



DesvendAR'TE – Projeto de Animação Teatral com Idosos
O CONTRIBUTO DA ANIMAÇÃO TEATRAL PARA O
ENVELHECIMENTO ATIVO

Laura Patrícia Silva Fernandes Faria Ganilo

Projeto de Intervenção apresentado à Escola de Educação de Lisboa para obtenção de grau de mestre em Educação Artística – Especialização em Teatro na Educação

2017



DesvendAR'TE – Projeto de Animação Teatral com Idosos
O CONTRIBUTO DA ANIMAÇÃO TEATRAL PARA O
ENVELHECIMENTO ATIVO

Laura Patrícia Silva Fernandes Faria Ganilo
(Nº 2015068)

Projeto de Intervenção apresentado à Escola de Educação de Lisboa para obtenção de grau de mestre em Educação Artística – Especialização em Teatro na Educação

Orientadora: Professora Doutora Teresa Maria de Sousa Santos Leite

Coorientadora: Mestre Maria Natália Santos Vieira

2017

Os meus sonhos

“Tenho as mãos cheias de nuvens que por sua vez estão cheias de sonhos, que nunca se realizaram.

As mãos estão comigo, as nuvens estão com as minhas mãos e os sonhos, os sonhos, também ainda estão comigo. Mas eu sei que estão enrolados em decepção, agachados em vergonha por serem sonhos de menina e ainda existirem.

Sonhar sempre sonhei, só que agora sem ilusões, sem certezas.

Ninguém acredita que os mais velhos sonhem, só os também velhos, os que ainda tem os sonhos por realizar na palma das suas mãos.

Havia de ser inventada uma poção que fizesse os jovens ficarem idosos por momentos.

E então saberiam o que é o olhar de esguelha para o velho, o asco do couro que é a velho, o desrespeito pela opinião que é de velho, a impaciência que é o esperar por um velho.

O velho não leva beijos. Tem rugas, tem manchas, tem bolor.

E o meu desejo, o desejo dos meus atuais 88 anos é que não haja jovens a escrever palavras como estas quando chegarem à minha idade.”

Gracinda Soares 04/07/2017

Dedicado a todos os idosos, que me ensinam a ser, em cada dia, melhor profissional e à instituição, que acolheu de braços abertos o projeto.

AGRADECIMENTOS

Obrigada Deus, pelos teus sonhos de claridade, pela tua chuva de coragem, pelo teu sol de persistência e, acima de tudo, obrigada por me teres consagrado digna de todas essas bênçãos, que me iluminaram e tornaram possível este percurso.

Agradeço ao Teatro, que foi a chave do meu desenvolvimento pessoal e coletivo, a boia salva-vidas da minha hermética adolescência: aquele que me agarrou pela mão e ajudou a decifrar todos os códigos para um possível continuar.

Ao meu Marido, que pacientemente fez os chás dos serões de leituras e pesquisas.

Pai Agostinho, Mãe Ilda, irmãs Marisa e Andreia, sobrinhas Beatriz e Inês, cunhados Juan, Marta e Jorge, Pais Artur e Paula e a todos os meus familiares, a minha maior gratidão. Uma palavra especial de gratidão e apresso à prima Cristina Rentroia e ao amigo Frei Sérgio Gois pela amizade e fiel verdade com que me aconselharam ao longo de todo o processo.

O meu agradecimento sentido a todos os professores e colegas de turma, que me apoiaram e ajudaram a evoluir enquanto profissional e pessoa. Agradeço especialmente à orientadora Professora Doutora Teresa Leite e à coorientadora Professora Mestre Natália Vieira.

Aos meus bons colegas, amigos e companheiros de viagem e a todos quantos, direta ou indiretamente, contribuíram para que de pedrinha a pedrinha o algo se erguesse, o meu muito obrigado.

Deus esteja connosco!

RESUMO

A taxa de envelhecimento tende a aumentar, dada a baixa taxa de natalidade e o aumento da esperança média de vida, conforme os Censos mais recentes nos indicam. Tendo em conta esta realidade, procuramos apresentar soluções para a problemática de um envelhecimento solitário e vazio, propondo a animação teatral como parte integrante para um envelhecimento ativo.

O projeto que ora se apresenta foi desenvolvido no âmbito da terceira idade num Centro de Dia na Freguesia de Benfica, concelho de Lisboa. Intitula-se Projeto DesvendAR'TE e enquadra-se na problemática do envelhecimento ativo, tendo como principal objetivo verificar o contributo da animação teatral nesta área e seu impacto no dia-a-dia de um determinado grupo de idosos.

A análise e discussão dos resultados possibilitaram a constatação de que o grupo em análise carece de orientação em atividades regulares, por ausência de iniciativa própria na execução das atividades. No entanto, após orientação e estímulo, verifica-se a participação. Todo o grupo de participantes ativos revelou interesse na realização das atividades, embora se constata falta de hábitos em atividades de grupo e atividades de animação teatral.

Palavras – Chaves: Animação Teatral; Idosos; Envelhecimento; Respostas Sociais; Projeto DesvendAR'TE.

ABSTRACT

Given the low tax of natality and the increase of the average hope of life, as the Censos most recent us indicate. Taking account of this reality, we look for to present solutions for the problematic of a solitary and empty aging, considering the theatrical animation as integrant part for an active aging.

The project presented here was developed in the scope of the third age in a Day Center of Benfica village, at Lisbon city. The project is called DesvendAR'TE (overlap of Uncover Art) and fits in the problematic one of the active aging, having as main objective to verify the contribution of theatrical animation and its impacts in day-by-day of one determined group of elderly.

The analysis and quarrel of the results made it possible to verify that the group in analysis lacks of orientation in regular activities, for absence of proper initiative in the execution of the activities. However, after orientation and stimulatón, it is verified the participation. All the group of active participants disclosed interest in the accomplishment of the activities, even so if it evidences lack of habits of participation in activities of group and activities of theatrical animation.

Keywords: Theatrical Animation; Elderly; Aging; Social Answers; DesvendAR'TE (Uncover Art) Project.

ÍNDICE GERAL

INTRODUÇÃO.....	15
I. ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	16
1. ENVELHECIMENTO ATIVO E RESPOSTAS SOCIAIS	16
1.1.Dimensões do Envelhecimento.....	19
1.2. O Envelhecimento e o Tempo Livre.....	21
1. PERSPETIVAS E PROJETOS EM ANIMAÇÃO TEATRAL.....	22
2.1.Animação Teatral na Terceira Idade.....	29
II.ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO.....	33
1. Problemática e questões orientadoras do estudo	33
2. Objetivo do estudo e Opções Metodológicas.....	37
3. Técnicas e Instrumentos de Recolha de Dados	39
III CARATERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO INICIAL	44
1. Caraterização do contexto	44
2. Caraterização sociodemográfica dos participantes	45
3. Resultados da entrevista de grupo no início do projeto	48
III.OBJETIVOS, PLANEAMENTO E DESCRIÇÃO DA INTERVENÇÃO.....	54
1. Objetivos da Intervenção.....	54
2. Plano Geral.....	55
2.1. Planeamento e descrição das sessões.....	57
IV. Avaliação final	120
CONSIDERAÇÕES FINAIS	125
REFERÊNCIAS	127

ANEXOS	129
ANEXO I – Direitos dos Idosos	130
ANEXO II – Os 12 Mandamentos da Geriatria	132
ANEXO III – Tabela de dados dos participantes	133
ANEXO IV – Guião da entrevista de grupo Inicial.....	134
ANEXO V – Guião da Entrevista de grupo Final	138
ANEXO VI – Transcrição da Entrevista de Grupo Inicial	140
ANEXO VII – Transcrição da Entrevista de Grupo Final	154
ANEXO VIII – Diário de Bordo do Investigador	162
ANEXO IX – Grelhas de Registo	214
ANEXO X – Grelha de Análise de Conteúdo	217

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Planta da sala de trabalho (Fonte: Própria).....	58
Figura 2: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_1 (Fonte: Própria).	68
Figura 3: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_2 (Fonte: Própria).	68
Figura 4: Imagens utilizadas no exercício – “Uma história improvisada” (Fonte: Própria).....	69
Figura 5: Exercício – “Uma história improvisada” (Fonte: Própria).	69
Figura 6: Exercício – “Andar imaginando”_1 (Fonte: Própria).	73
Figura 7: Exercício – “Andar imaginando”_2 (Fonte: Própria).	73
Figura 8: Exercício – “Quem será eu?”_1 (Fonte: Própria).	74
Figura 9: Exercício - “Quem será eu?” (Fonte: Própria).	74
Figura 10: Diário coletivo_1 (Fonte: Própria).....	74
Figura 11: Objetos sonoros (Fonte: Própria).....	79
Figura 12: Exercício – “isto é...” com caneta (Fonte: Própria).	82
Figura 13: Exercício – “isto é...” com folha de jornal_1 (Fonte: Própria).	82
Figura 14: Exercício – “isto é...” com folha de jornal_2 (Fonte: Própria).	83
Figura 15: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_1 (Fonte: Própria). 83	
Figura 16: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_2 (Fonte: Própria). 84	
Figura 17: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_3 (Fonte: Própria). 84	
Figura 18: Diário coletivo_2 (Fonte: Própria).....	84
Figura 19: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_1 (Fonte: Própria).	90
Figura 20: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_2 (Fonte: Própria).	90
Figura 21: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_3 (Fonte: Própria).	91

Figura 22: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_4 (Fonte: Própria).	91
Figura 23: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_5 (Fonte: Própria).	91
Figura 24: Exercício – “Era uma vez”_1 (Fonte: Própria).	94
Figura 25: Exercício – “Era uma vez”_2 (Fonte: Própria).	95
Figura 26: Exercício – “Era uma vez”_3 (Fonte: Própria).	95
Figura 27: Exercício – “Era uma vez”_4 (Fonte: Própria).	95
Figura 28: Exercício – “Era uma vez”_5 (Fonte: Própria).	95
Figura 29: Consequência do exercício – “isto é...” (Fonte: Própria).	101
Figura 30: Fotos da 13ª sessão_1 (Fonte: Própria).	104
Figura 31: Fotos da 13ª sessão_2 (Fonte: Própria).	104
Figura 32: Atividade de abertura – “Descobrir os objetos”_1 (Fonte: Própria).	107
Figura 33: Atividade de abertura – “Descobrir os objetos”_2 (Fonte: Própria).	107
Figura 34: Diário coletivo_14ª Sessão (Fonte: Própria).	107
Figura 35: Atividade de abertura - “Mascotes descoordenadas”_1 (Fonte: Própria).	110
Figura 36: Atividade de abertura – “Mascotes descoordenadas”_2 (Fonte: Própria).	110
Figura 37: 16ª Sessão_1 (Fonte: Própria).	113
Figura 38: 16ª Sessão_2 (Fonte: Própria).	113
Figura 39: Diário coletivo: 16ª Sessão (Fonte: Própria).	113
Figura 40: Atividade de abertura – “Imitação de frases corporais” (Fonte: Própria).	115
Figura 41: 18ª Sessão_1 (Fonte: Própria).	117
Figura 42: 18ª Sessão_2. (Fonte: Própria)	118
Figura 43: Foto de grupo presente na entrevista final (Fonte: Própria).	118
Figura 44: Foto de grupo (Fonte: Própria).	119
Figura 45: Planta da sala de trabalho (Fonte: Própria).	164

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Índice de Envelhecimento (fonte: PORDATA, 2017, s.d.).....	34
Gráfico 2: Género dos Participantes (Fonte: Própria).	45
Gráfico 3: Idade dos Participantes (Fonte: Própria).	46
Gráfico 4: Estado Civil dos Participantes (Fonte: Própria).	46
Gráfico 5: Profissões dos Participantes (Fonte: Própria).	47
Gráfico 6: Graus de Literacia dos Participantes (Fonte: Própria).	47
Gráfico 7: Coabitação (Fonte: Própria).	48
Gráfico 8: Participantes por Sessão (Fonte: Própria).	57

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1: Temas e categorias da entrevista inicial (Fonte: Própria).....	49
Tabela 2: Ocupação dos tempos livres (Fonte: Própria).....	50
Tabela 3: Fruição e experiência em teatro (Fonte: Própria).	51
Tabela 4: Fruição e experiência noutras artes performativas (Fonte: Própria).....	52
Tabela 5: Perceções sobre a velhice (Fonte: Própria).	52
Tabela 6: Proposta de um projeto de animação teatral (Fonte: Própria).	53
Tabela 7: Temas Gerais das Sessões (Fonte: Própria).....	56
Tabela 8: Planificação da 1ª sessão (Fonte: Própria).....	59
Tabela 9: Planificação da 3ª sessão (Fonte: Própria).....	63
Tabela 10: Planificação da 4ª sessão (Fonte: Própria).....	66
Tabela 11: Planificação da 5ª sessão (Fonte: Própria).....	71
Tabela 12: Planificação da 6ª sessão (Fonte: Própria).....	76
Tabela 13: Planificação da 7ª sessão (Fonte: Própria).....	80
Tabela 14: Planificação da 8ª sessão (Fonte: Própria).....	85
Tabela 15: Planificação da 9ª sessão (Fonte: Própria).....	88
Tabela 16: Planificação da 10ª sessão (Fonte: Própria).....	92
Tabela 17: Planificação da 11ª sessão (Fonte: Própria).....	96
Tabela 18: Planificação da 12ª sessão (Fonte: Própria).....	99
Tabela 19: Planificação da 13ª sessão (Fonte: Própria).....	102
Tabela 20: Planificação da 14ª sessão (Fonte: Própria).....	105
Tabela 21: Planificação da 15ª sessão (Fonte: Própria).....	108
Tabela 22: Planificação da 17ª sessão (Fonte: Própria).....	111
Tabela 23: Planificação da 16ª sessão (Fonte: Própria).....	114
Tabela 24: Planificação da 18ª sessão (Fonte: Própria).....	116

LISTA DE ABREVIATURAS

CAD – Centro de Apoio a Dependentes

FORMUM – Formação de Centros de Recursos Humanos

IPSS – Instituições Particulares de Solidariedade Social

PA – Participante Ativo

PAII – Programa de Apoio Integrado a Idosos

P - Participante

PP – Participante Passivo

SAD – Serviço de Apoio Domiciliário

SS – Segurança Social

STAE – Serviços Telealarme

INTRODUÇÃO

Quando falamos de Envelhecimento, referimos um dado indiscutível da nossa sociedade, que está maioritariamente envelhecida. O que ainda não é claro para todos é que o processo de envelhecimento pode ser um processo alegre e produtivo. Tendo em conta os dados dos últimos Censos Nacionais, a taxa de natalidade diminuiu e a esperança média de vida aumentou, fazendo assim com que aumentasse a taxa de envelhecimento. Em paralelo, existem cada vez mais trabalhos e investigações que nos mostram que um envelhecimento ativo é possível.

Como proposta de promoção de um envelhecimento ativo surge neste trabalho a Animação Teatral, que é uma conjugação entre a Animação e o Teatro.

Com efeito, o projeto DesvendAR'TE surgiu da ambição de unificar a animação sociocultural e o teatro como *empowerment* num grupo específico de idosos, por isso o encontro entre o grupo e a animação teatral será, ao longo do projeto, uma constante.

O presente trabalho está estruturado em quatro capítulos. O primeiro trata do enquadramento teórico, que nos dá conta do envelhecimento ativo e das respostas sociais, bem como as dimensões do envelhecimento e a relação entre o envelhecimento e o tempo livre, abordando também as perspetivas e projetos em animação teatral desenvolvidos na ótica da terceira idade. O segundo capítulo aborda o enquadramento metodológico, tendo em conta a problemática e questões orientadoras do estudo, os seus objetivos e as opções metodológicas, bem como a caracterização do contexto e dos participantes e justificação das técnicas e instrumentos de recolha de dados. Naquele que é o terceiro capítulo, estão patentes os objetivos específicos da intervenção, o planeamento, a descrição e a avaliação das sessões. O último capítulo é composto pela avaliação final.

I. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Neste capítulo, abordaremos o conceito de envelhecimento ativo e as respostas sociais nesta área, bem como as dimensões do envelhecimento e o aproveitamento do tempo livre nesta fase da vida. Falaremos ainda da animação sociocultural na terceira idade, dando algumas perspetivas da mesma, tal como projetos dedicados à terceira idade no âmbito da animação teatral.

1. ENVELHECIMENTO ATIVO E RESPOSTAS SOCIAIS

A partir do momento em que a vida humana se desenrola, é despoletado o processo de envelhecimento, na medida em que, seja qual for a fase etária da vida em que nos encontramos, enquanto crescemos, estamos inerentemente e paralelamente a desenvolver o processo de envelhecimento. Este é o ciclo vital: nascemos, crescemos e morremos.

É difícil mencionar o marco em que um ser humano entra na fase da velhice, no entanto, a entrada na reforma, a viuvez e o aparecimento de doenças, tidas popularmente como doenças de “velhos”, são fatores que ditam a entrada na fase da velhice (Fontaine, 2000).

As causas ligadas ao envelhecimento podem ser endógenas ou exógenas, ligadas às categorias biológica, psicológica e social. No que diz respeito às características biológicas, considera-se: a vulnerabilidade crescente; a senescência; o envelhecimento celular; o aparecimento de perturbações de saúde, nomeadamente a diminuição do equilíbrio homeostático e a diminuição da eficiência dos sistemas orgânicos e funcionais do organismo. As características psicológicas referem-se ao processo de tomada de decisões e autorregulação do idoso. Quanto às características sociais, estas dizem respeito aos papéis sociais dos idosos face às expectativas da sociedade (Schroots e Birren, 1980; Montorio e Izal, 1999; Netto e Ponte, 2000 citados em Figueiredo, 2004).

Temos vindo a assistir, nos últimos tempos, a uma mudança demográfica da sociedade, em que o número de idosos tem aumentado e o número de jovens diminuído substancialmente. Existem vários fatores que contribuíram para esta mudança demográfica, tais como o aumento da esperança média de vida, a diminuição de famílias numerosas, uma conjuntura familiar dos novos casais distinta da geração dos seus avós. Atualmente, numa família, o pai e a mãe trabalham fora de casa, sendo geralmente pessoas formadas e mais conhecedoras dos métodos contraceptivos. As famílias, na sua maioria, têm 1 ou 2 filhos e aproveitam para dar prioridade a outros prazeres da vida, para além dos filhos (Osório, 2007). Além destes fatores, podemos considerar também as melhorias dos serviços de saúde e da alimentação.

Quando falamos em envelhecimento ativo, falamos de qualidade de vida (bem-estar) e não de quantidade (idade cronológica de um indivíduo). A partir daqui, surge uma questão interessante: o que é para cada um de nós ter qualidade de vida e bem-estar?

O termo envelhecimento ativo refere-se a um envelhecimento com qualidade de vida social, psicológica e física. O processo de envelhecimento é um processo individual, ao mesmo tempo que é também coletivo, ocorrendo em duas dimensões: por um lado, variáveis físicas, químicas e biológicas, por outro, variáveis psíquicas, culturais e sociais (Osório, 2007).

Ainda na busca do que poderá ser uma velhice saudável e ativa, no que pode consistir um envelhecimento ativo, e o que envolve o bem-estar, Júnior refere que “uma velhice bem-sucedida supõe a descoberta de novos papéis ou de novos meios para conservar os antigos” (Júnior, 2011, p. 20, citando Riedel). Se considerarmos os diferentes contextos (social, físico e psicológico/afetivo) em que cada um de nós vive, é possível perceber que o bem-estar, e por consequência o envelhecer com qualidade, é um processo diferenciado para cada um de nós, um processo que depende dos gostos, das vivências, dos interesses e talvez do poder económico de cada um.

Segundo Júnior (2011), à velhice estão associadas mais desvantagens do que vantagens, verificando-se diariamente a tendência para um certo distanciamento do processo de envelhecimento, chegando mesmo a ignorar-se esta fase ou a esconderem-se os vestígios físicos da mesma. Este autor afirma ainda que “a idade é uma variável

biológica, socialmente manipulada, por esse motivo plena de ambiguidades que não serve como único parâmetro para dizer quando alguém é velho” (Júnior, 2011 p. 43, citando Bourdieu, 1980).

Uma vez que o número de idosos tem vindo a sobrepor-se ao número de jovens, a sociedade tem sentido a necessidade de se reorganizar, apoiando os idosos com a criação de infraestruturas e serviços que prestem os cuidados necessários para que o idoso tenha uma boa qualidade de vida, sejam estes serviços permanentes (lares, hospitais e residências) ou parciais (centros de dia, centros de convívio, associações). O ideal seria não esperar que os idosos ficassem desprovidos de todas as suas capacidades para recorrer aos lares ou se sentissem debilitados ou enviuvassem para recorrer aos centros de dia e associações, mas sim, quando ainda detentores das suas capacidades, fossem encaminhados para estas instituições como forma de convívio e combate ao isolamento, promovendo a convivência e estimulando atividades diárias que os enriquecesse e ajudasse em uma vida mais longa, autónoma e de qualidade. Outro foco primordial é a família, que deve seguir o idoso em todo o processo e ajudá-lo a encontrar o equilíbrio (Jacob, 2007).

De acordo com Jacob (2007),

“O conceito de envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais e permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida e inclui a participação ativa dos seniores nas questões económicas, culturais, espirituais, cívicas e na definição das políticas sociais” (p.20).

O seu objetivo principal é aumentar a expectativa de uma vida saudável e da qualidade de vida.

Na tentativa de dar respostas à questão sobre o que é para cada um de nós ter qualidade de vida e bem-estar? Donald (1997, citado em Jacob, 2007) afirma que existem cinco categorias gerais, que devem estar preenchidas para que um ser humano experimente um envelhecimento ativo, sendo estas:

- “*bem-estar físico* [itálico nosso], cujos elementos são: a comodidade em termos materiais, saúde, higiene e segurança.
- as *relações interpessoais* [itálico nosso] são a segunda categoria, que inclui as relações com familiares, amigos e participação na comunidade.
- a terceira categoria tem a ver com o *desenvolvimento pessoal* [itálico nosso], que representa as oportunidades de desenvolvimento intelectual, e auto-expressão.
- as *atividades recreativas* [itálico nosso] compõem a quarta categoria que se subdivide em três partes: socialização, entretenimento passivo e activo.
- a última categoria são as *atividades espirituais e transcendentais* [itálico nosso], que envolvem a actividade simbólica, religiosa e o autoconhecimento” (p.21).

As cinco categorias referidas por Donald (1997) vêm completar a nossa resposta à questão inicial. Embora ter qualidade de vida e bem-estar possa variar de indivíduo para indivíduo, como já referenciámos anteriormente, existem pontos que são naturalmente comuns a todos. A forma como esses aspetos se processam/vivem é que é, na maioria das vezes, distinta.

1.1.Dimensões do Envelhecimento

Segundo a perspectiva de Osório (2007), o envelhecimento é um processo em que é necessário considerar fundamentalmente três dimensões: biológica, psicológica e social, quanto à dimensão biológica não há uma linha que separe o desenvolvimento do envelhecimento. Portanto, apesar de ser evidente que o envelhecimento influencia ativamente na redução de capacidades físicas e psicológicas, não há um momento em que deixamos de ser seres em desenvolvimento para passarmos a ser seres em envelhecimento. O mais natural é a vida culminar na velhice. O desejável é que esta

velhice tenha qualidade. Se o idoso permanecer na realização de sonhos e desenvolver metas pessoais dia após dia, a velhice, ainda que na presença de doenças e ausência de algumas capacidades, pode ser o princípio e/ou o continuar de uma vida, com objetivos, propósitos, atividades, desafios e concretizações (Osório, 2007).

Em referência à dimensão psicológica, ao longo da vida existe um equilíbrio entre o crescimento e o declínio; e durante o processo de envelhecimento, existem irrevogavelmente mais declínios em comparação com as restantes fases da vida. Outros dos aspetos está relacionado com os estereótipos da sociedade, baseados em fatores como a perda de interesse, a falta de adaptação a novos sistemas, situações e grandes mudanças bem como a improdutividade característica da reforma. Estereótipos estes que são exteriorizados através de atitudes, categorizações e verbalizações, como por exemplo – “isto já não é para a sua idade”. Situações como esta abalam psicologicamente os indivíduos idosos, por estarem mais frágeis e desprovidos de energia para recorrer à questão com a sabedoria que gostariam (Osório 2007).

No que respeita à dimensão social, o envelhecimento é genericamente encarado pela população em geral pela mudança de mentalidades e alterações de atitudes das pessoas mais velhas. A entrada na reforma oferece situações positivas, como um maior tempo livre isento de grandes responsabilidades e de horários de trabalho. Porém, oferece situações negativas, como a perda de oportunidades sociolaborais e a limitação do contacto social, o que leva em consequência a um menor poder e relevância social (Osório, 2007).

Como forma de combater o isolamento, as pessoas, aquando da reforma, estas devem continuar a ocupar-se de forma útil, envolvendo-se em grupos de trabalho em associações que podem ou não ser direcionadas a idosos. Continuar a sair de casa, seja para tomar café ou dar um passeio pelo *shopping* ou parque com os amigos, não se isolar em casa nas tarefas domésticas entre um sofá e uma televisão, são indispensáveis para que haja uma continuação da vida social do indivíduo. O tempo livre e o que fazemos com ele são peças fundamentais num envelhecimento ativo. Focar-nos-emos nesses conceitos no ponto que se segue.

1.2. O Envelhecimento e o Tempo Livre

A importância da ocupação dos tempos livres na fase da velhice advém dos largos momentos livres de que os idosos dispõem no seu dia-a-dia. Estes acabam por acarretar como consequência a falta de contacto com o outro, levando a que haja quebras de socialização fazendo com que o idoso se sinta mais frágil, isolado e, portanto, mais vulnerável a episódios de solidão e depressão. Face a este tempo livre, surgiram as atividades de ocupação de tempos livres, que se espera que se traduzam em mais do que uma simples ocupação, sendo antes um momento prazeroso e gratificante e, simultaneamente, um espaço para novas aprendizagens e partilha de ideias, saberes e comunicação entre os intervenientes, juntamente com a estimulação física, artística, cognitiva e socioafetiva.

Não podemos falar de tempo livre sem clarificar os conceitos de tempo livre e ócio que muitas vezes se confundem. Quando falamos de tempo livre referimo-nos ao “*tiempo disponible que nos queda una vez descontado el tiempo no disponible o de las obligaciones laborales, fisiológicas y socio-familiares*” (Ventosa, 2008, p. 21). Por sua vez o “*ócio es el tiempo libre aprovechado*” (Ventosa, 2005, citado em Ventosa, 2008, p. 21), ou seja, o ócio é a parte do tempo livre que é usufruído para a realização de atividades.

Acerca do ócio, Ventosa (2008), citando Dumazedier (1969), caracteriza-o através dos três “D” “*Diversión, Descanso y Desarrollo*”(p. 22). Por sua vez, Trilla (1993, citado por Ventosa, 2008) define a “*autonomia, placer y autotelismo (disfrute intrínseco)*” (p. 22) como as principais funcionalidades que devem estar presentes para que uma atividade de tempo livre se torne em ócio.

Assim, segundo Ventosa (2008):

“aunque el aprovechamiento del ócio es posible desde una perspectiva individual y subjetiva (el cultivo de aficiones personales o hobbies), el modelo de intervención más enriquecedor e integral es el que aporta la animación Sociocultural, al ser una metodología participativa, grupal, activa y creativa, que permite trabajar la

dimensión social y grupal del ocio integrándolo y adaptándolo al contexto y a las características del entorno” (p.22).

No próximo ponto do trabalho, debruçar-nos-emos sobre a animação teatral na terceira idade como meio facilitador de relações individuais e grupais no âmbito da ocupação dos tempos livres.

1. PERSPETIVAS E PROJETOS EM ANIMAÇÃO TEATRAL

Através da educação artística aprendemos a ser pessoas individuais e a relacionarmo-nos coletivamente, experienciando vários sentimentos, criando vários “eu” e acabando por ter o à-vontade proporcionado pelas dinâmicas das várias disciplinas do âmbito artístico, as quais diferem naturalmente dos outros âmbitos de atividade.

Por tudo isto, a educação artística deveria ser preservada e considerada pelas várias entidades competentes, a fim de fazer parte do percurso educativo ao longo da vida de um indivíduo.

Baseados nas afirmações de Eisner (2004, p.103) em relação ao objetivo do Ensino Artístico sénior, é possível afirmar que, com a educação artística direcionada para os seniores, pretende-se que haja um aumento da sensibilidade dos seniores para que estes se tornem criadores ativos da sua própria vontade de transmissão de sensações e emoções, que deverão livremente ser expressados pelos intervenientes, promovendo a sua autoestima e o seu desejo em ser um agente ativo e consciente do seu próprio processo de envelhecimento. Shakespeare, com o célebre dito “o mundo é um palco. E todos os homens e mulheres são apenas atores. Representamos muitos papéis na nossa vida...”, suscita esse pensamento de que através da educação artística por meio do teatro todos construímos a nossa própria história. Nesta linha de pensamento, Eisner (2004) menciona que “não é a arte que imita a vida, é a vida que imita a arte” (p. 68), seja de que forma for, a vida a imitar a arte ou a arte a imitar a vida, o desafio é que se faça arte com vida e se viva com arte.

Bento (2003) refere o papel emergente que o teatro “poderá desempenhar através da animação teatral e da animação sócio-cultural, um papel extremamente importante

nos processos do desenvolvimento cultural, local e regional” (p. 53). Entendemos, deste modo, a animação teatral como um veículo que transporta através da animação o teatro e leva-o até aos vários grupos de trabalho, sob a forma de jogos e atividades de expressão dramáticas/animação teatral.

“O teatro é o espelho da sociedade, é o nosso próprio espelho” (Bento, 2003, p. 54), é o lugar onde nos despimos para nos vestirmos de nós próprios, onde esquecemos os preconceitos que nos rodeiam, as regras que nos impingem diariamente. E tudo quanto queremos é ser, estar e fazer genuinamente por ações, sons e palavras aquilo que está preso e agora se solta por meio do Teatro, da expressão dramática, da animação teatral. Queremos com isto demonstrar o poder que o teatro poderá ter para além do palco/do visível. O Teatro não deverá apenas influenciar o público que ouve e vê. O Teatro deve influenciar o ator, educá-lo, fazê-lo pensar em si enquanto indivíduo e coletivo, fazê-lo refletir sobre os seus sentimentos, as suas ações e relações com o outro (Bento, 2013).

O teatro perante a sua pluralidade corre o risco de ser tudo e nada ao mesmo tempo, na medida em que é utilizado como meio e não como fim. Sobre o teatro afirma Martynow-Remiche (1974, citado por Bento 2003)

“el teatro es en primer lugar un instrumento de concienciación. Para la mayor parte de ellos, la toma de conciencia, aunque primordial, no es nunca un principio en sí mismo, sino el primer paso de una gestión que quiere incitar al espectador a salir de su pasividad y a convertirse en agente activo de su propio desarrollo y del desarrollo cualitativo de su comunidad” (p.53).

No âmbito da animação teatral para a terceira idade em Portugal, têm sido desenvolvidos alguns estudos e projetos.

Em 2014, Dias estudou a programação em artes performativas para idosos nos serviços educativos das redes sociais, sendo estas a Rede Nacional de Teatros e Cineteatros, a Rede Nacional de Bibliotecas Públicas e a Rede Portuguesa de Museus.

O estudo alicerçou-se em três objetivos gerais, a saber: “1. Reconhecer a especificidade das programações em Artes Performativas, e em teatro em particular, dos Serviço Educativo das redes culturais, destinadas a idosos; 2. Compreender o alcance das Artes Performativas, e do teatro em particular, na educação artística do idoso; 3. Perceber se as atividades de teatro propostas pelos Serviços Educativos, pelo inerente tipo de participação em coletivo, são especialmente promotoras de inclusão social.” (Dias, 2014, p. 20). O estudo teve como ponto de partida as leituras exploratórias e uma revisão bibliográfica aprofundada referente à temática em questão.

Desenvolvido segundo uma abordagem qualitativa, o estudo enquadrou-se no paradigma interpretativo, recorrendo a inquéritos por questionário de resposta aberta. A autora obteve as conclusões do estudo através da aplicação de diferentes técnicas de tratamento de dados, sendo estas primeiramente a análise dos documentos consultados e selecionados, tendo sido posteriormente analisados os conteúdos dos questionários de acordo com os objetivos definidos. Após o tratamento de dados, verificou que “nas suas programações, a Rede Nacional de Teatros e Cineteatros e a Rede Nacional de Bibliotecas Públicas dão maior ênfase às Artes Performativas, quando comparadas com a Rede Portuguesa de Museus.” (Dias, 2014, p. 39).

A autora conclui ainda que “as atividades em teatro programadas são destinadas, maioritariamente, aos grupos escolares ou infantis (em média, 54,7%)” (Dias, 2014, p. 39) e que as atividades destinadas aos mais velhos são reduzidas, apesar dos inquiridos, que programam atividades em Artes Performativas, considerarem importante que esses espaços e programas tem na integração dos idosos no espaço cultural:

“as atividades em Artes Performativas (exceto teatro) atingem em média os 16% do volume total de propostas. No que se refere ao teatro, a oferta é ainda mais escassa, pois, as atividades específicas não ultrapassam os 4,3%. As atividades de âmbito geral – como sessões de leitura, informática ou visitas guiadas – são as que mais se destacam, com uma média de 20% de ocorrências” (Dias, 2014, p. 39).

Os autores dos programas que não contemplam programação específica destinada para o público idoso, justificam essa ausência com o processo de inclusão dos idosos na programação geral (com todo o público). Desta forma, a autora pode constatar que “há uma maior aposta nas atividades de âmbito geral no que se refere a idosos” (Dias, 2014, p. 39).

Nas conclusões da autora, podemos ainda registrar que “os inquiridos demonstraram preocupação com a formação do público idoso, mas dando ainda primazia a atividades eminentemente lúdicas, que visam sobretudo a quebra de isolamento social” (Dias, 2014, p. 40). A autora refere que:

“A educação ao longo da vida, nomeadamente a educação artística, é um meio para a promoção do envelhecimento ativo e, nesse sentido, é importante que os equipamentos culturais contribuam para a quebra do isolamento e para a formação do idoso” (Dias, 2014, p. 41).

No que diz respeito às infraestruturas,

“a inexistência de espaços próprios para a realização de atividades de teatro nos Serviço Educativo é outro dos problemas com que se deparam as instituições, o que pode influenciar a falta da programação para determinados grupos etários Apesar das insuficientes ou inadequadas infraestruturas dos Serviços Educativos para as Artes Performativas e, em particular, para as atividades de teatro, os inquiridos foram capazes de identificar alternativas noutras estruturas da comunidade envolvente” (Dias, 2014, p. 40).

Guiada pelos pressupostos dos objetivos do estudo, a autora conclui “que a programação em Artes Performativas faz parte da realidade das redes culturais, verificando-se uma maior preocupação na Rede Nacional de Teatros e Cineteatros (...)” (Dias, 2014, p. 41). A procura de parcerias “demonstra, da parte dos Serviço

Educativo, interesse em viabilizar a sua programação, adequando-a, aos diferentes públicos-alvo, nomeadamente aos idosos” (Dias, 2014, p. 42).

“As atividades em teatro presentes na programação dos Serviços Educativos contribuem, potencialmente, para a inclusão do idoso. Contudo, o número de Serviços Educativos com estas atividades não é expressivo para se concluir e afirmar que influencia o alargamento de público nestes espaços culturais” (Dias, 2014, p. 42).

Também em 2014, Barros elaborou um projeto intitulado “Teatro na Terceira Idade, possibilidades e limites de uma prática cênica”, assente na questão social do aumento mundial da longevidade e por consequência da população idosa. Assumindo o teatro como promotor de atividades individuais ao nível físico, mental e social, o seu estudo tem como objetivo refletir sobre a ação do teatro na população idosa, particularizada num grupo específico, e visa a autovalorização dos idosos, procurando perceber qual o contributo do teatro na melhoria da qualidade de vida do grupo em estudo.

Barros direcionou as suas pesquisas mediante dois objetivos: um objetivo geral, que consistiu em “analisar como o teatro pode potencializar uma melhor qualidade de vida e autovalorização dos idosos através da utilização das suas vivências e memórias, como uma base para um desdobramento em práticas teatrais” (Barros, 2014, p. 27), e um objetivo secundário, assente em “obter uma variedade de experiências, informações e sentimentos, levando-se em conta que a interação do grupo é a principal vantagem na sua utilização para poder gerar dados” (Barros, 2014, p. 28).

A sua pesquisa desenvolveu-se através da metodologia qualitativa, recorrendo à observação participante e à realização de entrevistas de grupo (grupo focal) durante e após o desenvolvimento do projeto artístico. Utilizou como técnicas e instrumentos de recolha de dados a revisão bibliográfica, a análise documental, a pesquisa participante e a entrevista

Tendo em conta todo o processo, a autora conclui que “este grupo de teatro conseguiu muito mais do que o simples facto de representar, (...) conseguiram

representar-se a si mesmos numa outra perspectiva de vida, onde a idade, a vivência e a vontade de viver caminhavam juntos. Puderam repensar as suas trajetórias de vida à medida que compartilhavam e se identificavam com o grupo” (Barros, 2014, p. 44). A autora chegou mesmo a considerar que o projeto proporcionou uma valorização do idoso, de tal forma que fez com que os idosos se sentissem úteis para a sociedade, como podemos constatar na afirmação segundo a qual se tratou de “um exercício de redescoberta e a criação de novas possibilidades” (Barros, 2014, p. 44) de envelhecer.

Por sua vez, o projeto “Teatro de Identidades” da Escola Superior de Teatro e Cinema, em parceria com a Câmara Municipal da Amadora, realizou-se em julho de 2013 com o “casamento do Ama – Adora”, que desembocou num espetáculo final do projeto, que foi realizado com idosos de vários centros de dia, tendo como base atividades teatrais. O projeto foi apresentado sob a forma de uma descrição reflexiva de Aguiar (Wengorovius e Aguiar, 2014).

O referido projeto surge da emergente necessidade de criação de novas políticas sociais, que dêem resposta à inversão das pirâmides etárias, fomentando a promoção de um envelhecimento ativo e de qualidade. Neste sentido, o projeto começa em 2012/2014 com o Plano Gerontológico integrado no Plano de Desenvolvimento 2012/2014, assente com base numa metodologia participativa, na qual houve a possibilidade de identificar os principais problemas ao nível local, os quais tinham como base o envelhecimento populacional, o isolamento social e a insuficiência ao nível das respostas sociais. Nesta linha de trabalho, surge em 2012 o projeto “AmaSénior|Identidades” resultante de uma parceria entre a Câmara Municipal da Amadora e a Escola Superior de Teatro e Cinema – Mestrado Teatro e Comunidades e com cinco Instituições de Resposta Social de Centro de Dia/Convívio, tendo como objetivo 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, tal como refere: “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 perspectiva de desenvolvimento social, cultural e identitário.” (Wengorovius, R. e Aguiar, R. (2014), p. 94).

O projeto relaciona a pedagogia, a prática e a investigação com base nas práticas teatrais e na comunidade idosa do concelho da Amadora retratada nas cinco instituições de resposta social.

As entidades responsáveis pelo projeto concluem que a metodologia utilizada, através de autorretratos e autoexpressão (corporal, facial e verbal) de experiências, propiciou um relacionamento empático relevante entre pares. A participação através da arte e do simbolismo reforçou a ideia de que o envelhecimento é um processo no qual as estratégias devem ser diversificadas e potenciadas as capacidades das pessoas ao longo do seu ciclo de vida. Concluem ainda 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. Buscaram também ambos os grupos maneiras e meios que enriqueçam a prática da criação teatral dentro do envelhecimento ativo.

Em 2012, Cunha apresentou o estudo “Animação Teatral e terceira idade: Contributos para um envelhecimento ativo”. Neste trabalho, a autora debruça-se sobre a problemática da exclusão e da solidão a que os idosos estão sujeitos devido à inversão das pirâmides etárias. Cunha alicerça o seu estudo na animação teatral, que pressupõe dotar as pessoas de mecanismos para se tornarem autores das suas próprias decisões e histórias, tendo como objetivo a compreensão do contributo da animação teatral para o processo de envelhecimento ativo das pessoas idosas.

O principal objetivo do projeto era “Compreender de que forma um projeto de animação teatral pode contribuir para o envelhecimento ativo e qualidade de vida de um grupo de idosos” (Cunha, 2012, p. 49). Este objetivo foi operacionalizado através das seguintes questões de investigação: “De que forma o atelier de teatro pode contribuir para fomentar a participação ativa dos seniores?; Quais os contributos específicos do atelier de teatro para a melhoria do bem-estar físico e psicológico dos seniores?; O que tem de particular o atelier de teatro para fomentar o desenvolvimento de relações entre os seniores?; De que forma o trabalho com a memória contribui para a valorização da identidade e subjetividade dos seniores?; Que indutores poderão facilitar de forma mais ativa a participação dos seniores?” (Cunha, 2012, p. 49).

