sua atuação se dá, principalmente a partir das contribuições que o Teatro e suas metodologias corroboram para o desenvolvimento de novas mentalidades sociais para, com e pelo idoso, além é claro, da sua auto valorização.

O evento de teatro de rua intitulado “Casamento do Ama - Adora” foi programado como evento final do processo de um ano de trabalho nos “Centros de Dia” participantes do projeto (2013).

Para além de um espetáculo teatral, teve-se como objetivo a instalação de um ritual social. O nome “Casamento” surge nessa emergência e propõe unir o Ama e a Dora, a Porcalhota de Cima com a Porcalhota de Baixo, gerando, mais uma vez, a Amadora.

A ação de inscrever um novo rito no cotidiano da cidade é percebida como construção de relações entre participantes envolvidos em uma rede de laços interpessoais. Essa se constitui em experiências pessoais sustentadas por eventos intencionais e *emocionalmente carregados*. A ritualização pode ser pensada como um processo de (re) contextualização, cujo distinto caráter deriva da combinação de três propriedades: é um processo fundado na experiência, fortemente integrador e dependente da atuação ativa de todos os envolvidos. O antes e o depois de um ritual não são os mesmos. (Houseman, 2003).

O “Casamento do Ama e da Dora” é uma união ritual atemporal que transpassa a história da Amadora projetando-a para o futuro.

Foi definida uma estrutura inicial para o evento: teria o formato espetacular de um cortejo realizado em espaço público aberto e com a participação dos “Centros de dia” integrados nas atividades do *Teatro de Identidades*.

Essas definições provocaram uma questão: como integrar os diferentes grupos considerando que estão em espaços físicos diversos e por vezes distantes

uns dos outros? Como mobilizar e motivar os idosos para essa grande empreitada?

Por razões óbvias, não seria possível solicitar aos participantes que deslocassem de um centro para o outro para ensaios. A solução encontrada foi definir um roteiro comum e criar atividades de convergência. Naquele momento, o coreógrafo era o único estagiário do *Teatro de Identidades* que atuava em todos os “Centros de dia”. Os demais estagiários eram fixos, um em cada centro. Diante desse fato, considerou-se que o “movimento” e o texto poderia ser a base para a criação do espetáculo.

Partindo dessas premissas, foi estruturado um primeiro esboço de roteiro que já continha elementos que permaneceram na versão final. Um desses foi o movimento de “cata-vento” alusão aos moinhos de outrora que marcaram a história da “Ventosa” (na história da Amadora a Ventosa passou a Venteira). Esse movimento foi proposto pelo coreógrafo para abrir o espetáculo.

O diretor artístico percorreu os “Centros de dia” para apresentar a proposta a todos os participantes e acompanhar os ensaios. Essa metodologia mostrou-se eficaz e para o entrosamento do trabalho. Também, estimulou os idosos que se mostraram, durante todo o processo, comprometidos, entusiasmados e felizes.

A construção do roteiro se deu em aproximações sucessivas e com a contribuição dos diversos participantes. Definiu-se que a performance teria uma abordagem histórica sobre a cidade da Amadora. Essa orientação se justificava por diversos motivos: a questão da memória, ingrediente fundamental para o trabalho do *Teatro de Identidades* e do *Teatro e Comunidade*, o fato do espetáculo ser realizado em espaço público para a população transeunte e as possíveis contribuições e projeções que os idosos participantes poderiam ter na criação do espetáculo.

Considerando o formato de um “cortejo” e já tendo os “Recreios da Amadora” como local escolhido para o espetáculo, a partir de “movimentos

corporais” foi estabelecido um ritmo e forma para o deslocamento no espaço. Outros movimentos figurativos representavam passagens da história de Amadora e, ao final uma valsa em comemoração ao casamento.

Já motivado pelas definições acima referidas, o estagiário do “Centro de dia Quinta de São Miguel”, solicitou ideias e contribuições aos idosos. A Sra M. I. construiu um texto poético em forma de quadras que, pela criatividade e beleza, tornou-se a pedra fundamental do roteiro. A partir daí, foram realizadas diversas pesquisas históricas por diferentes participantes. Através de uma parceria com o Agrupamento de Escolas Cardoso Lopes, a professora Judite Esteves, bibliotecária daquela escola, contribuiu imensamente com diversas informações sobre fatos e personagens da formação de Amadora. Entre outros, o cidadão Cardoso Lopes, importante personalidade que, em tempos algures, influenciou a constituição da Amadora.