O trabalho foi desenvolvido através de um estudo de caso envolvendo um projeto de intervenção teatral, em que os instrumentos de recolha e análise de dados foram: inquérito por questionário; diário de bordo/notas de campo; entrevista semiestruturada de grupo; observação participante; análise de conteúdo (Cunha, 2012).

A autora constatou que o Atelier de Teatro contribuiu para o fomento e reforço da participação ativa dos seniores, na medida em que, “de forma mais ou menos assídua nas sessões, participando ativamente em todas as tarefas propostas, partilhando as suas memórias, as suas histórias, escrevendo, debatendo, propondo ideias, investindo em soluções, os participantes viram-se reconhecidos como cidadão de pleno direito, com “voz” ativa” (Cunha, 2012, p. 138). Nesta perspetiva, a autora constatou que, após a participação, alguns idosos introduziram nas suas rotinas novas formas de organização do tempo, de forma a poderem frequentar o projeto e, em que alguns casos pontuais, até abdicaram de outras atividades para estarem presentes no projeto. Este projeto também contribuiu para a melhoria do bem-estar físico, mental e psicológico, assim como da capacidade de resiliência dos participantes, como podemos constatar através de diversas atitudes dos mesmos, destacando-se o caso muito concreto de um casal que referiu melhorias na sua relação conjugal. A autora aponta o trabalho ao nível da memória como um possível contributo para revalorizar as identidades dos intervenientes e ainda a melhoria na comunicação e expressão, bem como a aquisição de conhecimentos e aprendizagens ao nível da prática teatral. Verificou também que as dificuldades maiores foram sentidas na fase da criação. A autora refere a reduzida duração do projeto como uma limitação do mesmo (Cunha, 2012).

2.1. Animação Teatral na Terceira Idade

A animação sociocultural é um dos elos essenciais, quando se fala de terceira idade e, dentro desta, subdividimos vários tipos, formas e espaços de animação. À luz dos estudos de Martín (citado em Osório, 2007), a animação pode assumir diferentes formas: ação social e cultural, animação formativa, animação relacional e animação estimulante. A animação sob a forma de ação social e cultural tem como preocupação proporcionar uma vida social aos indivíduos, procurando que estes sejam autores das suas próprias histórias, através de atividades de ócio e tempos livre, educação

ambiental, lazer cultural, recuperação de tradições populares, de memórias e identidade coletiva, voluntariado social e educação intergeracional. A animação formativa tem o objetivo de suscitar novas aprendizagens. A animação relacional procura desenvolver aptidões ao nível da comunicação e das relações interpessoais. A animação estimulante tem uma índole terapêutica. Estas últimas formas de animação são desenvolvidas fundamentalmente por meio de conhecimentos e técnicas de animação de grupos, ou seja, podemos desenvolver as várias atividades existentes em todos os grupos e realizar as adaptações necessárias perante o grupo de idosos com quem trabalhamos, segundo os seus interesses particulares, sejam elas atividades de conhecimento, apresentação, comunicação, resolução de conflitos, entre outras. Neste campo, a animação estimulante distingue-se um pouco das demais formas de animação, uma vez que utiliza, como ferramenta, atividades que têm como objetivo estimular capacidades físicas ou psíquicas dos idosos, com o intuito de alcançar uma positiva diminuição das patologias. Exemplos de atividades inerentes a esta forma de animação são a reabilitação, as oficinas de trabalhos manuais e a ginástica de manutenção (Osório, 2007).

Jacob (2007) questiona se existirá de facto uma animação específica para idosos, concluindo que esta deve ser intergeracional. Acrescenta que, no entanto, “o trabalho com idosos requer uma adaptação destas ações no que concerne à velocidade, à duração, aos locais e às suas referências culturais” (p.31), pelo que, neste sentido, podemos considerar que existe animação de idosos. Assim, o autor define animação de idosos como “a maneira de atuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estímulo permanente da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa” (p.31).

Quando falamos de animação de idosos, damos conta da existência de vários objetivos, de entre os quais salientamos aqueles que foram definidos por Jacob (2007):

- “Definir um modo de organização entre os diferentes actores de animação, para darem dinamismo à instituição;
- Criar um estado de espírito, um clima, uma dinâmica, dentro dos estabelecimentos que permitam que cada residente e pessoal se associem numa caminhada global de animação;

- Centrar-se sobre as necessidades, os desejos e os problemas vividos por cada membro do grupo;
- Favorecer a adesão de todos os objetivos de animação livremente elaborados;
- Suscitar o interesse direcionado a outras pessoas com a finalidade de viver em harmonia aceitando e respeitando os valores, as crenças o meio e a vivência de cada um;
- Fazer renascer gostos e desejos dando a cada um a ocasião de se redescobrir, de se situar no seio da instituição e de participar na vida do grupo;
- favorecer as relações, promover as trocas e criar assim uma nova arte de viver baseada na relação/interacção;
- Permitir às pessoas idosas que se reintegrem na sociedade como membros activos, favorecendo os contactos e as trocas com o exterior da instituição;
- Preservar ao máximo a autonomia dos residentes assim como manter as relações dentro de uma dimensão lúdica da animação” (Jacob, 2007, p. 32).

Para além dos objetivos que acabamos de transcrever, a animação deve incentivar os idosos a serem autores da sua própria história, e não meros espetadores, através de uma participação ativa individual e/ou em grupo que os faça sentir mais ativos, úteis e integrados no grupo, na sociedade e na sua construção, tendo como perspectiva o atingir de um ideal em que é o grupo quem procura as atividades e não o animador que as sugere.

Como nos dá conta Jacob (2007), o teatro constitui-se como uma das principais formas de dar movimento e sentido às necessidades de ocupação dos idosos, por ser uma forma em que o idoso transmite “os seus sentimentos e emoções através da voz, do comportamento, da postura e do movimento” (p. 91).

Todo o processo de animação teatral será mediado pelo animador sociocultural, que tem o papel de catalisador do grupo, utilizando vários estímulos e estratégias de

comunicação e interação grupal. O animador, para além de catalisador, tem também muitas vezes o papel de ouvinte, confidente, amigo e conselheiro, por ser muitas vezes o técnico superior com um contacto mais próximo dos indivíduos.

Se a animação consiste em pôr em ação e movimento uma determinada atividade, por sua vez ao animador compete o papel de fazer acontecer a ação e o movimento, lembrando sempre que o animador deverá dar primazia a trabalhar com o grupo, em detrimento de trabalhar para o grupo. As atividades devem ser feitas de forma prazerosa e sem obrigatoriedade para o grupo, se o estímulo não é bem-sucedido, deve ser reformulado/repensado, para então, depois, ser colocado novamente em prática, na tentativa de tornar a participação dos indivíduos o mais autónoma e prazerosa possível, considerando que, quando existe uma participação forçada, existe desconforto e afastamento do grupo e das atividades subsequentes.

Ainda sobre o animador, Jacob (2017) descreve três condições a que devem obedecer todos os animadores de idosos:

“Tem de saber [itálico nosso] – o animador tem de saber e conhecer as técnicas, as teorias, os instrumentos e as metodologias da animação dos idosos. Tem de ter conhecimentos de psicologia, gerontologia, animação, motricidade, artes plásticas, etc.

Tem de ter vontade [itálico nosso] – o animador tem de ter vontade de aprender, de agir, de animar, de não se acomodar, de não ter medo da mudança, de ser activo, de ser persistente e de não se deixar desanimar. O técnico pode saber mas, se não quiser, não é competente.

Tem de ter meios [itálico nosso] – o animador deve ter ao seu dispor os meios humanos, materiais e financeiros adequados às suas funções, público-alvo (quantitativa e qualitativamente) e objectivos” (p.25-26).

Este autor chama ainda a atenção para o facto de o trabalho com idosos ser substancialmente diferente do trabalho desenvolvido com crianças e jovens. Por isso é importante a aquisição de competências específicas pelo animador. Neste sentido, o

perfil do animador ideal implica que este seja organizado, favorável ao trabalho em equipa, atento ao grupo, justo, compreensivo, confiante, disponível, responsável, bom observador, paciente, mediador, interessado, dinâmico e com capacidade de liderança (Jacob, 2007, p. 26-27).

II. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

Neste capítulo procuramos clarificar as questões ao nível da metodologia utilizada ao longo de todo o projeto, abordando a problemática, as questões orientadoras e os objetivos. Inclui-se aqui a caracterização do contexto e dos participantes no projeto, finalizando-se com a abordagem das técnicas e instrumentos de recolha e análise de dados.

1. Problemática e questões orientadoras do estudo

Segundo a nossa pesquisa no sítio da Segurança Social (SS), as respostas sociais dirigidas à população idosa existentes em Portugal são da responsabilidade de três órgãos, a saber: a própria Segurança Social, a Santa Casa da Misericórdia e as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS). O objetivo das instituições nesta área é “promover a autonomia, a integração social e a saúde” do público-alvo. Os três órgãos dispõem de sete tipos de respostas sociais: Serviço de Apoio Domiciliário; Centro de Convívio; Centro de Dia; Centro de Noite; Acolhimento Familiar; Estruturas Residenciais; Centro de Férias e Lazer.

Segundo a mesma fonte, os acessos a estes apoios dependem da disponibilidade dos equipamentos e serviços na zona de residência do requerente, assim como da capacidade das instituições para o receber. Os idosos a quem se disponibilizam estes serviços pagam um valor monetário, calculado com base nos rendimentos familiares.

Na análise da carta social¹, no seu relatório de 2005, podemos verificar, que as respostas sociais para idosos correspondem a 50,4% de todas as respostas sociais, ou

¹ A Carta Social consiste num documento que comporta uma base de dados, onde está descrita a rede de serviços e equipamentos com as respostas sociais existentes no país para as várias

seja, mais de metade das respostas sociais do país são dirigidas para a população idosa e estão dispersas por todo o território nacional.

As respostas sociais têm vindo a aumentar ao longo dos anos, segundo os dados relativos ao período de 1998 a 2005, o aumento de respostas sociais foi de 32,4 %. Neste aumento, a área de intervenção com maior crescimento foi a da população idosa, com um crescimento de 41,4%. Dentro da área de intervenção da população idosa, a valência que mais aumentou foi o apoio domiciliário, com um crescimento na ordem dos 68%. Ainda assim, a valência com a taxa mais elevada de utilização é a de lar e residência para idosos, que corresponde a uma taxa de 97,2% de utilização (PORDATA, 2017).

No gráfico que se segue, baseado nos dados da PORDATA, podemos perceber a necessidade e a importância do aumento das respostas sociais para a população idosa no nosso país. Com efeito, a análise do gráfico mostra que, entre os anos de 2001 e 2013, o índice de envelhecimento aumentou em todos os distritos do país, à exceção da capital.

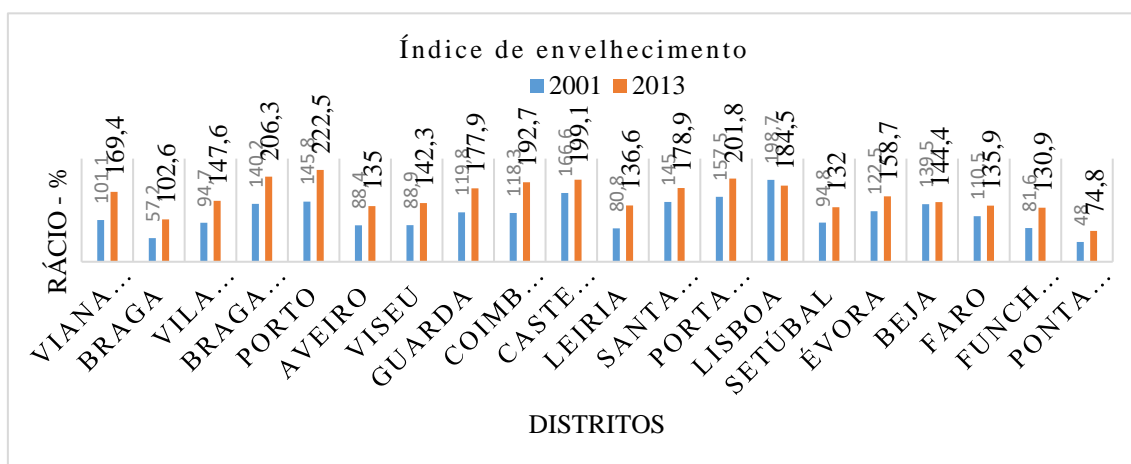


Gráfico 1: Índice de Envelhecimento (fonte: PORDATA, 2017, s.d.).

Para além das várias respostas sociais traduzidas em valências no nosso país, dispomos de apoios através de linhas telefónicas, como por exemplo a Linha do Cidadão Idoso e a Linha Nacional de Emergência Social. Para melhor identificarmos cada uma delas, a Linha do Cidadão Idoso é uma linha que tem como objetivos divulgar junto dos

populações e segundo as várias valências, por conselhos e freguesias. A elaboração da Carta Social e a sua atualização é levada a cabo pelo instituto de Segurança Social, através dos centros distritais de Segurança Social, da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e da Casa Pia de Lisboa.

idosos os seus direitos legais² e benefícios nas áreas da Saúde, Habitação, Segurança Social, Equipamentos, Serviços e Tempos Livres, pretendendo-se uma participação mais ativa dos idosos na sociedade. Contudo, esta linha, apesar de informar o idoso, não dispõe de consultas jurídicas. Tem como instituição pública responsável o provedor da Justiça, com o estatuto (Lei n.º 9/91, de 9 de Abril, Lei n.º 30/96, de 14 de Agosto); Lei orgânica da provedoria de justiça (decreto-lei n.º 279/93 de 11 de Agosto, Decreto-Lei n.º 15/98, de 29 de Janeiro), (Osório, 2007). Por sua vez, a Linha Nacional de Emergência Social está disponível para qualquer cidadão e tem como função assegurar o encaminhamento de qualquer cidadão em situação de emergência para os diversos serviços de prestação de cuidados primários e acolhimento, podendo também apoiar os cidadãos idosos (informação obtida no site da segurança social).

Uma melhor compreensão das valências disponibilizadas pelas entidades reguladoras exige que se abordem ainda os programas inovadores ou alternativos de cuidados a idosos. Por programas de cuidados a idosos inovadores ou alternativos entendemos aqueles que têm como objetivo primordial prevenir o internamento do idoso em situação de dependência. Em Portugal, existem duas bases que funcionam dentro destes programas: o Acolhimento Familiar das pessoas idosas e adultas com deficiências e o Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII). O primeiro consiste na integração do idoso, seja esta temporária ou permanente, em famílias consideradas idóneas e tecnicamente enquadradas, o que pode ocorrer em situações de inexistência ou insuficiência de respostas sociais eficazes, que assegurem o apoio adequado à manutenção no domicílio da pessoa idosa, ou da ausência da respetiva família ou falta de condições mínimas para assegurar o acompanhamento do idoso. As entidades responsáveis por este programa são os Centros Distritais de Solidariedade e Segurança Social (Decreto-Lei n.º 391/91, de 10 de Outubro; Despacho Conjunto n.º 727/99, de 23 de Agosto) (Osório 2007).

O segundo não constitui uma medida concreta, mas sim um programa que desenvolve várias sinergias por meio de diversas medidas integradas. Dentro do PAII

² Anexo I: Direitos dos Idosos - Princípios das Nações Unidas para o Idoso. Resolução 46/91 – Aprovada na Assembleia Geral das Nações Unidas;
Anexo II: Os 12 mandamentos da geriatria.

são promovidos alguns projetos que apoiam os idosos e seus familiares, sendo eles: Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), que certifica a manutenção dos idosos nas suas habitações, junto dos seus familiares; Centros de Apoio a Dependentes/centro pluridisciplinar de recursos (CAD); Formação de Centros de Recursos Humanos (FORHUM); Serviço Telealarme (STAE). A instituição pública responsável é a Comissão de Gestão do PAII. (Osório, 2007 p.149 e site da Segurança Social).

Relativamente aos centros diurnos e noturnos, estes não implicam a permanência/residência do idoso. Referimo-nos a Centros de Dia, Centros de Convívio e Centros de Noite, os quais dependem dos Centros Distritais de Solidariedade e Segurança Social e das Instituições Particulares de Solidariedade Social.

O programa de adaptação ambiental consiste na adaptação do idoso ao ambiente contextual em que vive, procurando um equilíbrio de estímulos, para que estes, por um lado, não faltem ao idoso e, por outro, não lhe provoquem stress. Em Portugal, o Programa Nacional para a Saúde das pessoas idosas, da direção geral da Saúde, estabelece, entre outros objetivos, a necessidade de proceder a mudanças ambientais no contexto comunitário, com o intuito de ajustar o ambiente às fragilidades características da terceira idade (Circular Normativa 02/07/04). O trabalho com os idosos consiste em informar o idoso, para que se evitem os acidentes domésticos e rodoviários. A entidade reguladora em Portugal é a Direção-Geral de Saúde, através da Circular Normativa 02/07/04 (Osório, 2007).

Em paralelo, existe o programa de apoio à adaptação e remodelação da habitação, de forma a promover a autonomia, a segurança e o conforto dos idosos, sendo a entidade reguladora o “Núcleo de Medidas e Políticas, Instituto para o Desenvolvimento Social” (Osório 2007 p.153).

Por último, o programa de alívio aos cuidadores consiste em dar apoio temporário aos idosos com limitações físicas e/ou mentais, proporcionando assim um momento de descanso aos seus cuidadores. Em Portugal, existe o alojamento temporário, caso haja capacidade nas instituições.

O âmbito da animação utilizada no presente projeto é o âmbito da ação social e cultural sob a forma de animação teatral, na qual o público-alvo é um grupo específico de idosos. A escolha recaiu no âmbito da animação teatral por considerarmos pertinente

a verificação da influência desde tipo de animação no dia-a-dia do grupo de idosos intervenientes no projeto. Visto que o grupo não dispõe de atividades de animação de forma organizada na instituição, o desafio consiste em perceber se as sessões a realizar influenciarão o dia-a-dia dos intervenientes, a forma como o grupo se relaciona e como encara o processo de envelhecimento e, ainda se ao longo do projeto surgirão hábitos de participação nas atividades dramáticas. Neste sentido, o estudo tem por base as seguintes questões orientadoras:

- Quais são as vivências artísticas/teatrais deste grupo de idosos?
- Poderá a animação teatral integrar o dia-a-dia deste grupo de idosos, proporcionando-lhes experiências de participação ativa?

2. Objetivo do estudo e Opções Metodológicas

Tendo em conta a problemática e as questões orientadoras, o objetivo geral do estudo é: Verificar se um projeto de animação teatral pode influenciar de forma positiva o dia-a-dia individual e coletivo do grupo de idosos intervenientes.

O estudo insere-se no paradigma sociocrítico (Coutinho, 2011), desenvolvendo-se através da metodologia qualitativa. O paradigma sociocrítico traduz-se na “concepção ideológica e valorativa que está presente na investigação e que acaba por determinar o conhecimento que daí possa advir” (Coutinho, 2011, p.311). Este paradigma surge por oposição aos paradigmas clássicos em Ciências Sociais e Humanas (o paradigma positivista e o paradigma interpretativo) cuja fiabilidade é posta em causa pelo facto de não darem atenção à aplicação do conhecimento e à mudança que essa aplicação poderá provocar (Amado, 2014). Com efeito, este paradigma sugere que se procure não apenas o conhecimento do real, mas também a sua modificação, com vista à resolução de problemas e à melhoria das situações.

A metodologia qualitativa “postula uma concepção global fenomenológica, indutiva, estruturalista, subjectiva e orientada para o processo” (Carmo e Ferreira, 2008, p. 195). Assim, com esta abordagem, procura-se desenvolver conceitos e atingir a compreensão dos fenómenos em estudo a partir de padrões provenientes dos dados recolhidos, não perdendo de vista a singularidade e a complexidade desse fenómeno.

Segundo Carmo e Ferreira (2008, p.195), “procura-se compreender a conduta humana através dos próprios intervenientes, numa perspectiva muito próxima da realidade e com a possibilidade de recolher dados em ambientes naturais”. Sendo um estudo contextualizado e singular, os resultados não poderão ser generalizados (Carmo e Ferreira, 2008; Coutinho, 2011).

O desenho do estudo é configurado na lógica da investigação-ação. Por investigação-ação entende-se “um estudo de uma situação social que tem como objectivo melhorar a qualidade de acção dentro da mesma” (Elliot, 1993, citado por Coutinho 2011, p.312). Com efeito, “a Investigação-Ação pode ser descrita como uma família de metodologias de investigação que incluem acção (ou mudança) e investigação (ou compreensão) ao mesmo tempo, utilizando um processo cíclico ou em espiral, que alterna entre acção e reflexão crítica” (Coutinho, 2011, p.313).

Segundo os vários autores consultados e sintetizados por Coutinho (2011), as principais características da Investigação-Ação são as seguintes:

“Situacional, porque visa o diagnóstico e a solução de um problema encontrado num contexto social específico;

Interventiva, porque não se limita a descrever um problema social (como em muitos estudos qualitativos) mas a intervir: a *acção* tem de estar ligada à *mudança*, é sempre uma *acção deliberada*;

Participativa, no sentido em que todos os intervenientes (e não só o investigador) são co-executores na pesquisa, ou seja é levada a cabo por um “investigador coletivo”

Auto-avaliação, na medida em que as modificações vão sendo continuamente avaliadas, com vista a produzir novos conhecimentos e a alterar a prática.” (Coutinho 2011, p. 315).

São objetivos da Investigação-Ação: “compreender, melhorar e reformar práticas; intervir em pequenas escalas no funcionamento de entidades reais e análise detalhada dos efeitos dessa intervenção” (Coutinho, 2011, p. 316 e 317).

Sintetizando, o presente estudo pode ser inserido no paradigma socio-crítico, uma vez que visa não apenas descrever e interpretar o fenómeno em estudo, mas também modificar e melhorar a situação encontrada. Para o seu desenvolvimento, recorreremos a uma metodologia qualitativa e optámos por um plano desenhado na lógica da investigação-ação.

3. Técnicas e Instrumentos de Recolha de Dados

A recolha de dados foi realizada através de duas entrevistas de grupo (inicial e final), do diário de bordo coletivo, do diário de bordo da animadora e da observação.

Entrevista de grupo

As entrevistas de grupo iniciaram-se com Merton e seus colaboradores no ano de 1956. Segundo Patton, citado por Flick (2005) “é uma entrevista realizada com um pequeno grupo de pessoas, sobre um tema específico. Os grupos típicos têm seis a oito participantes na entrevista, cuja duração vai de meia hora a duas horas” (Flick, 2005, p. 116). Neste processo, o entrevistador deverá ser mediador e impedir que apenas alguns dos participantes tenham voz, fazendo com que todos participem na conversa/debate (Flick, 2005).

Flick (2005) entende como vantagem “a sua riqueza de dados, o seu baixo custo, a estimulação dos respondentes e o apoio dado à recordação dos acontecimentos, além de poder chegar mais longe que a entrevista individual” (Flick, 2005, p. 116).

Flick (2005), citando Patton, aponta como ponto fraco deste método a dificuldade de tomar notas durante a entrevista, sugerindo que esta seja orientada por duas pessoas, para que um possa ser o orientador/ moderador e o outro o que regista pontos de interesse para o projeto e/ou pesquisa. No presente projeto filmámos ambas as entrevistas, que mais tarde foram transcritas e validadas.

Elaboraram-se dois guiões de entrevista de grupo semiestruturada, uma inicial (anexo IV) e outra final (anexo V). A entrevista inicial tinha o intuito de conhecer o grupo e entender qual a sua relação com o teatro e a animação teatral, bem como as suas relações intergrupais e pessoais com as artes, num prisma geral. Na entrevista final interessou-nos essencialmente perceber a opinião do grupo em relação àquilo que se fez

durante o projeto e perceber que relação estabeleciam entre as atividades do projeto e o teatro, a animação teatral ou alguma forma de expressão dramática.

Para que todos os intervenientes participassem, procurámos fazer perguntas iniciais diretamente aos elementos mais tímidos, incluindo posteriormente os restantes elementos na conversa, para que nenhum participante se sentisse excluído ou demasiado questionado pelo entrevistador.

As entrevistas de grupo contaram com a presença de 9 (nove) participantes, no início e, no final, com 7 (sete) participantes. Temos noção de que talvez tivesse sido preferível que o grupo fosse estável desde o início do projeto até ao final, mas tal não foi possível, dada a dinâmica estrutural do centro que acolheu o projeto.

As transcrições das entrevistas encontram-se em anexo VI e VII.

Diário de Bordo

O diário de bordo (individual ou coletivo) é uma forma específica de notas de campo que consiste em registar “ideias, estratégias, reflexões e palpites, bem como os padrões que emergem” (Bogan e Biklen, 1994, p. 150). Por notas de campo entendem-se “relatos escritos daquilo que o investigador ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da escolha e refletindo sobre os dados de um estudo qualitativo” (Bogan e Biklen, 1994, p. 150), ocupando o lugar de um documento pessoal onde nós descrevemos e refletimos sobre cada uma das sessões.

Ao longo do projeto, realizámos dois Diários de Bordo: o Diário do Investigador e o Diário Coletivo. O Diário de Bordo do investigador (anexo VIII) foi sendo construído ao longo do projeto, a partir do registo de cada sessão. Nele, expúnhamos o número de participantes, o que tínhamos realizado na sessão e um pequeno comentário sobre a mesma. Quanto ao diário de Bordo Coletivo, foi construído como um diário comum, onde todos os participantes podiam colocar diariamente ou ocasionalmente uma frase, uma foto ou um objeto que gostaria de utilizar nas sessões ou que tivesse sido previamente usado o qual de alguma forma fazia sentido para o/a participante expor no Diário Coletivo. No entanto, foram poucas as vezes em que os participantes tiveram a iniciativa de colocar algo no Diário, motivo pelo qual, no início de todas as sessões, começámos a expor fotos ou objetos utilizados na sessão anterior. Importa referir que apenas um dos participantes

não autorizou a captação de imagens e vídeos, todos os outros assinaram uma autorização para a captação de imagens e utilização das mesmas no presente trabalho.

Observação

A observação direta implica que a recolha dos dados seja feita pelo observador/investigador no momento em que os fenómenos estão a decorrer. É essencialmente apropriada para as situações em que os dados relevantes são dados comportamentais, atitudes, modos de agir e estar, individualmente e em grupo. À observação direta estão associadas algumas vantagens e desvantagens. Podemos indicar como vantagem a autenticidade e espontaneidade dos factos, uma vez que são observados e recolhidos em tempo real. Por sua vez, como desvantagem, podemos apontar a aceitação do investigador como observador e a exata autenticidade dos registos escritos ou gravados. (Quivy e Van Campenhoudt, 1994)

No presente projeto, empregamos essencialmente a observação direta, que constitui “um método no sentido restrito, baseado na observação visual” (Quivy e Campenhdout, 1994, p. 196)

A observação direta pode ser participante ou não participante. Jorgensen, citado por Flick (2005), identifica sete traços da observação participante:

- “1. Um interesse concreto no significado e na interacção humanos, encarados na óptica das pessoas que fazem parte de situações e contextos concretos;
2. O posicionamento no aqui e agora das situações do dia-a-dia, fundamento da pesquisa e do método;
3. Uma forma de teoria e de teorizar, que valoriza a interpretação e a compreensão da natureza humana;
4. Uma lógica e um processo de pesquisa em aberto, flexíveis, oportunistas, que exigem contínua redefinição do que é problemático, assente nos factos observados e nos contextos concretos da existência humana;

5. Uma concepção e abordagem do estudo dos casos qualitativos e em profundidade;
6. O desempenho de um ou mais papéis de participantes, os quais implicam a criação e manutenção de relações com os nativos do terreno;
7. O uso da observação directa, a par de outros métodos de colecta de dados” (Flick, 2005, p. 142).

Como instrumento da observação direta participante foram utilizadas grelhas de registo em três sessões, realizadas em diferentes momentos do processo (anexo IX), as quais nos permitiram não apenas a avaliação de cada sessão em que foram aplicadas, mas também facilitaram a monitorização do projeto, uma vez que revelaram em que medida o desenvolvimento do projeto estava a corresponder aos objetivos definidos.

Técnica de análise de dados

Para o tratamento das entrevistas, recorreu-se à técnica da análise de conteúdo. A análise de conteúdo inicialmente era usada pelos jornalistas, sociólogos e estudiosos de literatura nos Estados Unidos da América, por volta de 1925, tendo surgido enquanto técnica durante a 2ª Guerra Mundial. Como o próprio nome sugere trata-se da análise de um conjunto de técnicas utilizadas para o tratamento da informação recolhida ao longo do processo de recolha de dados (Esteves, 2006). Os dados recolhidos podem ter várias origens, como refere Maren (1995), mencionado por Esteves (2006, p.107):

“dados invocados pelo investigador (isto é, traços de fenómenos que existem independentemente da sua ação) como sejam dados de observação direta registados em protocolos, notas de campo, documentos de arquivo, peças de legislação. Artigos de jornal, livros ou partes de livros, biografias, etc.;

Dados suscitados pelo investigador, como sejam protocolos de entrevistas semidirectivas e não directivas, respostas abertas solicitadas em questionários, histórias de vida, diários, relatos de práticas, portefólios, etc.”

Esteves (2006) apoia-se em Bardin (2008, p. 33, reedição), que define a análise de conteúdo como “um conjunto de técnicas de análise das comunicações”, que não se traduz apenas num instrumento, mas sim num “leque de apetrechos” adequável a um vasto campo de ação.

Esteves aponta como principal característica desta técnica o facto de ser especialmente indicada quando se pretende “lidar com comunicações frequentemente numerosas e extensas para delas extrair um conhecimento que a simples leitura ou audição cumulativas não permite formar” (Esteves, 2006, p.107).

Para realizar a análise de conteúdo, é necessário definir o tipo de unidades com que trabalhamos. Entende-se por unidade de registo o fragmento de texto com significado próprio e completo, podendo consistir numa frase, parte de frase ou mais do que uma frase. Por unidade de contexto toma-se o texto completo ou a parte do texto necessária para enquadrar a unidade de registo.

O processo de categorização pode ser realizado por procedimentos abertos ou fechados (Esteves, 2006). O uso de procedimentos abertos implica um processo indutivo, em que as categorias são formadas a partir do próprio material em análise, tendo em atenção os objetivos do estudo. Pelo contrário, nos procedimentos fechados, o processo é dedutivo, partindo-se de uma grelha de análise concebida *à priori*, a partir da revisão da literatura ou dos resultados de outros estudos.

Para a categorização é necessário ter em conta as regras enunciadas por Bardin (2008): a exclusão mútua, uma vez que cada elemento só pode pertencer a uma única categoria; a homogeneidade, que implica que as categorias sejam criadas a partir de um único princípio de categorização; a pertinência face aos objetivos do estudo; a fidelidade e a produtividade.

Neste trabalho, começámos por recortar as unidades de registo e agrupá-las em subcategorias que, por sua vez, foram agrupadas em categorias através de um processo indutivo. No entanto, as categorias foram organizadas por temas que correspondem aos blocos do guião da entrevista, o que configura um processo misto. Na categorização procurámos seguir as regras enunciadas por Bardin (2008) e acima referidas. A grelha da análise de conteúdo completa encontra-se no anexo X. Os resultados serão apresentados no capítulo IV: Análise e Discussão dos Resultados.

III CARATERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO INICIAL

1. Caraterização do contexto

A Associação de Reformados de Benfca surgiu da iniciativa de um grupo de residentes, a 4 de Junho de 1977, designada inicialmente por “Comissão de Reformados Pensionistas e Idosos da Freguesia de Benfca”, cujo propósito era a criação de um espaço de convívio e a tentativa de supressão de algumas carências presentes do dia-a-dia dos idosos da freguesia. A primeira sede oficial da instituição teve lugar na Estrada do Poço do Chão, no ano de 1978. Passaram-se vários anos de organização interna até que a instituição com nova alteração estatutária passou a nomear-se por “Associação de Reformados de Benfca”, a partir do ano de 2000. Na última assembleia, que teve lugar no dia 19 de Junho de 2015, procedeu-se à atualização dos estatutos, tendo em conta a legislação (à data) do Instituto de SS que rege as IPSS.

A “Associação de Reformados de Benfca” é uma Instituição Particular de Solidariedade Social e trabalha em prol do bem-estar da população mais idosa da freguesia de Benfca. O objetivo principal da Associação é “a satisfação de carências sociais e a proteção dos cidadãos na velhice e invalidez, mediante a prestação de serviços de carácter inadiáveis” (Estatutos da Associação de Reformados de Benfca, 2015, p. 2).

A Associação poderá nomeadamente organizar e gerir Atividades de Ação Social nas valências: Centro de Convívio; Centro de Dia; Apoio Domiciliário (Estatutos da Associação de Reformados de Benfca, 2015).

A organização interna da associação é regida pelos seus estatutos e regulamentos internos elaborados pela Direção. Economicamente subsiste maioritariamente pelos sócios e por apoios sociais direcionados ao associativismo (Estatutos da Associação de Reformados de Benfca, 2015).

2. Caracterização sociodemográfica dos participantes

A Associação apoia cerca de 38 (trinta e oito) utentes em regime de Centro de Dia. Os utentes que participaram no projeto, de uma forma livre e espontânea, perfizeram um total de 19 (dezanove) idosos, predominando os participantes do sexo feminino, como podemos verificar no gráfico que se segue³.

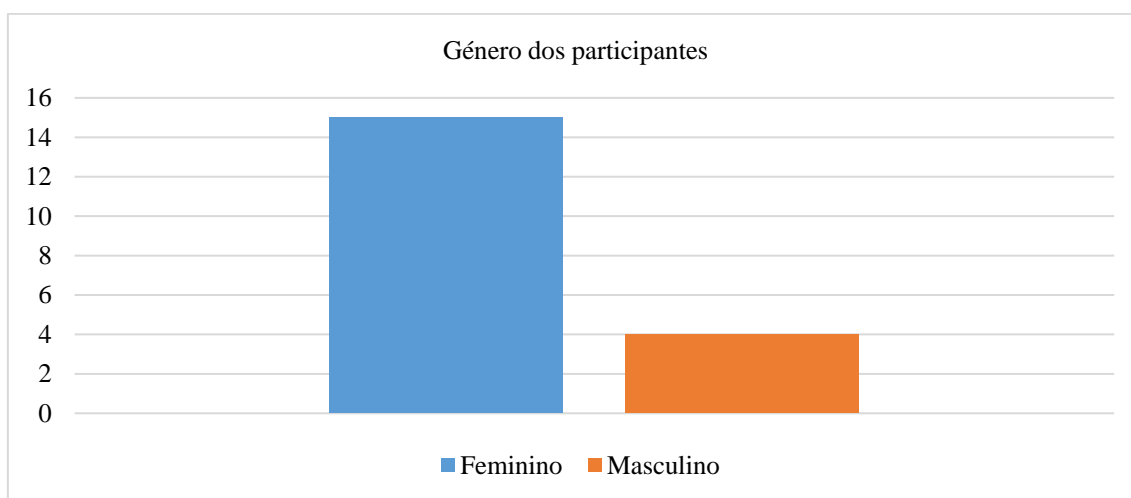


Gráfico 2: Género dos Participantes (Fonte: Própria).

Relativamente à faixa etária dos participantes, as idades eram compreendidas entre os 57 (cinquenta e sete) e os 92 (noventa e dois) anos de idade, sendo que predominavam os participantes com idade, superiores a 77 (setenta e sete) anos de idade o que nos indica um índice de longevidade elevado, como podemos observar no gráfico que se segue.

³ Pode encontrar os dados utilizados para a execução dos gráficos que se seguem em tabela no Anexo III.

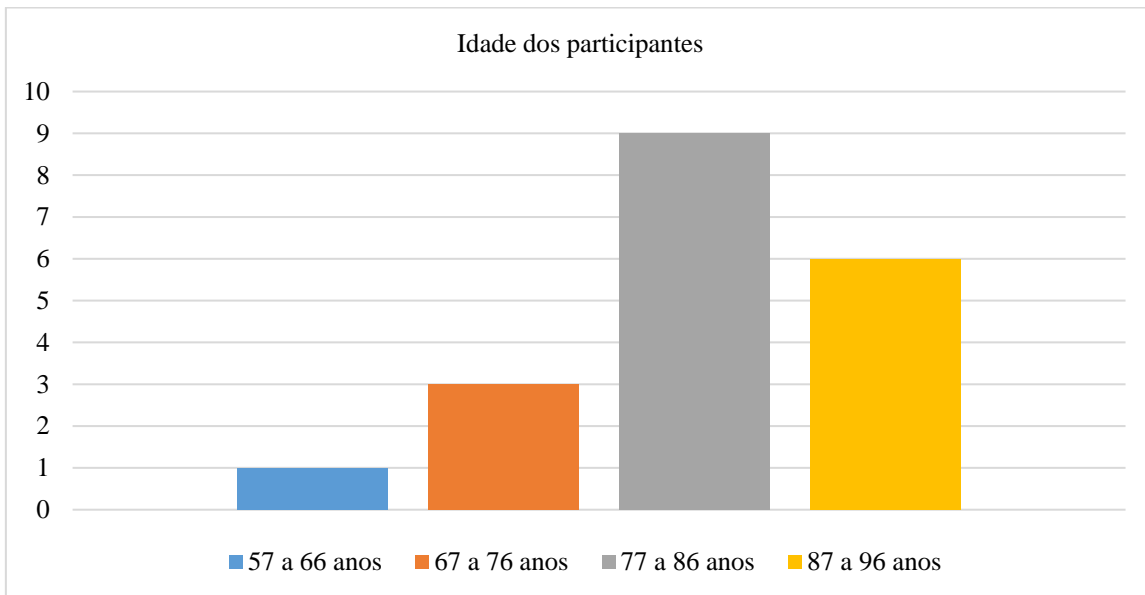


Gráfico 3: Idade dos Participantes (Fonte: Própria).

No que respeita ao estado civil dos participantes, predominavam os viúvos, conforme se pode verificar no seguinte gráfico.

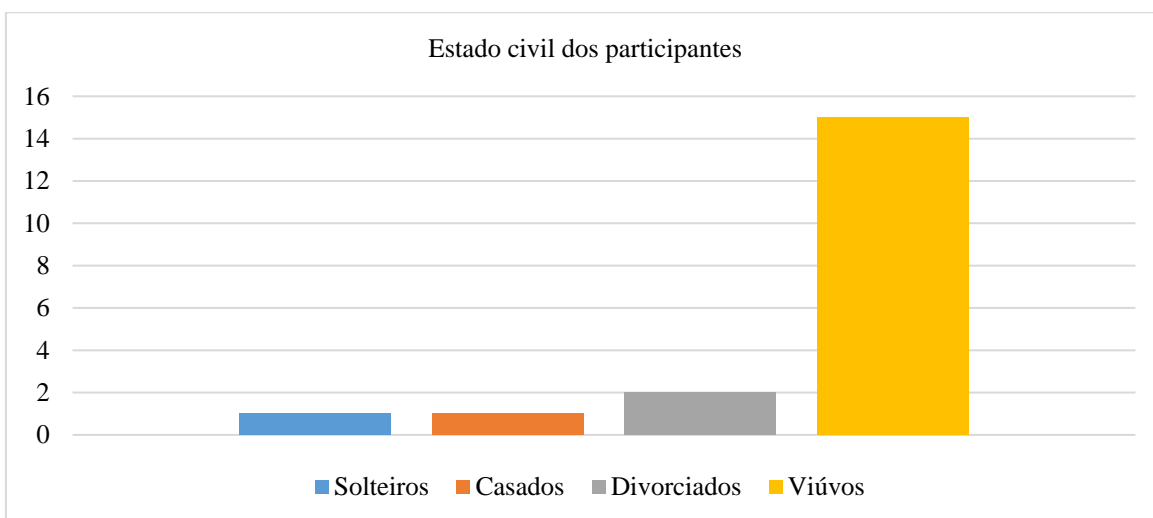


Gráfico 4: Estado Civil dos Participantes (Fonte: Própria).

Antes da reforma, um número significativo dos participantes exercia a profissão de Doméstica, embora haja um leque variado de profissões como podemos analisar no gráfico 5.