A partir do material fornecido, alguns outros personagens foram surgindo: o “aviador” em alusão ao tempo (1919) em que se instalou a aviação na Porcalhota (antiga denominação da Amadora); a “moça de espartilho” em referência a uma grande fábrica de espartilhos que gerou empregos e internacionalizou a freguesia no início do século XX; o “Delfim Guimarães”, poeta e ensaísta que dá nome ao atual “Recreios da Amadora”.

Com essas diversas contribuições e pesquisas, foi estruturado um roteiro básico inicial: o cortejo teria os noivos à frente e os “padrinhos” e convidados em seguida. Esse cortejo foi constituído, principalmente pelos frequentadores dos “Centros de dia” participantes do *Teatro de Identidades*. Durante o cortejo ocorreriam cinco “paradas”. Estas tinham o objetivo de contracenar com os personagens importantes na história da freguesia: Cardoso Lopes, o Aviador, a Menina de Espartilho, Delfim Guimarães, o Padre. Ao final do cortejo, a valsa e após essa seriam servidos copos com água a todos os presentes.

A ideia de servir água a todos surgiu em alusão a um fato real presente na memória da diretora artística. Também, faz parte do imaginário histórico de Amadora a presença de uma fonte e da água com propriedades medicinais. Além, é

claro, do imaginário coletivo que envolve a água: vida, batismo, pureza, princípio do mundo, limpeza etc.

Ainda durante o processo, foi realizada uma reunião com a diretoria de cultura de Amadora para solicitar uma parceria na execução do evento. O diretor Pedro Simões entendeu a proposta e essa diretoria se tornou parceira apoiando estruturalmente o evento através de equipamentos de som e cenografia. Foi disponibilizada uma “passadeira vermelha” de aproximadamente 40 metros por onde “desfilaram” os noivos e demais personagens; cinco palcos portáteis onde ficaram os personagens históricos já citados; microfones; aparelhagem de reprodução sonora; cadeiras para os espectadores.

A Câmara Municipal da Amadora solicitou a companhia de água SIMAS que montasse um quiosque para a distribuição de água ao final e isso também foi realizado.

Diante de toda a mobilização conseguida com e pelo “Casamento”, pode-se perceber o caráter comunitário e amplo que o evento engendrou. Todos os envolvidos atuaram de forma entusiasta para a concretização do evento.

Roteiro e parcerias definidas, textos selecionados. Para os idosos participantes, além do cortejo e da valsa final, foi construída uma fala coletiva ritmada que seria repetida durante o cortejo: Ama, Adora, Ama, Adora...

Aos noivos, as falas:

Noivo: - Queres casar comigo?

Noiva: Sim, onde?

Noivo: na Porcalhota!

Noiva: Mas não se diz Porcalhota.

Esse diálogo, também contribuição de um participante do evento, foi repetido diante de cada personagem histórico situado nos 5 palcos portáteis dispostos ao longo do cortejo. Esses personagens, por sua vez, tinham individualmente textos históricos que os localizavam e conduziam a sequência das cenas.

Em posse de todos os textos até então organizados, percebeu-se que era necessário um tratamento dramaturgico para as falas das personagens, pois os textos selecionados eram por demais históricos ou literários. Mais uma vez, aconteceu a integração de pessoas somente possível em uma iniciativa de Teatro e Comunidade. O material foi entregue a Helena Tapadinhas que prontamente transformou o material “bruto” em um belíssimo texto dramaturgico.

O tempo de ensaios e outros preparativos foram de dois meses. Esses eram realizados nos “Centros de dia” com a coordenação dos respectivos estagiários. O coreógrafo desenvolvia a linguagem dos movimentos e valsa e o diretor artístico acompanhava todo o processo. Faltava agora criar os figurinos e adereços que propiciassem uma unidade para o conjunto dos participantes. Definiu-se que os homens participantes do cortejo usariam calças escuras, camisas brancas de manga longa, sapatos de couro e cartola. As mulheres recorreriam livremente aos seus “baús” de antigos vestidos de festa. Porém, todas as mulheres usariam chapéus estilizados que foram construídos pelas próprias participantes em oficinas destinadas para esse fim.

Todo o processo foi “orgânico” e transparente com compreensão e aceitação de todos os participantes.