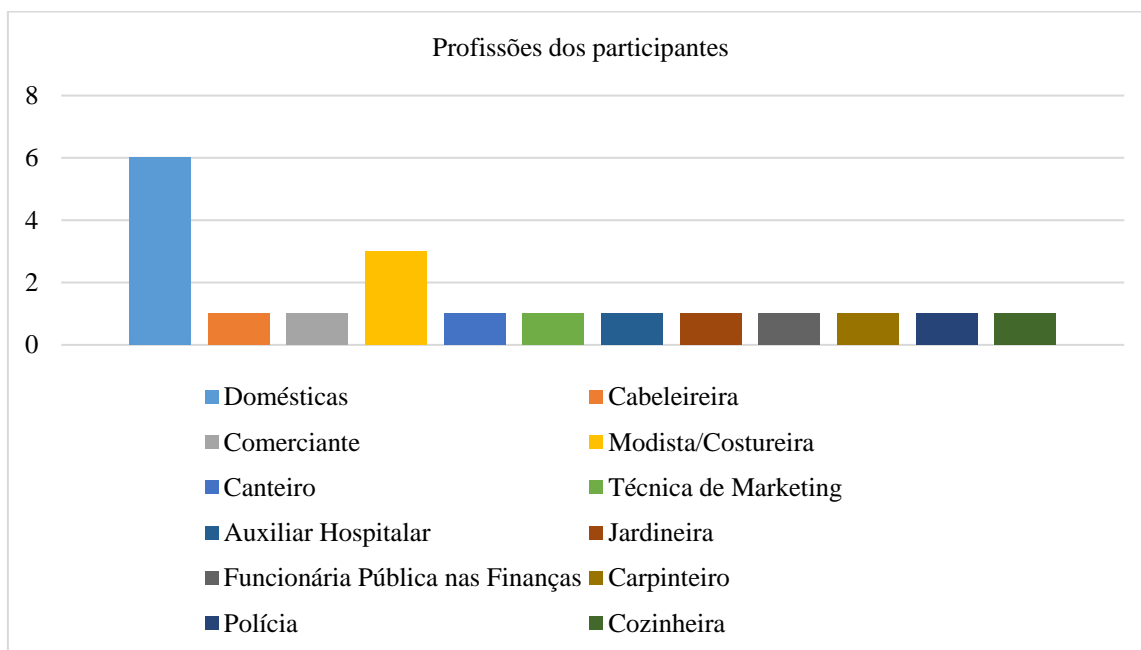


Gráfico 5: Profissões dos Participantes (Fonte: Própria).

No que concerne ao grau de literacia, o grupo era composto maioritariamente por participantes com a 4ª classe (Gráfico 6). No entanto, já apresentavam na sua grande maioria dificuldades na motricidade fina e na memorização, como podemos constatar no decorrer das várias sessões.

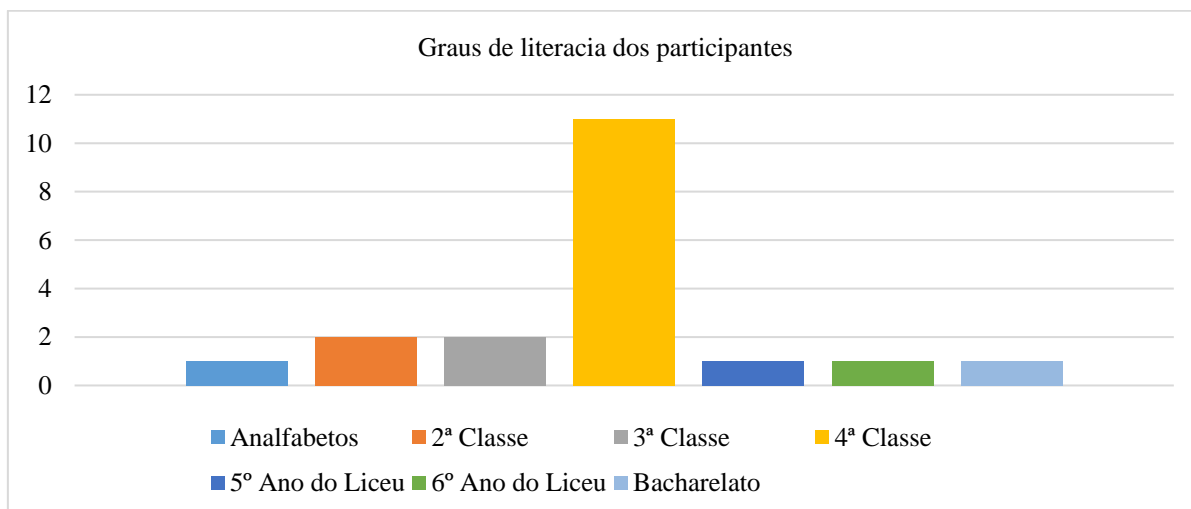


Gráfico 6: Graus de Literacia dos Participantes (Fonte: Própria).

Os participantes vivem, na sua maioria, sozinhos, embora com apoio da Associação e de familiares. É realmente no centro de dia que estes idosos passam a

maior parte dos seus dias, conversando, entretendo-se com jogos de mesas e vendo televisão. É também onde fazem as refeições do almoço e do lanche.

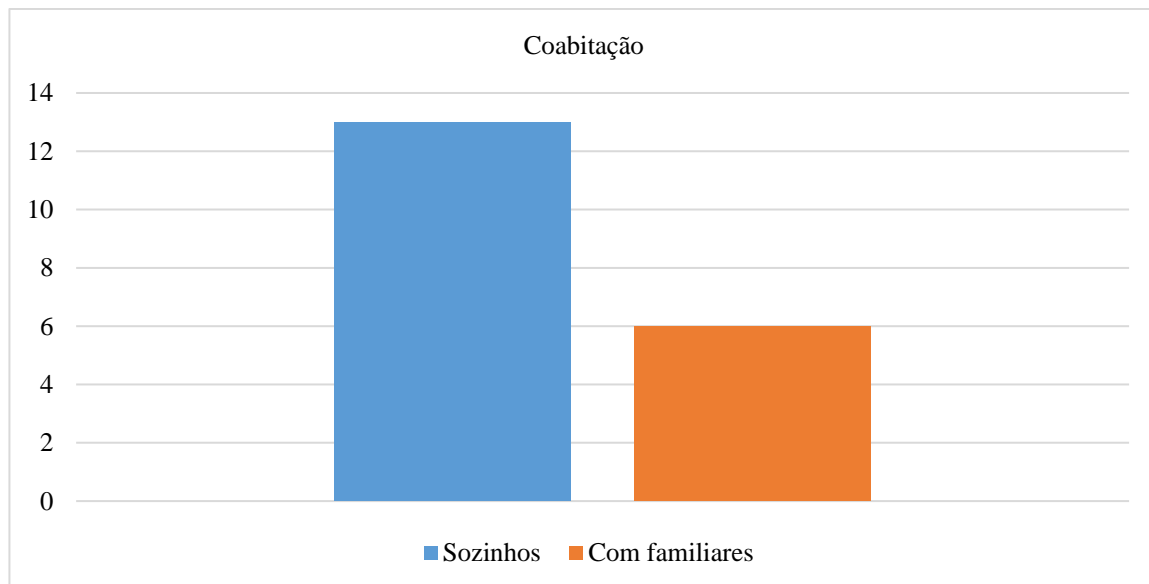


Gráfico 7: Coabitação (Fonte: Própria).

Por questões de ética da investigação (Lima, 2006), procurou-se garantir o anonimato dos participantes, criando-se um código alfanumérico para cada um (P1....P19).

3. Resultados da entrevista de grupo no início do projeto

Para compreender melhor a situação do grupo com que iríamos trabalhar e adequar o projeto não apenas às características sociodemográficas dos participantes, mas também aos seus hábitos, interesses e necessidades, realizámos uma entrevista de grupo antes da realização do projeto.

Na tabela seguinte, apresentamos os temas e categorias obtidos através da análise de conteúdo desta entrevista. Temas	Categorias
Ocupação dos tempos livres	Relevância da ocupação dos tempos livres
	Formas atuais de ocupação dos tempos livres
	Preferências para a ocupação de tempos livres

Fruição e experiência em teatro	Fruição como espectador de teatro
	Experiência em teatro
Fruição e experiência noutras artes performativas	Música
	Dança
Percepções sobre a velhice	Sentimento face ao envelhecimento
	Atitude face ao envelhecimento
Proposta de um projeto de animação teatral	Reações à proposta de participação
	Reconhecimento das vantagens na proposta

Tabela 1: Temas e categorias da entrevista inicial (Fonte: Própria).

Como a tabela mostra, a entrevista percorreu um vasto leque de assuntos, debruçando-se os entrevistados sobre questões relacionadas com a ocupação de tempos livres e a velhice, mas também sobre as suas experiências e preferências no que respeita às artes performativas em geral e ao teatro em particular. A entrevista incluiu ainda as reações dos inquiridos relativamente à proposta de um projeto de animação teatral.

Apresentaremos, em seguida, os resultados da análise referente a cada um dos temas.

A tabela seguinte mostra as subcategorias e indicadores relativos à Ocupação dos tempos livres.

Categoria	Subcategoria	Indicador	UR/Ind	UR total
Relevância da ocupação dos tempos livres	Ocupação pós-reforma	Necessidade de ocupar os tempos livres	1P1 1P3	2
		Necessidade de ocupação dos tempos livres após a reforma	1P11	1
		Ausência de tempos livres enquanto trabalhadora ativa	1P13	1
	Distração dos problemas	Necessidade de esquecer os problemas	1P3	1
		Necessidade de distração	2P1 2P3	4
Sem relevância	Indiferença à ocupação de tempos livres	1P13	1	
Formas atuais de ocupação dos tempos livres	Atividades em coletivo	O jogo como ocupação dos tempos livres	1P3 1P6	2
		Conversa como ocupação dos tempos livres	1P6	1
		Ida ao centro de dia como ocupação dos tempos livres	1P2 1P5	2
	Atividades individuais	A leitura como ocupação de tempos livres	1P11	1
		A televisão como ocupação de tempos livres	1P11 1P6	3

			1P5	
		Realização de puzzles como ocupação dos tempos livres	1P3	1
		Realização de tapetes como ocupação anterior dos tempos livres	P4	1
Preferências para a ocupação de tempos livres	Atividades no exterior	Idas à beira-mar como ocupação de tempos livres	1P8	1
		Preferência por saídas como ocupação dos tempos livres	2P8 1P11	4

Tabela 2: Ocupação dos tempos livres (Fonte: Própria).

Relativamente ao primeiro tema, Ocupação dos tempos livres, os entrevistados referem a necessidade de ocupar os tempos livres e alguns confrontam essa situação com a falta de tempos livres que tinham quando eram trabalhadores ativos. As entrevistadas afirmam, por exemplo:

P3 – Estar ocupado sem pensar.

P13 – Eu nunca tive tempos livres. (...) Os meus tempos livres era o trabalho.

A ocupação dos tempos livres surge também como necessidade de distração dos problemas, como se pode inferir da resposta de algumas entrevistadas:

P3 – Porque nós não estamos a pensar em doenças nem em nada, e assim..

Quanto às atividades desenvolvidas nos tempos livres, as entrevistadas referem quer atividades individuais, quer atividades coletivas, como os excertos seguintes ilustram:

P3 – Sim. Olhe, eu, por exemplo, jogo ao loto aqui. Para estar distraída, eu jogo ao loto.

P11 – (...) e vejo televisão. (...) Ah, é a minha vida diária.

No que se refere a preferências, são poucas as entrevistadas que se debruçam sobre esse tópico, mas confluindo todas para a possibilidade de saídas do Centro, como este excerto sugere:

P8 – Olhe, eu gosto dos tempos livres, principalmente de ir para a beira-mar. Ah! Uma pessoa passar ali umas duas ou três horas à beira-mar, sentada numa cadeira na esplanada, descontraí tudo. É uma maravilha.

Relativamente ao segundo tema, Fruição e experiência em teatro, as entrevistas revelam poucas vivências a este nível, como a tabela seguinte permite verificar.

Fruição como espectador de teatro	Gosto pelo teatro	Gosto pelo teatro	1P5 Todos	1
		Gosto pelo teatro como espectadora	1P3 1P6	2
		Assistência a peças de teatro na televisão	2P3	2
	Ambiguidade face ao teatro	Gosto condicionado pelo tipo de teatro	1P13	1
Experiência em teatro	Participação em teatro na/com a infância	Participação em peças de teatro na infância	1P8 2P1	2
		Organização de peças de teatro com as crianças	1P5	1
	Ausência de experiência	Participação como atores de elementos da família	2P11 1P3	3
		Ausência de participação em peças de teatro	1P11	1

Tabela 3: Fruição e experiência em teatro (Fonte: Própria).

Apesar disso, os entrevistados manifestam gosto pelo teatro, embora em alguns casos essencialmente como espectadores e noutros de forma condicionada pelo tipo de teatro apresentado, como a transcrição seguinte demonstra:

P13 - E as vezes é cada teatro! (...) Gosto e não gosto (...). É assim, há certos teatros que aborrecem muito.

No que concerne à experiência de participação em teatro, ou não tiveram vivências a esse nível ou tiveram-nas na infância ou para a infância. Os excertos seguintes exemplificam estas afirmações:

P1 – Participei eu em miúda. Em peças daquelas de miúdos de coletividades, participei em várias.

P5 – Quando era nova mascarava os miúdos e fazia o teatro com eles.

O terceiro tema, Fruição e experiência noutras artes performativas, surge sintetizado na tabela seguinte.

Música	Gosto e experiência em música	Gosto pela música	1P5 2P8	3
		Gosto por cantar	1P4	1
		Capacidade de tocar um instrumento musical	2P4 1P6	3
		Capacidade de cantar	1P3	1
		Desempenho musical	Recusa em cantar	1P4
	Cedência ao pedido para cantar		1P4	1
	Sugestão de canção		1P3	1
	Escolha da canção		1P4	1

Dança	Gosto pela dança	Gosto pela dança na juventude	1P13 1P2 1P4 1P1 1P11	5
		Gosto por dançar	1P3	1

Tabela 4: Fruição e experiência noutras artes performativas (Fonte: Própria).

Alguns dos entrevistados mostram gosto pela música e alguns revelam ter capacidades a nível vocal ou instrumental, mas a maior parte exprime claramente o gosto que tinha, na juventude, pela dança. apenas uma entrevistada refere que ainda hoje gosta de dançar.

No que respeita ao quarto tema, Perceções sobre a velhice, as respostas dos entrevistados foram agrupadas em duas categorias: sentimento face ao envelhecimento e atitude face ao mesmo, como se pode ver na tabela seguinte.

Sentimento face ao envelhecimento	Tristeza	Tristeza por estar velho	1P2 1P6 2P1	4
		Tristeza pela falta de vista	1P8 2P1	3
	Depressão	Reconhecimento da existência de dias em que se queria desaparecer	1P6 1P8	2
Atitude face ao envelhecimento	Resignação	Resignação pela velhice	3P11	3
		Reconhecimento da inatividade atual	2P1 1P13	3
	Não aceitação	Ausência de aceitação da velhice	1P6	1

Tabela 5: Perceções sobre a velhice (Fonte: Própria).

Os sentimentos predominantes relativamente ao envelhecimento são de tristeza e depressão, como é enunciado por esta entrevistada:

P1 – (...) o envelhecer deve ser a coisa mais triste que deve haver. Que há. Porque a gente de dia para dia sentimo-nos a envelhecer, de dia para dia sentimos o corpo a ir para baixo.

P8 – Mas também há dias, ainda antes de ontem tive um desses dias, que gostava de desaparecer

A atitude prevalecente face ao envelhecimento é de resignação, embora haja ainda quem tenha dificuldade em aceitar a sua própria velhice.

P11 – Eu não estou a envelhecer, eu já envelheci.

P6 – Eu nunca pensei em chegar a velha. Ainda quero ser nova. A minha prima diz que sou maluca.

Finalmente, no quinto tema, relativo à Proposta de um projeto de animação teatral, encontramos diferentes reações, como a tabela seguinte evidencia.

Reações à proposta de participação	Ausência de adesão espontânea	Não adesão por se sentir sem energia e capacidade	2P6 1P8 1P2 2P1	6
		Reconhecimento de energia dos 50 anos	2P1 1P8	3
		Preferência por ser espetador	2P1 1P3 1P6	4
		Quotidiano como forma de teatro	1P3	1
	Adesão e preferência de participação	Adesão	1P5	1
		Adesão condicionada ao tipo de projeto	1P2	1
		Preferência por participação em dança	1P5 1P3	2
Reconhecimento das vantagens na proposta	Possíveis benefícios da participação	Reconhecimento dos benefícios da participação mas falta de energia para o fazer	2P1	2
		Alegria e boa disposição como benefícios da participação	1P8 1P3	2

Tabela 6: Proposta de um projeto de animação teatral (Fonte: Própria).

Com efeito, é possível perceber que há quem não se sinta com energia e capacidade para participar num projeto deste tipo, enquanto outros preferem ser apenas espetadores. Outros ainda fazem depender a sua participação do tipo de projeto.

P1 – Porque não tenho, como é que hei-de dizer já não tenho aspeto para isso nem idade, mas que é benéfico isso é, sem dúvida, para quem possa e tenha forças para isso acho que sim, acho que é muito benéfico. Pelo menos distrai. É uma distração muito grande. Agora uma pessoa coxa a fazer isso!

P8 – Não, já está tudo velho para ter energias.

P2 – Não, já lá vai a mocidade.

Por outro lado, alguns entrevistados reconhecem os benefícios que poderão advir da participação num projeto desse tipo.

Em síntese, o grupo de entrevistados revela a necessidade de ocupar os tempos livres e mostra gosto pelo teatro e outras artes performativas, mas mostra também um sentimento de tristeza e resignação relativamente à velhice e à situação física dela

decorrente, que pode condicionar a sua adesão a uma eventual participação no projeto. Neste sentido, o projeto a desenvolver teve que ser pensado para as características desta população específica, prevendo-se algumas dificuldades na sua concretização, mas também algumas potencialidades, desde que se consiga motivar e envolver os participantes.

III.OBJETIVOS, PLANEAMENTO E DESCRIÇÃO DA INTERVENÇÃO

O projeto “DesvandAR’TE – Projeto de Animação Teatral com Idosos” que deu lugar ao presente documento visa verificar se um projeto de animação teatral pode influenciar de forma positiva o dia-a-dia individual e coletivo do grupo de idosos intervenientes. Como tal, ao nível da intervenção, o projeto pretende desenvolver várias competências e abrir espaço para diálogo entre os participantes, através da criação de hábitos de participação em atividades dramáticas.

1. Objetivos da Intervenção

Para além do objetivo geral da investigação, definiram-se, portanto, objetivos do projeto de intervenção na ótica dos participantes:

- Criar hábitos de participação em atividades dramáticas e em projetos de teatro;
- Desenvolver competências de iniciativa própria;
- Discutir e questionar ideias preconcebidas sobre o envelhecimento;
- Fortalecer a união e a cooperação dentro do grupo;
- Refletir sobre os benefícios conseguidos pela sua participação no processo.

2. Plano Geral

O projeto teve início com uma sessão de apresentação e conhecimento mútuo entre os idosos participantes e a animadora, na qual foram referenciadas as bases do projeto e garantido o anonimato e a confidencialidade dos dados fornecidos pelos participantes, assim como as autorizações para as filmagens e registros áudio das entrevistas de grupo e das sessões ou parte destas.

Na execução da planificação de cada sessão, para além de termos em conta as características dos participantes, tivemos como base os objetivos referidos por Jacob (2007), que menciona a “expressão corporal, facial, vocal, memorização e orientação espacial” (p. 92) como elementos fundamentais aquando de uma planificação teatral.

Para além dos objetivos, tivemos ainda como suporte os indutores que serviram de instrumentos auxiliares de apoio em cada sessão. Landier e Barret, (1994) entendem os indutores no campo da educação e formação como sendo:

“um complexo conjunto de combinações de induções mais ou menos subtis que operam segundo fórmulas variáveis, imperceptíveis, que representam verdadeiros desafios, pois que todos os elementos desta situação são susceptíveis de induzir uns ou outros, de facilitar a aprendizagem ou de a bloquear (p. 21)”.

Os indutores utilizados no projeto foram oito: Espaço, Imagem, Corpo, Som, Objeto, Personagem, Mapa e Texto.

Importa referir que, inicialmente, o projeto foi pensado com uma planificação na qual partiríamos dos jogos dramáticos planeados através dos indutores, para que depois fosse possível uma construção de um guião e a sua execução. Após algumas sessões, foi conversada com os participantes a possibilidade de iniciarmos a construção de um guião e a sua execução. Os participantes no geral afirmaram preferência em continuar o projeto dentro da linha do jogo dramático e da experimentação teatral. Tendo em conta que, para nós, o mais relevante não era obtermos como produto final peça de teatro, tivemos em conta a pretensão dos participantes.

O projeto desenvolveu-se em 19 (dezanove) sessões, decorridas, entre o dia 13 de fevereiro e o dia 19 de maio de 2017. No quadro que se segue podemos verificar os temas gerais das sessões e a utilização/organização dos Indutores.

Número de Sessões	Temas Gerais/Indutores
Uma Sessão	Conhecimento do grupo
Duas Sessões	Entrevistas de grupo
Uma Sessão	Indutor: Espaço
Duas Sessões	Indutor: Imagem
Duas Sessões	Indutor: Corpo
Duas Sessões	Indutor: Som
Duas Sessões	Indutor: Objeto
Duas Sessões	Indutor: Personagem
Uma Sessão	Indutor: Mapa
Três Sessões	Indutor: Texto
Uma Sessão	Apresentação de um vídeo

Tabela 7: Temas Gerais das Sessões (Fonte: Própria).

Todas as sessões tiveram a duração de uma hora e seguiram uma estrutura pré-definida:

- Abertura/Aquecimento;
- Desenvolvimento;
- Fecho de sessão com breve reflexão.

Como explicitámos anteriormente, participaram no projeto um total de 19 (dezanove) idosos. A participação nas sessões foi de carácter opcional, motivo pelo qual o número de participantes variou em cada uma das sessões, ao longo do projeto. Inicialmente, não era nossa pretensão ter participantes passivos no projeto, mas a fragilidade física e psicológica com que alguns participantes se apresentaram em algumas sessões levou a que repensássemos a decisão e, a partir da 4^a (quarta) sessão, passámos a ter participantes ativos (PA) e participantes passivos (PP). Em algumas sessões, alguns

dos PP, com o decorrer da mesma, tornaram-se PA por momentos ou, em escassos casos, definitivamente. No gráfico 8 (oito), podemos verificar o número de PA e PP por sessão.

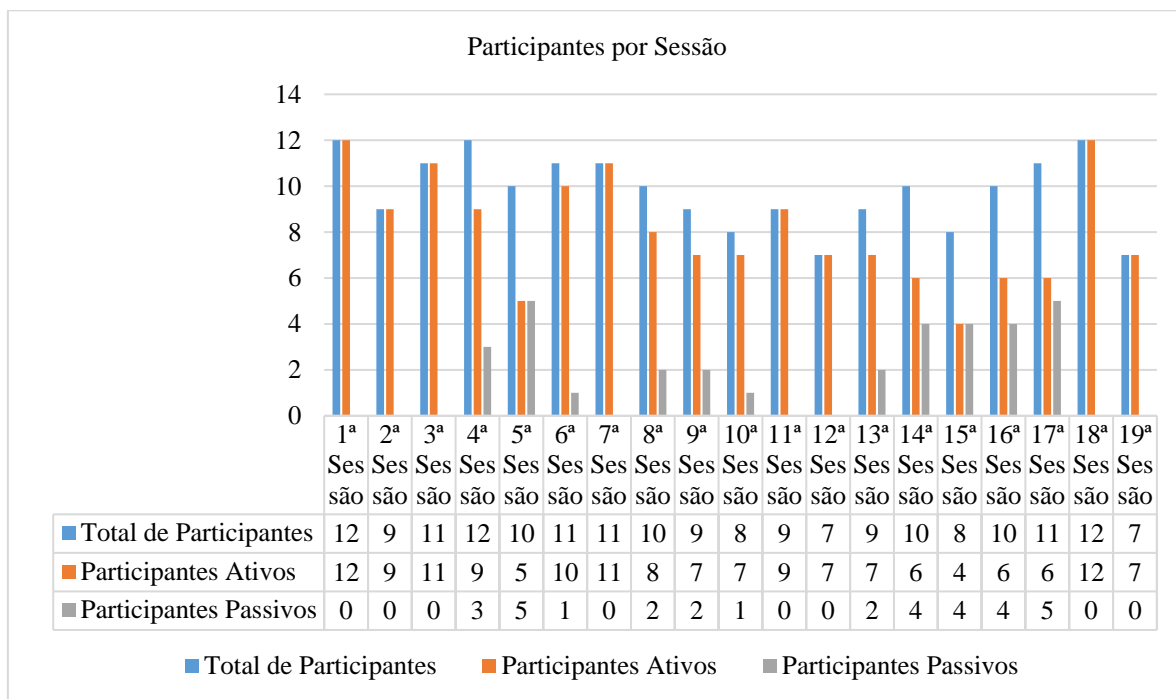












Gráfico 8: Participantes por Sessão (Fonte: Própria).

2.1. Planeamento e descrição das sessões

Como tivemos oportunidade de verificar no ponto acima, todas as sessões respeitaram uma estrutura definida inicialmente e tiveram lugar numa sala do centro. O centro dispõe de boas estruturas físicas, como se pode ver na figura 1, que representa (sem escala) a sala de trabalhos onde se realizaram todas as sessões.

Legenda:

- Mesa 
- Mesa da TV 
- Sofá  
- Portas  
- Janelas  
- Cabides 
- Cadeiras 

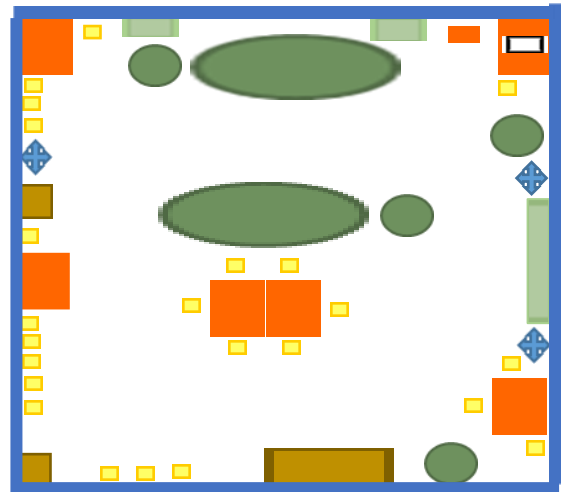


Figura 1: Planta da sala de trabalho (Fonte: Própria).

1ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
13 de fevereiro	1 Hora	Conhecimento do grupo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Jogo de apresentação - Bola quente. ➤ Desenvolvimento: Jogo de conhecimento – Autobiografia. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que gostaram mais ao longo da sessão e porquê. 	
Duração	Atividade ⁴	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Jogo de apresentação - Bola quente	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Contribuir para o conhecimento interno do grupo. 	<p>Com o grupo em círculo, é passada uma bola por todos os participantes. O participante que tem a bola deve apresentar-se ao grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Nome ➤ Idade ➤ Terra Natal ➤ Desejos/Sonhos 	Uma bola
35 Minutos	Desenvolvimento: Jogo de conhecimento - Autobiografia	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Refletir sobre si mesmo; ➤ Explorar a capacidade de partilha. 	<p>Os participantes escrevem numa folha durante 2 minutos os dados que consideram mais significativos da sua vida. Não se devem identificar. Em seguida, juntam-se todas as folhas, baralhando-as. Depois, cada um tira uma, verificando que não é a sua. Cada participante lê em voz alta o que está escrito e o resto do grupo adivinha a quem pertencem os dados.</p>	Pequenas folhas de papel
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate, expondo as suas ideias. 	<p>Conversa conjunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ O que mais gostaram ao longo da sessão. E porquê. 	

Tabela 8: Planificação da 1ª sessão (Fonte: Própria).

⁴ Os exercícios foram baseados na seguinte bibliografia: Jares, X. R. (2007). *Técnicas e Jogos Cooperativos Para Todas As Idades*. Porto: ASA Editores, S.A.

Descrição – a partir das notas de campo

Na 1ª (primeira) sessão, fomentou-se a apresentação e conhecimento mútuo entre o grupo e a animadora e vice-versa, procurando-se quebrar o gelo inicial. A sessão contou com 12 (doze) participantes.

A sessão iniciou-se com uma breve introdução, feita pela assistente social do centro, que explicou ao grupo a nossa presença no centro. Após a sua saída, foram realizadas as atividades propostas na planificação. Ambas as atividades decorreram com grande participação do grupo, que esteve sempre disposto a responder às perguntas iniciais, que geraram diálogos entre os participantes. Após algum diálogo, verificámos, segundo algumas das suas intervenções/afirmações [exemplo: “nós normalmente ficamos aqui a conversar; às vezes eu jogo o bingo; há quem jogue cartas” Participante 1 (P1)], que o grupo não participa em atividades regulares de animação sociocultural ou teatrais. Segundo os participantes, são realizadas semanalmente atividades de expressão físico motora, nas quais nem todos os idosos participam. À parte das atividades físico motoras, os idosos têm jogos de cartas, dominó e bingo/loto à sua disposição. Para além dessas atividades, das conversas e dos passeios (à volta do centro), que são frequentes entre eles, não existem atividades planeadas e desenvolvidas regularmente no centro.

A segunda atividade (Autobiografia) foi ligeiramente adaptada, uma vez que a maioria dos participantes não conseguia escrever, por analfabetismo, tremor ou falta de visão. Acabámos por deslocar-nos até cada participante e registar na folha o que cada um pedia. O facto de nos termos de nos termos aproximado de cada um fez com que o exercício se tornasse demorado e, por consequência, aborrecido para os restantes participantes, o que se tornou evidente pelo ruído que se fez sentir por parte dos restantes participantes, enquanto nos dirigíamos individualmente a cada um deles.

No fecho da sessão, quando os participantes foram confrontados com a pergunta “o que mais gostaram ao longo da sessão?”, na sua grande maioria, responderam o convívio e o facto de me terem conhecido. P9 respondeu que o que gostou mais foi de ter ficado a saber que no centro havia uma senhora da sua terra (Fundão).

Apreciação geral/avaliação

Entendemos que a falta de atividades, desenvolvidas no centro de forma estruturada (à data do projeto), tanto pode ser um aspeto positivo como negativo no

decorrer do projeto. Isto porque os idosos ou podem aderir às atividades propostas por curiosidade e interesse, ou, devido à falta de atividades, podem não aderir, por falta de hábito de trabalho em grupo e envolvimento em atividades do gênero.

As suas respostas ao fecho da sessão foram, no mínimo, curiosas, tendo sido positivo saber que houve empatia geral connosco. É incomum o fato de dois utentes, que partilham o mesmo teto há meses, nunca terem partilhado antes esta coincidência (nasceram ambos no mesmo concelho). Pensamos, por isso, que poderá ser importante a criação de um grupo para que os idosos possam desenvolver atividades em conjunto e criar laços onde seja possível a partilha de vivências, eventualmente dando origem a uma nova dinâmica no centro de dia.

Material de Registo: Fotos, diário coletivo e diário de bordo.

2ª Sessão

Na segunda sessão realizou-se a entrevista inicial de grupo, que contou com 9 (nove) participantes. Durante a entrevista de grupo, um dos pontos mais interessantes foi a partilha que os participantes fizeram uns com os outros, revelando aspetos pessoais pela primeira vez ao grupo, facto que gerou comentários. Um dos problemas identificados ao longo da entrevista foi o silêncio que se gerou algumas vezes após serem feitas as perguntas. Apontamos a falta de literacia, de audição e de comunicação em grupo como possíveis causas deste silêncio.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo.

3ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
20 de fevereiro	1 Hora	Indutor: Espaço	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Jogo de memória. ➤ Desenvolvimento: Reconhecimento e exploração do espaço. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão e conversa conjunta sobre como é que se sentiram ao longo da sessão. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Jogo de memória	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a memória. 	<p>Com o grupo em círculo, são feitas perguntas no sentido de exercitar a memória:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ O que almoçou ontem? ➤ Quem foi a primeira pessoa que viu hoje? ➤ Qual foi o cheiro mais agradável que sentiu hoje? ➤ Qual foi a última ação que fez antes da sessão? 	
35 Minutos	Desenvolvimento: Reconhecimento e exploração do espaço	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar o espaço circundante; 	<p>Os participantes caminham pelo espaço, ao som de música, enquanto lhes são dadas algumas referências básicas (olhar à altura dos olhos e não para baixo nem para o teto, devolver o olhar a quem passa por eles, olhar bem à sua volta, descontrair os ombros, ter atenção à coluna, não andar em círculos). Quando para a música todos os participantes param e fecham os olhos. É-lhes colocada uma pergunta sobre o espaço e a sua disposição. O participante mais rápido a pôr o dedo no ar deve responder.</p> <p>Ex. de perguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ De que cor são as paredes? ➤ Quantas cadeiras há na sala? ➤ Quantas janelas há na parede à sua esquerda? <p>Nota: É expetável que alguns participantes resistam a fechar os olhos – nestas primeiras sessões serão aconselhados a fazê-lo – para testarem em si mesmos a sua relação com o espaço. No entanto não será feita insistência nessa proposta.</p>	<p>Música:</p> <p>Celina da Piedade – Acredito; António Pinho Vargas – Dança dos Pássaros; Danças Ocultas – Bulgar. Rádio e coluna</p>

10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Como se sentiram ao longo da sessão. 	
------------	------------------------------------	--	---	--

Tabela 9: Planificação da 3ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Foram 11 (onze) os idosos que participaram na terceira sessão, que se iniciou com uma breve conversa sobre como os participantes passaram o fim-de-semana. Em seguida, deu-se lugar ao jogo da memória, em que todo o grupo participou, embora alguns tivessem reclamado, dizendo: “Ó menina, eu nem me lembro o que almocei hoje, quanto mais ontem” (P8). A maioria demorou bastante tempo a responder às perguntas, mas também existiram situações em que os participantes pediram para responder de imediato.

Na atividade de exploração do espaço, foi curioso verificar que, apesar de ser uma sala que é do conhecimento diário de todo o grupo, a maioria nunca tinha reparado nos objetos que a sala dispõe. A P7 recusou participar no exercício. A P2 e a P4 também não participaram no exercício, por não poderem caminhar de forma autónoma.

No fecho de sessão, o grupo demonstrou participação, mas muito pouca originalidade, sendo que todos responderam, mas repetiram a resposta dada pela primeira participante. A reflexão de fecho de sessão debruçou-se sobre o que cada um sentiu ao longo da sessão e a resposta foi “alívio” (leves) com exceção da P11 que respondeu “nada”.

Apreciação geral/avaliação

Quando chegámos ao centro, alguns dos participantes já se encontravam na sala onde realizámos as sessões, outros estavam na sala comum a todos os utentes. Ao ver-nos chegar, deslocaram-se para a sala de trabalho, o que consideramos bastante positivo, uma vez que alguns já estavam à nossa espera e outros associaram a nossa chegada ao centro como o início da sessão, demonstrando interesse em participar.

Houve um momento bastante interessante no final desta sessão, quando a P7 se dirigiu até nós e confidenciou-nos o seguinte:

P7 – “Menina, pode parecer estúpido, mas eu nunca aprendi a dançar”.

Animadora – “Eu também não sei dançar, P7, não tem mal não saber dançar”.

P7 – “Eu não quis dizer nada, para elas não se rirem”.

Animadora – “O quê?”.

P7 – “Eu fiquei ali sentada, porque quando a menina nos mandou levantar, pensei que íamos dançar, se soubesse que era para andar, isso eu também fazia (risos)”.

Animadora – “Não tem mal, P7, na próxima vez já sabe, primeiro experimenta e depois decide se quer fazer ou não a atividade”.

Considero bastante pertinente ouvir os participantes, para que juntos possamos tentar ultrapassar alguns obstáculos.

Material de Registo: Fotos, diário coletivo, diário de bordo.

4ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
24 de fevereiro	1 Hora	Indutor: Imagem	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: "Caminhar à ator com regras". ➤ Desenvolvimento: Uma história improvisada. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre as dificuldades sentidas. 	
Duração	Atividade ⁵	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: "Caminhar à ator com regras".	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar várias formas de caminhar. 	<p>Com os participantes a caminhar livremente pelo espaço, às vezes "um", "dois" ou "três", devem:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 1 – Caminhar a passos de formiga; ➤ 2 – Ficar como estátuas; ➤ 3 – Encontrar um par <p>Nota: No início do jogo os participantes são informados acerca dos códigos.</p>	
35 Minutos	Desenvolvimento: Uma história improvisada.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Improvisar a partir de indutores; ➤ Criar uma pequena história dramática. 	<p>Com o grupo em círculo, cada participante escolhe uma imagem aleatória, com a qual, a pares, desenvolve uma breve história. Cada par tem 15 minutos para reunir e construir a história, que será posteriormente contada em voz alta a todo o grupo.</p>	Fotos / Imagens de Robert Doisneau; Henri Cartier Bresson
10 Minutos	Fecho de sessão, com breve reflexão sobre as dificuldades sentidas.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas dificuldades. 	<p>Conversa conjunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dificuldades sentidas ao longo da sessão. 	

Tabela 10: Planificação da 4ª sessão_(Fonte: Própria).

⁵ Os exercícios foram baseados na seguinte referência: Amorim, R. (2016). 4Sénior Mais Atividade, Mais Vida. Abril 2016, 10-11.

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com a presença de 12 (doze) participantes. Iniciou-se com um exercício de locomoção pelo espaço. No decorrer do exercício, foi possível ouvir algumas gargalhadas dos participantes. Sentimos que se divertiam ao realizar o exercício.

O segundo exercício revelou-se inesperado, com afirmações como “ah, era para isso que queria as fotos?” (P6). Todo o grupo participou de forma interessada. Apresentaram alguma dificuldade no trabalho a pares. Apesar disso, o exercício superou as nossas expectativas, uma vez que todos os pares realizaram a atividade como pedido, atingindo os objetivos desejados, embora uns tenham desenvolvido mais a atividade que outros, no sentido em que alguns apenas focaram a imagem e outros imaginaram para além do exposto na imagem. No fecho de sessão, os participantes apontaram que, no primeiro exercício, sentiram-se estonteados, por ser um espaço demasiado pequeno. Sugeriram que num próximo exercício deveríamos afastar mais as mesas ou sair para o exterior.

No final da sessão, a P12 propôs a realização do exercício de memória que tínhamos realizado na sessão anterior. O exercício foi realizado com as mesmas perguntas da sessão anterior e três acrescidas sendo estas: Qual foi a última pessoa que viu ontem?; Falou ontem ao telemóvel?; Qual foi a primeira coisa que pensou hoje quando abriu os olhos?.

Apreciação geral/avaliação

Logo no início da sessão, com a explicação do primeiro exercício, os P5, P11 e P13 saíram da sala, dizendo que, para andar, não queriam ficar na sessão. Não as impedimos de sair, apenas dissemos que se quisessem ficar sentadas a assistir, podiam. Mas saíram na mesma, o P11 voltou mais tarde a entrar na sala, mas não realizou o exercício.

À saída do centro, a assistente social do centro interpelou-nos para perguntar quem havia escrito o papel da P6 relativo à primeira sessão que diz “gostava de ter muita saúde e o meu filho ao meu lado” (P6). Quando a P6, na primeira sessão, na atividade de autobiografia, me pediu para escrever essa frase, todos os participantes a reconheceram de imediato e eu pensei que o filho vivesse longe dela geograficamente. Somente depois da conversa de hoje com a assistente social, pude perceber que o filho da P6 já faleceu e

a senhora nunca fala sobre o assunto. Talvez nunca tivesse falado do assunto, porque era-lhe proposto que falasse. Falou na sessão, provavelmente porque sentiu necessidade e liberdade para o fazer. O certo é que, sem que ninguém lhe pedisse para falar do assunto, a senhora sentiu necessidade de o fazer.

Em relação aos objetivos da sessão, estes foram cumpridos. Os participantes, cada um ao seu ritmo, experimentaram diversas formas de locomoção. No segundo exercício, os grupos improvisaram através do indutor imagem. Para além de se cumprir o objetivo do exercício, cumpriu-se também um dos objetivos específicos de intervenção, a saber: “desenvolver competências de iniciativa própria”, na medida em que, para além de improvisarem apenas a partir da imagem exposta, também imaginaram o que existiria por detrás dessa imagem, indo mais além, criando uma situação/história.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 2: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_1 (Fonte: Própria).



Figura 3: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_2 (Fonte: Própria).



Figura 4: Imagens utilizadas no exercício – “Uma história improvisada” (Fonte: Própria).



Figura 5: Exercício – “Uma história improvisada” (Fonte: Própria).

5ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
27 de fevereiro	1 Hora	Indutor: Corpo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Andar imaginando. ➤ Desenvolvimento: “Quem será eu?”. Fecho de sessão com breve reflexão da sessão e balanço do projeto até então.	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Andar imaginando ⁶ .	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar várias formas de caminhar; ➤ Esboçar diversas personagens em conjunto com as diversas formas de caminhar. 	Com os participantes a caminhar livremente pelo espaço, à voz STOP, devem parar, ouvir e reproduzir o que lhes é pedido: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Imaginem que estão a andar em cima de algodão; ➤ Imaginem que estão a andar no gelo; ➤ Imaginem que estão a andar em cima de vidro cortado; ➤ Imaginem que estão a andar num piso muito quente; ➤ Imaginem que estão a andar na lama; ➤ Imaginem que estão a andar com um peso nas costas; ➤ Imaginem que estão a andar a cavalo; ➤ Imaginem que estão a andar descalços; ➤ Imaginem que são um Robot; ➤ Andar em câmara-lenta. 	
35 Minutos	Desenvolvimento: “Quem será eu?” ⁷ .	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de observação e imitação. ➤ Idealizar uma personagem através da observação. 	Com o grupo dividido em dois, um dos grupos caminha livremente ao som de uma música, enquanto o outro fica sentado a observar o primeiro. É atribuído secretamente um elemento do grupo que caminha a um elemento do grupo que se encontra a observar. Passados alguns minutos de observação, os grupos trocam de posições. Os observadores vão imitar o elemento que observaram, até que este se identifique. O jogo pode repetir-se várias vezes, trocando de pares.	Música: Astor Piazzolla – Inverno Porteño; Verano Porteño.

⁶ O exercício foi baseado na seguinte obra: Reis, L. (2005). *Expressão Corporal e Dramática*. Lisboa: Produções Editoriais, Lda.

⁷ O exercício foi baseado na seguinte referência: Amorim, R. (2016). 4Sénior Mais Atividade, Mais Vida. Janeiro 2016, 11.

10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão da sessão e balanço do projeto até então.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate, expondo as suas ideias. 	<p>Conversa conjunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Como se sentiram ao longo da sessão. ➤ O que foi mais interessante até então? ➤ O que ainda gostariam de fazer? 	
---------------	--	---	---	--

Tabela 11: Planificação da 5ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Quando cheguei ao centro, os participantes já estavam na sala de trabalho à minha espera. Começámos por conversar um pouco sobre o fim-de-semana. Em seguida, organizámos a sala para a sessão, afastámos os sofás, as mesas e as cadeiras para que o espaço se tornasse mais amplo.

A sessão iniciou-se com o exercício andar imaginando, que foi realizado apenas por 5 (cinco) participantes, apesar de haver 10 (dez) participantes na sala. O segundo exercício foi também um exercício de locomoção com o indutor corpo intitulado “Quem sou eu?”. Este exercício criou alguma curiosidade por parte dos participantes quando estes deveriam adivinhar quem é que os estava a imitar.

O fecho de sessão baseou-se no primeiro balanço do projeto. Cito alguns comentários proferidos:

P12: “Gosto mais de atividades de memória”.

P3: “Gosto mais quando conversamos”.

P1: “Gosto de tudo, tudo me diverte, é uma diversão autêntica”.

P5: “Dançar”

P11: “Gosto de estar em casa”.

P10: “Eu? Sentada. É muito interessante e engraçado, mas para eu ver, não para fazer” (Resposta à pergunta “Então e a P10 do que é que tem gostado mais?”).

P4: “Cantar”.

P8: “Desde que possa, gosto de fazer tudo, andar e assim”.

No geral, a sessão decorreu conforme o planeado. No entanto, alguns participantes apresentaram algum desequilíbrio na realização dos exercícios.

Apreciação geral/avaliação

A partir desta sessão começámos a fazer distinção entre os participantes ativos e participantes passivos, porque nesta sessão estiveram 10 (dez) participantes na sala, mas apenas 5 (cinco) participaram ativamente nas atividades.

Esta sessão traduziu-se naquela que menos participantes teve até então. Penso, que tal se deve ao facto da sessão se ter desenvolvido predominantemente em pé ou a caminhar.

Num momento da sessão, a P4 cantou algumas músicas do rancho a que pertencia e mostrou um pequeno álbum de fotos do rancho e dos tapetes de arraiolos que fazia, ao mesmo tempo que explicou qual era a função que desempenhava e o quanto gostava dessas funções.

Durante a sessão também houve lugar para dançar com a P5, que nos pediu para bailar o bailinho da Madeira com ela.

Temos constatado, sessão após sessão, que a P11 diz muitas vezes que gostava de estar em casa ou quer estar em casa, que não sabe o porquê de estar ali, que está bem é em casa. Depois desta constatação, gostaria que este projeto contribuísse para a integração da P11.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 6: Exercício – “Andar imaginando”_1 (Fonte: Própria).



Figura 7: Exercício – “Andar imaginando”_2 (Fonte: Própria).



Figura 8: Exercício – “Quem será eu?”_1 (Fonte: Própria).



Figura 9: Exercício - “Quem será eu?” (Fonte: Própria).



Figura 10: Diário coletivo_1 (Fonte: Própria).

6ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
03 de março	1 Hora	Indutor: Som	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Adivinhe o Som. ➤ Desenvolvimento: O que pode ser? ➤ Fecho de sessão com breve reflexão e caracterização da sessão numa palavra. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura aquecimento: Adivinhe o Som.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a capacidade de escuta. 	Com o grupo de costas para a animadora, são feitos alguns sons através de diversos objetos, como por exemplo: chaves, plástico, apito, porta a fechar/abrir, bater na mesa. Os participantes devem descobrir qual é o objeto a partir do som que escutam.	Objetos sonoros: Chaves; Bater à Porta; Moedas; Apito; Rasgar papel; Amarratar papel; Saco de plástico Arrastar cadeira.
35 Minutos	Desenvolvimento: O que pode ser?	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de reflexão; ➤ Projetar as músicas ouvidas num momento vivido; ➤ Engendrar histórias a partir das músicas. 	Com o grupo em círculo, é colocada uma música que todos devem ouvir. No final da música, são colocadas perguntas como: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Se esta música fosse um filme, qual seria? ➤ Se esta música fosse um sentimento, qual seria? ➤ Se esta música fosse um país, qual seria? ➤ Se esta música fosse uma viagem, qual seria? 	Música: Carlos do Carmo – Canoas do Tejo; Carlos Paião – Cinderela; Amália Rodrigues – Povo que lavas no Rio;

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se esta música fosse um animal, qual seria? 	Dulce Pontes – Canção do Mar; Mariza – O Melhor de Mim.
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão e caracterização da sessão numa palavra.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão; ➤ Caracterização da sessão numa palavra. 	

Tabela 12: Planificação da 6ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Participaram nesta sessão 11 (onze) idosos. A sessão iniciou-se com o exercício adivinhe o som. Os idosos estavam sentados nos sofás em círculo e nós, sem que estes vissem, fizemos vários sons através de diversos materiais para que eles adivinhassem a que material pertencia o som ouvido. Nem todos os materiais foram descobertos facilmente, mas todos os participantes demonstraram interesse na atividade, verbalizando possíveis materiais na tentativa de acertarem.

A sessão continuou com o segundo exercício – “O que pode ser?”, em que os participantes, igualmente dispostos em círculo, ouviam uma música uma primeira vez em silêncio e, na segunda vez que ouviam a mesma música, respondiam a uma pergunta.

- ★ Canoas do Tejo de Carlos do Carmo
 - Se esta música fosse um filme, qual seria?
 - “Filme de um Fado” - P3
 - “Fado do Ribatejo” – P1
 - “1ª guerra” - P5
 - “Filme Americano” - P7
 - “Um Teatro” - P15
 - “*Good Lord*” - P11

- ★ Cinderela de Carlos Paião
 - Se esta música fosse um sentimento, qual seria?
 - Saudade – P11
 - Marido e filho, saudade – P6
 - Amor – P1 e 15
 - Bom, Alegria – P5
 - Satisfação – P10
 - Tristeza – P4, P7 e P8
 - Paixão – P3

- ★ Povo que Lavas no Rio de Amália Rodrigues
 - Se esta música fosse um país, qual seria?
 - Portugal – Todos os participantes

- ★ Canção do Mar de Dulce Pontos
 - Se esta música fosse uma viagem, qual seria?
 - Birmânia – P11
 - Ilha da Madeira – P6
 - Brasil – P5
 - Espanha – P8 e P15
 - Lisboa – P7
 - Uma volta a Portugal - P1
 - Itália – P3
- ★ O Melhor de Mim de Mariza
 - Se esta música fosse um animal, qual seria?
 - Cavalo – P11
 - Gatos – P6
 - Cão – P15, P5, P4, P8, P7
 - Catatua – P1

No fecho da sessão, foi pedido que cada participante caracterizasse a sessão com uma palavra:

- ★ Engraçado – P11 e P6
- ★ Alegre – P3 e P7
- ★ Interessante – P1
- ★ Gostei – P4 e P5
- ★ Saudade – P8
- ★ Bom, todos juntos – P15

Apreciação geral/avaliação

Mais uma vez, quando cheguei ao centro, alguns participantes já estavam na sala de trabalho e outros dirigiram-se quando me viram chegar. Este acontecimento tem sido regular em todas as sessões, o que caracterizo como um ponto positivo. Embora o projeto ainda esteja numa fase inicial, perante este aspeto, pudemos afirmar que o objetivo específico do projeto de intervenção “criar hábitos de participação em atividades dramáticas e em projetos de teatro” está a ser cumprido, tal como, verificamos através do

interesse que os participantes demonstram ao estarem presentes na sala e/ou deslocarem-se para a sala aquando da minha chegada ao centro.

A maioria dos participantes demora bastante tempo a responder às questões que lhe foram colocadas: houve bastante dificuldade em imaginar, fantasiar e sair do real. Constatei tal fato através de afirmações do género – “mas como?”; “Mas isso não é um filme, é uma música”; “Como assim, um país?”.

A P6 tornou a mencionar o filho, sem que houvesse uma pergunta direcionada para o assunto diretamente.

Não sabemos se o tempo destinado ao projeto será o suficiente para modificar esta situação, mas iremos procurar nas sessões seguintes dar um contributo para levar os participantes a imaginar, fantasiar e sair do real.

Os objetivos da sessão, propostos para cada uma das atividades desenvolvidas, foram cumpridos, embora alguns participantes os tenham cumprido de uma forma mais imediata que outros.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 11: Objetos sonoros (Fonte: Própria)

7ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
06 de março	1 Hora	Indutor: Objetos	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Isto é...”. ➤ Desenvolvimento: Histórias de objetos e sessão fotográfica com os objetos. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão e caracterização da sessão com uma frase. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Isto é...	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a memória; ➤ Improvisar através de indutores. 	Com o grupo em círculo, é entregue uma caneta a um dos participantes, que irá rodar por todo o grupo, à qual cada participante deve atribuir outra função/significado e exemplificá-la para os restantes adivinharem do que se trata. O Exercício repete-se com a folha de jornal.	Caneta; Folha de jornal
35 Minutos	Desenvolvimento: Histórias de objetos e sessão fotográfica com os objetos.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de partilha; ➤ Despertar a desinibição em se expor ao falar em grupo. 	Cada participante deve partilhar com o resto do grupo o porquê de escolher aquele objeto e não outro. Em seguida, é realizada uma sessão fotográfica com os participantes e os seus respetivos objetos.	Objetos dos participantes (se mudassem de casa, o que levariam convosco?)
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão e caracterização da sessão com uma frase.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão; ➤ Caracterização da sessão com uma frase. 	

Tabela 13: Planificação da 7ª sessão (Fonte: Própria)

Descrição – a partir das notas de campo

Foram 11 (onze) os idosos que participaram na sessão. Esta iniciou-se com o grupo sentado nos sofás em círculo. O exercício realizou-se inicialmente com uma caneta e posteriormente com uma folha de jornal. Suscitou alguma confusão, porque, mais uma vez, o exercício colocava-os no papel de criador, aquele que imagina e sai do real. Depois de algumas explicações facultadas de formas diferentes e com exemplos, os idosos executaram as atividades conforme pretendido. O exercício decorreu com maior facilidade com a folha de jornal, penso que pelo fato de todos eles já terem em algum momento da sua vida, atribuído outro significado a uma folha de jornal/papel, mas nunca a uma caneta. Na realização da atividade com a folha de jornal, o grupo entusiasmou-se e houve quem fizesse mais do que uma vez o exercício.

Na atividade seguinte, 6 (seis) foram os participantes, que levaram um objeto. Com efeito, tinha-lhes sido pedido, na sessão anterior, que trouxessem um objeto imprescindível num hipotético cenário de mudança de residência. Todos os objetos tinham uma carga afetiva bastante grande, facto que originou a partilha, orgulhosa e emotiva de histórias pessoais. Todos os participantes desenvolveram a atividade, sem que houvesse a necessidade de muita intervenção da nossa parte.

O fecho de sessão deu-se de forma simples e apenas com um agradecimento por terem colaborado trazendo os seus objetos pessoais. O fecho de sessão, tal como estava planeado, não ocorreu por falta de tempo cronológico, pois os idosos deveriam lanchar e deslocar-se até à carrinha, que tem horário de saída do centro.

Apreciação geral/avaliação

Quando cheguei ao centro, os participantes estavam numa discussão amigável, tentando descobrir o meu nome, pois nenhum dos participantes em questão se recordava. Quando o grupo se reuniu, perguntei quem se recordava do nosso nome e a P4 foi quem disse o meu nome de forma correta. É enigmático saber que parte do grupo discutia por saber o nosso nome. Faziam-no porquê? Porque não havia outra ocupação? Ou porque começamos a fazer parte do dia-a-dia deles num período em que têm ocupação? Ficam as perguntas, sem respostas.

A sessão no cômputo geral foi bastante interessante e produtiva, uma vez que os participantes se envolveram nas atividades com bastante disponibilidade e entrega, sem

que fosse necessário que eu repetisse várias vezes o exercício e os estimulasse constantemente a fazê-lo. O tempo destinado à sessão revelou-se insuficiente, devido ao envolvimento dos participantes, motivo pelo qual não foi realizado o fecho de sessão conforme planeado. Demos preferência ao desenrolar natural das atividades em vez de limitar o tempo, que já é por si só é uma grande barreira para este grupo, ou envelhecer não fosse uma corrida contra o tempo cronológico. Embora haja planificações e regras/estruturas de tempo, tentamos fazer com que essa não seja uma preocupação deles, mas nossa (sem que eles se apercebam). Sempre, que necessário, seremos flexíveis ao ponto de deixar as atividades fluírem de forma natural, consoante o *feedback* do grupo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 12: Exercício – “isto é...” com caneta (Fonte: Própria).



Figura 13: Exercício – “isto é...” com folha de jornal_1 (Fonte: Própria).



Figura 14: Exercício – “isto é...” com folha de jornal_2 (Fonte: Própria).



Figura 15: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_1 (Fonte: Própria).



Figura 16: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_2 (Fonte: Própria).



Figura 17: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_3 (Fonte: Própria).



Figura 18: Diário coletivo_2 (Fonte: Própria).

8ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
10 de março	1 Hora	Indutor: Personagem	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Jogo da mímica. ➤ Desenvolvimento: Recriação de “Ídolos”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre as dificuldades sentidas. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Jogo da mímica ⁸ .	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar memória; ➤ Explorar capacidades expressivas do corpo e da linguagem verbal. 	Com o grupo em círculo, cada participante à vez retira um papel de dentro do saco onde estão vários papéis com profissões e animais. O participante que retira o papel deve, através de gestos e sem usar a fala, exemplificar a profissão ou o animal, até que os restantes participantes do grupo adivinhem do que se trata.	Papéis com profissões e animais; Saco.
35 Minutos	Desenvolvimento: Recriação de “Ídolos”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de recriação; ➤ Despertar o sentido de assumir uma personagem. 	Cada participante tem 10 minutos para refletir sobre a recriação do seu “ídolo” através de um elemento, uma frase, forma de andar ou estar. Em seguida, cada um dos elementos vai apresentar ao resto do grupo o que desenvolveu, até que algum participante adivinhe de quem se trata.	Elementos caracterizadores do “ídolo”.
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre as dificuldades sentidas.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dificuldades sentidas ao longo da sessão. 	

Tabela 14: Planificação da 8ª sessão (Fonte: Própria).

⁸ O exercício foi baseado na seguinte obra: Reis, L. (2005). *Expressão Corporal e Dramática*. Lisboa: Produções Editoriais, Lda.

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com a presença de 10 (dez) idosos e iniciou-se com o grupo sentado nos sofás em círculo. Explicámos o exercício de abertura: Jogo da mímica – que foi realizado com bastante entusiasmo. De facto, os participantes demonstraram interesse ao apressarem em pensar numa forma diferente de demonstrar o animal ou a profissão através de gestos, quando ninguém adivinhava à primeira o que era.

Para além dos participantes terem demonstrado um grande entusiasmo na realização da atividade de abertura, o que levou a que ocorresse num tempo superior ao estimado, a falta de material (tínhamos pedido na sessão anterior que levassem material) e a falta de interesse por parte dos participantes em realizar esta atividade específica, foram as justificações para que não se tivesse realizado o exercício de desenvolvimento conforme planeado. Ainda assim, surgiu um diálogo sobre os seus ídolos.

No fecho de sessão, quando o nosso desejo era conversarmos sobre as dificuldades sentidas pelos participantes, apenas um participante (P12) respondeu: - “Não senti dificuldade”. Os restantes não responderam; não lhes é fácil fazer uma reflexão sobre as dificuldades. O diálogo acabou por enveredar para o que gostaram mais, onde registei comentários como: “temos de fazer mais vezes isto” (P3); “gostei e achei piada. Gosto de coisas de puxar pela cabeça” (P1); “por acaso gostei deste que estivemos a fazer hoje” (P8).

Apreciação geral/avaliação

Quando nos dirigimos à P15, com a intenção de saber se esta sabia ler e escrever (uma vez que se trata de uma participante que não esteve presente desde o início do projeto), esta respondeu: - “Eu não sei ler nem escrever, mas assinava o meu nome e ensinei o meu filho a juntar as letras, mesmo sem saber ler”. A persistência de quem não teve acesso aos estudos e ainda assim se esforçou por aprender e teve a preocupação de transmitir ao filho o que sabia, é um relato de superação e amor.

Durante o primeiro exercício, a maior dificuldade que identificámos foi a falta de audição sentida por parte da grande maioria dos participantes, uma vez que, por não saberem ler, era necessário dizer-lhes ao ouvido o que estava escrito no papel que estes tinham tirado. Em algumas situações, corremos o risco de dizer tão alto que o participante do lado ouvia, levando a que este respondesse até mesmo antes de a pessoa

começar a executar qualquer gesto. À parte desta situação, o exercício verificou-se bastante interessante e foi aceite de forma entusiasmada, ao ponto de pedirem ajuda com o olhar, quando não sabiam o que fazer, sem desistirem de realizar o exercício.

Apesar de ter sido pedido na sessão anterior para que cada participante levasse um elemento caracterizador do seu ídolo, ninguém o fez. A atividade não foi realizada conforme planeado, apenas conversámos de forma geral sobre os seus ídolos e as suas formas de cantar.

A P11, apesar de não ter participado de forma entusiasta e interessada como os restantes participantes, estava sentada a observar e a rir-se construtivamente de tudo o que acontecia. Detetámos nas sessões anteriores, a partir de alguns comentários seus, que a P11 não está integrada, tal como pudemos verificar no discurso em que utiliza palavras invulgares (invulgares no vocabulário de senhoras em que a maioria tem a 4ª classe como máximo), criando uma distância em relação às restantes participantes, como se ela quisesse que ficasse claro que tiveram percursos formativos e laborais muito distintos e que, por consequência, deveriam também ter um processo de envelhecimento diferente. Gostávamos que, de alguma forma, as sessões contribuíssem para a integração de P11.

No geral, não foi uma sessão em que todos os objetivos foram cumpridos, porque a atividade de desenvolvimento não se realizou conforme o planeado, mas, por outro lado, a primeira atividade revelou-se bastante interessante e bem aceite pelos participantes.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo.

9ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
13 de março	1 Hora	Indutor: Mapa	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Jogo da memória. ➤ Desenvolvimento: Mapa da minha Terra. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão geral. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Jogo da memória.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a memória; ➤ Estímulo para o exercício seguinte. 	<p>Com o grupo em círculo, são feitas perguntas sobre a sua terra natal com o intuito de exercitar a memória e preparar para o exercício seguinte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Como se chama a sua terra Natal? ➤ Onde se encontram os jovens na sua terra? ➤ Quantos monumentos religiosos há? ➤ Existem parques de passeios/merendas? ➤ Como são as estradas? ➤ Como é o edifício da Câmara Municipal/Junta de Freguesia? 	Máquina fotográfica
35 Minutos	Desenvolvimento: Mapa da minha Terra.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de partilha; ➤ Expor o pensamento em papel; ➤ Planear uma ideia de cenário. 	<p>Num pequeno pedaço de papel de cenário, cada participante deve desenhar o mapa da sua terra, onde devem estar presentes os pontos mais importantes para eles.</p> <p>Nota: Não é importante o traço nem a escala do mapa. Deve ser um mapa da geografia emocional de cada participante: lugares fundamentais e pedaços de memórias associados a esses lugares.</p>	Pequenos recortes de papel de cenário.
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão geral.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	<p>Conversa conjunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Como se sentiram ao longo da sessão. 	

Tabela 15: Planificação da 9ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Na sessão contámos com a participação de 9 (nove) idosos. Toda a sessão decorreu com o grupo sentado em volta de uma mesa, começando com um diálogo sobre a terra natal de cada um dos participantes. Alguns partilharam as características da sua terra natal com mais contentamento que outros, devido às experiências que cada um teve na infância. Na maioria (dada a época), os participantes tiveram uma infância de muito trabalho e pouco fruição do que é ser criança e tudo o que isso envolve. Mas todos deram o seu contributo, fazendo uma reflexão/viajem ao passado mais longínquo, contribuindo para que se cumprisse um dos objetivos da atividade – “Exercitar a memória”.

A sessão prosseguiu com a atividade de desenvolvimento – elaboração de um “Mapa da minha Terra”, o qual a maioria dos idosos sentiu grande dificuldade não em desenhar, mas em perceber que eram capazes de o fazer, pelo facto de ainda não terem tentado.

O fecho da sessão deu-se com uma conversa conjunta, na qual dialogámos sobre como se tinham sentido ao longo da sessão. A maioria, respondeu que sentiu saudades de pequenas coisas que faziam na infância e/ou pessoas que deixaram para trás e não voltaram a ver.

Apreciação geral/avaliação

A sessão decorreu de forma regular. A P12 recusou-se a fazer o mapa e alguns participantes realizaram apenas depois de algum estímulo da nossa parte, porque diziam que não sabiam desenhar. Tentámos inverter a situação, dizendo que não era um desenho, mas sim um mapa, que não necessitava de ser perfeito. Esta estratégia resultou por instantes, apesar das queixas não terem parado. Todas, elas fizeram o mapa, com mais ou com menos intervenção da nossa parte. As senhoras P6 e P7 foram as que realizaram de forma mais tranquila e autónoma o exercício. P4 e P15 foram as que tiveram mais dificuldades.

Alguns dos participantes referiram que gostavam de ir morrer à sua terra ou, então, que gostavam de lá ir antes de morrer, para ver como é que está agora. Foi difícil para nós dar resposta/digerir esta situação, porque não temos meios para fazer isso e lamentamos tanto que os seus “últimos” desejos possam não ser cumpridos.

O fecho da sessão foi muito nostálgico, não fizemos qualquer pergunta e deixámos que os participantes falassem daquilo que quisessem. Quando percebemos que estávamos a entrar na monotonia/tristeza da partilha de sonhos que pouco a pouco se vão tornando utopias, mudámos de assunto e pedimos ajuda na colocação dos mapas no nosso diário coletivo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 19: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_1 (Fonte: Própria).



Figura 20: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_2 (Fonte: Própria).

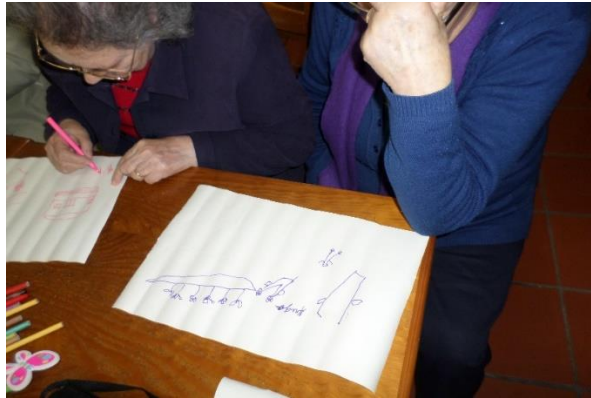


Figura 21: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_3 (Fonte: Própria).



Figura 22: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_4 (Fonte: Própria).

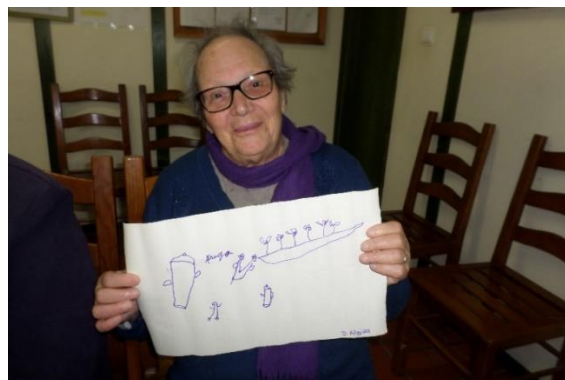


Figura 23: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_5 (Fonte: Própria).

10ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
17 de março	1 Hora	Indutor: Texto	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Era uma vez...”. ➤ Desenvolvimento: Elaboração de um acróstico. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre a sessão no geral e caracterização da sessão numa palavra. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: “Era uma vez... ⁹ ”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a memória; ➤ Explorar a improvisação; ➤ Dar continuidade à história. 	Com o grupo em círculo, a animadora começa uma história com a expressão “Era uma vez...” e os participantes, cada um na sua vez, devem retirar do saco um fantoche mistério e acrescentar uma ou duas frases baseadas no fantoche, de forma a dar continuidade à história.	Vários fantoches de mãos e de dedo.
35 Minutos	Desenvolvimento: Elaboração de um acróstico.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Refletir sobre si mesmo; ➤ Explorar a capacidade de partilha. 	Através do nome de cada participante, deve ser feito um acróstico durante 15 minutos e posteriormente partilhado com o grupo.	Folhas de papel e canetas
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre a sessão no geral e caracterização da sessão numa palavra.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão; ➤ Caracterização da sessão numa palavra. 	

Tabela 16: Planificação da 10ª sessão (Fonte: Própria).

⁹ O exercício foi baseado na seguinte referência: Amorim, R. (2016). 4Sénior Mais Atividade, Mais Vida. Abril 2016, 11.

Descrição – a partir das notas de campo

Foram 8 (oito) os participantes na sessão, que se iniciou com o exercício de abertura: “Era uma vez”. Neste exercício, os participantes envolveram-se de forma bastante curiosa. Após a surpresa do fantoche que lhes tocou em sorte, riram-se com a surpresa da situação e com o desconhecimento do seu manuseamento. Houve, desde logo, vários participantes que interagiram com os fantoches, mas foi muito difícil manter a continuidade da história, sendo que cada participante iniciava o contacto com o objeto e um diálogo sem ligação com o que o participante anterior havia dito. Fizemos várias intervenções, na tentativa de conseguir levar o grupo a dar continuidade à história iniciada, mas sem sucesso. Desta forma, não foram atingidos, na sua totalidade, os objetivos da atividade.

O exercício de desenvolvimento “Acróstico” acabou por se realizar em grupo, a pedido dos participantes. Decorreu de forma regular, por terem sido sempre os mesmos participantes a dar ideias para completar o acróstico. O fecho de sessão deu-se com uma conversa sobre o prosseguimento do projeto.

Apreciação geral/avaliação

Em todos os grupos existem diferentes perspetivas, porque todos os grupos, apesar de serem constituídos por um interesse em comum, são de igual forma constituídos por pessoas, cada uma com os seus gostos e interesses particulares. Temos notado desde o início que, no conjunto dos idosos do Centro, não existe um sentido de grupo. Existem, sim, pequenos grupos e pessoas por vezes isoladas. Hoje, tivemos a prova de que realmente o grupo tem conflitos internos, depois de ter assistido a uma discussão entre a P3 e a P10, discussão que, apesar de ter ocorrido durante a sessão, teve por base em desentendimentos anteriores. Não entendemos o cerne da discussão, mas ambas se atacaram com referências a situações anteriores, que não agradaram a uma ou a outra ou que não foram consideradas próprias para a ocasião e o local.

Quanto às restantes participantes que estiveram presentes na sessão e assistiram à discussão, algumas mantiveram-se caladas e outras começaram a tomar partido. A partir desse momento, tentámos acalmar a situação, dizendo que não estávamos ali para discutir, mas sim para passarmos um momento agradável e que deveríamos continuar as atividades. As acusações pararam e continuámos a sessão.

No final desta sessão, sentimos a necessidade de questionar o grupo a propósito do seu interesse na continuidade das atividades, tendo as respostas sido as que se seguem:

P1 – “Quero que venha, porque passa o tempo mais depressa”;

P6 – “Enquanto estou aqui, não estou a pensar nos problemas, vale mais estar aqui”;

P4 - “Gosto, sinto-me bem”;

P3 – “Gosto de distrair e conversar”;

P15 – “Gosto deste conjunto”;

P11 – “Não gosto de vir aqui (centro), mas prefiro estar aqui (sala de atividades) que ali fora (outra sala)”.

A P10 acabou por adormecer após a discussão e acordou no final da sessão. Dada a incoerência do seu discurso, esta participante poderá aparentemente estar a desenvolver alguma problemática própria da idade, o que não é compreendido pelo grupo.

A sessão foi marcada por este desentendimento e não foi fácil para nós assumirmos o papel de mediadores. Foi muito difícil encontrar as palavras certas para acabar com a discussão, sem estarmos a tomar partido de alguma das duas senhoras. Acabámos por conseguir, embora certos que as discussões, provavelmente, continuarão.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 24: Exercício – “Era uma vez”_1 (Fonte: Própria).



Figura 25: Exercício – “Era uma vez”_2 (Fonte: Própria).



Figura 26: Exercício – “Era uma vez”_3 (Fonte: Própria).



Figura 27: Exercício – “Era uma vez”_4 (Fonte: Própria).



Figura 28: Exercício – “Era uma vez”_5 (Fonte: Própria).

11ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
20 de março	1 Hora	Indutor: Texto 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Nomes começados por e Salada de fruta. ➤ Desenvolvimento: Construção de texto. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Nomes começados por e Salada de Fruta.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar memória. 	Com o grupo em círculo, é pedido que os participantes digam à vez um nome começado pela letra A, L e M. De seguida, são pedidos nomes de frutas. Pode existir mais de uma ronda caso os participantes se lembrem de mais algum nome ou de alguma fruta.	
35 Minutos	Desenvolvimento: Construção de texto.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explorar a capacidade de escolha e o trabalho em grupo; ➤ Desencadear a construção de texto e a leitura em público. 	Cada participante tem um texto/poema que deve ler em voz alta, e escolher a frase que goste mais. Em conjunto, o grupo deve juntar todas as frases e construir um único texto/poema.	Poemas: “Tecendo a Manhã” de João Melo Neto; “Para Atravessar Contigo o Deserto do Mundo” e “Revolução” de Sophia de Mello Breyner Andresen; “Liberdade”; “Não Digas Nada” e “Sorriso Audível das Folhas” de Fernando Pessoa; “Hora que Passa” de Florbela Espanca. Letras de músicas: “Roubei-te um Beijo” de Armando Torrão; “Acredito” de Celina da Piedade.
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Reflexão sobre a sessão. 	

Tabela 17: Planificação da 11ª sessão (Fonte: Própria)

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com a participação de 9 (nove) idosos. Iniciou-se com o exercício de abertura: “Nomes começados por... e Salada de Fruta”. Alguns participantes tiveram dificuldades na realização da atividade, devido ao baixo nível de escolaridade.

No que respeita à atividade de desenvolvimento “Construção de texto/poema”, os poemas foram atribuídos aleatoriamente pelo grupo e alguns participantes leram em voz alta os poemas e escolheram as frases, enquanto outros ouviram os poemas lidos por nós, escolhendo também as frases. O poema foi constituído, tendo em conta a ordem das leituras.

O fecho da sessão deu-se com uma reflexão sobre a sessão.

Apreciação geral/avaliação

Logo no início da sessão ocorreu mais um episódio desagradável de desentendimentos entre os participantes originado pelo pedido de uma das participantes para abrir a janela devido ao calor que se fazia sentir dentro da sala. Outra participante interveio, dizendo que, se tinha calor, deveria ir para a rua, porque ali estava frio e não queria a janela aberta. Desde logo, o grupo dividiu-se entre as participantes que queriam a janela aberta e as que queriam a janela fechada. Conseguimos chegar ao acordo de deixar a janela semiaberta.

Para além de não haver um sentido de grupo, neste coletivo parece não existir também o respeito pelo outro. Em situações em que existe a estreita necessidade de ouvir o outro, antes de responder, muitas das vezes, falam todos ao mesmo tempo sem dar espaço à opinião dos outros.

Por outro lado, provavelmente devido a alguma patologia, P5 e a P10 têm apresentado atitudes incoerentes e inconstantes, o que dificulta o prosseguimento das atividades e a gestão grupal, pois nestas situações algumas das outras participantes riem-se ou comentam pejorativamente os seus comportamentos.

Apesar de todos os constrangimentos, durante a sessão chegámos em conjunto ao poema final, construído por todo o grupo a partir dos poemas que nós tínhamos distribuído pelos participantes.

Poema construído:

“Cá fora à luz sem véu do dia duro
Como casa limpa
O instante que foge, voa, e passa...
Sorriso audível das folhas
Mas o melhor do mundo são as crianças
Não digas nada;
Que venha escrita em loiça
Vou para terras de Espanha
Os fios de sol de seus gritos de galo”

No final da sessão, o P1 mencionou que parecia que tínhamos combinado as frases para a construção do poema. P7 veio ter comigo para dizer que: - “Eu estava para aqui com as minhas tonturas e isto aliviou-me a cabeça”. É positivo, no final de uma sessão, ouvir este comentário proferido por uma participante. Com este comentário, refletimos sobre um dos objetivos da intervenção: “Refletir sobre os benefícios conseguidos pela sua participação no processo”. Ainda que indiretamente, penso que o objetivo foi cumprido.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo (Anexo IX).

12ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
24 de março	1 Hora	Indutor: Som 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Era uma vez um gato maltês. ➤ Desenvolvimento: Imaginação sonora. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão e sentimento caracterizador da sessão. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: “Era uma vez” um gato Maltês.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercitar a memória. 	Com o grupo em círculo, é dada a conhecer a frase “Era uma vez um gato maltês”; todos repetem em conjunto a frase algumas vezes. Em seguida, cada participante deve dizer uma palavra da frase, quem se engana na sua vez ou na palavra, sai do jogo.	
35 Minutos	Desenvolvimento: Imaginação sonora.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Criar uma situação dramática a partir do indutor musical. 	Os participantes escutam uma música pela primeira vez. São divididos em pares e ouvem a mesma música pela segunda vez. Em seguida, cada par desenvolve uma história que será partilhada com o grupo posteriormente.	Músicas instrumentais: Astor Piazzolla – Fuga y Mistério;
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Reflexão geral; 	

Tabela 18: Planificação da 12ª sessão (Fonte: Própria)

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com a participação de 7 (sete) idosos e iniciou-se com o exercício de abertura: “Era uma vez um gato Maltês”, o qual, apesar de gerar algumas dificuldades iniciais, foi desenvolvido consoante o pedido.

A atividade de desenvolvimento ocorreu com alguns desentendimentos e apenas um par desenvolveu a atividade conforme planeada.

O fecho de sessão sofreu alterações, devido aos desentendimentos sucedidos no decorrer da sessão.

Apreciação geral/avaliação

Quando entrámos na sala de trabalho, a P3 estava a fazer sapos com folhas de revista. Prontamente, a senhora disse:

- “Já viu o que estou a fazer?” (P3);
- “Estão muito bonitos” (animadora);
- “São para pôr no placar ao pé daqueles se quiser” (P3);
- “Claro que quero, eu vou buscar a fita cola e já colocamos” (animadora).

Foi o primeiro episódio desta natureza, uma vez que no início esperávamos que o grupo se envolvesse mais com o diário coletivo, o que não ocorreu. E hoje tivemos esta surpresa agradável.

A atividade “Era uma vez um gato Maltes” gerou alguma dificuldade inicial. Após algumas explicações e várias tentativas e erros, o grupo realizou a atividade de forma positiva: fizeram duas voltas sem se enganar ou questionar seja o que for. A pedido de P13, a atividade realizou-se também com a frase “Hoje é segunda-feira”.

Pela terceira vez consecutiva, o grupo entrou em conflitos/discussões. Desta vez porque não queriam trabalhar a pares. Nós inicialmente formámos os pares pela ordem em que estavam sentados, para facilitar em termos logísticos. Alguns começaram por recusar trabalhar com o par e, em pouco tempo, tínhamos todos os participantes a recusarem-se a trabalhar com os pares. Pedimos que formassem eles os pares, ficando todos a olhar uns para os outros. O exercício acabou por se realizar a pares, mas apenas um par correspondeu ao pedido, cumprindo os objetivos da atividade (par P1 e P2).

Aquando da discussão dos pares, percebemos que o grupo tinha discutido antes da sessão, porque algumas das participantes queriam o aquecedor desligado e outras o queriam ligado.

Nas últimas sessões, tem sido bastante complicado desenvolver qualquer atividade com P5 e P10, devido à desordem mental que apresentam.

Como o fecho de sessão, pedimos que mencionassem todos os bons momentos e/ou atividades que tinham gostado até então, tendo sido mencionados: mímica; caminhar e dar outro significado aos objetos.

No final da sessão (apesar de ser repetitivo, sentimos a necessidade de o fazer novamente), questionámos todo o grupo sobre o seu interesse nas sessões e dissemos-lhes diretamente que, para haver uma continuidade, teria de haver uma mudança de comportamentos.

Nesta fase, estávamos a chegar ao fim das atividades e seria expectável começarmos a fase de construção do produto final, mas sentimos que o grupo não estava a corresponder às expectativas, demonstrando por vezes desinteresse na sessão, desenvolvendo e alimentando discussões. Por este motivo, a planificação sofreu alterações, relativamente ao que havíamos idealizado inicialmente. Nesta perspetiva, demos continuidade ao projeto, seguindo a mesma linha de atividades que realizámos até então, abdicando da fase de construção do texto e a sua representação.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 29: Consequência do exercício – “isto é...” (Fonte: Própria).

13ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
27 de março	1 Hora	Indutor: Texto 3	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Jogo da memória. ➤ Desenvolvimento: “E se...”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre a caracterização da sessão com um sentimento. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Jogo de memória	<ul style="list-style-type: none"> • Exercitar a memória. 	<p>Com o grupo em círculo, são feitas perguntas com intuito de exercitar a memória:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ O que almoçou ontem? ➤ Com quem falou ontem pela última vez? ➤ Qual foi a última coisa em que pensou antes de adormecer? ➤ Qual foi a primeira ação que fez hoje? 	
35 Minutos	Desenvolvimento: “E se...”	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a imaginação; • Criar pequenas dramatizações de acordo com os estímulos; 	<p>Com o grupo em círculo, são propostas várias situações no sentido de cada participante dramatizar a situação:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ E se, estivesse no supermercado e, na hora de pagar, desse conta de que não tinha dinheiro? ➤ E se, numa ida ao cabeleireiro, a cabeleireira pintasse o seu cabelo de azul por engano? ➤ E se num dia chuvoso, estivesse longe de casa e sem guarda-chuva? ➤ E se, ao levar o saco do lixo para o caixote, ele rebentasse? ➤ E se, fosse convidada (o) para um jantar de gala e não gostasse da comida? 	
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre a caracterização da sessão com um sentimento.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	<p>Conversa conjunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Caracterização da sessão com um sentimento. 	

Tabela 19: Planificação da 13ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão realizou-se com a participação de 8 (oito) idosos e teve início com o exercício de memória, tendo surgido mais três perguntas para além das que haviam sido planeadas:

O que jantou ontem?

Quem foi a primeira pessoa que viu hoje?

Qual foi a primeira ação do dia?

Desenvolveu-se a atividade “E Se...”, à qual os participantes corresponderam de forma positiva, alcançando os objetivos da atividade, mostrando-se interessados e cooperando com os restantes elementos do grupo.

O fecho de sessão deu-se com a caracterização da sessão através de um sentimento.

Apreciação geral/avaliação

O primeiro exercício foi do agrado de todos os participantes, que manifestaram o seu agrado. Quando estávamos a terminar o exercício, pediram mais uma frase, tendo feito comentários sobre como gostam de exercícios para “puxar pela cabeça”. Na última sessão, mencionaram o jogo como uma das atividades que mais gostaram até então. Devido a estes comentários e observações, acrescentámos mais três perguntas à atividade desse dia.