Devido principalmente a limites motores, alguns dos frequentadores dos “Centros de dia” não conseguiriam participar do espetáculo propriamente dito. Porém poderiam contribuir para a confecção de adereços e objetos de cenografia. Dessa forma, foi definido que o Centro de dia da Santa Casa Misericórdia da Amadora, faria o *buquê* da noiva (que ficou espetacular!) e alguns frequentadores do “Centro de dia Quinta de São Miguel” ofereceram uma colcha de casamento aos noivos. Esta teve aproximadamente 3 metros de comprimento por dois de largura e foi confeccionada por diversas dedicadas e delicadas mãos.

No decorrer dos ensaios e montagem outras ideias foram incorporadas pela direção artística do evento: o cortejo contaria com a presença de dois “cabeçudos” em alegoria aos noivos; em uma das paragens do cortejo, haveria um fadista que faria uma homenagem aos noivos. Esse cantor foi o Sr. D. que brilhou na sua

interpretação de “A lenda da fonte” de Sérgio Nunes que foi acompanhado no refrão por muitos presentes.

Com o apoio da ESTC, foi gravado uma banda sonora que permeou todo o espetáculo. Também, a Sra O. criou uma marcha sobre o “casamento da Falagueira” Esta marcha foi gravada à “capela” e integrada à banda sonora do espetáculo.

Os cabeçudos foram conseguidos com o apoio do professor Barros e adereçados pelo diretor artístico como um noivo e uma noiva. Como o cortejo aconteceu na Avenida da República foi proposto que o cantor do fado – Sr. D. - estivesse em alguma varanda no trajeto. Por sua localização ao meio do trajeto por onde passaria o cortejo, a varanda foi a da sede do partido Comunista Português que compreendeu e também apoiou o evento. Para completar, a colcha oferecida pela “Quinta de São Miguel” foi estendida a partir da varanda onde estava o fadista. Um momento poético e mágico no evento.

No dia 24 de junho, foi realizado um ensaio nos “Recreios da Amadora”. Esse contou com a presença da maioria dos envolvidos. Foi muito importante pois possibilitou aos participantes visualizar concretamente a performance considerando que até aquele dia, tudo estava sendo ensaiado, isoladamente, no interior dos “Centros de dia”.

Algumas definições de cenografia também foram resolvidas nesse “ensaio geral”: além do tapete vermelho no chão, as árvores que ladeiam essa “passarela” seriam adereçadas com cordão, laço e flores para homenagear os noivos e delimitar o espaço cênico do cortejo.

O espetáculo foi programado para o dia 26 de junho às 10h30. Já pelas 08h00 desse dia, parte da equipa já estava em atividade nos Recreios da Amadora. Toda a infraestrutura foi montada conforme programado. Houve cooperação e diversas pessoas que, mesmo não fazendo parte diretamente da equipa, se disponibilizou a integrá-la no dia do espetáculo. São eles: Rafael Moraes que juntamente com José Reis carregaram entusiasmados os cabeçudos; a atriz Adriana Fortes que incorporou a “Menina de Espartilho”; Altamiro Sobrinho que cooperou na

montagem cenográfica e realizou as imagens que ilustram esse texto e Luísa Marques (ESTC) que realizou a filmagem do evento.

Como último ingrediente de um trabalho que valoriza a cooperação e a comunidade, o espetáculo contou com o Grupo Bom Brando que fez uma calorosa percussão causando um bom impacto para a atração do público transeunte.

O espetáculo correu muito bem e, seguramente emocionou, divertiu e engrandeceu a todos os participantes, atores e atrizes, equipa e espectadores. Para além da ansiedade de todos os envolvidos, houve um público entusiasmado e muito participante. Foram distribuídos aviõezinhos de papel coloridos confeccionados pelos idosos dos Centros de dia. Durante o cortejo, após a fala do “Aviador”, esses aviões foram jogados aos noivos pela plateia. O já referido buque da noiva foi entregue pelas mãos das senhoras que o confeccionaram. E, após a bênção do “Padre”, rojões salpicaram o céu de papel colorido embalados por gritos de “Viva os noivos”!!!

Seguiu-se a valsa, e a distribuição dos copos com água ao som da voz da Sra. O. cantando a sua marcha. Tudo iluminado pelo sol de um verão menino que aquecia e acariciava a todos ali presentes.