No fecho da sessão, as senhoras mencionaram sentimentos como a Alegria e proferiram palavras/frases como: “engraçado”; “foi bom, senti-me bem”; “convivência, estarmos todos juntos”. Quando as participantes começaram a dizer frases ou palavras em vez do pedido – sentimento, nós reforçámos que estávamos a pedir um sentimento, mas não demos exemplos com receio de influenciar as suas respostas. O resultado foi este: apenas P16 mencionou um sentimento.

P3 sugeriu que, no final do projeto, tirássemos uma fotografia todos juntos, para que nós não nos esquecêssemos deles.

Nesse dia, não colocámos nada no diário coletivo e não iremos colocar nas próximas sessões, com o fim de perceber se os participantes dão pela falta das fotos no diário coletivo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 30: Fotos da 13ª sessão_1 (Fonte: Própria).



Figura 31: Fotos da 13ª sessão_2 (Fonte: Própria).

14ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
07 de abril	1 Hora	Indutor: Objeto 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Identificar objetos”. ➤ Desenvolvimento: “A história dos objetos”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que surpreendeu os participantes durante a sessão. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: “Identificar objetos”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Despertar a curiosidade; Identificar os objetos. 	Com os participantes em círculo, é passado um objeto dentro de um saco escuro; cada participante a seu tempo procura identificar o objeto pela sua forma e textura.	Rolo de papel higiénico; Caixa de medicamentos; Frasco de alho moído; Saqueta de chá; Porta-moedas; Uma maçã.
35 Minutos	Desenvolvimento: “A história dos objetos”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exteriorizar a capacidade criativa na construção das histórias; ➤ Expressar, facial e corporalmente, a história que conta. 	É atribuído um dos objetos anteriormente identificados a cada participante, que deve criar uma história para o objeto, tendo em conta os seguintes aspetos: quem construiu; como o construiu; percurso do objeto até à sessão e outros aspetos que considere relevantes.	
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que surpreendeu os participantes durante a sessão.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão sobre o que surpreendeu os participantes durante a sessão. 	

Tabela 20: Planificação da 14ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com 5 (cinco) participantes. A atividade de abertura da sessão foi “Descobrir os objetos” e desenvolveu-se com todos os participantes, de forma positiva, sem interrupções ou críticas destrutivas entre o grupo. No decorrer da atividade, o grupo de participantes que estava passivamente na sessão demonstrou interesse em participar ativamente, começando pela P2 e P18, estendendo-se depois aos restantes.

“Histórias de objetos” foi a atividade de desenvolvimento, realizada por todos os participantes presentes na sala. A atividade desenrolou-se com maior dificuldade/dúvidas em relação à primeira atividade. No entanto, desenvolveu-se de forma tranquila e cumprindo os objetivos desejados.

O fecho de sessão contou com uma conversa conjunta sobre o que as surpreendeu durante a sessão

Apreciação geral/avaliação

A atividade de abertura foi muito bem aceite pelo grupo, “arrastando” a curiosidade dos participantes passivos para a atividade, transformando-os em participantes ativos.

No final da sessão, P11 revelou que, apesar de não gostar de estar no centro e de, na maioria das vezes, não sentir interesse pelas sessões, naquele dia tinha sentido interesse e gostara de participar.

A sessão decorreu de uma forma esplendida, arriscando-nos a dizer que foi a melhor sessão até então, no sentido em que os participantes passivos se tornaram ativos, todos os elementos formaram um grupo, sem o registo de desentendimentos e com interajuda durante as atividades.

No fecho, os participantes mencionaram a primeira atividade como aquela que mais as surpreendeu durante a sessão.

Continuámos sem colocar fotos ou qualquer material no diário coletivo. Ainda nenhum participante deu por isso, ou pelo menos, ainda nenhum participante comentou o assunto.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 32: Atividade de abertura – “Descobrir os objetos”_1 (Fonte: Própria).



Figura 33: Atividade de abertura – “Descobrir os objetos”_2 (Fonte: Própria).



Figura 34: Diário coletivo_14ª Sessão (Fonte: Própria).

15ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
21 de abril	1 Hora	Indutor: Imagem 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Mascotes descoordenadas”. ➤ Desenvolvimento: “Sonorização das mascotes”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o trabalho em grupo. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
25 Minutos	Abertura / aquecimento: “Mascotes descoordenadas”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Estimular a concentração; ➤ Desenvolver a capacidade de criação. 	É atribuída uma folha dobrada em quatro partes iguais na horizontal, a cada participante. Na primeira dobra todos devem desenhar uma cabeça, na segunda um tronco e braços, na terceira as pernas e na quarta os pés ou sapatos. As folhas rodam de maneira a que todos os participantes estejam a desenhar ao mesmo tempo a mesma parte do corpo numa folha onde ainda não tenham desenhado.	Folhas de papel A4; Marcadores.
25 Minutos	Desenvolvimento: “Sonorização das mascotes”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Criar sons; ➤ Interagir com os colegas do grupo; ➤ Conceber uma ou mais personagens. 	Com o grupo dividido em pequenos grupos, são distribuídas duas mascotes descoordenadas a cada grupo. Cada grupo deve sugerir um som que caracterize em cada mascote: o seu nome, as suas pegadas e o som de um beijo entre ambas as mascotes. Depois de alguns momentos de reflexão e troca de ideias entre o grupo, os sons devem ser partilhados com todo o grupo	
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre o trabalho em grupo.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sobre o trabalho em grupo. 	

Tabela 21: Planificação da 15ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

A 15ª (décima quinta) sessão contou com 8 (oito) participantes. Desenrolou-se com o grupo de participantes sentados à volta das mesas da sala de trabalho, iniciando-se com a atividade das “mascotes descoordenadas”, que originou a segunda atividade. No fecho de sessão houve uma conversa conjunta sobre o trabalho em grupo, no qual os participantes refletiram sobre o trabalho a pares que desenvolveram neste dia. Foi visível num dos grupos (P2 e P16) que, no desenvolvimento a pares da segunda atividade, a P16 sobrepunha a sua opinião que era sempre acatada pela P2. Todos os participantes mencionaram que era importante e bom trabalhar em grupo.

Apreciação geral/avaliação

Os participantes continuam a estar à nossa espera na sala de trabalho e/ou a deslocar-se para a sala de atividades quando nos vêm chegar. Nesse dia, quando cheguei, estavam as participantes P3 e P16 a conversar sobre o motivo de não termos colocado fotos já há duas semanas no diário coletivo. Perguntaram-me se tinha acontecido alguma coisa, ao que respondi que o faríamos na próxima sessão.

O número de participantes ativos foi muito reduzido. Enquanto na sessão anterior alguns participantes começaram a sessão de forma passiva e terminaram como participantes ativos, o mesmo não aconteceu nesta sessão. No entanto, as atividades decorreram de forma positiva, com os elementos do grupo a cooperar uns com os outros e sem se recusarem a trabalhar a pares. A sessão, no seu todo, decorreu de forma tranquila com a colaboração de todos.

Os objetivos da atividade de desenvolvimento: “Criar sons; Interagir com os colegas do grupo; Conceber uma ou mais personagens”, foram cumpridos em parte, uma vez que no par P2 e P16 não houve interação entre o par: a P16 dava ideias e a P2 acatava todas as suas ideias sem acrescentar nada de novo. No par P1 e P3 houve diálogo e discussão (passiva) sobre os sons a escolher.

Quanto ao objetivo: “conceber uma ou mais personagens”, também foi apenas atingido apenas em parte pelos dois pares porque, apesar de terem atribuído todos os sons à imagem/mascote, em momento algum desenvolveram qualquer movimento ou ação nesse. Talvez isto aconteça por se tratar de um grupo que se limita em realizar aquilo que é pedido e raramente ariscam sair da caixa.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 35: Atividade de abertura - “Mascotes descoordenadas”_1 (Fonte: Própria).



Figura 36: Atividade de abertura – “Mascotes descoordenadas”_2 (Fonte: Própria).

16ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
28 de abril	1 Hora	Indutor: Personagem 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “A mentira escondida”. ➤ Desenvolvimento: “Identidade fictícia”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que retiveram de mais interessante. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: “A mentira escondida”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular um discurso coerente; ➤ Produzir frases improvisadas. 	Com o grupo em círculo, um voluntário começa por falar de si e de alguma experiência que queira partilhar com factos verdadeiros e um facto falso. No final da sua exposição, os restantes participantes devem tentar adivinhar qual é o facto falso.	
35 Minutos	Desenvolvimento: “Identidade fictícia”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Criar algumas frases; ➤ Expor a identidade fictícia através de um discurso expressivo. 	Individualmente cada participante cria uma identidade fictícia (nome, idade, origem, história pessoal). Em seguida, deverá apresentar-se aos restantes participantes, que lhe colocarão duas a três questões, tendentes a verificar a verosimilhança da personagem.	
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que retiveram de mais interessante.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Partilhar ideias. 	Conversa conjunta: Breve reflexão sobre o que retiveram de mais interessante.	

Tabela 22: Planificação da 17ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Foram 11 (onze) os participantes na sessão, que se iniciou com os participantes na sala de trabalho, tendo as atividades decorrido na mesa, porque os participantes já estavam sentados nessa posição quando chegámos à sala. Para não dificultar as deslocações, adaptámos a atividade à situação encontrada.

Na atividade de abertura, realizámos a atividade intitulada “A mentira escondida”. A realização desta atividade permitiu-nos perceber que todos os participantes, de uma ou outra forma, improvisaram e representaram. Em relação aos objetivos da sessão, estes foram na sua maioria atingidos, uma vez que todos os participantes produziram frases improvisadas, mas nem todos formularam um discurso na sua totalidade coerente. Penso que isso se deve ao fato de estarem a improvisar. As verbalizações acabaram por surgir quase em simultâneo aos pensamentos, uma vez que não houve um tempo inicial para a preparação do discurso, precisamente por um dos objetivos ser a improvisação.

A atividade de desenvolvimento - Identidade fictícia – desenvolveu-se através de um discurso mais coerente e estruturado. Com efeito, embora aquando das respostas às perguntas dos restantes elementos tenham surgido vários momentos de silêncio, existiram de igual forma momentos de improvisação. Os objetivos da atividade foram cumpridos e todos os participantes criaram algumas frases e expuseram a identidade fictícia através de um discurso expressivo, como foi possível verificar através de gestos e expressões, de alteração do volume de voz ou expressões faciais.

O fecho de sessão realizou-se através de uma breve reflexão sobre o que retiveram de mais interessante na sessão. As respostas obtidas foram: “descobrir as mentiras uns dos outros”; “estarmos aqui todos juntos”.

Apreciação geral/avaliação

Em todas as sessões, tem sido hábito, no início, os participantes dizerem de imediato se vão participar ou não; alguns saem da sala, outros pedem para ficar na sala a assistir à sessão. Normalmente os participantes dão como justificação para não participar ativamente na sessão as dores físicas e o mau estar.

Em quase todos os fechos de sessão ou maioritariamente de modo informal após a sessão, quando conversamos um pouco antes de sairmos do centro, o que mais temos

ouvido dos participantes é que gostam de estar todos juntos. Se assim é, porque é que não existe um sentido de grupo? Porque é que existem grupinhos dentro do grupo? Porque não existem mais atividades que os façam relacionar uns com os outros? Porque é que não estão mais vezes juntos?

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 37: 16ª Sessão_1 (Fonte: Própria).



Figura 38: 16ª Sessão_2 (Fonte: Própria).



Figura 39: Diário coletivo: 16ª Sessão (Fonte: Própria).

17ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
05 de maio	1 Hora	Indutor: Corpo 2	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: “Imitação de frases corporais”. ➤ Desenvolvimento: “Construção de frases corporais”. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o trabalho desenvolvido. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: “Imitação de frases corporais”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Reproduzir os movimentos. 	A animadora desenvolve uma frase corporal (quatro movimentos diferentes) com o apoio de uma música instrumental de fundo e todo o grupo reproduz a mesma frase.	Danças ocultas - Sirocco
35 Minutos	Desenvolvimento: “Construção de frases corporais”.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Produzir comunicação dramática através do movimento; ➤ Reproduzir movimentos contínuos e sequenciados. 	Com o grupo dividido em pequenos grupos, com o apoio de música instrumental de fundo, cada grupo deve desenvolver uma frase corporal com quatro movimentos diferentes. Em seguida, os mesmos grupos devem criar finais para as seguintes frases: “Quando eu nasci...” ; “Tenho aprendido...” e “No futuro...”.	
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão sobre o que mudariam na sessão.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão sobre o que mudariam na sessão. 	

Tabela 23: Planificação da 16ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

Foram 10 (dez) os idosos que participaram na sessão, que se iniciou com a atividade de abertura: “Imitação de frases corporais”, na qual os participantes apenas deveriam imitar o que nós lhes propúnhamos. A sessão evoluiu para uma atividade em que, em grupos, os participantes deveriam construir quatro movimentos com a música de fundo. Nesta primeira fase, a atividade decorreu de forma tranquila. As dúvidas surgiram na segunda fase da atividade, quando lhes foi pedido que concluíssem uma frase com movimentos. A sessão deu-se por concluída com uma breve reflexão sobre o que mudariam na sessão, tendo os participantes considerado que não mudariam nada e que gostariam que a sessão tivesse durado mais tempo.

Apreciação geral/avaliação

A sessão decorreu bastante bem, com o grupo a cooperar e participar, sem recusar a realização das atividades propostas ou o trabalho em grupo. Penso que tal se deve também ao facto de o grupo que participa ativamente ser em número menor, uma vez que, nas sessões em que existiram conflitos, o grupo de participantes era maior.

Nesta sessão, regularizámos ainda as fotografias no diário coletivo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo (Anexo IX).

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 40: Atividade de abertura – “Imitação de frases corporais” (Fonte: Própria).

18ª Sessão

Data	Duração	Sessão	Fases da sessão/Atividades	
12 de maio	1 Hora	Conclusão das sessões	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abertura / aquecimento: Exercícios de respiração. ➤ Desenvolvimento: Apresentação e partilha de um vídeo. ➤ Fecho de sessão com breve reflexão sobre o processo percorrido. 	
Duração	Atividade	Objetivos	Descrição da atividade	Material necessário
15 Minutos	Abertura / aquecimento: Espelhos.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Imitar o outro participante; ➤ Gerar movimentos contínuos. 	Aos pares os participantes devem imitar o colega em todos os seus gestos. Os dois participantes devem passar pela experiência de espelho.	
35 Minutos	Desenvolvimento: Apresentação e partilha de um vídeo.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificar momentos de auto e hétero avaliação; ➤ Formular autonomamente comentários sobre o projeto, o envelhecimento e o teatro. 	Apresentação e partilha de um vídeo que consiste na compilação dos vídeos e fotos recolhidos ao longo das sessões.	Vídeo
10 Minutos	Fecho de sessão com breve reflexão do processo percorrido.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar no debate expondo as suas ideias; ➤ Identificar aspetos desenvolvidos nas sessões. 	Conversa conjunta: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Breve reflexão do processo percorrido. 	

Tabela 24: Planificação da 18ª sessão (Fonte: Própria).

Descrição – a partir das notas de campo

A sessão contou com a participação de 12 (doze) idosos. Naquela que foi a última sessão do projeto (18ª sessão), apresentámos um vídeo com os momentos de todas as sessões. Na abertura da sessão, tendo em conta a atualidade, todos os participantes estavam ansiosos para assistir televisivamente à vinda do Papa Francisco a Portugal, razão pela qual iniciámos com uma conversa/diálogo sobre o tema. Após a visualização do vídeo, o fecho de sessão deu-se com uma breve reflexão sobre o processo percorrido ao longo do projeto.

Apreciação geral/avaliação

A sessão sucedeu com muita emoção e expectativa. Os participantes manifestaram várias reações verbais “ah, sou eu”; “olha a...”; “ai, neste dia o que me ri” e várias ações/manifestações, como risos ou toque no participante do lado ao longo da projeção do vídeo.

No final do vídeo, conversámos um pouco sobre todo o processo e os participantes perguntaram quando voltávamos, referindo que tinham gostado e que queriam mais sessões.

Apesar de terem ocorrido vários momentos menos positivos ao longo do projeto, tendo havido a necessidade de replanificar parte das sessões, o projeto parece ter tido algum impacto na vida de alguns dos participantes, como pudemos verificar através das suas reações ao longo e no final do vídeo, bem como nas sessões em que lhes perguntámos se tinham a certeza que queriam que nós continuássemos a ir ao centro, e todos, sem exceção, disseram que sim.

Material de Registo: Fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 41: 18ª Sessão_1 (Fonte: Própria)..



Figura 42: 18ª Sessão_2. (Fonte: Própria)

19ª Sessão

Na décima nona sessão, realizou-se a entrevista final de grupo que contou com 7 (sete) participantes. Como passou a ser hábito durante todo o processo, quando chegámos ao centro, já estava um grupo de participantes à nossa espera.

Como verificámos nas respostas, na envolvência ao longo da entrevista e pelas felicitações finais, os participantes mostraram-se muito felizes por terem feito parte do projeto. Embora continuem a afirmar que não querem participar em projetos de teatro e/ou animação teatral, admitem que gostariam de participar em mais projetos iguais a este, caso lá vá mais alguém como nós.

Os resultados desta entrevista serão apresentados no capítulo seguinte.

Material de Registo: Vídeo, Foto, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão



Figura 43: Foto de grupo presente na entrevista final (Fonte: Própria).



Figura 44: Foto de grupo (Fonte: Própria).

IV. Avaliação final

Tendo em conta as avaliações parcelares que fomos fazendo no final de cada sessão, julgamos que o projeto foi relevante para o grupo. O facto de os idosos terem acesso a atividades programadas com regularidade e de se relacionarem uns com os outros, ao contrário do isolamento ou das relações particulares a que estão habituados, constituem dois fatores determinantes para a relação grupal. Isto mesmo pudemos constatar, sessão após sessão, quando muitos dos elementos mencionaram o convívio e o "estarmos aqui todos juntos" como o melhor da sessão.

Como vimos nas respostas à entrevista inicial, o processo de envelhecimento para os participantes era tido como um processo triste e solitário, por vezes doloroso, sentimentos que se mantiveram ao longo do projeto. No entanto, durante as sessões, quando os participantes se envolviam efetivamente nas atividades, esses sentimentos eram, de certa forma, amenizados. Quero com isto dizer que, durante as sessões, houve momentos de distração da tristeza e da solidão, dando lugar a momentos de diversão, diálogo e convívio entre todo o grupo de participantes, embora estivesse sempre presente o sentimento de incerteza do amanhã.

O pressentimento da proximidade da morte será uma ideia preconcebida ou um sentimento natural para quem já viveu muito e sente agora as forças a faltarem e as limitações a acumularem-se? Além disso, o facto de esse pressentimento existir impossibilita um envelhecimento ativo? Creio que se trata de um sentimento natural e que até pode ser benéfico para um envelhecimento ativo, porque a morte é natural e o envelhecimento também. O que muda é a forma como encaramos a morte e assumimos o envelhecimento. Neste sentido, os efeitos das sessões (a distração, o contentamento...) mostram que a animação teatral é útil para um envelhecimento ativo, porque distrai, ocupa, “puxa pela cabeça”, trabalha a memória, reaviva experiências passadas e promove a criatividade. A aplicação de técnicas que melhorem um período da vida, neste caso, a velhice, é uma questão pragmática e social, dentro de uma área específica, quer seja de saúde, quer seja do cuidado ao idoso, quer seja de outra equiparada.

A grande maioria dos idosos nunca tinha tido contacto com o teatro no campo da representação e experimentação teatral. Alguns já haviam assistido a peças de teatro ao vivo e outros através da televisão. Contudo, e apesar de inicialmente apenas um participante ter mencionado o gosto em participar numa peça de teatro/atividades teatrais, o certo é que todos os elementos participaram nas atividades de forma dedicada, tendo mesmo em algumas atividades assumido o papel de atores, representando segundo o pedido e atingindo todos os objetivos da atividade, como por exemplo aquando das interações instintivas com o fantoche. Na 17^a (décima sétima) sessão verificámos uma evolução quanto à participação dramática, quando assistimos a improvisações. Os participantes conseguiram sair do real (atividades “identidade fictícia” e “a mentira escondida”).

O quão importante este projeto se revelou para o grupo podemos, também, deduzir nas inúmeras vezes em que os participantes iniciaram a atividade como PP e terminaram como PA. Também o facto dos participantes se deslocarem para a sala à nossa chegada ou já lá estarem à nossa espera confirma o interesse e a importância das atividades e da nossa presença, enquanto profissionais.

Podemos aferir também a relevância do projeto na iniciativa e no hábito de participação nas atividades que foi sendo registado ao longo do projeto. À medida que as sessões foram decorrendo, deixou de existir uma grande necessidade de estímulos para a realização das atividades após a explicação das mesmas. E as várias situações em que os participantes intervieram por iniciativa própria são também elementos exemplificativos do envolvimento e do interesse do grupo, bem como da importância do projeto para o grupo em geral e para cada participante em particular. Por exemplo, quando a P3 fez sapos para pôr no diário de bordo, porque havíamos, numa das sessões anteriores, feito vários objetos a partir da folha de jornal e exposto no diário de bordo ou quando a P13 sugeriu que mudássemos a frase da atividade para uma mais simples (frase sugerida “hoje é segunda-feira”), e ainda todas as vezes que a P4, por iniciativa própria, nos presenteava com cânticos do rancho ou a P5 dançava.

Poderá o animador ser confiante? Perante todos os conflitos intergrupais registados ao longo das várias sessões, constatamos que a falta de um animador na instituição (à data da realização do projeto) fazia com que os participantes sentissem a

necessidade de desabafar/falar connosco e contassem várias situações das suas vidas pessoais, fossem elas agradáveis ou desagradáveis. Consideramos de enorme relevância a presença de um técnico especializado na área da animação sociocultural, para o bem-estar dos idosos, em espaços equiparados.

Quanto ao **tempo cronológico do projeto**, este revelou-se insuficiente para alcançar na sua totalidade todos os objetivos de intervenção propostos e para que fosse realmente visível o cumprimento desses objetivos. Podemos ainda referir o comentário de uma das participantes, aquando do fecho da 16ª (décima sexta) sessão, quando referiu que o que mudaria na sessão era “durar mais tempo”.

Tendo em conta a duração do projeto, consideramos que houve uma envolvimento por parte dos participantes bastante positiva, no sentido em que houve um aumento gradual da envolvimento, da entrega, do sentido de responsabilidade e de pertença, como se pode verificar quando os participantes questionam sobre o que irá acontecer com o diário coletivo e o que irá acontecer a partir de agora. Verificamos a existência de uma preocupação em relação ao tempo, que parece voltar a ficar vazio.

Na análise da entrevista final, detetamos a existência de **necessidade de atenção dos participantes**, com as expressões: “Eu o que gostei mais de fazer neste projeto foi de falar consigo” (P1); “convivemos, gostamos muito da sua simpatia e da sua maneira de falar” (P1); “Porque nos distraímos, convivemos e a menina é muito simpática” (P8); “(...) eu até vim mais cedo por causa da menina” (P4) “Estar a falar com a menina (...)” (P4). A par da necessidade de atenção surge também a **necessidade de sentir-se útil**, com afirmações como: “Se é para seu bem, acho que sim, considero até muito importante” (P1); “Também vai ter saudades de nós” (P4). Desta forma, podemos verificar a solidão a que este grupo está diariamente sujeito.

Verificamos ao longo da entrevista final alguma **dificuldade em expressar o que vivenciaram nas sessões**, uma vez que os participantes acabavam por fazer longos períodos de silêncio ou de risos. Ou então proferiam comentários como: “Eu gostei de tudo” (P16); “Ficaram recordações. Ficamos a saber certas coisas que não sabíamos ou por outra que nós sabíamos, mas não nos passava pela cabeça” (P1); “Ai, como lhe dizer? Eu sei o que aprendi, não sei é explicar” (P1).

No que respeita ao tempo livre, houve **reconhecimento de ocupação dos tempos livres**:

- **através da diversão** por parte de algumas participantes, como podemos verificar nas seguintes afirmações “Eu gostei muito daquela parte, eu não me lembro dos nomes, mas aquela parte de andar, que andamos que eu até andei de mão assim atrás (exemplificou); como é que se chama?” (P1); “Foram umas sessões que nos divertiam que a gente saía bem-dispostas do pé dela” (P1); “Passamos aqui um bom bocado e divertimos e cantamos (P3)”.

- **através do diálogo**, em expressões como: “E conversamos” (P16) “Gostei de tudo, conversações, (...)” (P16); “E dissemos palermices” (P1).

- **através do convívio**, visíveis nas expressões “(...) convivermos todas” (P4); “É um convívio, prontos (...)” (P4). Por fim, existe o **reconhecimento de ocupação dos tempos livres através da visualização do vídeo final**.

Relativamente às atividades desenvolvidas nas sessões e à participação de todos os envolvidos, **estes reconheceram a importância das atividades realizadas**, afirmando, por exemplo: “Foi muito importante” (Todos); “Sim, aconselharia muito” (Todos). Houve também **identificação dos benefícios das atividades de memória**, em expressões como: “E puxámos pela memória” (P3); “Pois e puxámos pela memória” (P16). Houve ainda **reconhecimento da aquisição de aprendizagem/conhecimento**, como podemos constatar nas seguintes afirmações: “Foi uma coisa boa que vamos nos lembrar para sempre” (P16); Pois coisas que às vezes nem sabíamos que existia” (P1); “Porquê? Porque aprende-se muito e, para além de aprender, é um convívio muito bom” (P1).

Por outro lado, um dos participantes identifica ainda a **as sessões como momentos de distração**, afirmando “Acho que sim, foi um bocadinho que a gente distraiu” (P4), e outro identifica-as **como momentos de diversão e brincadeira, referindo**: “Aprendi que podemos fazer várias brincadeiras como divertimento. Há coisas que a gente faz, diverte-se e brinca-se” (P1).

No que se refere à participação num novo projeto semelhante, recolhemos diferentes e opostas posições dos participantes: por um lado, a **resistência em participar num novo projeto semelhante**, expressa em afirmações como “Se eu tivesse jeito,

participaria” (P1); “Eu também, se tivesse jeito” (P16); “Só vendo” (P1); e, por outro lado, o **gosto em participar num novo projeto semelhante**, verificado em respostas como “A vinda da menina cá foi para seu bem também, não é? E que venha outra menina fazer a mesma coisa que a menina cá veio agora, gostaria” (P8); “Participar em teatro, não é?” (P16).

Nas afirmações dos participantes que gostariam de participar num novo projeto semelhante, constatamos o **gosto em voltar a participar em atividades de movimento**, como por exemplo “Andar (...)” (P8); o **gosto em voltar a participar em atividades de diversão**, na afirmação que se segue “(...) responder a coisas apalermadas para a gente se rir” (P8); o **gosto em voltar a participar em atividades de dança**, “(...) dançar (...)” (P8); “Dançar” (P3); “(...) e dançar (...)” (P4); o **gosto em voltar a participar em atividades de canto**, “Cantar quem tem voz” (P8); “Cantar (...)” (P4); e o **gosto em voltar a participar em atividades de criação de personagens**, “Fazer de palhaço” (P16).

Foram elencadas por alguns dos participantes algumas limitações que lhes faziam duvidar sobre se queriam ou deveriam participar num novo projeto semelhante, como por exemplo a **identificação de limitações cognitivas** verificada em, “Responder a tudo o que ela me perguntasse, se a gente souber responder” (P4); e a **identificação de limitações físicas**, apurada em “(...) que é isso que eu não posso é dançar e cantar também” (P4). Na sequência da identificação das limitações, duas participantes apressaram-se, porém, a identificar **soluções para as limitações apresentadas**, mencionando atividades que as restantes participantes poderiam fazer sem limitações, num possível projeto futuro “Pode bater palmas e cantar” (P3); “Trás o adufe” (P14).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante todo o trilha percorrido a cada uma das sessões do projeto, foi necessário ter flexibilidade para lidar com questões inesperadas e conflitos existentes no grupo. Chegar à fase da velhice, muitas das vezes, coincide com a viuvez, a ausência de pares e a necessidade de frequentar um Centro de Dia, um Lar de Terceira Idade ou pedir ajuda a um familiar ou a Serviços Domiciliários. O principal e mais difícil em todo este processo é o reconhecimento e a capacidade de resiliência perante todos os episódios, despoletados a partir destes acontecimentos dificultados pelas limitações de saúde que possam surgir.

Como Tavares et al. (2007) afirmam em relação à nossa sociedade, “embora o grupo etário predominante seja o dos idosos, ainda se assiste a uma concepção negativa da velhice” (p.98). O autor afirma ainda que por ser “percepcionada como uma fase de deterioração e involução (...) os idosos são vistos como um grupo carregado de défices e incapacidades e cujas aptidões físicas, cognitivas e emocionais vão diminuindo” (p. 98). A mudança da sociedade é um processo muito longo. Atualmente, entendemos já existir uma preocupação acrescida em relação ao bem-estar deste grupo etário, como nos indicam vários estudos que analisamos, dirigidos aos mais velhos.

Consideramos que, em termos gerais, o objetivo principal que nos propusemos atingir – “verificar se um projeto de animação teatral pode influenciar de forma positiva o dia-a-dia individual e coletivo do grupo de idosos intervenientes” - foi atingido, como pudemos verificar ao longo das sessões em que os participantes mencionaram que preferiam estar na sessão do que em casa ou na outra sala existente no centro. Verificamos ainda o cumprimento deste objetivo principal, na relação entre os vários elementos do grupo, pois inicialmente a única interação visível entre todos eram as discussões e nas sessões finais já foram visíveis atitudes de interajuda e cooperação entre todos os membros do grupo.

Julgamos necessário o desenvolvimento de projetos com esta linha de ação nas diversas instituições de terceira idade, para que o envelhecimento seja encarado como mais uma fase da vida e não como o fim do caminho já percorrido, onde tudo já foi feito

e pouco ou nada resta. O teatro pode fazer-se através de lembranças e memórias, mas também de sonhos e futuros.

De igual forma, achamos indispensável a presença de um profissional da área da animação sociocultural em instituições equiparadas. Convém que seja um elemento profissional e especializado que possa mediar, orientar e estimular o grupo em diversas atividades culturais, sociais e de lazer nos seus tempos livres, para que, desta forma, seja possível o envelhecimento ativo.

REFERÊNCIAS

- Amado, J. (2014). Manual de Investigação Qualitativa em Educação. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Associação de Reformados de Benfca (2015). Estatutos da Associação de reformados. Associação de Reformados de Benfca.
- Barros, G. (2014). Teatro na Terceira Idade – possibilidades e limites de uma prática cênica. Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, FCSH.
- Base de Dados Portugal Contemporâneo (2017). Consultado em <http://www.podata.pt/>.
- Bento, A. (2003). Teatro e Animação outros percursos do desenvolvimento sócio-cultural no Alto Alentejo. Lisboa: Edições Colibri.
- Bogdan, R. e Bikler, S. (1994) Investigação Qualitativa em Educação. Porto: Porto Editora.
- Carmo, H.; Ferreira, M.M. (1998). Metodologia da Investigação. Guia para auto-aprendizagem. Universidade Aberta. Lisboa.
- Cunha, C. (2012). Animação Teatral e Terceira Idade: Contributos para um envelhecimento ativo. Minho: Universidade do Minho.
- Coutinho, M. C. (2011). Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e Prática. Coimbra: Almedina.
- Dias, S. (2014). Programação em Artes Performativas para Idosos nos Serviços Educativos das Artes Culturais. Lisboa: Instituto Politecnico de Lisboa, ESEL.
- Esteves, M. (2006). Capítulo V em Lima, J. A. E Pacheco, J. A. (2006). Fazer Investigação. Porto:Porto Editora.
- Eisner, W. (2004). El Arte y la Creación de la Mente, Barcelona: Paidós.
- Figueiredo, D. Sousa, L. Cerqueira, M. (2004). Envelhecer em Família. Porto: Edições Âmbar.
- Fontaine, R. (2000). Psicologia do Envelhecimento. Lisboa: Climepsi Editores

- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos – Atividades*. Porto: Âmbar.
- Junior, E. (2011). *A Pastoral do Envelhecimento Ativo*. Brasil: Editora Rosangela Dias.
- Landier, J. Barret, G. (1994). *Expressão Dramática e Teatro*. Porto:ASA.
- Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social (2017). *Carta Social, Relatório 2005*.
Direção Geral de Estudos, Estatísticas e Planeamento.
- Osória, A. (2007). *As Pessoas Idosas – Contexto Social e Intervenção Social*. Lisboa:
Instituto Piaget.
- Quivy, R. e Van Campenhout, L. (1994). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*.
Lisboa: Gradiva.
- Segurança Social (2016). *Linhas de Apoio*. Site da Segurança Social. Consultado em
<http://www.seg-social.pt/linhas-de-apoio> a 05/12/2016.
- Segurança Social (2017). *Apoios Sociais e Programas – Idosos*. Site da Segurança
Social. Consultado em <http://www.seg-social.pt/idosos>.
- Segurança Social (2017). *Programa de Apoio Integrado a Idosos*. Site da Segurança
Social. Consultado em <http://www.seg-social.pt/programa-de-apoio-integrado-a-idosos-paii>.
- Sousa, L. e Figueiredo, D. e Cerqueira, M. (2004). *Envelhecer em Família*. Porto:
Edições Âmbar.
- Ventosa, V. (2008). *Perfiles y Modelos de Animación y Tiempo Libre*. Madrid: Editorial
CCS.
- Ventosa, V. (1996). *La Expresión Dramática como medio de Animación en Educación
Social – Fundamentos técnicas y Recursos*. Salamanca: Amarú Ediciones.
- Wengorovius, R. e Aguiar, R. (2014). *Teatro e Comunidade. Projeto de Investigação
com Seniores*. Amadora: Câmara Municipal da Amadora.

ANEXOS

ANEXO I – Direitos dos Idosos

“Direitos dos Idosos

Princípios das Nações Unidas para o Idosos

Resolução 46/91 – Aprovada na Assembleia Geral das Nações Unidas 16/12/1991

Independência

Ter acesso à alimentação, à água, à habitação, ao vestuário, à saúde, a ter apoio familiar e comunitário.

Ter oportunidade de trabalhar ou ter acesso a outras formas de geração de rendimentos.

Poder determinar em que momento se deve afastar do mercado de trabalho.

Ter acesso à educação permanente e a programas de qualificação e requalificação profissional.

Poder viver em ambientes seguros adaptáveis à sua preferência pessoal, que sejam passíveis de mudanças.

Poder viver em sua casa pelo tempo que for viável.

Participação

Permanecer integrado na sociedade, participar activamente na formulação e implementação de políticas que afectam directamente o seu bem-estar e transmitir aos mais jovens conhecimentos e habilidades.

Aproveitar as oportunidades para prestar serviços à comunidade, trabalhando como voluntário, de acordo com seus interesses e capacidades.

Poder formar movimentos ou associações de idosos.

Assistência

Beneficiar da assistência e protecção da família e da comunidade, de acordo com os seus valores culturais.

Ter acesso à assistência médica para manter ou adquirir o bem-estar físico, mental e emocional, prevenindo a incidência de doenças.

Ter acesso a meios apropriados de atenção institucional que lhe proporcionem protecção, reabilitação, estimulação mental e desenvolvimento social, num ambiente humano e seguro.

Ter acesso a serviços sociais e jurídicos que assegurem melhores níveis de autonomia, protecção e assistência.

Desfrutar os direitos e liberdades fundamentais, quando residentes em instituições que lhe proporcionem os cuidados necessários, respeitando-o na sua dignidade, crença e intimidade. Deve desfrutar ainda do direito de tomar decisões quanto à assistência prestada pela instituição e à qualidade da sua vida.

Auto-realização

Aproveitar as oportunidades para o total desenvolvimento de suas potencialidades.

Ter acesso aos recursos educacionais, culturais, espirituais e de lazer da sociedade.

Dignidade

Poder viver com dignidade e segurança, sem ser objecto de exploração e maus-tratos físicos e/ou mentais.

Ser tratado com justiça, independentemente da idade, sexo, raça, etnia, deficiência, condições económicas ou outros factores.” (Jacob 2007, p. 139 e 140)

ANEXO II – Os 12 Mandamentos da Geriatria

“Os 12 mandamentos da geriatria

De Hugonot de Grenoble, 1968, adaptado por Luís Jacob

1º Mandamento: Um organismo central nacional de coordenação é um preliminar indispensável.

2º Mandamento: Deve haver sectores de acção social intermédios com relativa autonomia.

3º Mandamento: a mistura de idade é obrigatória.

4º Mandamento: Deve-se manter a pessoa no ambiente habitual.

5º Mandamento: A manutenção de uma actividade é indispensável para a preservação da saúde psíquica e mental.

6º Mandamento: Deve-se incentivar o enquadramento e a participação do idoso na comunidade.

7º Mandamento: Quando a habitação própria já não apresentar condições, deve-se procurar um local seguro e agradável para o idoso.

8º Mandamento: Os equipamentos colectivos devem assegurar a subsistência normal do idoso.

9º Mandamento: O serviço hospitalar de geriatria impõe-se com serviço de reinserção social.

10º Mandamento: Deve-se manter os laços entre os diferentes serviços (família, domicílio, lar, hospital).

11º Mandamento: Impõe-se uma preparação para a reforma.

12º Mandamento: As pessoas que cuidam dos idosos devem ser formadas.”

(Jacob, 2007, p. 141)

ANEXO III – Tabela de dados dos participantes

Participante	Idade	Profissão	Estado Civil	Habilitações Literárias	Coabitação
P 1	82	Cabeleireira	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 2	90	Doméstica	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 3	57	Doméstica	Solteira	3ª Classe	Familiares
P 4	89	Doméstica	Viúva	Analfabeta	Sozinha
P 5	76	Comerciante	Divorciada	3ª Classe	Familiares
P 6	83	Doméstica	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 7	82	Costureira	Viúva	6º Ano do Liceu	Familiares
P 8	85	Modista	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 9	92	Canteiro	Casado	2ª Classe	Sozinha
P 10	82	Doméstica	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 11	80	Técnica de Marketing	Divorciada	Bacharelato	Familiares
P 12	90	Costureira	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 13	87	Auxiliar Hospitalar	Viúva	2ª Classe	Sozinha
P 14	67	Jardineira	Viúva	4ª Classe	Sozinha
P 15	89	Doméstica	Viúva	4ª Classe	Familiares
P 16	79	Funcionária Pública nas Finanças	Viúva	5º Ano do Liceu	Sozinha
P 17	82	Carpinteiro	Viúvo	4ª Classe	Sozinha
P 18	78	Polícia	Viúvo	4ª Classe	Sozinha
P 19	72	Cozinheiro	Viúvo	4ª Classe	Familiares

ANEXO IV – Guião da entrevista de grupo Inicial

2ª Sessão – 17 de fevereiro de 2017

ENTREVISTA DE GRUPO - INICIAL

Número de participantes: _____

1. Dados de caracterização dos participantes:

Participantes	Idade	Sexo	Estado civil	Habilitações literárias	Profissão desempenhada	Com quem vive	Limitações físicas e/ou cognitivas

2. Orientações

Bloco temático	Objetivos específicos	Formulário de questões
Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado	Legitimar a entrevista Motivar o entrevistado	Relembrar o tema e os objetivos do projeto; Solicitar a colaboração do entrevistado, destacando a

		<p>importância da sua colaboração na realização do projeto;</p> <p>Assegurar o carácter anónimo das informações prestadas;</p> <p>Solicitar autorização para realizar o registo videográfico da entrevista;</p>
Ocupação dos tempos livres	<p>Conhecer a importância que os participantes atribuem aos tempos livres</p> <p>Identificar o tipo de atividades realizadas nos tempos livres</p>	<p>Considera importante a ocupação do tempo livre?</p> <p>Que atividades habitualmente desenvolve nos seus tempos livres?</p>
Fruição e experiência em Teatro	Averiguar o gosto e experiência em teatro	<p>Gosta de Teatro?</p> <p>Costuma ver peças de teatro?</p> <p>Já participou alguma vez em alguma peça de teatro?</p> <p>Se sim, que papel ou função desempenhou na realização da peça?</p>
Fruição e experiência em Música e Dança	Averiguar o gosto e experiência em música e dança	<p>Gosta de música?</p> <p>Sabe tocar algum instrumento musical?</p> <p>Gosta de dançar?</p>
Envelhecer e Envelhecimento Ativo	Conhecer a atitude dos intervenientes em	O que significa para si envelhecer?