Para um olhar distanciado, aquela Comunidade estava alegre, feliz. Provavelmente, laços de pertencimento e identidade foram estabelecidos naquela bela e mágica manhã de junho: Bodas do Ama e da Dora nos Recreios da Ama-Dora. Que venham os frutos!

## MEMÓRIA FOTOGRÁFICA

Fotografias de Altamiro Sobrinho



**Figura 33** – A preparação dos noivos (26 de junho de 2013).



**Figura 34** – O cortejo (26 de junho de 2013).



**Figura 35** – A moça de espartilho (26 de junho de 2013).



**Figura 36** – Encontro com Defim Guimarães (26 de junho de 2013).



**Figura 37** – Memória da aviação na Amadora (26 de junho de 2013).



**Figura 38** – Um fadista no balcão (26 de junho de 2013).



**Figura 39** – Bem vindo Cardoso Lopes (26 de junho de 2013).



**Figura 40** – A animação (26 de junho de 2013).



**Figura 41** – A valsa (26 de junho de 2013).



**Figura 42** – Os padrinhos (Equipa de Artistas Pedagogos) (26 de junho de 2013).



Figura 43 – Cartaz do espetáculo Casamento AmaAdora (26 de junho de 2013).



**III - CONSIDERAÇÕES FINAIS | BIBLIOGRAFIA  
| FICHA TÉCNICA E ARTÍSTICA**



# CONSIDERAÇÕES FINAIS



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Projeto Teatro de Identidades – Teatro Sénior, teve como objetivo estabelecer pontes e trocas entre as práticas e experiências de intervenção de teatro e comunidade com pessoas seniores, visando a criação de proximidade e empatia com as práticas artísticas numa perspetiva de desenvolvimento social, cultural e identitário.

Evidenciando os benefícios da prática teatral no processo de envelhecimento das pessoas e a promoção da formação de técnicos especializados com grupos seniores em atividades de teatro na comunidade. Pretendeu, simultaneamente, promover o envelhecimento ativo, a inclusão e a acessibilidade à arte e à participação.

O Teatro de Identidades tem possibilitado o registo de alterações de comportamentos e atitudes dos beneficiários, que importa destacar, nomeadamente: respeito pelos silêncios e pelos outros, aumento da capacidade de comunicar, maior permeabilidade ao toque e às expressões não-verbais, aumento da noção de imagem de si e aumento da autoestima.

Os eventos e atividades que foram desenvolvidas ao longo dos trabalhos tinham como objetivos: valorizar os participantes do projeto e o território da Amadora e a sua história e património; promover interação entre instituições; criar mostras e encontros de trabalhos realizados em equipas durante o ano letivo 2012/2013/2014; contribuir para a interação e participação da comunidade em geral.

A palavra-chave do projeto é “participação” através da arte e do simbólico. Reforçando a ideia de que o envelhecimento é um processo e que, por isso, as estratégias devem ser diversificadas e potenciar as capacidades das pessoas ao longo do ciclo de vida e rentabilizar as mais-valias das várias entidades e instituições.

O teatro é por excelência, um espaço de descoberta, de espanto e de comunicação, por isso eficaz no envelhecimento ativo contribuindo para o desenvolvimento da autonomia, da sociabilidade, do espírito de cooperação e do

trabalho em equipa. O Teatro de Identidades visou também contrariar as adversidades da vida, combater a solidão através da participação efetiva dos idosos no domínio da linguagem teatral com rigor e autenticidade artística.

Evidencia-se aqui quatro questões principais que foram verificadas ao longo do projeto:

1- O teatro e comunidade contribuiu para a desmistificação da velhice enquanto fase de inoperância, caracterizando-a, pelo contrário, como uma etapa na qual muito se pode aprender e fazer. Efetivamente, o teatro com as comunidades possibilita a aprendizagem e contribuem para a construção de projetos de vida, transmitindo a ideia de *continuum* e não de “fim de linha” quando se atinge determinada idade;

2- O teatro ensina a positivar o envelhecimento e a velhice, acentuando as potencialidades do ser humano seja qual for a idade cronológica, fazendo-nos entender que a idade não é o principal fator determinante dos processos de desenvolvimento. Ela interage com circunstâncias históricas, sociais e pessoais e, por isso, cada ser humano é um ser único e irrepetível. No grupo de teatro e na interação com os outros essa individualidade dentro do espaço grupal é evidenciada;

3- O Teatro de Identidades congregou vontades e dinamizou iniciativas e projetos multifacetados que envolveram a componente humana e a social, a saúde e formação - para, com e pelos - seniores. As artes constituem espaços práticos de autonomia onde é possível desenvolver a criatividade, favorecer vivências de afetos, promover o aumento de sensações pessoais e sociais de bem-estar;

4- Por último, considerando o Mestrado em Teatro com especialização em Teatro e Comunidade da ESTC, o projeto possibilitou comprovar a necessidade de formação de Artistas Pedagogos como integradores e facilitadores sociais e artísticos. Alargando a prática teatral para além da estética, transformando-a em uma ação-reflexão política e cidadã.