	<p>relação ao processo natural do envelhecimento.</p> <p>Apurar o que significa para cada um dos intervenientes o processo de envelhecimento</p>	<p>Sente que está a envelhecer?</p> <p>Diariamente toma alguma atitude com o fim de usufruir de um envelhecimento ativo?</p> <p>Quais os ingredientes que considera centrais para um envelhecimento ativo?</p>
<p>Implementação do Projeto</p>	<p>Conhecer a perceção dos intervenientes sobre um projeto de animação teatral.</p> <p>Perceber o interesse dos intervenientes em participar no projeto.</p>	<p>Gostaria de participar num projeto de animação teatral?</p> <p>O que gostava de fazer num projeto de animação teatral?</p> <p>Considera benéfica a sua participação num projeto de animação teatral?</p> <p>Mencione alguns benefícios que no seu ponto de vista um projeto de animação teatral pode proporcionar-lhe.</p>
<p>Sobre os intervenientes</p>	<p>Conhecer os gostos e desejos dos intervenientes</p>	<p>Qual o meio de transporte que gostaria de andar?</p> <p>Qual o desporto que gostaria de praticar?</p> <p>Qual é a sua profissão de sonho?</p>

		<p>Que viagem gostariam de fazer?</p> <p>Qual foi o momento mais feliz da sua vida?</p> <p>Que sonho gostariam de realizar?</p>
Validação da Entrevista	<p>Validar a entrevista</p> <p>Agradecer a disponibilidade</p>	<p>Deseja acrescentar alguma coisa sobre o assunto em questão?</p> <p>A transcrição da entrevista será disponibilizada a todos para confirmação dos dados.</p>

ANEXO V – Guião da Entrevista de grupo Final

19ª Sessão – 19 de maio de 2017

FOCUS GRUPO - FINAL

Número de participantes: _____

1. Dados de caracterização dos participantes:

Participantes	Idade	Sexo	Estado civil	Habilitações literárias	Profissão desempenhada	Com quem vive	Limitações físicas e/ou cognitivas

2. Orientações

Bloco temático	Objetivos específicos	Formulário de questões
Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado	Legitimar a entrevista Motivar o entrevistado	Relembrar o tema e os objetivos do projeto; Solicitar a colaboração do entrevistado, destacando a

		<p>importância da sua colaboração na realização do projeto;</p> <p>Assegurar o carácter anónimo das informações prestadas;</p> <p>Solicitar autorização para realizar o registo videográfico da entrevista;</p>
Participação no Projeto	Conhecer a perceção dos intervenientes sobre a sua participação no projeto.	<p>O que gostou mais de fazer neste projeto?</p> <p>Considera importante a sua participação no projeto? Porquê?</p> <p>Mencione alguns efeitos que no seu ponto de vista o projeto proporcionou-lhe.</p> <p>Aconselharia outras pessoas conhecidas a participar num projeto deste tipo? Porquê?</p> <p>Gostaria de voltar a participar num projeto de animação teatral?</p> <p>O que gostava de fazer num projeto futuro de animação teatral?</p>
Validação da Entrevista	Validar a entrevista Agradecer a disponibilidade	<p>Deseja acrescentar alguma coisa sobre o assunto em questão?</p> <p>A transcrição da entrevista será disponibilizada a todos para confirmação dos dados.</p>

ANEXO VI – Transcrição da Entrevista de Grupo Inicial

2ª Sessão – Entrevista de Grupo Inicial

Data: 17 de fevereiro de 2017

Participantes: 09 Idosos

P1	P4	P8
P2	P5	P11
P3	P6	P13

Transcrição da entrevista:

A entrevista teve lugar numa sala onde deverão decorrer todas as sessões do projeto no centro de dia. Antes de dar início à entrevista, foi pedida autorização para filmar a entrevista. Iniciou-se com o registo dos dados de caracterização dos participantes.

Animadora - Então temos aqui nove participantes, temos aqui a P5 vamos lá ver se eu já consigo dizer os vossos nomes sem me enganar, dona..... dona.....

P1 - Vê lá se ela não sabe.

Animadora – A dona P1?

P2 – (diz o seu nome).

Animadora – P2.

P2 – Diz o seu nome completo.

Animadora – A dona P6 , a P1 e aqui temos a dona P11. Ora bem a dona P5 que idade tem?

P5 – Setenta e seis.

Animadora - Qual é o seu estado civil?

Silêncio.

Animadora: É casada dona P5?

P5 – Divorciada.

Animadora – Até que ano de escolaridade frequentou?

P5 – terceira classe.

Animadora – E que profissão desempenhou?

P5 - Trabalhava na Bélgica.

Animadora – Na Bélgica, era emigrante e lá fazia o quê?

P5 – Trabalhava.

Animadora – Mas em que área? Limpezas?

P5 – Não, eu levava coisas e vendia. E levava as mulheres para dentro. (discurso pouco claro e coerente).

Animadora – Comerciante?

P5 – Na Bélgica.

Animadora – Comerciante na Bélgica, muito bem. Com quem é que vive atualmente?

P5 – Agora vivo com a minha filha.

Animadora – A P13 que idade tem?

P13 – Tenho oitenta e sete.

Animadora – Meu Deus, tanta idade. Oitenta e sete.

P13 – É verdade.

Animadora - É casada? É viúva?

P13 – Sou viúva.

Animadora - Até que ano é que andou na escola?

P13 – Tirei o segundo ano.

Animadora – Segundo ano.

P13 – E Trabalhei em Santa Maria na parte da esterilização.

Animadora – No hospital?

P13 – Sim. No hospital de Santa Maria.

Animadora – Vive com quem?

P13 – Vivo sozinha.

Animadora – Não tem medo?

P13 – Medo de quê? Olhe, dos mortos eu não tenho medo e dos vivos eu tenho as portas para trancar e sabe que eu já andei na guerra...

Animadora – Por isso já não tem medo de nada. Quem já passou por uma guerra já não tem medo de nada. Dona P3 que idade tem?

P3 - Tenho cinquenta e sete.

Animadora – É casada, viúva?

P3 – Sou solteira.

Animadora – E boa rapariga. Estudou até que ano?

P3 – Tive namorados, mas não, acabámos... Foi até à terceira classe.

Animadora - Qual era a profissão que desempenhava?

P3 – Era dona de casa.

Animadora – Doméstica, não é?

P3 – É sim. Vivo com o meu sobrinho e uma sobrinha e a uma irmã, que é vizinha do lado.

Animadora – Vamos lá, dona P4 que idade tem?

P4 – Eu? Oitenta e nove.

Animadora – Está quase a chegar aos noventa. Olhe, era casada, viúva?

P4 – Era casada, agora sou viúva.

Animadora - E estudou até que ano?

P4 – Não estudei nenhum.

Animadora – Não estudou?

P4 - Andei a trabalhar.

Animadora - Aprendeu na escola da vida. Olhe, e o que fazia? Onde trabalhava?

P4 - Era no campo. Sei fazer tudo do campo e sei fazer tudo de casa.

Animadora - Vive com quem?

P4 – Sozinha. Tenho dois filhos, mas cada um lá sabe da sua vida.

P8 – É mais feliz que eu, que só tenho uma.

Animadora – Mas tem o nome de P8 em contrapartida. Que idade tem?

P8 – Oitenta e cinco.

Animadora – É casada? Viúva?

P8 – Eu sou viúva.

Animadora – Qual é a sua escolaridade?

P8 - Como?

Animadora - Até que ano estudou?

P8 – Até aos 10 anos a quarta classe.

Animadora – Em que trabalhava?

P8 - Modista e comércio.

Animadora – Vai me fazer um vestido?

P8 - Se tivesse vista, sei todos os preceitos da costura.

Animadora - Com quem vive?

P8 - Sozinha, mas acompanhada por uma filha e uma neta que é enfermeira. Já vê que estou bem acompanhada por uma enfermeira.

Animadora – Mas vivem consigo?

P8 - Não, não, vivo sozinha.

Animadora - Mas tem apoio?

P8 - Tenho o apoio de empregadas todos os dias, tenho sempre companhia.

Animadora – Dona P2, que idade tem?

P2 – Noventa.

Animadora – Noventa. É a mais velha de todas.

P8 - Mas não parece.

Animadora – É viúva?

P2 – Sou, sim.

Animadora - Até que no estudou?

P2 – Eu, não sei.

Animadora – Não se lembra? Mas estudou muito?

P1 – Então não sabe se é a terceira classe, a quarta classe?

P2 – Ah, eu cheguei à quarta classe.

P1 – Então diz.

Animadora – Trabalhava em quê?

P2 – Em nada. Era em casa.

Animadora – Era doméstica?

P2 – Era.

Animadora – Então trabalhava muito, não diga que era em nada, as donas de casa têm muito trabalho. Então a vida de casa, todos os dias fazer as camas, limpar a casa, tratar da roupa é muito trabalho dona P2.

P2 - Ah, está bem, lá isso fazia.

Animadora - Com quem vive?

P2 – Sozinha.

Animadora - Dona P6, que idade tem?

P6 - Oitenta e três.

Animadora – Oitenta e três. É viúva, casada...

P6 – Viúva.

Animadora - Até que ano estudou, dona P6.

P6 – Até ao quarto.

Animadora – A quarta classe. Em que trabalhava?

P6 – Era servir, era criada.

Animadora - Numa casa?

P6 – Sim.

P8 - Era doméstica. Isso não se usa, servir.

P6 – Pois. Na Ajuda.

Animadora – Dona P6 com quem vive?

P6 – Sozinha.

P8 – Vivemos todas sozinhas, qualquer dia fazemos uma festa com copo de água.

Animadora – Também quero ser convidada para a festa. Dona P1 que idade tem?

P1 – Oitenta e dois, faço oitenta e três em Março.

Animadora – Muito bem. É viúva?

P1 – Sim e estudei até à quarta classe.

Animadora – Qual é que era a sua profissão?

P1 – Cabeleireira.

Animadora – Com quem vive?

P1 – Sozinha.

Animadora – Bom e aqui temos a dona P11, que idade tem?

P11 – Oitenta.

Animadora – Qual é o seu estado civil?

P11 – Divorciada.

Animadora – Até que ano estudou?

P11 – Universitário. Fiz o Bacharelato em Marketing e trabalhei como sport manager.

Animadora – Muito bem. Com quem vive?

P11 – Com a minha filha e as minhas netas.

Animadora – Muito obrigada por partilharem comigo os vossos dados pessoais, que servirão apenas para extrair dados para o desenvolvimento da minha tese de mestrado em Educação Artística com especialização em Teatro na Educação.

O projeto tem como objetivo geral: verificar se um projeto de animação teatral pode influenciar de forma positiva o dia – a – dia individual e coletivo do grupo de idosos intervenientes. Agora, as perguntas que eu vou fazer, quem quiser responder, responde. Vamos é tentar não responder ao mesmo tempo que a outra pessoa está a falar, porque senão, depois, não se percebe nada. Então, como já conversámos o que eu estou aqui a fazer é a parte prática do projeto para a tese, projeto que se intitula Animação Teatral com Idosos. No âmbito do projeto do mestrado, para a tese, vou estar cá às segundas e às sextas convosco depois do almoço. Agradeço a vossa colaboração, são as peças chaves do projeto, sem as senhoras nunca poderia realizar este passo do processo do projeto. Portanto, já pedi as vossas autorizações e todas as senhoras deram autorização para fazer as filmagens e tirar fotos durante as sessões.

E agora vou passar, então, a fazer algumas questões. Consideram importante a ocupação dos tempos livres?

P8 – Eu estou um pouco enervada, não me dá para raciocinar. Lembrei-me agora de um telefonema.

P1 – Isso pode-se qualquer um responder?

Animadora – Sim, qualquer pessoa pode responder.

P1 – Eu acho otimamente muito, muito bem a ocupação dos tempos livres.

Animadora – Há mais alguém?

P3 – Sim, também acho.

Animadora - Porquê? Porque é que acham que é realmente importante a ocupação dos tempos livres?

P3 – Porque nós não estamos a pensar em doenças nem em nada, e assim..

P1 – É uma boa maneira de ocupar o tempo

P3 – Estar ocupado sem pensar.

Animadora – Para distrair?

P1 – Sim, sim, exatamente.

P3 – Sim. Olhe, eu, por exemplo, jogo ao loto aqui. Para estar distraída, eu jogo ao loto.

Animadora – E nesse momento não pensa em mais nada. Está com a cabeça ocupada e está a passar um momento agradável, é isso?

P3 – É isso, é isso mesmo.

Animadora – Dona P11, a ocupação dos tempos livres acha que é importante?

P11 – Eu gosto muito de ler e vejo televisão.

Animadora – Muito bem, e esses momentos são importantes para si?

P11 – Ah, é a minha vida diária.

Animadora – Já são atividades que tem no seu dia-a-dia?

P11 – Ah sim, desde que deixei de trabalhar, depois que me reformei.

Animadora – Muito bem dona P11. Alguém tem mais alguma coisa a dizer sobre os tempos livres?

P13 – Eu nunca tive tempos livres.

Animadora – Nunca teve tempos livres?

P13 – Os meus tempos livres era o trabalho.

Animadora – Era só trabalho. E agora que está reformada, acha importante a ocupação dos tempos livres?

P13 – Olhe, é uma coisa que eu não ligo. Olhe, o meu marido, quando ainda era vivo, ficava aqui a jogar e eu ia para casa.

P8 – Olhe, eu gosto dos tempos livres, principalmente de ir para a beira-mar. Ah, uma pessoa passar ali umas duas ou três horas à beira-mar, sentada numa cadeira na esplanada, descontrai tudo. É uma maravilha.

Animadora - E aqui estas atividades, acha que são também uma boa ocupação dos tempos livres?

P8 – Sim, sim. O que está em casa só vê paredes. Distrai, sim senhor.

Animadora – Muito bem, ora então que atividades desenvolvem habitualmente nos vossos tempos livres? A dona P11 já me disse que lê, vê televisão.

P11 – Passeio.

Animadora – Passeia, vem para o centro, faz as atividades cá do centro. A dona P8 gosta de ir dar um passeio à beira mar.

P8 – E estacionar lá até, uma ou duas horas ali, sentada na cadeira, na esplanada a tomar qualquer coisa, um chá, uma coisa qualquer.

Animadora – Bem, e estas senhoras aqui, o que é que gostam de fazer nos vossos tempos livres?

P2 – Venho para aqui.

Animadora – Vem para aqui, e aqui o que é que costuma fazer?

P6 – Conversar e jogar.

Animadora – E jogar, jogam a quê?

P6 – Ao loto, ao dominó, se for preciso.

Animadora - E a dona P6 o que é que costuma fazer nos seus tempos livres?

P6 - Converso. Chego a casa e vejo a televisão, visto-me, abro a cama e deito-me.

Animadora – E passa-se o tempo.

P3 – Eu estou aqui e depois vou para casa. A primeira coisa é despir-me e a minha irmã comprou-me uns... eu gosto muito de fazer puzzles e a minha irmã comprou-me uns três ou quatro puzzles. Chegando a casa a primeira coisa que faço é despir-me e fazer puzzles. Não é televisão nem mais nada, é puzzles.

Animadora – Então e a dona P4, o que gosta de fazer nos seus tempos livres?

P4 – Olhe, agora não faço nada, mas gostava de fazer os tapetes.

Animadora – Os tapetes de arraiolos?

P4 – Sim, eu tenho aqui para mostrar.

Animadora – Eu quero ver, eu já os vejo, está bem?

P4 - Está bem.

Animadora - E a dona P5, o que é que gosta de fazer nos seus tempos livres?

P5 - Eu gosto de vir para aqui para o centro comer e beber.

Animadora – Ora muito bem e que mais é que faz cá?

P5 – Estou aqui e depois vou-me embora.

Animadora – E depois em casa o que costuma fazer?

P5 – Vou com a minha filha, vejo televisão.

Animadora – Passamos então para a próxima pergunta. Gostam de Teatro?

P5 – Ai, eu gosto de teatro.

Animadora – Quem é que gosta de teatro?

Todos responderam que sim, dizendo Eu... Eu... Eu...

P3 – Eu gosto de ver.

P11 – A minha tia, irmã mais nova da minha mãe, era atriz de teatro.

Animadora – Dona P13. Vamos ouvir se faz favor, se não depois não se entende, que é muita gente a falar ao mesmo tempo. Gosta de teatro?

P13 - E as vezes é cada teatro.

Animadora - E gosta?

P13- Gosto e não gosto.

Animadora - Às vezes gosta, as vezes, não gosta?

P13 – É assim, há certos teatros que aborrecem muito.

Animadora – Pronto. E costumam ver peças de teatro? Costumam ver?

P3 – Costumo ver na televisão.

P11 – Agora já não. Ia ao teatro enquanto a minha tia lá estava. Mas agora nunca mais fui...

P3 – O meu pai foi ator e cheguei a ir ao teatro.

Animadora – Chegou a ir, mas agora nestes últimos tempos não tem ido?

P3 – Não, o meu pai agora já morreu, já faleceu há muitos anos.

Animadora – Então, ultimamente ninguém aqui tem ido ao teatro?

P3 – Não, só na televisão.

P8 – Não, já há muitos anos.

Animadora – E alguém aqui já participou em alguma peça de teatro?

P1 – Participei eu em miúda. Em peças daquelas de miúdos de coletividades, participei em várias.

Animadora – Muito bem, dona P1. Ninguém mais participou? E a dona P11? Participou com a sua tia?

P11 – Não.

P5 – Quando era nova, mascarava os miúdos e fazia o teatro com eles.

Animadora – E estas senhoras, alguma já fez alguma peça de teatro, já participou?

P6 – Não fiz, mas via muitas.

Animadora – Qual foi o papel que a dona P1 desempenhava?

P1 – Ai, já não me lembro, eram coisas de miúdos, sei lá. Foram tantas, que sinceramente já não me lembro.

Animadora – Gostam de música?

P5 - Eu gosto de música.

P8 – Eu gosto muito de música.

Várias senhoras responderam afirmativamente com a cabeça.

Animadora – Há alguém que não goste de música?

Ninguém respondeu.

P8 – Eu gosto muito de música, gosto muito de ouvir tocar um tango à antiga. E uma valsa.

Animadora – Há alguém que saiba tocar algum instrumento musical?

P4 – Eu.

P6 – Pandeiretas.

Animadora - Qual é o instrumento musical que sabe tocar?

P4 – Todas.

P8 - Ela andou no rancho.

P3 – Ela tocava o adufe.

Animadora – Qual era o instrumento que tocava?

P8 – Ela não tocava, ela cantava.

Animadora – Cantava no rancho dona P4?

P4 – Cantava e tocava.

P3 - Ela sabe cantar.

P4 - Oh lá, e tenho até gosto para isso.

P3 – Ela às vezes canta aqui para nós.

Animadora – Ah, eu também quero ouvir.

P4 – Pronto.

Animadora – Então cante lá que eu quero ouvir.

P4 – Oh, agora já não tenho voz para isso.

Animadora – Um bocadinho só, dona P4.

P4 - Então qual é que quer?

P3 – Uma do Rancho, canta uma do rancho.

P4 – Ah, do Rancho, quer o castelo branco?

Animadora – Pode ser.

P4 – (Cantou a canção do castelo branco).

Animadora – Muito bem.

(Todos bateram palmas)

Animadora – Alguém aqui gosta de dançar?

P13 – Eu gostava.

P2 – Aí, eu gostava, quando era mais nova.

P4 – Já não tenho é perna.

P1 – Eu adorava dançar.

P11 – Gostava.

P3 – Eu danço lá em casa às vezes.

Animadora – Ora então, vamos passar para outro tema. O que é que significa para cada uma de vós envelhecer, o que é que significa o envelhecimento?

P2 – Ah, isso é muito triste.

Animadora – É triste, dona P2.

P2 – A pessoa estar velha?

P6 – Aí é...

Animadora – Não se sente felicidade a ver os netos e os filhos a crescer?

P8 – Mas também há dias, ainda antes de ontem tive um desses dias, que gostava de desaparecer.

P6 – Também já tive isso, mas agora não.

Animadora – E a dona P1, o que tem a dizer sobre o envelhecimento?

P1 – É triste a gente deixar a nossa vida toda para trás. Eu acho que sim, envelhecer é a coisa mais triste que pode haver...

Animadora – Dona P11 tem alguma coisa a dizer sobre isto?

P11 – (gesto de ombros como se não tivesse nada a dizer, ou não soubesse)

Animadora – Sentem que estão a envelhecer?

P11 – Eu não estou a envelhecer, eu já envelheci.

Animadora – Mas sente isso, dona P11?

P11 – Não, é indiferente.

P6 – Eu nunca pensei em chegar a velha. Ainda quero ser nova. A minha prima diz que sou maluca.

P2 – Está nova ainda, velhos são os trapos.

Animadora – Diariamente, tomam alguma atitude com o fim de usufruir de um envelhecimento ativo?

(Silêncio)

Animadora – Sabem o que é um envelhecimento ativo? É envelhecer de uma forma ativa, não ficar à espera da morte, fazer alguma coisa para passar os últimos anos da sua vida de uma forma agradável. Fazem alguma coisa para passar esses anos de forma mais agradável ou simplesmente deixam simplesmente a vida passar?

P1 – Eu não faço nada para que isso aconteça, eu deixo os dias passar.

Animadora – Mas vem cá ao centro.

P1 – Venho ao centro, mas claro para passar o tempo, porque realmente não sei, o envelhecer deve ser a coisa mais triste que deve haver. Que há. Porque a gente de dia para dia sentimo-nos a envelhecer, de dia para dia sentimos o corpo a ir para baixo.

Animadora – Passamos então para a seguinte pergunta. Quais são os aspetos que consideram centrais para um envelhecimento ativo? O que é que consideram que é importante para envelhecer de uma forma boa, de uma forma menos triste, menos desagradável?

P13 – Ter uma vida sossegada.

P8 - Poder ver.

P1 – Luz até aos últimos dias, a falta de vista é o pior.

Animadora – Gostariam de participar num projeto de animação teatral?

Silêncio total e alguns idosos abanaram a cabeça negativamente.

Animadora – Quem é que gostaria de participar num projeto de animação teatral?

P2 – Depende de como ele fosse.

P1 – Gostava era de ver.

P3 – Teatro a gente já faz aqui uns com os outros, isto é teatro.

Animadora – E a dona P3, gostava de participar?

P3 – Gostava de ver.

Animadora – E a dona P5, gostava de participar num projeto de animação teatral?

P5 – Gostava.

Animadora – A dona P5, que gostava de participar num projeto e para as outras senhoras, se participassem num projeto, o que gostariam de fazer?

P5 – Dançar.

P3 – Era de danças também.

P1 – Para mim, era ver e rir.

Animadora – Consideram benéfica a participação num projeto de animação teatral?

P1 – Ai, benéfica é.

Animadora – Então, se é benéfico, porque é que a dona P1 não gostava de participar?

P1 – Porque não tenho, como é que hei-de dizer, já não tenho aspeto para isso nem idade, mas que é benéfico isso é sem dúvida para quem possa e tenha forças para isso, acho que sim, acho que é muito benéfico. Pelo menos distrai. É uma distração muito grande. Agora, uma pessoa cocha a fazer isso.

Animadora – E a dona P6 e estas senhoras aqui, consideram que é benéfico participar num projeto de animação teatral?

P6 – Ver, tudo bem, agente a ver como estamos agora assim.

Animadora – E estar em palco, participar em palco?

P6 – Já não.

Animadora – Já não, e a dona P8?

P8 – Não, já está tudo velho para ter energias.

P2 – Não, já lá vai a mocidade.

Animadora – Então, a senhora acha que um projeto de animação teatral só pode ser inserido na mocidade?

P1 – Não na mocidade, mas por exemplo nos seniores, mas que ainda tenham força e garra para isso.

Animadora – Então e a dona P1 não tem essa força e essa garra?

P1 – Já é muito diferente, já é muito diferente...

Animadora – A dona P3 ainda tem essa garra, essa força.

P1 – Mas ela ainda tem cinquenta e tal anos.

P6 – E depois, uma pessoa não vê bem.

P8 – Eu, com cinquenta e tal anos, entrava no café do meu marido, dizia uma graça e todos se riam. Agora.

P1 – Faz-se muita coisa, com cinquenta e tal anos.

Animadora – Todas as senhoras consideram que é benéfico. Mencionem então alguns benefícios que no seu ponto de vista um projeto de animação teatral pode proporcionar.

P1 – Alegria e boa disposição.

P8 – Sentir-se feliz, alegre e contente.

Animadora – Qual é a sua profissão de sonho?

P3 – Eu gostava de ser cabeleireira.

P1 – Eu também, fui e gostei de ser cabeleireira.

P11 – Viajei muito e tive uma profissão de sonho.

P5 – Dançarina.

Animadora – Que viagem gostaria de fazer?

As senhoras responderam os seguintes destinos: Portugal continental, Serra da Estrela, ir à Terra Natal, Cuba, Brasil, Itália, Luanda e Bélgica.

Animadora – Desejam acrescentar alguma coisa sobre o assunto em questão?

(Felicitações pessoais e para o projeto)

Animadora – A transcrição da entrevista será disponibilizada a todas as pessoas que estão envolvidas no projeto, para confirmação de dados. Agradeço a vossa presença e conto convosco na próxima sessão.

ANEXO VII – Transcrição da Entrevista de Grupo Final

19ª Sessão: Grupo Focal Final

Data: 19 de maio de 2017

Participantes: 07 Idosos

P1	P4	P16
P2	P8	
P3	P14	

Transcrição da entrevista:

A entrevista teve lugar na sala onde decorreram todas as sessões do projeto no centro de dia. Antes de se dar início à entrevista, foi pedida autorização para filmar. Iniciou-se com o registo dos dados de caracterização dos participantes.

Animadora: Vamos então, dona P16, dona P1, podem dizer-me os vossos sobrenomes, se faz favor?

P16- (respondeu o sobrenome).

P1 – (respondeu o sobrenome).

Animadora – E a dona P8?

P8 – (respondeu o sobrenome).

P14 – (respondeu o sobrenome).

Animadora – E a dona...

P2 – (respondeu, dizendo o seu nome completo).

Animadora – Posso colocar só (o último)?

P2 – Oh! Pode pôr o que quiser.

P1 – Eu também tenho mais nomes, mas só pôs dois.

Animadora – E a dona P3?

P3 – (respondeu o sobrenome).

Animadora – Ora vamos então às idades. São toda feminino... A dona P16.

P16- Setenta e nove, sete, nove.

Animadora - Estado civil.

P16 – Viúva.

Animadora – Dona P1.

P1 - Trinta e nove.

(Silêncio)

Animadora - São noventa e três? Tem noventa e três?

Risos gerais.

P1 – Não! Trinta e oito.

Animadora – Ah, oitenta e três. Estado civil?

P1 – Aaah. É o que se vê. Viúva.

Risos gerais.

Animadora - Dona P8.

P8 - Cinquenta e oito ao contrário filhas.

Animadora – Oitenta e cinco, viúva?

P8 – Pois.

Animadora - E a dona P14?

P14 - Sessenta e sete.

Animadora - Sessenta e sete. É viúva?

(A dona P14 afirmou com a cabeça)

Animadora - E a dona P3.

P3 – Eu? Cinquenta e oito e solteira.

Animadora – E boa rapariga.

P2 – Noventa.

Animadora - Noventa e é viúva?

P2 – Sou.

Animadora – Muito bem... Habilitações literárias. P16?

P16 – Quinto ano dos liceus.

Animadora – Dona P1.

P1 – Quarta.

Animadora – Quarta classe, não é?

P1– Sim.

Animadora – Dona P8.

P8 – Quarta-feira.

(Risos gerais)

Animadora – Quarta-feira a e uma sexta. A dona P14?

P14 – O mesmo (quarta classe).

Animadora – Dona P3?

P3 – Terceira só.

Animadora - E a dona P2?

P2 – Quarta.

Animadora – Profissão... Profissão.

P16 – Funcionária pública.

Animadora – Aaa, pode explicitar dona P16?

P16 – Funcionária pública do ministério das finanças

Animadora – Ah no outro dia, quando disse isso, pensava que estava a brincar, afinal era, sério.

P16 – Não, não. É sério. Ministério das finanças.

Animadora – Dona P1?

P1 – Cabeleireira, foi outra coisa, mas mais era, essa é que foi a principal.

Animadora – Dona P8?

P8 – Tenho duas profissões, mas modista.

Animadora – Mas pode dizer as duas, se quiser.

P8 - Oh filha, a outra é comércio, trabalhar no comércio, em balcões.

Animadora – E a dona P14?

P14 – Sei lá, trabalhei numa fábrica.

P16 – Só se puser doméstica, não é?

Animadora – Mas ela trabalhou numa fábrica? É operaria.

Várias senhoras – Trabalhou na Câmara.

P14 – Sim, na Câmara de Lisboa.

Animadora – Ah na câmara, e fazia o quê na câmara?

P14 – Jardinagem.

Animadora – E a dona P3?

P3 – Fui doméstica, lá em casa, a fazer as coisas de casa.

Animadora - A dona P2?

P2 – Doméstica.

Animadora – Com quem vive, dona...?

P16 – Sozinha, quero arranjar alguém, mas não consigo.

(Risos gerais)

Animadora – Dona P1?

P1 – Por enquanto vivo sozinha, não há maneira de arranjar um gato.

Animadora - A dona P8?

P8 – É filha, eu vivo com tanta gente, que até digo mesmo, vivo sozinha, compreende?

Eu, para viver acompanhada, estou a pagar mil euros, mas é hoje uma, amanhã outra e depois é outra, por minha vontade já tinha despachado tudo, a minha filha é que não deixa.

Animadora - Mas são senhoras que vão lá à casa para ficar consigo?

P8 – É. Vão lá para dormir, vêm me buscar, vêm me pôr. Só tem uma de quem eu confesso gosto muito, já lá está há quatro anos ao domingo.

Animadora- - É um serviço da Santa Casa da Misericórdia?

P8 – Não, é do centro de Saúde e Bem-estar.

Animadora – A dona P14?

P14 – Vivo sozinha.

Animadora – Dona P3?

P3 – Vivo com uma sobrinha.

Animadora – E a dona P2?

P2 – Só.

Animadora – Vamos lá então lembrar que esta entrevista é uma entrevista final, os vossos nomes não vão aparecer em nenhum sítio.

P8 - Por mim, pode aparecer.

Animadora – Mas não vai aparecer nenhum, depois eu transformo os nomes em participantes, P1; P2, P3, participante 1, participante 2. Não aparecem os nomes, para não identificarem as senhoras e os dados que me acabaram de dar. Portanto, o projeto que estivemos aqui a desenvolver e em todas as sessões que tivemos cá, fazem parte da parte prática do meu projeto da tese de mestrado em educação artística especialização em teatro, e tem como objetivo geral verificar se um projeto de animação teatral pode influenciar de forma positiva o dia – a –dia individual e coletivo do grupo de idosos

intervenientes. Muito obrigada por terem colaborado. Agradeço também que estejam cá a colaborar na entrevista.

Elvira – Desculpe, nós é que ficamos muito felizes e satisfeitas, se as coisas lhe correrem bem.

(várias felicitações e desejos pessoais das senhoras dirigidos ao projeto e a mim)

Animadora – Obrigada, como já vos disse no início, estamos a ser filmadas, as filmagens são apenas para me ajudarem na transcrição da entrevista, e eu ainda vou voltar aqui mais uma vez para vos ler a entrevista e depois disso voltarei uma segunda vez, sem data marcada ainda, para vos mostrar todo o trabalho final, está bem?

(Sim verbal e afirmações com a cabeça)

Eu vou fazer perguntas e as senhoras vão respondendo, cada uma por sua vez, mas não precisam de responder todas à mesma pergunta, podem responder duas ou três a uma pergunta, outras duas a outra pergunta. Não falem é umas por cima das outras, porque senão não se percebe nada.

Portanto, a primeira pergunta: O que gostou mais de fazer neste projeto?

Quem quiser responder...

P1 – Eu o que gostei mais de fazer neste projeto foi de falar consigo, porque foi realmente uma pessoa muito simpática e muito agradável, foi o que gostei mais.

Animadora – O que gostou mais de fazer neste projeto a nível daquilo que nós desenvolvemos nas sessões que fizemos? (silêncio) Uma sessão que tenham gostado mais?

P16 – Eu gostei de tudo.

P1 – Eu gostei muito daquela parte, eu não me lembro dos nomes, mas aquela parte de andar, que andamos que eu até andei de mão assim atrás (exemplificou) como é que se chama?

Animadora – Andar pelo espaço e de imitarmos o andar uns dos outros?

P1 – Exatamente, achei piada.

P16 – Gostei de tudo, conversações, filmes...

Animadora – Há mais algum aspeto que tenham gostado? Alguma coisa que tenham gostado ao longo das sessões?

P1 – Eu já respondi.

Animadora - Consideram importante a vossa participação neste projeto?

P16 – Muito.

P1 – Se é para seu bem, acho que sim, considero até muito importante.

Animadora – E para o seu bem, dona P1, considera importante?

P1 – Também, também, pelo menos diverti-me, brincámos e satisfizemo-nos com a participação.

Animadora – Então, todas as senhoras consideram que foi importante?

Todas – Foi muito importante.

Animadora – Porquê?

P8 – Porque nos distraímos, convivemos e a menina é muito simpática.

Animadora – Conviveram, distraíram-se....

P1 – Convivemos, gostamos muito da sua simpatia e da sua maneira de falar.

P3 – E puxámos pela memória.

P16 – Pois e puxámos pela memória.

P1 – Foram umas sessões que nos divertiam que a gente saía bem-dispostas do pé dela.

P3 – Passamos aqui um bom bocado e divertimos e cantamos.

P16 – E conversamos.

P1 – E dissemos palermices.

P14 – Risos.

Animadora – Tudo faz parte. Digam alguns efeitos que no vosso ponto de vista estes projetos proporcionou-lhes.

P1 – Alguns defeitos?

Animadora – Efeitos.

P1 – Efeitos que, efeitos que quê? Como é que disse?

Animadora – Participou no projeto e o que é que ficou? Que efeitos em si ficaram daquilo que nós fizemos?

P1 – Ficaram recordações. Ficamos a saber certas coisas que não sabíamos ou por outra que nós sabíamos, mas não nos passava pela cabeça.

P16 – Foi uma coisa boa que vamos nos lembrar para sempre.

P4 – Acho que sim, foi um bocadinho que a gente distraiu.

P1 – Pois, coisas que às vezes nem sabíamos que existia.

Animadora – Aconselhariam outras pessoas conhecidas a participar num projeto deste tipo?

Todas – Sim, aconselharia muito.

Animadora – Porquê?

P1 - Porquê? Porque aprende-se muito e para além de aprender é um convívio muito bom.

Animadora - O que aprendeu?

P1 – Ai, como lhe dizer? Eu sei o que aprendi, não sei é explicar.

Animadora – Tente explicar.

P1 – O que é que eu aprendi.

P4 – Estar a falar com a menina a convivermos todas.

P1 – Aprendi que podemos fazer várias brincadeiras como divertimento. Há coisas que a gente faz, diverte-se e brinca-se.

P4 – É um convívio, prontos, e eu até vim mais cedo por causa da menina.

Animadora – Gostaria de voltar a participar num projeto de animação teatral?

P1 – Se eu tivesse jeito, participaria.

P16 – Eu também, se tivesse jeito.

P1 – Só vendo.

P8 – A vinda da menina cá foi para seu bem também, não é? E que venha outra menina fazer a mesma coisa que a menina cá veio agora, gostaria.

P16 – Participar em teatro, não é?

Animadora – Sim. O que gostariam de fazer num projeto futuro de animação?

(silêncio)

Animadora - Uma próxima menina que viesse cá fazer a mesma coisa, o que gostavam de fazer com ela?

P8 – Andar, dançar, responder a coisas apalermadas para a gente se rir.

P16 – Fazer de palhaço.

P4 – Responder a tudo o que ela me perguntasse, se a gente souber responder.

P3 – Dançar.

P14 – Risos.

Animadora – Andar, dançar, fazer de palhaço...

P8 – Cantar quem tem voz.

Animadora - O que gostava de fazer dona P4?

P4 – Cantar e dançar, que é isso que eu não posso é dançar e cantar também.

P3 – Pode bater palmas e cantar.

P14 – Trás o adufe.

Animadora – Alguém deseja acrescentar mais alguma coisa?

(Felicitações e desejos pessoais.)

P4 – Também vai ter saudades de nós.

Animadora – Vou sim. Agradeço-vos mais uma vez por terem participado no projeto e por estarem cá hoje na entrevista e torno a dizer aquilo que disse no início, vou transcrever a entrevista e daqui a algumas semanas volto cá para ler-vos tudo aquilo que escrevi e falamos hoje.

ANEXO VIII – Diário de Bordo do Investigador

1ª Sessão – Data: 13 de fevereiro de 2017

1ª Sessão: Conhecimento do grupo

Data: 13 de fevereiro de 2017

Participantes: 12 Idosos

P1	P5	P9
P2	P6	P10
P3	P7	P11
P4	P8	P12

Descrição:

A Sessão iniciou-se com uma breve introdução feita pela assistente social do centro, explicando ao grupo a minha presença no centro. Após a sua saída, foram realizadas as atividades propostas na planificação. Ambas as atividades decorreram com grande participação do grupo, que esteve sempre disposto a responder às perguntas feitas por mim que evoluíram para diálogos entre os participantes. Após algum diálogo, verifiquei, segundo as suas intervenções/afirmações, “nós normalmente ficamos aqui a conversar; às vezes eu jogo o bingo; à quem jogue cartas” P1, que o grupo não participa em atividades regulares de animação sociocultural ou teatral. Segundo os participantes, são realizadas semanalmente atividades de expressão físico motora, nas quais nem todos os idosos participam. À parte das atividades físico motoras, os idosos têm jogos de cartas, dominó e bingo/loto à sua disposição. Para além dessas atividades, das conversas e dos passeios (à volta do centro) que são frequentes entre eles, não existem atividades planeadas e desenvolvidas regularmente no centro.

A segunda atividade (Autobiografia) foi ligeiramente adaptada, uma vez que a maioria dos participantes não conseguia escrever, por analfabetismo, tremor ou falta de visão ou audição. Acabei por deslocar-me até cada participante e registar na folha o que cada um me pedia. O facto de eu me ter deslocado ao pé de cada um e escrito o que me pedia, fez com que o exercício se tornasse demorado e, por consequência, aborrecido para os

restantes participantes. Esta situação que foi averiguada pelo ruído que se fez sentir por parte dos restantes participantes, quando me dirigi a cada um deles.

No fecho da sessão, quando os participantes foram confrontados com a pergunta “o que mais gostaram ao longo da sessão?” na sua grande maioria responderam o **convívio** e o facto de me terem conhecido. O senhor P9 respondeu que o que gostou mais foi ter ficado a saber que no centro havia uma senhora da sua terra (Fundão).

Comentário:

Penso que **a falta de atividades, desenvolvidas no centro de forma estruturada** (à data do projeto), tanto pode ser um aspeto positivo como negativo no decorrer do projeto. Isto porque, os idosos podem aderir às atividades propostas, por curiosidade e interesse, ou, devido à falta de atividades, podem não aderir, por falta de hábito de trabalho em grupo e envolvimento em atividades.

As suas respostas ao fecho da sessão foram, no mínimo, curiosas. Foi positivo saber que houve empatia geral comigo. Incomum é dois utentes, que partilham o mesmo teto há meses (se não anos), nunca terem partilhado antes esta coincidência (nasceram ambos no mesmo concelho). Ou será este um facto normal, num centro onde não há preocupação em criar um grupo que possa desenvolver atividades conjuntas e criar laços, que permitam a partilha de vivências e curiosidades como esta.

O centro dispõe de boas estruturas físicas, como se pode ver na figura 1, que representa (sem escala) a sala de trabalhos onde se irão realizar todas as sessões e provavelmente a apresentação do produto final. As figuras 2 e 3, por sua vez, mostram a segunda atividade realizada neste primeiro dia.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Perfil e funções do animador

A importância de um animador num centro de dia para idosos

Em:

- Dumazedier (1963, Cit por Quintas e Castaño, 1998:119)
- Quintas, S. e Castaño, M^a Angeles. (1998). Animación Sociocultural. Nuevos Enfoques. 3^a ed. Salamanca: Amarú Ediciones.
- Parizet (1975, cit por Besnard, 1991) p. 86-87 – Fala sobre os animadores e qual o seu perfil.

- Besnard, P. (1991). La animación sociocultural. Barcelona: Ed. Paidós Educador.