O teatro e comunidade é um meio de ativação e transformação não meramente individual mas também coletivo/social e institucional.

O Teatro de Identidades pode invocar as comunidades e envolvê-las num processo de mudança onde estas devem ser as protagonistas.

## BIBLIOGRAFIA

- Aguiar, R. (2008). Espaço e memória: a construção de um espaço mnemônico na história do espetáculo. In LIMA, E.F. W. (Org.) *Espaço e teatro: do edifício teatral à cidade como palco*. Rio de Janeiro: 7 Letras/ FAPERJ.
- Boal, A. (1975). *Teatro do oprimido e outras poéticas políticas*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Bosi, E. (1999). *Memória e sociedade: lembranças de velhos*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Choque, S., Choque, J. (2006). *Actividades de animación para la tercera edad*. (Tsedí, Trad.). Badalona: Paidotribo. (Obra original publicada em 2000).
- Fast, J. (2001). *A linguagem do corpo*. Lisboa: Edições 70.
- Fraiman, A. (1995). *Coisas da idade*. São Paulo: Gente.
- Freire, P. (1980). *Conscientização: teoria e prática da libertação*. São Paulo: Moraes.
- Goldfarb, D.C. (1998). *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Houseman, M. (2003). *O vermelho e o negro: um experimento para pensar o ritual*. In *Mana*, 9 (2), 79-107.
- Jacob, L. (2008). *Animação de idosos*. Lisboa: Anbar.
- Jacob, L. (2008). *Animação de idosos: actividades* (4ª ed.). Porto: Ambar.
- Laban, R. (1971). *Domínio do movimento*, (Lisa Ullman, Ed.). São Paulo: Summus Editorial.
- Nogueira, M. P. (s. d.). *Tentando definir o teatro na comunidade*. Projeto de Pesquisa Banco de Dados em Teatro para o Desenvolvimento de Comunidades. CEART/UEDESC.
- Nunes, S. M. (2009). *As metáforas do corpo em cena*. São Paulo: Annablume.
- Nunes, A. T. G. L. (2001). Serviço social e universidade de terceira idade: uma proposta de participação social e cidadania para os idosos. *Textos sobre Envelhecimento*, 3 (5), 41-66. Retrieved from [http://revista.unati.uerj.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-59282001000100003&lng=pt&nrm=iso](http://revista.unati.uerj.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-59282001000100003&lng=pt&nrm=iso).
- Pinto, H. et al. (2011). *Actores sociais: uma força política ímpar na defesa dos afectos e direitos*. Col. Tempo Social, nº 19. Ensaio Cais. Lisboa: Padrões Culturais Editora.
- Queiroz, Z. P. V. (1999). Participação popular na velhice: possibilidade real ou mera utopia?. *O mundo da Saúde*, 23(4), 204-213.

- REDTESS – Rede de Cooperação e Conhecimento na Área do Trabalho, Emprego e Solidariedade Social (2012). *Ano europeu do envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações: contributos bibliográficos*. Lisboa: Centro Editorial Santa Casa da Misericórdia. Retrieved Maio, 2014, from <http://www.gep.msess.gov.pt/edicoes/outras/outras.php>.
- Ribeiro, J. L. (2009). O teatro na terceira idade. In A. Florentino & N. Telles (Ed.), *Cartografias do ensino do teatro* (pp. 133-143). Uberlândia: Universidade Federal de Uberlândia.
- Schwarz, L. R. (2008). *EnvelheSer: a busca do sentido da vida na terceira idade*. Tese de doutoramento, Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil. Retrieved Maio, 2014, from [www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde.../schwarz\\_do1.pdf](http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde.../schwarz_do1.pdf).
- Telles, N., Florentino, A. (org. 2009). *Cartografias do ensino do teatro*. Uberlândia: Universidade Federal de Uberlândia.
- Vasques, E. (2006). *João Mota, o pedagogo teatral: metodologia de criação*. Lisboa: Colibri - Instituto Politécnico de Lisboa.
- World Health Organization (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde* (Suzana Gontijo, Trad.). Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde. (publicação original 2002).