Material de Registo: Fotos, diário coletivo e diário de bordo

Fotos relacionadas com a sessão:

Legenda:

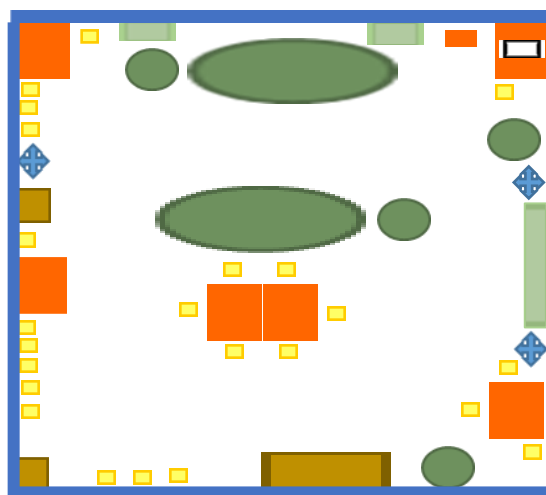
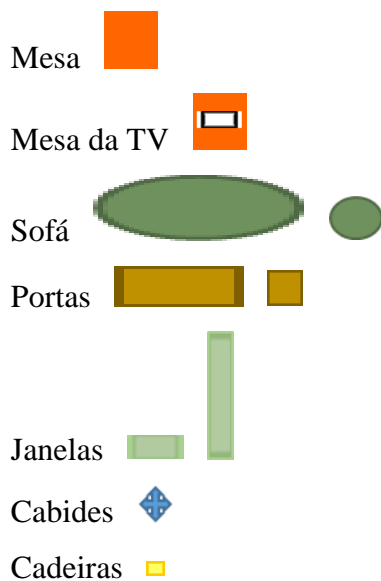


Figura 45: Planta da sala de trabalho (Fonte: Própria).

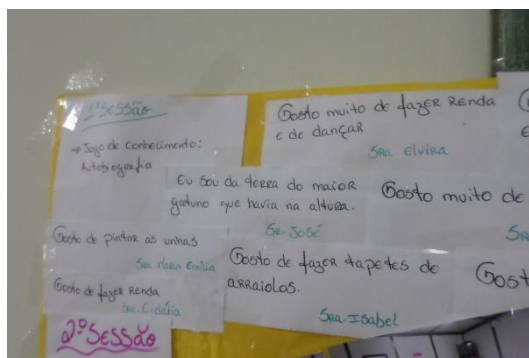


Figura 46: Exercício – “Autobiografia”_1 (Fonte: Própria).

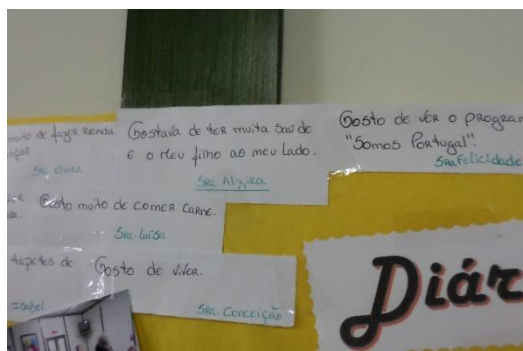


Figura 47: Exercício – “Autobiografia”_2 (Fonte: Própria).

2ª Sessão – Data: 17 de fevereiro de 2017

2ª Sessão – Entrevista de Grupo inicial

Data: 17 de fevereiro de 2017

Participantes: 09 Idosos

P1	P4	P8
P2	P5	P11
P3	P6	P13

Comentário:

A afirmação da P8, ao dizer que vivem todas juntas e que qualquer dia fazem uma festa, deu-me a entender que ela não tinha conhecimento que as restantes participantes também viviam sozinhas, situação que confirma o comentário da sessão anterior: atividades que as fazem relacionar-se entre si fazem falta a este grupo.

Senti várias vezes a necessidade de refazer a pergunta e de questionar diretamente a cada um dos participantes, uma vez que ninguém respondia e gerava-se um silêncio total. A falta de literacia e de comunicação em grupo podem ser a causa deste silêncio.

Nesta sessão, foram assinadas as autorizações para captação de vídeos, fotos e áudio sempre que necessário ao longo das sessões. A P12 recusou-se a assinar, motivo pelo qual não participou na sessão de hoje e nas seguintes terei todo o cuidado para que não fique nas fotos e vídeos.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Fases do desenvolvimento: Velhice

Processo de envelhecimento

Em:

Tavares, J. Pereira, A. Gomes, A. Monteiro, S. Gomes, A. (2007). Manual de Psicologia do desenvolvimento e aprendizagem. Porto: Porto Editora

...

Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo.

3ª Sessão – Data: 20 de fevereiro de 2017**3ª Sessão – Indutor Espaço**

Data: 20 de fevereiro de 2017

Participantes: 11 Idosos

P1	P5	P11
P2	P6	P12
P3	P7	P13
P4	P8	

Descrição:

A sessão iniciou-se com uma breve conversa sobre como os participantes passaram o fim-de-semana. Em seguida, deu-se lugar ao jogo da memória. Todo o grupo participou na atividade, embora alguns tivessem reclamado, dizendo: “Ó menina eu nem me lembro o que almocei hoje, quanto mais ontem” (P8). A maioria demorou bastante tempo a responder às perguntas, mas também existiram situações em que os participantes pediram para responder de imediato.

Na atividade de exploração do espaço foi curioso verificar que, apesar de ser uma sala que é do conhecimento diário de todo o grupo, a maioria nunca tinha reparado nos objetos que a sala dispõe. A P7 recusou participar no exercício. A P2 e a P4 também não participaram no exercício, por não poderem caminhar de forma autónoma.

No fecho de sessão, o grupo participou, mas de forma muito pouca original, sendo que todos responderam, mas repetiram a resposta dada pela primeira participante. A reflexão de fecho de sessão debruçou-se sobre o que cada um sentiu ao longo da sessão e a resposta foi “alívio”, com exceção da P11, que respondeu nada.

Comentário:

Quando chegámos ao centro, alguns dos participantes já se encontravam na sala onde realizámos as sessões, outros estavam na sala comum a todos os utentes. Ao ver-nos chegar, deslocaram-se para a sala de trabalho, o que consideramos bastante positivo, uma vez que alguns já estavam à nossa espera e outros associaram a nossa chegada ao centro como o início da sessão, demonstrando interesse em participar.

Houve um momento bastante interessante no final desta sessão, quando a P7 se dirigiu até nós e confidenciou-nos o seguinte:

P7 – “Menina, pode parecer estúpido, mas eu nunca aprendi a dançar”.

Animadora – “Eu também não sei dançar, P7, não tem mal não saber dançar”.

P7 – “Eu não quis dizer nada, para elas não se rirem”.

Animadora – “O quê?”.

P7 – “Eu fiquei ali sentada, porque quando a menina nos mandou levantar, pensei que íamos dançar, se soubesse que era para andar, isso eu também fazia (risos)”.

Animadora – “Não tem mal, P7, na próxima vez já sabe, primeiro experimenta e depois decide se quer fazer ou não a atividade”.

Considero bastante pertinente ouvir os participantes, para que juntos possamos tentar ultrapassar alguns obstáculos.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Indutores – O que são – Porquê e como usa-los em sessões de animação teatral

Em:

Lander, J. Barret, G. (1994). Expressão dramática e Teatro. Lisboa: Edições ASA

Material de Registo: Fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 48: Exercício – “explorar o espaço circundante”_1 (Fonte: Própria).



Figura 49: Exercício – “explorar o espaço circundante”_2 (Fonte: Própria).

4ª Sessão – Data: 24 de fevereiro de 2017

4ª Sessão – Indutor Imagem

Data: 24 de fevereiro de 2017

Participantes: 12 Idosos

P1	P5	P11
P2	P6	P12
P3	P8	P13
P4	P10	P14

Descrição:

A sessão iniciou-se com um exercício de locomoção pelo espaço. No decorrer do exercício, foi possível ouvir algumas gargalhadas dos participantes; senti que se divertiam ao realizar o exercício.

O segundo exercício revelou-se inesperado com afirmações como “ah era para isso que queria as fotos?”, todo o grupo participou de forma interessada. Apresentaram alguma dificuldade em reunir a pares, ainda que eu os tivesse dividido por pares (seguindo a ordem em que estavam sentados) e tivesse pedido que reunissem e trocassem ideias em relação às imagens e posteriormente criassem aos pares apenas uma história para as duas imagens. Apesar de todos estes contratemplos que eu foi observando ao longo do exercício e de inicialmente terem feito bastantes perguntas sobre a execução do exercício, o exercício superou as minhas expectativas, uma vez que todos os pares realizaram a atividade como pedido, embora uns tenham desenvolvido mais a atividade que outros, no sentido em que alguns apenas focaram a imagem e outros imaginaram para além do exposto na imagem.

No fecho de sessão, os participantes apontaram que no primeiro exercício sentiram-se estonteados por ser um espaço demasiado pequeno e que num próximo exercício deveríamos afastar mais as mesas ou sair para o exterior.

No final da sessão, a P12 propôs a realização do exercício de memória que tínhamos realizado na sessão anterior. O exercício foi realizado com as mesmas perguntas e três acrescidas sendo estas: Qual foi a última pessoa que viu ontem?; Falou ontem ao telemóvel?; Qual foi a primeira coisa que pensou hoje quando abriu os olhos?.

Comentário:

Logo no início da sessão com a explicação do primeiro exercício, a P5, P11 e P13 saíram da sala dizendo que para andar não queriam ficar na sessão. Não as impedi de sair, apenas disse que se quisessem ficar sentadas a assistir, podiam. Mas saíram na mesma três da sala, a P11 voltou mais tarde a entrar na sala, mas não realizou o exercício. A P13 voltou no final da sessão, após os participantes terem saído da sala, e contou-me que sente a cabeça muito confusa e triste, porque, depois da morte do filho, o neto que ficou a seu cargo estava a crescer e a dar-lhe demasiado trabalho e poucos ouvidos. Escutei o que a senhora me dizia, mas tentei não desenvolver a conversa ou fazer perguntas, por considerar que aquele espaço deve ser precisamente para os participantes poderem usufruir de um momento de libertação dos seus problemas e aperceberem-se de que é possível divertir-se em qualquer idade.

Na verdade, eu gostava que os participantes partilhassem comigo o sentimento de que a idade é um estado de espírito e não uma condição cronológica impossível de contrapor, por vezes leio nas entrelinhas daquilo que me dizem os idosos e parece que pensam que envelhecer é uma “maldição”. Espero no final deste projeto poder obter pelo menos uma resposta positiva sobre o que significa envelhecer. Não espero que me respondam que é a coisa mais maravilhosa do mundo, mas se pelo menos um participante não responder “tristeza” eu sentirei nesse dia o meu dever cumprido.

Senti-me surpresa com o pedido da P12. Espero que hajam mais pedidos idênticos.

À saída do centro, a assistente social do centro, interpelou-me para perguntar quem havia escrito o papel da P6 relativo à primeira sessão que diz “gostava de ter muita saúde e o meu filho ao meu lado”. Quando a P6, na primeira sessão, na atividade de autobiografia, pediu-me para escrever essa frase, todos os participantes a reconheceram

de imediato, e eu pensei que o filho vivesse longe dela geograficamente. Somente depois da conversa de hoje com a assistente social pude perceber que o filho da P6 já faleceu e a senhora nunca fala sobre o assunto. Talvez nunca tivesse falado do assunto, porque, lhe era proposto que falasse, falou na sessão provavelmente porque sentiu necessidade e liberdade para o fazer, o certo é que sem que ninguém lhe pedisse para falar do assunto a senhora sentiu necessidade de o fazer.

Em relação aos objetivos, estes foram cumpridos. Os participantes, cada um ao seu ritmo, experimentaram diversas formas de locomoção, no segundo exercício os grupos improvisaram através do indutor imagem. Para além de se cumprir o objetivo do exercício, cumpriu-se também um dos objetivos específicos de intervenção, a saber: “desenvolver competências de iniciativa própria” quando o par para além de improvisarem apenas com o que a imagem lhes exponha foram mais além, e imaginaram o que existiria por detrás daquela imagem, criando uma situação/história.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 50: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_1 (Fonte: Própria).



Figura 51: Exercício de locomoção – “Caminhar à ator com regras”_1 (Fonte: Própria).



Figura 52: Imagens utilizadas no exercício – “Uma história improvisada”_1 (Fonte: Própria).



Figura 53: Exercício – “Uma história improvisada”_2 (Fonte: Própria).

5ª Sessão – Data: 27 de fevereiro de 2017

5ª Sessão – Indutor Corpo

Data: 27 de fevereiro de 2017

Participantes: 10 Idosos

P1

P5

P12

P3

P7

Os participantes P4, P6, P8, P10 e P11, estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

Quando cheguei ao centro, os participantes já estavam na sala de trabalho à minha espera, começámos por conversar um pouco sobre o fim-de-semana. Em seguida, organizámos a sala para a sessão, afastámos os sofás, as mesas e as cadeiras, para que o espaço se tornasse mais amplo.

A sessão iniciou-se com o exercício andar imaginando, que foi realizado apenas por 5 (cinco) participantes, apesar de haver 10 (dez) participantes na sala. O segundo exercício foi também um exercício de locomoção com o indutor corpo, intitulado “quem sou eu?”. Este exercício despoletou alguma curiosidade por parte dos participantes, quando estes deveriam adivinhar quem é que lhes estava a imitar.

O fecho de sessão baseou-se no primeiro balanço do projeto, cito alguns comentários proferidos:

P12: “Gosto mais de atividades de memória”.

P3: “gosto mais quando conversamos”.

P1: “gosto de tudo, tudo me diverte, é uma diversão autêntica”.

P5: “Dançar”.

P11: “gosto de estar em casa”.

P10: “Eu? Sentada. É muito interessante e engraçado, mas para eu ver, não para fazer” (Resposta à pergunta “Então e a P10 o que tem gostado mais”).

P4: “Cantar”.

P8: “Desde que possa, gosto de fazer tudo, andar e assim”.

No geral a sessão decorreu conforme o planeado. No entanto o grupo apresentou algum desequilíbrio físico na realização dos exercícios.

Comentário:

A partir desta sessão irei fazer distinção entre os participantes ativos e passivos, porque hoje na sessão estiveram 10 (dez) participantes na sala, mas apenas 5 (cinco) participaram ativamente nas atividades.

Esta sessão traduziu-se na sessão com menos participantes até então. Penso que tal se deve ao facto de a sessão se ter desenvolvido na sua maioria em pé/a caminhar. Vou tentar conjugar nas próximas sessões atividades de movimento (realizadas em pé) com atividades mais calmas, em que os participantes possam realizá-las sentados (como ocorreu na sessão passada).

Num momento da sessão, a P4 cantou algumas músicas do rancho, a que pertencia, e mostrou um pequeno álbum de fotos do rancho e dos tapetes de arraiolos que fazia. Ao mesmo tempo que explicou qual era a função que desempenhava e o quanto gostava dessas funções.

Durante a sessão, também houve lugar para dançar com a P5, que adora dançar e pediu para dançar o bailinho da Madeira.

Tenho comprovado, sessão após sessão, que a P11 diz muitas vezes que gostava de estar em casa ou quer estar em casa, que não sabe o porquê de estar ali, que está bem é em casa. Depois desta constatação, gostaria que este projeto contribuísse para a integração da P11.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 54: Exercício - “andar imaginando”_1 (Fonte: Própria).



Figura 55: Exercício - “andar imaginando”_2 (Fonte: Própria).



Figura 56: Exercício - “quem será eu?”_1 (Fonte: Própria).



Figura 57: Exercício - “quem será eu?” (Fonte: Própria).



Figura 58: Diário coletivo_1 (Fonte: Própria).

6ª Sessão – Data: 03 de março de 2017

6ª Sessão – Indutor Som

Data: 03 de março de 2017

Participantes: 11 Idosos

P1	P6	P11
P3	P7	P15
P4	P8	
P5	P10	

O participante P13 esteve presente na sessão, mas não participou nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A sessão iniciou-se com o exercício adivinhe o som. Os idosos estavam sentados nos sofás em círculo e eu, sem que estes vissem, fiz vários sons através de diversos materiais, para eles adivinharem de que material se tratava. Nem todos os materiais foram descobertos facilmente, mas todos os participantes demonstraram interesse na atividade lançando para o ar possíveis materiais.

A sessão seguiu para o segundo exercício – “O que pode ser“, em que os participantes, igualmente dispostos em círculo, ouviam uma música, uma vez em silêncio e na segunda vez que ouviam a mesma música respondiam a uma pergunta.

- ★ Canoas do Tejo de Carlos do Carmo
 - Se esta música fosse um filme, qual seria?

- “filme de um fado” - P3
 - “fado do ribatejo” – P1
 - “1ª guerra” - P5
 - “Filme americano” - P7
 - “um Teatro” - P15
 - “*Good Lord*” - P11
- ★ Cinderela de Carlos Paião
- Se esta música fosse um sentimento, qual seria?
 - Saudade – P11
 - Marido e filho, saudade – P6
 - Amor – P1 e 15
 - Bom, Alegria – P5
 - Satisfação – P10
 - Tristeza – P4, P7 e P8
 - Paixão – P3
- ★ Povo que Lavas no Rio de Amália Rodrigues
- Se esta música fosse um país, qual seria?
 - Portugal – Todos os participantes
- ★ Canção do Mar de Dulce Pontos
- Se esta música fosse uma viagem, qual seria?
 - Birmânia – P11
 - Ilha da Madeira – P6
 - Brasil – P5
 - Espanha – P8 e P15
 - Lisboa – P7
 - Uma volta a Portugal - P1
 - Itália – P3
- ★ O Melhor de Mim de Mariza
- Se esta música fosse um animal, qual seria?
 - Cavalo – P11
 - Gatos – P6
 - Cão – P15, P5,P4,P8,P7
 - Catatua – P1

No fecho da sessão, foi pedido que cada participante caracterizasse a sessão com uma palavra:

- ★ Engraçado – P11 e P6
- ★ Alegre – P3 e P7
- ★ Interessante – P1
- ★ Gostei – P4 e P5
- ★ Saudade – P8
- ★ Bom, todos juntos – P15

Comentário:

Mais uma vez, quando cheguei ao centro, alguns participantes já estavam na sala de trabalho e outros dirigiram-se quando me viram chegar. Este acontecimento tem sido regular em todas as sessões, o que caracterizo como um ponto positivo no projeto. Embora o projeto ainda esteja numa fase inicial, perante este aspeto posso mencionar que o objetivo específico do projeto de intervenção “criar hábitos de participação em atividades dramáticas e em projetos de teatro” está a ser cumprido, como verificamos através do interesse que os participantes demonstram ao estarem presentes na sala e/ou deslocarem-se para a sala aquando da minha chegada ao centro.

A maioria dos participantes demoraram bastante tempo a responder às questões que lhes eram colocadas, havendo bastante dificuldade em imaginar, fantasiar e sair do real. Constatei tal fato através de afirmações do género – “mas como?”; “Mas isso não é um filme é uma música”; “Como assim um país?”.

A P6 tornou a mencionar o filho, sem que houvesse uma pergunta direcionada para o assunto diretamente.

Não sei se o tempo destinado ao projeto será o suficiente para modificar esta situação, mas irei procurar nas sessões seguintes dar um contributo para levar os participantes a imaginar, fantasiar e sair do real.

Os objetivos da sessão propostos para cada uma das atividades desenvolvidas foram cumpridos, embora alguns participantes tenham-nos cumprido de uma forma mais imediata quando comparados com outros participantes.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 59: Objetos sonoros (Fonte: Própria).



Figura 60: Exercício - “o que pode ser?” (Fonte: Própria).

7ª Sessão – Data: 06 de março de 2017

7ª Sessão – Indutor Objeto

Data: 06 de fevereiro de 2017

Participantes: 11 Idosos

P1	P6	P11
P3	P7	P12
P4	P8	P15
P5	P10	

Descrição:

A sessão iniciou-se com o grupo sentado nos sofás em círculo. Foi explicado o primeiro exercício e foi dada uma caneta a um dos participantes; o exercício foi realizado com uma caneta e com uma folha de jornal. Suscitou alguma confusão porque mais uma vez o exercício colocava-os no papel de criador, aquele que imagina e sai do real. Depois de algumas tentativas de explicação, o exercício de formas diferentes e exemplos o exercício decorreu com maior facilidade com a folha de jornal, penso que pelo fato de que todos eles já tinham em algum momento da sua vida atribuído outro significado a uma folha de jornal/papel, mas nunca a uma caneta, ou pelo menos, com tanta frequência. Na realização da atividade com a folha de jornal, o grupo entusiasmou-se e houve quem fizesse mais do que uma vez o exercício.

Na atividade seguinte, 6 (seis) foram os participantes que levaram, objeto. Aquilo que lhes fora pedido na sessão passado foi que levassem um objeto imprescindível numa hipotética mudança de casa. Todos os objetos tinham uma carga afetiva bastante grande, o que levou a que contassem as suas histórias de uma forma orgulhosa e emotiva. Todos os participantes desenvolveram a atividade sem que houvesse a necessidade de muita intervenção da minha parte.

O fecho de sessão deu-se de forma simples e apenas com um agradecimento por terem colaborado na sessão trazendo os seus objetos pessoais. O fecho de sessão, tal como estava planeado, não ocorreu por falta de tempo cronológico, pois os idosos deveriam lanchar e deslocar-se até à carrinha que tem horário de saída do centro.

Comentário:

Quando cheguei ao centro, os participantes estavam numa discussão amigável na tentativa de descobrir o meu nome, pois nenhum dos participantes em questão se recordava. Quando o grupo se reuniu, perguntei em voz alta quem se recordava do meu nome e a P4 foi quem disse o meu nome de forma correta. É enigmático saber que parte do grupo discutia por saber o meu nome, faziam-no porquê? Porque não havia outra ocupação? Ou porque começo a fazer parte do dia-a-dia deles num período em que tem ocupação? Ficam as perguntas sem resposta...

A sessão, no cômputo geral, foi bastante interessante e produtiva uma vez que os participantes se envolveram nas atividades com bastante disponibilidade e entrega, sem que fosse necessário que eu repetisse várias vezes o exercício e os estimulasse constantemente a fazê-lo. A sessão passou rápido. Devido, ao envolvimento dos participantes, não foi realizado o fecho de sessão conforme planeado. Dei preferência em deixar decorrer as atividades em vez de os limitar ao tempo cronológico, que já é por si só uma grande barreira para este grupo, ou envelhecer não fosse uma corrida contra o tempo cronológico. É por isto que eu quero partilhar com eles o agora, este preciso momento, sem limitações cronológicas. Embora haja planificações e regras/estruturas de tempo, quero tentar fazer com que essa não seja uma preocupação deles, mas minha (sem que eles se apercebam). Sempre, que necessário, serei flexível ao ponto de deixar as atividades fluírem de forma natural, consoante o *feedback* do grupo.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Blog de Maya Santana – Teatro aborda o envelhecimento, com as suas dores e alegrias

Link

<http://www.50emails.com.br/peca-aborda-o-envelhecimento-com-todas-as-suas-dores-e-alegrias/>

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 61: Exercício - “isto é”... com caneta (Fonte: Própria).



Figura 62: Exercício - “isto é”... com folha de jornal_1 (Fonte: Própria).



Figura 63: Exercício - “isto é”... com folha de jornal_2 (Fonte: Própria).



Figura 64: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_1 (Fonte: Própria).



Figura 65: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_2 (Fonte: Própria).



Figura 66: História de objetos e sessão fotográfica com os objetos_3 (Fonte: Própria).



Figura 67: Diário coletivo_2 (Fonte: Própria).

8ª Sessão – Data: 10 de março de 2017

8ª Sessão – Indutor Personagem

Data: 10 de março de 2017

Participantes: 10 Idosos

P1

P6

P12

P3

P8

P15

P4

P10

Os participantes P11 e P13 estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A sessão iniciou-se com o grupo sentado nos sofás em círculo. Expliquei o exercício de abertura: Jogo da mímica, que foi realizado de forma muito afcionado, tendo os participantes demonstrado interesse quando ninguém adivinhava o que era, apressavam-se em pensar numa forma diferente de demonstrar a palavra através dos gestos.

Para além dos participantes terem demonstrado um grande entusiasmo na realização da atividade de abertura, o que levou a que ocorresse num tempo superior ao estimado, a falta de material e, acima de tudo, falta de interesse por parte dos participantes em realizar a atividade de desenvolvimento, fizeram com que esta não se tivesse realizado conforme planeado. Ainda assim, surgiu um diálogo sobre os idosos.

No fecho de sessão, quando o suposto era conversarmos sobre as dificuldades sentidas pelos participantes ao longo da sessão, apenas a participante P12 respondeu “Não senti dificuldade”. Os restantes não responderam. Não lhes é simples fazer uma reflexão sobre as dificuldades. O dialogo acabou por enveredar pelo que gostaram mais, onde registei comentários como: “temos de fazer mais vezes isto” P3; “gostei e achei piada. Gosto de coisas de puxar pela cabeça” P1; “por acaso gostei deste que estivemos a fazer hoje” P8.

Comentário:

Em todas as sessões, os participantes sentam-se nos sofás ou nas cadeiras, consoante as suas limitações, de forma a estarem todos confortáveis.

Quando me dirigi à P15, com a intenção de saber se esta sabia ler e escrever (uma vez que se trata de um participante que não esteve presente no grupo focal inicial), questionei-a – “P15 qual é a sua escolaridade? Até que ano estudou?”, pergunta à qual a dona P15 respondeu “Eu não sei ler nem escrever, mas assinava o meu nome e ensinei o meu filho a juntar as letras mesmo sem saber ler”. Isto demonstra a persistência de quem não teve acesso aos estudos e ainda assim se esforçou em aprender, tendo a preocupação de transmitir ao filho o que sabia.

Durante o primeiro exercício, a maior dificuldade que detetei foi a falta de audição sentida por parte da grande maioria dos participantes. Ao não saberem ler eu tinha de dizer-lhes ao ouvido o que estava escrito no papel, que tinham tirado e corria o risco de dizer tão alto que em várias vezes o participante do lado ouvia e acabava por adivinhar de forma imediata. À parte desta situação, o exercício verificou-se bastante interessante e foi aceite de forma entusiasmada por parte dos participantes, que quando não sabiam o que fazer, olhavam para mim e pediam ajuda com ideias, em vez de desistirem de realizar o exercício.

Apesar de ter sido pedido na sessão anterior para cada participante trazer um elemento caracterizador do seu ídolo, ninguém o fez (o que foi desde logo uma decepção para mim, porque na sessão dos objetos um grande número de participantes levou objetos e também porque inseri esta atividade devido a uma conversa que surgiu na primeira sessão sobre a Fadista Amália e cantores que as senhoras apreciavam e gostavam de ouvir e cantar. Talvez eu me tenha precipitado na planificação desta atividade). A atividade não

foi realizada conforme planeada, apenas conversamos de forma geral sobre os seus ídolos e as suas formas de cantar.

A P11, apesar de não ter participado de forma entusiasta e interessada como os restantes participantes, estava sentada a observar e a rir-se construtivamente de tudo o que acontecia. A P11 não está integrada e no seu discurso utiliza palavras invulgares (invulgares no vocabulário de senhoras em que a maioria tem a 4ª classe como máximo), criando uma distancia com as restantes participantes, como se ela quisesse deixar claro que tiveram percursos formativos e laborais muito distintos e que, por consequência, deveriam também ter um processo de envelhecimento diferentes. Esta situação que nunca será possível acontecer, pelo menos a nível cronológico e biológico, todos nós temos um processo semelhante de crescimento e envelhecimento. Gostava que a P11 entendesse isso, porque penso que só depois desse entendimento será possível a sua integração no grupo, uma vez que é ela quem está sempre à defesa, auto excluindo-se.

No geral, não foi uma sessão em que, todos os objetivos foram cumpridos, porque a atividade de desenvolvimento não se realizou conforme o planeado. Por outro lado, a primeira atividade revelou-se bastante interessante e aceite pelos participantes. Os objetivos “exercitar a memória; “explorar as capacidades expressivas do corpo e da linguagem não-verbal” foram em alguns momentos atingidos, não em todos os momentos, porque existiram episódios em que as senhoras proferiram sons aquando da expressividade corporal.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo.

9ª Sessão – Data: 13 de março de 2017

9ª Sessão – Indutor Mapa

Data: 13 de março de 2017

Participantes: 09 Idosos

P1	P7
P3	P12
P4	P15
P6	

Os participantes P8 e P13, estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

Toda a sessão decorreu com o grupo sentado em volta de uma mesa, começámos a sessão com um diálogo sobre a Terra Natal de cada um dos participantes: alguns partilharam as características da sua Terra Natal com mais contentamento que outros, devido às experiências que cada um tem da sua infância que foi para a maioria (dada à época) uma infância de muito trabalho e pouca fruição do que é ser criança e tudo o que isso envolve. Mas todos deram o seu contributo, fazendo uma reflexão/viajem ao passado mais longínquo, contribuindo para que se cumprissem um dos objetivos da atividade – “Exercitar a memória”.

A sessão prosseguiu com a atividade de desenvolvimento – elaboração de um Mapa da minha Terra -, onde a maior dos idosos sentiu grande dificuldade, não em desenhar, mas em perceber que eram capazes de o fazer, porque simplesmente ainda não tinham tentado. Relativamente aos objetivos desta atividade: “explorar a capacidade de partilha; expor o pensamento em papel; planejar uma ideia de cenário” foram cumpridos em parte, os participantes tiveram maior facilidade na exposição oral e uma grande dificuldade aquando da exposição em papel, embora duas delas tenham realizado o exercício quase de forma orgânica. O último objetivo não foi cumprido, ou seja, em momento algum um participante mencionou como possibilidade a utilização dos mapas para um futuro cenário.

O fecho da sessão deu-se com uma conversa conjunta na qual dialogámos sobre como se tinham sentido ao longo da sessão, a maioria respondeu que sentiu saudades de pequenas coisas que faziam na infância e/ou pessoas que deixaram para trás e não voltaram a ver.

Comentário:

A sessão decorreu de forma regular. A P12 recusou-se a fazer o mapa. E alguns participantes realizaram depois de alguma insistência da minha parte, porque diziam que não sabiam desenhar. Tentei inverter a situação, dizendo que não era um desenho, mas sim um mapa e que não era para, ser perfeito, mas sim deles. Resultou por instantes, apesar das queixas não terem parado. Eu peguei na mão da P4 e da P15 e todas elas

fizeram o mapa, com mais ou com menos ajuda. As P6 e P7 foram as que realizaram de forma mais tranquila e autónoma o exercício.

Alguns dos participantes afirmaram que gostavam de ir morrer à sua Terra ou então que gostavam de lá ir antes de morrer, para ver como é que a Terra está agora. Foi difícil para mim dar resposta/digerir esta situação, porque eu não tenho meios para fazer isso acontecer e lamento tanto que os seus “últimos” desejos não sejam cumpridos.

O fecho da sessão foi muito nostálgico. Não fiz qualquer pergunta e deixei que os participantes falassem aquilo que sentiam. Quando percebi que estávamos a entrar na monotonia/tristeza da partilha de sonhos, que a pouco a pouco se vão tornando utopias, mudei de assunto e pedi que me ajudassem a colocar os mapas no nosso diário de bordo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 68: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_1 (Fonte: Própria).



Figura 69: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_2 (Fonte: Própria).



Figura 70: Atividade de desenvolvimento - “Mapa da minha Terra”_3 (Fonte: Própria).



Figura 71: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_4 (Fonte: Própria).

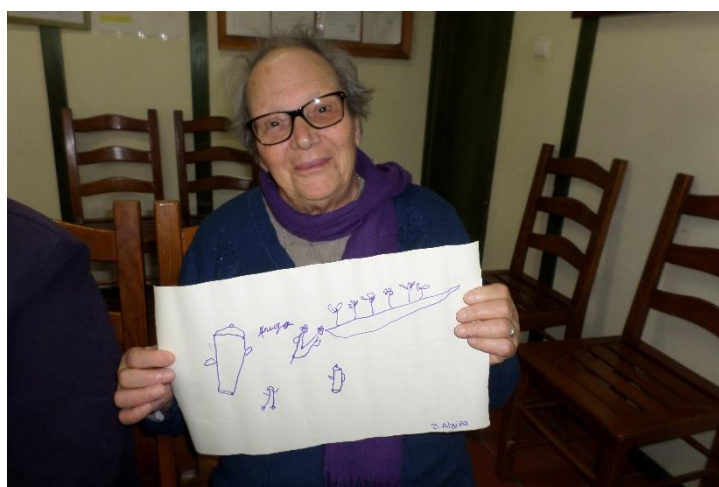


Figura 72: Atividade de desenvolvimento – “Mapa da minha Terra”_5 (Fonte: Própria).

10ª Sessão – Data: 17 de março de 2017

10ª Sessão – Indutor Texto

Data: 17 de março de 2017

Participantes: 08 Idosos

P1	P5	P11
P3	P6	P15
P4	P10	

Descrição:

A sessão iniciou-se com o exercício de abertura “era uma vez”. Neste exercício os participantes envolveram-se de forma bastante curiosa. Retirando os objetos e após a surpresa do objeto que lhes tocou em sorte, riam-se na tentativa de perceber o que é e de que forma lhe haviam de pegar. Houve desde logo vários participantes que interagiram de imediato com os objetos, mas foi muito difícil manter a continuidade da história, sendo que cada participante aquando da sua vez, iniciavam o contacto com o objeto e um diálogo sem ligação com o anterior, o que não era suposto. Fiz várias intervenções, na tentativa de conseguir levar o grupo a dar continuidade à história iniciada, mas sem sucesso.

O exercício de desenvolvimento: Acróstico acabou por se realizar em grupo, a pedido dos participantes. Decorreu de forma regular, por terem sido sempre os mesmos participantes a dar ideias de adjetivos para completar o acróstico. Com isto podemos perceber que o objetivo da atividade: “refletir sobre si mesmo” não foi cumprido diretamente em momento algum. Já o objetivo “explorar a capacidade de partilha” foi cumprido em parte, pelo facto de nem todos os participantes terem partilhado as suas ideias com o grupo.

O fecho de sessão deu-se com uma conserva sobre o seguimento do projeto, embora não fosse isso o planeado.

Comentário:

Em todos os grupos existem diferentes perspetivas, porque todos os grupos, apesar de serem constituídos por um interesse em comum, são de igual forma constituídos por pessoas com os seus gostos e interesses particulares. Tenho notado desde o início que no grupo de idosos do centro não existe um sentido de grupo, existindo antes pequenos

grupos e pessoas por vezes isoladas. Hoje tive a prova de que realmente o grupo tem conflitos internos, depois de ter assistido a uma discussão entre a P3 e a P10. Apesar de ter acontecido no decorrer da sessão, não surgiu ali, pois havia desentendimentos anteriores. Eu não entendi o cerne da discussão, mas ambas se atacaram com relatos de situações que uma fez e a outra não aprovou ou não considera próprias para o espaço.

Quanto às restantes participantes, que estiveram presentes na sessão e assistiram à discussão, algumas mantiveram-se caladas e outras começaram a tomar partido. A partir desse momento, eu tentei acalmar a situação, dizendo que não estávamos ali para discutir, mas sim para passarmos um momento agradável, e que deveríamos continuar as atividades. As acusações paralelas pararam e continuámos a sessão.

No final da sessão senti a necessidade de questionar o grupo a propósito do seu interesse em eu continuar a ir ao centro e em desenvolvermos juntos as atividades. As respostas foram:

P1 – “Quero que venha, porque passa o tempo mais depressa”;

P6 – “Enquanto estou aqui não estou a pensar nos problemas, vale mais estar aqui”;

P4 - “Gosto, sinto-me bem”;

P3 – “Gosto de distrair e conversar”;

P15 – “Gosto deste conjunto”;

P11 – “Não gosto de vir aqui (centro), mas prefiro estar aqui (sala de atividades) que ali fora (outra sala)”.

A dona P10 acabou por adormecer após a discussão e acordou no final da sessão. A senhora possui aparentemente alguma demência. Demência esta que não é compreendida pelo grupo.

A sessão foi marcada por esse desentendimento, não foi fácil para mim gerir o desentendimento, nem “chamar à atenção” o grupo. Foi muito difícil encontrar as palavras certas para acabar com a discussão sem parecer que estava a tomar partido de alguma das duas senhoras. Mas acabei por conseguir. E a sessão continuou.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Pesquisamos alguns vídeos sobre gestão de conflitos. Mas não encontramos nenhum em especial. No entanto achamos o seguinte interessante:

<https://www.youtube.com/watch?v=CtckGvDS98U>

Sobre o envelhecimento:

Parte V: Aspetos psicológicos e familiares do envelhecimento de M. Graça Pereira (Universidade do Minho, Escola de Psicologia; Joana Roncom (A.O.S.S Vicente Paulo, Porto); Helena Carvalho (Centro de Saúde de Barcelos, Barcelinhos).

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 73: Exercício – “Era uma vez”_1 (Fonte: Própria).



Figura 74: Exercício – “Era uma vez”_2 (Fonte: Própria).



Figura 75: Exercício – “Era uma vez”_3 (Fonte: Própria).



Figura 76: Exercício – “Era uma vez”_4 (Fonte: Própria).



Figura 77: Exercício – “Era uma vez”_5 (Fonte: Própria).

11ª Sessão – Data: 20 de março de 2017

11ª Sessão – Indutor Texto 2

Data: 20 de março de 2017

Participantes: 09 IdosoP1

P3

P4

P5

P7

P10

P11

P13

P15

Descrição:

A sessão iniciou-se com o exercício de abertura: “Nomes começados por...” e “Salada de fruta”. Alguns participantes tiveram dificuldades na realização da atividade, devido à baixa escolaridade do grupo e à demência que apresentam.

Seguiu-se a atividade de desenvolvimento: Construção de texto/poema. Os poemas foram atribuídos aleatoriamente pelo grupo; alguns participantes leram em voz alta os poemas e escolheram as frases, outros ouviram os poemas lidos por nós e escolheram as frases. O poema foi constituído tendo em conta a ordem das leituras. Os objetivos do exercício “explorar a capacidade de escolha e o trabalho em grupo; desencadear a construção de texto e a leitura em público” foram cumpridos em parte. Começando por analisar o primeiro objetivo, houve escolha, mas não houve um trabalho em grupo significativo porque cada uma delas leu ou ouviu e escolheu somente a sua frase. Em relação ao segundo objetivo, foi cumprido quase na totalidade visto que todos os participantes participaram na construção do texto; apenas um dos participantes leu por falta de condições físicas/visuais. O fecho da sessão deu-se com uma reflexão sobre a sessão.

Comentário:

Logo no início da sessão ocorreu mais um episódio desagradável de desentendimentos entre os participantes, aquando do pedido de uma das participantes para abrir a janela devido ao calor que se fazia sentir dentro da sala, outra participante intercedeu, dizendo que, se tinha calor, deveria ir para a rua, porque ali estava frio e não queria a janela aberta. Deste logo o grupo dividiu-se entre as participantes que queriam a janela aberta e as que queriam a janela fechada. Consegui chegar ao acordo de deixar a janela semiaberta.

Houve uma grande surpresa no início da atividade de desenvolvimento, quando a P13 começou a sessão por ficar apenas a assistir e acabou por se juntar ao grupo e participar na sessão.

Para além de não haver um sentido de grupo, também faltam vários comportamentos grupais, como por exemplo o respeito pelo outro. Em situações em que

existe a estreita necessidade de ouvir o outro antes de responder, muitas vezes falam todos ao mesmo tempo, sem dar espaço à opinião dos outros.

A P5 e a P10 têm apresentado atitudes que revelam demência, o que dificulta o procedimento das atividades e a gestão grupal. Por este motivo, algumas participantes aquando das intervenções destas duas participantes, riem-se ou comentam pejorativamente as suas atitudes.

Apesar de todos os constrangimentos, durante a sessão chegamos em conjunto ao poema final, construído por todo o grupo a partir dos poemas que distribui pelos participantes, que os leram ou ouviram e escolheram cada qual uma frase para juntar ao poema construído.

Poema construído:

Cá fora à luz sem véu do dia duro

Como casa limpa

O instante que foge, voa, e passa...

Sorriso audível das folhas

Mas o melhor do mundo são as crianças

Não digas nada;

Que venha escrita em loiça

Vou para terras de Espanha

Os fios de sol de seus gritos de galo

No final da sessão, a P1 mencionou que parecia que tínhamos combinado as frases para a construção do poema. E a P7 veio ter comigo, para dizer que: - “eu estava para aqui com as minhas tonturas e isto aliviou-me a cabeça”. É positivo, no final de uma sessão, ouvir este comentário de uma participante. Com este comentário, considero o objetivo específico do projeto: “refletir sobre os benefícios conseguidos pela sua participação no processo”, ainda que indiretamente penso que o objetivo foi cumprido.

Material de Registo: Vídeo, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo.

12ª Sessão – Data: 24 de março de 2017

12ª Sessão – Indutor Som 2

Data: 27 de março de 2017

Participantes: 07 Idosos

P1

P2

P3

P5

P10

P11

P13

Descrição:

A sessão iniciou-se com o exercício de abertura “Era uma vez um gato maltes”, que apesar de gerar algumas dificuldades iniciais, foi desenvolvido consoante o pedido. A atividade de desenvolvimento ocorreu com alguns desentendimentos e apenas um par desenvolveu a atividade conforme planeada. O objetivo: “criar uma situação dramática a partir do indutor musical” foi cumprido pelo grupo de trabalho, que criou uma história a partir da música que ouviu.