## WEBGRAFIA

- Câmara Municipal da Amadora. (s. d.). *Research in Amadora XXI*. Retrieved Maio, 2014, from <http://www.cm-amadora.pt/componentes/componente-contacto/pessoas>.
- Câmara Municipal da Amadora. Plano Gerontológico 2012/2014. [http://www.cm-amadora.pt/images/artigos/solidaria/rede\\_social/instrumentos\\_planeamento/pdf/plano\\_gerontologico.pdf](http://www.cm-amadora.pt/images/artigos/solidaria/rede_social/instrumentos_planeamento/pdf/plano_gerontologico.pdf).
- Instituto Nacional de Estatística. (s. d.). *Research in Censos 2011*. Retrieved Maio, 2014, from [http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=censos2011\\_apresentapre](http://censos.ine.pt/xportal/xmain?xpid=CENSOS&xpgid=censos2011_apresentapre).
- Pordata. (s. d.). *Research in Censos 2011*. Retrieved Maio, 2014, from <http://www.pordata.pt/Portugal/Populacao+residente+segundo+os+Censos+total+e+por+grandes+grupos+>

etarios-512>.

Organização Mundial de Saúde. (s. d.). *Research in Envelhecimento*. Retrieved Maio, 2014, from <<http://www.who.int/eportuguese/publications/pt/>>.

## **FICHA TÉCNICA E ARTÍSTICA**

### **Coordenação artística e pedagógica**

José Pedro Caiado e Rita Wengorovius

### **Investigação**

Ramon Aguiar

### **Coordenação técnica**

Câmara Municipal da Amadora - DEDS/Divisão de Intervenção Social

### **Artistas Pedagogos**

Ana Rita Trindade

António Vicente

Hugo Andrade

José Luís Costa

Pedro Augusto

Rafael de Moraes

Sylvie Rocha

### **Participantes do projeto:**

AURPID - Amélia Pereira, Beatriz Castro, Maria de Lurdes Afonso do Santos, Emília das Neves, Isabel Raposo, Luísa Sousa, Olinda D'Assunção Domingos, Umbelina Paiva, Sara Ferreira.

ASSORPIM - Álvaro Ruivo, António Correia, António Vaz, Céu, Dina, Diniz Rodrigues, Flávio Gil, Helena Matos, Joana Pezinho, João Moreira, Luiz Valle, Mariana Gallo, Quitéria Beirão e Rita Viegas.

ARPIB - Maria Emília Moreira Rijo, Mário José Amador Lourenço, Laura Gomes de Sousa Nobre Godinho, Florinda de Oliveira Pereira, Maria de Fátima dos Anjos Ramos Maria Miguéis, Arlinda Virgínia Moreira de Carvalho.

QUINTA DE SÃO MIGUEL - Alfredo Costa António Silva, Arcealinda Almeida, Balbina Faleiro, Pilar Souto, Ermelinda Feijó, Feliciano Pereira, Fernando Martinho, Francisco Pereira, Graciete Santos, Guilhermina Mateus, Ilda Ferreira, Joana Celestino, Joaquim Mourato, José Inácio, José Ferrão, José Serrão, José Martins, Julieta Santos, Leucádia Pereira, Lúcia Morgado, Luísa Marques, Manuel Barum, Manuel Gabriel, Manuel Martins, Maria Alice Pinto, Maria Antónia Costa, Maria Dias, Maria da Graça Alves, Maria de Lurdes Almeida, Maria de Lurdes Santos, Maria dos Anjos Rijo, Maria Isabel Santos, Maria Isaura, Maria Jacinta Peixe, Mariana Rita Batista, Modéstia Matias, Olga Lopes, Otília Cruz, Otília Mourato, Perpétua Carvalho, Rosa Fonseca, Vítor Gomes.

COLETIVO MEIA DÚZIA DE OITO – Pesquisa e Desenvolvimento Artístico.

promotores



parceiros



ASSOCIAÇÃO DE REFORMADOS  
PENSIONISTAS E IDOSOS DA BURACA  
FUNDADA EM 1978



SFRAA - QUINTA DE SÃO MIGUEL