O fecho de sessão sofreu alterações, devido aos desentendimentos sucedidos no decorrer da sessão.

Comentário:

Quando entrei na sala de trabalho, a P3 estava a fazer sapos com folhas de revista, prontamente a senhora disse “já viu o que estou a fazer?” (P3); “estão muito bonitos”(eu); “São para pôr no placar ao pé daqueles, se quiser” (P3); “claro que quero, eu vou buscar a fita cola e já colocamos”(eu). Foi o primeiro episódio desta natureza. No início, eu esperava que o grupo se envolvesse mais com o diário coletivo, o que não ocorreu até então. E hoje tive esta surpresa agradável.

A atividade “era uma vez um gato maltes” gerou alguma dificuldade inicial: após algumas explicações e várias tentativas erro o grupo realizou a atividade de forma positiva. Fizeram duas voltas sem se enganar ou questionar seja o que for. A pedido da P13, a atividade realizou-se também com a frase “Hoje é segunda-feira”.

Pela terceira vez consecutiva, o grupo entrou em conflitos/discussões. Desta vez, porque não queriam trabalhar aos pares. Eu comecei por formar os pares pela ordem em que estavam sentados, para facilitar em termos logísticos; alguns começaram por recusaram trabalhar o par e, em pouco tempo, tinha todos os participantes a se recusarem em trabalhar com os pares. Pedi que formassem eles então os pares, ficaram todos a olhar uns para os outros, eu intervim e questionei a P4 “Com quem gostaria de formar par?”, ao que respondeu “com a menina”. O exercício acabou com se realizar aos pares, mas apenas um par correspondeu ao pedido cumprindo com os objetivos da atividade (par P1 e P2).

Aquando da discussão dos pares, percebi que o grupo tinha discutido antes do início da sessão porque algumas das participantes queriam o aquecedor desligado e outras queriam ligado.

Nas últimas sessões tem-se verificado bastante complicado desenvolver qualquer atividade com a P5 e P10, devido à desordem mental que apresentam.

Para fecho de sessão, pedi que mencionassem todos os bons momentos e/ou atividades que tivessem gostado até então, indicaram: mímica, caminhar, dar outro significado aos objetos.

No final da sessão (apesar de ser repetitivo, eu senti a necessidade de o fazer novamente), questionei todo o grupo sobre o seu interesse nas sessões e disse-lhes diretamente que, para haver uma continuidade, teria de haver uma mudança de comportamentos, que não são obrigados a estar nas sessões, e que, quando estão, devem estar para realizar as atividades e não para discutir. Disse-lhes ainda que, se quisessem discutir, eu iria embora, porque não estava ali para alimentar discussões. Não sei se fui 100% correta, mas senti a necessidade de o fazer, porque estamos a chegar ao fim das atividades e seria expetável começarmos na fase de construção do produto final. Em contrapartida, sinto que o grupo não está a corresponder às expectativas, demonstrando por vezes desinteresse na sessão, ao desenvolverem e alimentarem discussões.

A planificação irá sofrer alterações: darei continuidade ao projeto seguindo a mesma linha de atividades que realizamos até agora, esquecendo a fase de construção do produto final e a sua discussão.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Intérpretes/Músicas:

Danças Ocultas – Sirocco

Astor Piazzolla

Celina da Piedade

Yann Tiersen

Dead Combo

Abel Korzeniowski

Goran Bregovic

Zbigniew Preisner

António Pinho Vargas

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 78: Consequência do exercício - “isto é...”(Fonte: Própria).



Figura 79: Diário coletivo_12ª Sessão (Fonte: Própria).

13ª Sessão – Data: 30 de março de 2017 13ª Sessão – Indutor Texto

Data: 30 de março de 2017

Participantes: 09 Idosos

P1

P5

P2

P10

P3

P16

P4

Os participantes P11 e P13 estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A sessão teve início com o exercício de memória. Para além das perguntas planeadas surgiram mais três:

- O que jantou ontem?;
- Quem foi a primeira pessoa que viu hoje?;
- Qual foi a primeira ação do dia?.

Desenvolveu-se a atividade “E Se...”, a participação foi positiva, tendo os participantes correspondido aos objetivos, participando na atividade e estimulando a imaginação em paralelo, O objetivo “criar pequenas dramatizações de acordo com os estímulos” foi cumprido em algumas situações nas quais os participantes criaram e contaram histórias derivadas da situação exposta, em que muitas vezes, utilizaram vários gestos e expressões faciais. No geral, os participantes responderam de forma interessada e cooperaram com os restantes elementos do grupo.

O fecho de sessão deu-se com a caracterização da sessão com um sentimento.

Comentário:

O primeiro exercício foi do agrado de todos os participantes, nota-se que gostam de participar e, quando estávamos a terminar o exercício, pediram mais uma frase. Têm feito comentários como gostam de exercícios para “puxar pela cabeça”. Na última sessão, mencionaram o jogo como uma das atividades que mais gostaram até então. Devido a tudo isto, acrescentei mais três perguntas à atividade de hoje.

No fecho de sessão, as senhoras mencionaram sentimentos como a Alegria e proferiram palavras/frases como: “engraçado”; “foi bom, senti-me bem”; “convivência, estarmos todos juntos”. Quando as participantes começaram a dizer frases ou palavras em vez do pedido – sentimento -, eu intervim e reforcei que estava a pedir um sentimento, mas não dei exemplos com receio de influenciar as suas respostas. O resultado foi este: apenas a P16 disse um sentimento.

A P3 sugeriu, no final da sessão, que no final do projeto tirássemos uma foto todos juntos, para que eu não me esquecesse deles.

Hoje não coloquei nada no diário coletivo e não vou colocar nas próximas sessões, com o fim de perceber se os participantes dão pela falta das fotos do diário coletivo.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 80: Fotos da 13ª sessão_1 (Fonte: Própria).



Figura 81: Fotos da 13ª sessão_2 (Fonte: Própria).

14ª Sessão – Data: 07 de abril de 2017

14ª Sessão – Indutor Objeto 2

Data: 07 de abril de 2017

Participantes: 10 Idosos

P1

P5

P12

P3

P11

P16

Os participantes P2; P17; P18 e P19 estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A atividade de abertura da sessão foi: “Descobrir os objetos”. Desenvolveu-se com todos os participantes, de forma positiva, sem interrupções ou críticas destrutivas entre o grupo. No decorrer da atividade, o grupo de participantes que estava passivamente na sessão demonstrou interesse em participar ativamente, começando pela P2 e P18 e estendendo-se aos restantes participantes. A partir destas atitudes por parte dos participantes, podemos verificar o cumprimento dos objetivos da primeira atividade, a saber “despertar a curiosidade; identificar os objetos”.

Histórias de objetos foi a atividade de desenvolvimento, realizada por todos os participantes presentes na sala. A atividade desenrolou-se com mais dificuldade/dúvidas do que a primeira atividade. No entanto, desenvolveu-se de forma tranquila e cumprindo-se os objetivos desejados. No que concerne aos objetivos da atividade, a saber “exteriorizar a capacidade criativa na construção das histórias; exprimir facial e corporalmente a história que conta” foram cumpridos por alguns participantes que realizaram a atividade de forma criativa e fizeram-se valer de expressões faciais e gestos com os braços para contar a história.

O fecho de sessão contou com uma conversa conjunta sobre o que lhes surpreendeu durante a sessão

Comentário:

A atividade de abertura foi muito bem aceite pelo grupo, “arrastando” a curiosidade dos participantes passivos para a atividade, transformando-os em participantes ativos.

No final da sessão, a P11 revelou que, apesar de não gostar de estar no centro e de, na maioria das vezes, estar na sessão, mas não sentir interesse hoje sentiu interesse, e gostou de participar.

A sessão decorreu de uma forma esplendida: arrisco-me a dizer que foi a melhor sessão até então. Isto porque todos os participantes que estiveram na sessão ativamente participaram na realização das atividades e porque todos os participantes que estavam apenas a assistir à sessão acabaram por juntar-se ao grupo e participar na sessão.

No fecho de sessão, os participantes mencionaram a primeira atividade como o que mais lhes surpreendeu durante a sessão.

Continuo sem colocar fotos ou qualquer material no diário coletivo. Ainda nenhum participante deu por isso, ou pelo menos ainda nenhum comentou sobre isso.

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 82: Atividade de abertura - “Descobrir os objetos”_1 (Fonte: Própria).



Figura 83: Atividade de abertura - “Descobrir os objetos”_2 (Fonte: Própria).

segunda atividade. Todos os participantes mencionaram que é importante e bom trabalhar em grupo (o que é um contrassenso, uma vez que, numa das sessões passadas, recusaram-se a trabalhar aos pares/em grupo).

Os objetivos da atividade de desenvolvimento - Criar sons; Interagir com os colegas do grupo; Conceber uma ou mais personagens foram cumpridos em parte: no par P2 e P16 não houve interação entre o par, uma vez que a P16 dava ideias e a P2 acatava todas as suas ideias sem acrescentar nada de novo; no par P1 e P3 houve diálogo e discussão (passiva) sobre os sons a escolher. No que diz respeito ao objetivo “criar sons”, ambos os pares alcançaram-no. O objetivo - Conceber uma ou mais personagens – foi apenas atingido em parte pelos dois pares, porque, apesar de terem atribuído todos os sons à imagem/mascote, em momento algum desenvolveram qualquer movimento ou ação nesse sentido. Isto porque talvez se trate de um grupo que se limita a realizar aquilo que é pedido (faltando inovação e iniciativa própria).

Comentário:

Apesar de não ter mencionado anteriormente, os participantes continuam a estar à minha espera na sala de trabalho e/ou a deslocar-se para a sala, aquando da minha chegada. Hoje, quando cheguei, estavam as participantes P3 e P16 a conversar sobre o porquê de eu não ter colocado fotos já há duas semanas. E perguntaram-se se tinha acontecido alguma coisa, ao que eu respondi que ia pôr na próxima sessão as fotos anteriores e as desta sessão.

O número de participantes ativos foi muito reduzido. Após a sessão passada, em que alguns participantes começaram a sessão de forma passiva e terminaram como participantes ativos, esta sessão foi negativa em termos de número de participantes. No entanto, as atividades decorreram de forma positiva, com o grupo a cooperar uns com os outros e sem se recusarem a trabalhar aos pares. A sessão no cômputo geral decorreu de forma tranquila com a colaboração de todos.

Material de Registo: Vídeo; fotos, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 85: Atividade de abertura - “Mascotes descoordenadas”_1 (Fonte: Própria).



Figura 86: Atividade de abertura - “Mascotes descoordenadas”_2 (Fonte: Própria).

16ª Sessão – Data: 28 de abril de 2017

16ª Sessão – Personagem

Data: 28 de abril de 2017

Participantes: 11 Idosos

P1

P3

P12

P2

P4

P16

Os participantes P5, P11, P17, P18 e P19, estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A sessão iniciou-se com os participantes na sala de trabalho. As atividades decorreram na mesa, porque os participantes ativos já estavam sentados na sua maioria na mesa quando

cheguei à sala. Para não dificultar as deslocações, acabámos por desenvolver a sessão na mesa.

Na atividade de abertura realizamos a atividade intitulada por “A mentira escondida”. A realização desta atividade permitiu-me perceber que todos os participantes, de uma ou outra forma, improvisaram e representaram, ainda que de forma inconsciente. Em relação aos objetivos da sessão foram na sua maioria atingidos, uma vez que todos produziram frases improvisadas, mas nem todos formularam um discurso na sua totalidade coerente. Penso que isso se deve ao fato de estarem a improvisar. De facto, as verbalizações acabaram por surgir quase em simultâneo aos pensamentos, uma vez que não houve tempo inicial para a preparação do discurso, precisamente por um dos objetivos ser a improvisação.

A atividade de desenvolvimento - Identidade fictícia – deu-se através de um discurso mais coerente e estruturado, embora, aquando das respostas às perguntas dos restantes elementos, tenham surgido vários momentos de silêncio, existindo de igual forma momentos de improvisação. Os objetivos da atividade foram cumpridos: todos os participantes criaram algumas frases e expuseram a identidade fictícia através de um discurso expressivo, como foi possível verificar através de gestos e expressões de alteração do volume de voz ou expressões faciais.

O fecho de sessão foi realizado a partir de uma breve reflexão sobre o que retiveram de mais interessante na sessão. As respostas obtidas foram: “descobrir as mentiras uns dos outros” e “estarmos aqui todos juntos”.

Comentário:

Em todas as sessões, tem sido hábito aquando da minha chegada, os participantes dizerem de imediato se vão participar ou não. Alguns saem da sala, outros pedem para ficar na sala a assistir à sessão. Normalmente, os participantes dão como justificação para não participar ativamente na sessão: dores físicas e mau estar.

Em quase todos os fechos de sessão, ou informalmente após a sessão, quando conversamos um pouco antes de eu sair do centro, o que mais tenho ouvido dos participantes é que gostam que estejamos todos juntos. Se assim é, porque é que não existe um sentido de grupo? Porque é que existem grupinhos dentro do grupo? Porque não

existem mais atividades que os façam relacionar uns com os outros? Porque é que não estão mais vezes juntos?...

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 87: 16ª Sessão_1 (Fonte: Própria).



Figura 88: 16ª Sessão_2 (Fonte: Própria).

17ª Sessão – Data: 05 de maio de 2017

17ª Sessão – Indutor Corpo 2

Data: 05 de maio de 2017

Participantes: 10 Idosos

P1

P10

P16

P5

P12

P17

Os participantes P2, P18 e P19, estiveram presentes na sessão, mas não participaram nas atividades desenvolvidas.

Descrição:

A sessão iniciou-se com a atividade de abertura: Imitação de frases corporais, onde os participantes apenas deveriam imitar o que a animadora lhes propunha. A sessão evoluiu para uma atividade em que, em grupos, os participantes deveriam construir quatro movimentos com a música de fundo. Na primeira fase, a atividade decorreu de forma tranquila, mas as dúvidas surgiram na segunda fase da atividade de desenvolvimento, quando lhes foi pedido que concluíssem uma frase verbal com movimentos. A sessão deu-se por concluída com uma breve reflexão sobre o que mudariam na sessão ao que os participantes responderam: nada; durar mais tempo.

O objetivo da atividade de abertura – “reproduzir os movimentos” foi cumprido na sua totalidade por todos os participantes. Os objetivos da atividade de desenvolvimento – “produzir comunicação dramática através do movimento” e “reproduzir movimentos contínuos e sequenciados” - foram visíveis de forma mais imediata nas participantes P1 e P16, porém em prática as suas ideias em prática através dos seus movimentos, que produziam comunicação dramática, através de expressões e de movimentos contínuos executados ao som da música. No entanto, foram visíveis atitudes de outros participantes que demonstraram o cumprimento de um ou mais pontos dos objetivos, como por exemplo o participante P17 que, apesar de imitar todos os movimentos da P1, executava-os de uma forma muito própria e expressiva.

Comentário:

A sessão decorreu bastante bem, com o grupo a cooperar e participar, sem recusar a realização das atividades propostas. Penso que tal se deve também ao fato do grupo que participa ativamente ser menor. Registe-se que nas sessões em que existiram conflitos, o grupo de participantes era maior.

Regularizei as fotos no diário coletivo.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Exemplo de uma oficina de teatro com idosos: Breve dramaturgia da memória de Beatriz Pinto Venâncio

Material de Registo: Vídeo, fotos, diário coletivo, diário de bordo, grelha de registo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 89: Atividade de abertura – “Imitação de frases corporais” (Fonte: Própria).



Figura 88: Diário coletivo: 17ª Sessão (Fonte: Própria).

18ª Sessão – Data: 12 de maio de 2017

18ª Sessão: Sessão de Conclusão – Apresentação de um vídeo

Data: 11 de maio de 2017

Participantes: 12 Idosos

P1

P12

P2

P16

P3

P17

P4

P19

P5

P8

P10

P11

Descrição:

A sessão de hoje decorreu com algumas alterações em relação à planificação existente, por questões de tempo e disponibilidade dos participantes, os participantes estavam muito entusiasmados com a vinda do papa a Portugal de modo que acabamos por fazer a abertura de sessão com uma conversa/dialogo sobre a vinda do papa a Portugal e o que essa vinda representava para cada um deles. (enquanto que eu ia preparando as ligações/conceções para a projeção do vídeo).

O vídeo foi projetado na sala de trabalhos com todos os participantes presentes na sala. Após a apresentação do vídeo, o fecho da sessão deu-se com uma breve reflexão sobre o processo percorrido.

Comentário:

A sessão ocorreu com muita emoção e expectativa. Os participantes manifestaram várias reações verbais (ah sou eu, olha a..., ai neste dia o que me ri...) e ações (risos, toque no participante do lado) ao longo da projeção do vídeo.

No final do vídeo, conversamos um pouco sobre todo o processo e os participantes perguntaram quando voltava, que tinham gostado e queriam mais.

Apesar de terem ocorrido vários momentos menos positivos ao longo do projeto e eu ter de replanificar parte das sessões o projeto teve algum sucesso e impacto na vida de alguns dos participantes como podemos verificar a quando das suas reações ao longo e no final do vídeo bem como nas sessões em que lhes perguntei se tinham a certeza que queriam que eu continua-se a ir ao centro e todos, sem exceção, disseram que sim.

Por vezes penso que eles não se importam muito com aquilo que eu vou fazer, mas só o fato de eu estar presente e levar todas as semanas algo novo para eles fazerem. O sentirem-se ocupados, uteis e capazes, acho que foi o mais importante para eles. Para proferir tais afirmações baseio-me nas reações do grupo no geral e principalmente nas afirmações da P11 quando disse que não gostava de estar no centro, mas que preferia estar na sala de trabalhos com o grupo do que lá fora na outra sala (porque lá fora não se passa nada). Baseio-me também no facto de a cada dia mais participantes/utentes do lar demonstrarem interesse em participar nas sessões como espetadores ou passivamente. Não posso afirmar com a máxima certeza, mas penso que se o projeto tivesse a duração

de mais três meses/ 10 sessões iríamos terminar o projeto com mais participantes envolvidos.

Bibliografia / Material de apoio teórico:

Exemplo de um trabalho que consistiu em oficinas de teatro para a terceira idade desenvolvido no Brasil em dois anos e meio.

Em...

Título do artigo: Oficinas artísticas na universidade aberta para a terceira idade: contribuições para a qualidade de vida de idosos.

Autoras: BALDIN, Talita; MAGNABOSCO-MARTINS, Cláudia Regina

Um outro trabalho a título de exemplo:

Pós graduação em Gerontologia: Teatro-educação está de cortinas abertas para o espetáculo de longevidade brasileira? De Gracielle Elaine Ramos Costa.

Material de Registo: Fotos, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 89: 18ª Sessão_1 (Fonte: Própria).



Figura 90: 18ª Sessão_2 (Fonte: Própria).

19ª Sessão: Entrevista de Grupo Final

Data: 19 de maio de 2017

Participantes: 07 Idosos

P1	P4	P16
P2	P8	
P3	P12	

Comentário:

Como passou a ser hábito durante todo o processo, quando cheguei ao centro, já estava um grupo de participantes à minha espera. Avançamos para a realização da entrevista de grupo final.

Como verifiquei nas respostas, na envolvimento ao longo da entrevista e pelas felicitações finais, os participantes demonstram-se muito felizes por terem sido parte do projeto. Embora continuem a afirmar que não querem participar em projetos de teatro e/ou animação teatral, admitem que gostariam de participar em mais projetos iguais a este, caso lá vá mais alguma menina como eu.

Tendo em conta a duração do projeto, considero que houve uma envolvimento por parte dos participantes bastante positiva, no sentido em que houve um aumento gradual da envolvimento, da entrega, do sentido de responsabilidade e de pertença. Isto mesmo se pode verificar quando os participantes questionam sobre o que irá acontecer com o diário coletivo, e o que irá acontecer a partir de agora. Os participantes decidiram que o diário coletivo deveria permanecer na sala. Eu disse-lhes que agora iria escrever sobre tudo o que tínhamos feito ao longo das sessões e que no final da tese levar-lhes-ia um exemplar, para poderem ver e ler o que nós fizemos em conjunto.

No que concerne aos objetivos específicos do projeto, considero que apenas um foi cumprido com muito pouco sucesso, que é o seguinte – “Discutir e questionar ideias preconcebidas sobre o envelhecimento”. Isto porque os idosos mantiveram praticamente a mesma atitude em relação ao processo de envelhecimento, do início ao fim do projeto. Os comentários que proferiram sobre a tristeza e a crueldade do envelhecimento desde a minha chegada e conversa inicial até à última sessão. Sessão em que os participantes respondiam: ai, as dores; o desequilíbrio; as forças que já não tenho; eu antes gostava, fazia, agora já não tenho vontade; os comprimidos; as consultas. A participante P4, apesar de cantar com alguma frequência durante o projeto, advertia sempre que quando

era nova, cantava bem, mas agora já não. O sentimento de que já passou o tempo de estar bem existiu na primeira sessão, continuou ao longo de todas as sessões e permaneceu na última sessão, quando algumas disseram que não sabem se ainda estarão aqui para ver o desfecho da minha tese. O sentido de que a morte está presente diariamente é muito grande no grupo de trabalho.

Os restantes objetivos - Criar hábitos de participação em atividades dramáticas e em projetos de teatro; Desenvolver competências de iniciativa própria; Fortalecer a união e a cooperação dentro do grupo e Refletir sobre os benefícios conseguidos pela sua participação no processo - foram cumpridos com sucesso.

Material de Registo: Vídeo, Foto, diário coletivo, diário de bordo.

Fotos relacionadas com a sessão:



Figura 91: Foto de grupo presente no grupo focal final (Fonte: Própria).



Figura 92: Foto de grupo (Fonte: Própria).

ANEXO IX – Grelhas de Registo

Grelha de Registo - 11ª Sessão – Data: 20 de março de 2017

Participante: _____

Objetivos Específicos	Indicadores	A	NA
Participa na atividade: Nomes começados por e Salada de frutas.	Participa na atividade por iniciativa própria.		
	Participa na atividade quando lhe é solicitado.		
	Não participa na atividade.		
Escolhe a frase.	Escolhe a frase sem qualquer ajuda		
	Escolhe a frase com ajuda dos restantes participantes		
	Escolhe a frase com ajuda da animadora		
Comunica com o grupo de trabalho	Dá a sua sugestão de trabalho e aceita as sugestões do (a) outro (a) participante.		
	Dá a sua sugestão de trabalho e não aceita as sugestões do (a) outro (a) participante.		
	Ouve a sugestão do (a) outro (a) participante, mas não aceita nem dá a sua sugestão.		
Participa na construção do texto final.	Expõe da sua ideia de forma clara e estruturada.		
	Expõe a sua ideia de forma confusa.		
	Expõe a sua ideia e aceita as ideias dos restantes participantes.		
	Expõe a sua ideia, mas não aceita as ideias dos restantes participantes.		

Coopera com o grupo.	Coopera com os restantes participantes.		
Transmite a sua ideia ao grupo.	Dá ideias por iniciativa própria		
	Dá sugestões quando solicitadas		

Legenda:

A - Apresenta

NA – Não Apresenta

Grelha de Registo - 16ª Sessão – Data: 28 de abril de 2017

Participante: _____

Objetivos Específicos	Indicadores	A	NA
Formular um discurso coerente	Enquanto discursa desenvolve a sua ideia com princípio, meio e fim.		
	Enquanto discursa, interrompe a sua ideia para contar outros episódios, mas volta à ideia inicial e termina-a.		
Produzir frases improvisadas	Produz uma ou duas frases improvisadas.		
	Produz mais do que duas frases improvisadas.		
Criar algumas frases	Cria frases de forma coerente, com ideias principais e secundárias.		
	Cria frases de forma coerente apenas com ideias principais.		
	Cria frases de forma coerente apenas com ideias secundárias.		
Expor a identidade fictícia através de um discurso expressivo	Expõe a identidade fictícia de forma expressiva, com movimentos faciais e vocais expressivos.		
	Expõe a identidade fictícia com movimentos faciais expressivos, mas sem movimentos vocais expressivos.		
	Expõe a identidade fictícia com movimentos vocais expressivos, mas sem movimentos faciais expressivos.		
Partilha ideias	Partilha a sua ideia de forma autónoma.		
	Partilha a sua ideia quando lhe é solicitado.		

Legenda:

A - Apresenta

NA – Não Apresenta

Mestranda: 2015068 - Laura Patrícia Fernandes Ganilo

ANEXO X – Grelha de Análise de Conteúdo

Grelha de Análise de Conteúdo da Entrevista de Grupo Inicial:

1ª Fase: Recorte das unidades de registo e criação de indicadores

Unidades de registo (UR)	Indicadores	UR por ind.
P8 – Eu estou um pouco enervada não me dá para raciocinar. Lembrei-me agora de um telefonema.	Evitamento de resposta	1P8
P1 – Isso pode-se qualquer um responder? (...) Eu acho otimamente muito muito bem a ocupação dos tempos livres	Necessidade de ocupar os tempos livres	1P1 1P3
P3 – Sim, também acho.		
P3 – Porque nós não estamos a pensar em doenças nem em nada, e assim..	Necessidade de esquecer os problemas	1P3
P1 – É uma boa maneira de ocupar o tempo	Necessidade de distração	2P1 2P3
P3 – Estar ocupado sem pensar.		
P1 – sim, sim, exatamente (<i>para distrair</i>)		
P3 – É isso, é isso mesmo. (<i>para distrair</i>)		
P3 – Sim. Olhe, eu por exemplo jogo ao loto aqui. Para estar distraída eu jogo ao loto	O jogo como ocupação dos tempos livres	1P3 1P6

P6 – (...) e jogar. (...) Ao loto ao dominó se for preciso.		
P11 – Eu gosto muito de ler (...)	A leitura como ocupação de tempos livres	1P11
P11 – (...) e vejo televisão. (...) Ah, é a minha vida diária.	A televisão como ocupação de tempos livres	1P11
P6 - Chego a casa e vejo a televisão visto-me, abro a cama e deito-me.		1P6
P5 – Vou com a minha filha, vejo televisão.		1P5
P11 – Ah sim, desde que deixei de trabalhar, depois que me reformei.	Necessidade de ocupação dos tempos livres após a reforma	1P11
P13 – Eu nunca tive tempos livres. (...) Os meus tempos livres era o trabalho.	Ausência de tempos livres enquanto trabalhadora ativa	1P13
P13 – Olhe é uma coisa que eu não ligo (<i>ocupação dos tempos livres</i>). Olhe o meu marido quando ainda era vivo, ficava aqui a jogar e eu ia para casa.	Indiferença à ocupação de tempos livres	1P13
P8 – Olhe eu gosto dos tempos livres, principalmente de ir para a beira-mar. Ah uma pessoa passar ali umas duas ou três horas à beira-mar, sentada numa cadeira na esplanada, descontraí tudo. É uma maravilha.	Idas à beira-mar como ocupação de tempos livres	1P8
P8 – Sim, sim. O que está em casa só vê paredes. Distraí sim senhor.	Preferência por saídas como ocupação dos tempos livres	2P8
P11 – Passeio		1P11
P8 – E estacionar lá até, uma ou duas horas ali sentada na cadeira na esplanada a tomar qualquer coisa, um chá uma coisa qualquer.		

P2 – Venho para aqui.	Ida ao centro de dia como ocupação dos tempos livres	1P2
P5 - Eu gosto de vir para aqui para o centro comer e beber. (...) Estou aqui e depois vou-me embora.		1P5
P6 - Converso.	Conversa como ocupação dos tempos livres	P6
P3 – Eu estou aqui e depois vou para casa. A primeira coisa é despir-me e a minha irmã comprou-me uns... eu gosto muito de fazer puzzles e a minha irmã comprou-me uns três ou quatro puzzles. Chegando a casa a primeira coisa que faço é despir-me e fazer puzzles. Não é televisão nem mais nada é puzzles.	Realização de puzzles como ocupação dos tempos livres	1P3
P4 – Olhe agora não faço nada, mas gostava de fazer os tapetes. (...) sim, eu tenho aqui para mostrar.	Realização de tapetes como ocupação anterior dos tempos livres	P4
P5 – Ai eu gosto de teatro.	Gosto pelo teatro	1P5
Todos responderam que sim dizendo Eu... Eu... Eu...		Todos
P3 – Eu gosto de ver.	Gosto pelo teatro como espetadora	1P3
P6 – Não fiz mas via muitas.		1P6
P11 – a minha tia, irmã mais nova da minha mãe era atriz de teatro.	Participação como atores de elementos da família	2P11
P11 – Agora já não. Ia ao teatro enquanto a minha tia lá estava. Mas agora nunca mais fui...		1P3

P3 – O meu pai foi ator e cheguei a ir ao teatro. (...) Não, o meu pai agora já morreu, já faleceu há muitos anos.		
P13 - E as vezes é cada teatro! (...) Gosto e não gosto (...) É assim, há certos teatros que aborrecem muito.	Gosto condicionado pelo tipo de teatro	1P13
P3 – Costumo ver na televisão.	Assistência a peças de teatro na televisão	2P3
P3 – Não, só na televisão.		
P8 – Não já há muitos anos (<i>participação em peças de teatro</i>).	Participação em peças de teatro na infância	1P8 2P1
P1 – Participei eu em miúda. Em peças daquelas de miúdos de coletividades, participei em várias.		
P1 – Ai já não me lembro, eram coisas de miúdos sei lá. Foram tantas que sinceramente já não me lembro.		
P11 – Não (<i>participei em peças de teatro</i>)	Ausência de participação em peças de teatro	1P11
P5 – Quando era nova mascarava os miúdos e fazia o teatro com eles.	Organização de peças de teatro com as crianças	1P5
P5 - Eu gosto de música	Gosto pela música	1P5 2P8
P8 – Eu gosto muito de música		
P8 – Eu gosto muito de música, gosto muito de ouvir tocar um tango à antiga. E uma valsa.		
P4 – Eu (<i>sei tocar um instrumento musical</i>)	Capacidade de tocar um instrumento musical	2P4

P6 - Pandeiretas		1P6
P4 – Todas. P8 - Há ela andou no rancho. P3 – Ela tocava o adufe		
P4 – Cantava e tocava		
P3 - Ela sabe cantar (...) Ela às vezes canta aqui para nós.	Capacidade de cantar	1P3
P4 - Oh lá e tenho até gosto para isso.	Gosto por cantar	1P4
P4 – oh, Agora já não tenho voz para isso	Recusa em cantar	1P4
P4 - Então qual é que quer?	Cedência ao pedido para cantar	1P4
P3 – Uma do Rancho, canta uma do rancho	Sugestão de canção	1P3
P4 - Ah do Rancho, quer o castelo branco?	Escolha da canção	1P4
P13 – Eu gostava (<i>de dançar</i>)	Gosto pela dança na juventude	1P13
P2 – Ai eu gostava, quando era mais nova		1P2
P4 – Já não tenho é perna		1P4
P1 – eu adorava dançar		1P1
P11 – gostava		1P11
P3 – Eu danço lá em casa às vezes.	Gosto por dançar	1P3
P2 – Ah isso é muito triste (...) A pessoa estar velha	Tristeza por estar velho	1P2
P6 – Ai é... (<i>triste a pessoa estar velha</i>)		1P6

P1 – É triste a gente deixar a nossa vida toda para trás. Eu acho que sim envelhecer é a coisa mais triste que pode haver...		2P1
P1 – (...) o envelhecer deve ser a coisa mais triste que deve haver. Que há. Porque a gente de dia para dia sentimo-nos a envelhecer, de dia para dia sentimos o corpo a ir para baixo.		
P8 – Mas também há dias, ainda antes de ontem tive um desses dias, que gostava de desaparecer	Reconhecimento da existência de dias em que se queria desaparecer	1P6 1P8
P6 – Também já tive isso mas agora não.		
P11 – (gesto de ombros como se não tivesse nada a dizer, ou não soubesse)	Resignação pela velhice	3P11
P11 – Eu não estou a envelhecer, eu já envelheci.		
P11 – Não, é indiferente (<i>sentir que se está a envelhecer</i>)		
P6 – Eu nunca pensei em chegar a velha. Ainda quero ser nova. A minha prima diz que sou maluca.	Ausência de aceitação da velhice	1P6
P2 – Está nova ainda, velhos são os trapos.		
P1 – Eu não faço nada para que isso aconteça (<i>o envelhecimento ativo</i>), eu deixo os dias passar. (...)	Reconhecimento da inatividade atual	2P1 1P13
P1 – Venho ao centro, mas claro para passar o tempo, porque realmente não sei...		

P13 – Ter uma vida sossegada		
P8 - Poder ver	Tristeza pela falta de vista	1P8
P1 – Luz até aos últimos dias, a falta de vista é o pior.		2P1
P2 – Depende de como ele fosse (<i>participação num projeto de animação teatral</i>)	Adesão condicionada ao tipo de projeto	1P2
P3 – teatro a gente já faz aqui uns com os outros, isto é teatro.	Quotidiano como forma de teatro	1P3
P1 – Gostava era de ver (<i>o projeto de animação teatral</i>).	Preferência por ser espectador	2P1
P3 – Gostava de ver (<i>o projeto de animação teatral</i>).		1P3
P1 – Para mim era ver e rir		1P6
P6 – Ver tudo bem, a gente a ver como estamos agora assim.		
P5 – Gostava. (<i>participação num projeto de animação teatral</i>)	Adesão	1P5
P5 – Dançar	Preferência por participação em dança	1P5
P3 – Era de danças também		1P3
P1 – Ai benéfica é. (<i>a participação num projeto de animação teatral</i>)	Reconhecimento dos benefícios da participação mas falta de energia para o fazer	2P1
P1 – Porque não tenho, como é que hei-de dizer já não tenho aspeto para isso nem idade, mas que é benéfico isso é sem dúvida para quem possa e tenha forças para isso acho que sim, acho que é muito benéfico. Pelo menos distrai. É uma distração muito grande. Agora uma pessoa coxa a fazer isso!		

P6 – Já não. <i>(quero estar em palco)</i>	Não adesão por se sentir sem energia e capacidade	2P6
P8 – Não, já está tudo velho para ter energias.		1P8
P2 – Não, Já lá vai a mocidade		1P2
P1 – Não na mocidade mas por exemplo nos seniores mas que ainda tenham força e garra para isso.		2P1
P1 – Já é muito diferente, já é muito diferente...		
P6 – E depois uma pessoa não vê bem		
P1 – Mas ela ainda tem cinquenta e tal anos	Reconhecimento da energia dos 50 anos	2P1
P8 – Eu com cinquenta e tal anos entrava no café do meu marido dizia uma graça e todos se riam. Agora.		1P8
P1 – Faz-se muita coisa com cinquenta e tal anos.		
P1 – Alegria e boa disposição <i>(geradas pela participação num projeto)</i>	Alegria e boa disposição como benefícios da participação	1P8
P8 – Sentir-se feliz alegre e contente. <i>(geradas pela participação num projeto)</i>		1P3
P3 – Eu gostava de ser cabeleireira.	Cabeleireira	1P3
P1 – Eu também, foi e gostei de ser cabeleireira.		1P1
P11 – Viajei muito e tive uma profissão de sonho.	Viajar	1P11
P5 - Dançarina	Dançarina	1P5

As senhoras responderam os seguintes destinos (<i>para onde gostariam de viajar</i>): Portugal continental, serra da estrela, ir à terra natal, cuba, brasil, Itália, luanda e Bélgica.		
---	--	--

2ª Fase: criação de categorias e subcategorias

Tema	Categoria	Subcategoria	Indicador	UR/Ind	UR total
Ocupação dos tempos livres	Relevância da ocupação dos tempos livres	Ocupação pós-reforma	Necessidade de ocupar os tempos livres	1P1 1P3	2
			Necessidade de ocupação dos tempos livres após a reforma	1P11	1
			Ausência de tempos livres enquanto trabalhadora ativa	1P13	1
		Distração dos problemas	Necessidade de esquecer os problemas	1P3	1
			Necessidade de distração	2P1 2P3	4
		Sem relevância	Indiferença à ocupação de tempos livres	1P13	1

	Formas atuais de ocupação dos tempos livres	Atividades em coletivo	O jogo como ocupação dos tempos livres	1P3 1P6	2
			Conversa como ocupação dos tempos livres	1P6	1
			Ida ao centro de dia como ocupação dos tempos livres	1P2 1P5	2
		Atividades individuais	A leitura como ocupação de tempos livres	1P11	1
			A televisão como ocupação de tempos livres	1P11 1P6 1P5	3
			Realização de puzzles como ocupação dos tempos livres	1P3	1
	Realização de tapetes como ocupação anterior dos tempos livres		P4	1	
		Atividades no exterior	Idas à beira-mar como ocupação de tempos livres	1P8	1

	Preferências para a ocupação de tempos livres		Preferência por saídas como ocupação dos tempos livres	2P8 1P11	4
Fruição e experiência em teatro	Fruição como espectador de teatro	Gosto pelo teatro	Gosto pelo teatro	1P5 Todos	1
			Gosto pelo teatro como espectadora	1P3 1P6	2
			Assistência a peças de teatro na televisão	2P3	2
		Ambiguidade face ao teatro	Gosto condicionado pelo tipo de teatro	1P13	1
	Experiência em teatro	Participação em teatro na/com a infância	Participação em peças de teatro na infância	1P8 2P1	2
			Organização de peças de teatro com as crianças	1P5	1
		Ausência de experiência	Participação como atores de elementos da família	2P11 1P3	3

			Ausência de participação em peças de teatro	1P11	1
Fruição e experiência noutras artes performativas	Música	Gosto e experiência em música	Gosto pela música	1P5 2P8	3
			Gosto por cantar	1P4	1
			Capacidade de tocar um instrumento musical	2P4 1P6	3
			Capacidade de cantar	1P3	1
		Desempenho musical	Recusa em cantar	1P4	1
			Cedência ao pedido para cantar	1P4	1
			Sugestão de canção	1P3	1
			Escolha da canção	1P4	1
	Dança	Gosto pela dança	Gosto pela dança na juventude	1P13 1P2 1P4 1P1 1P11	5
			Gosto por dançar	1P3	1

Percepções sobre a velhice	Sentimento face ao envelhecimento	Tristeza	Tristeza por estar velho	1P2 1P6 2P1	4
			Tristeza pela falta de vista	1P8 2P1	3
		Depressão	Reconhecimento da existência de dias em que se queria desaparecer	1P6 1P8	2
	Atitude face ao envelhecimento	Resignação	Resignação pela velhice	3P11	3
			Reconhecimento da inatividade atual	2P1 1P13	3
		Não aceitação	Ausência de aceitação da velhice	1P6	1
Proposta de um projeto de animação teatral	Reações à proposta de participação	Ausência de adesão espontânea	Não adesão por se sentir sem energia e capacidade	2P6 1P8 1P2 2P1	6
			Reconhecimento de energia dos 50 anos	2P1 1P8	3
			Preferência por ser espectador	2P1	4

				1P3 1P6	
			Quotidiano como forma de teatro	1P3	1
		Adesão e preferência de participação	Adesão	1P5	1
			Adesão condicionada ao tipo de projeto	1P2	1
			Preferência por participação em dança	1P5 1P3	2
	Reconhecimento das vantagens na proposta	Possíveis benefícios da participação	Reconhecimento dos benefícios da participação mas falta de energia para o fazer	2P1	2
			Alegria e boa disposição como benefícios da participação	1P8 1P3	2

Grelha da Análise de Conteúdo da Entrevista de Grupo Final

1ª Fase: Recorte das unidades de registo e criação de indicadores

Unidades de registo (UR)	Indicadores	UR por ind.
P1 – Eu o que gostei mais de fazer neste projeto foi de falar consigo.	Necessidade de atenção	2 P1
P1 – Convivemos gostamos muito da sua simpatia e da sua maneira de falar		1 P8
P8 – Porque nos distraímos, convivemos e a menina é muito simpática.		2 P4
P4 – (...) eu até vim mais cedo por causa da menina.		
P4 – Estar a falar com a menina (...)		
P1 - Eu gostei muito daquela parte, eu não me lembro dos nomes, mas aquela parte de andar, que andamos que eu até andei de mão assim atrás (exemplificou) como é que se chama?	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através da diversão	2 P1
P1 – Foram umas sessões que nos divertiam que a gente saía bem-dispostas do pé dela		1 P3
P3 – Passamos aqui um bom bocado e divertimos e cantamos.		
P16 – E conversamos.	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através do diálogo	2 P16
P1 – E dissemos palermices.		1 P1

P16 - Gostei de tudo, conversações, (...)		1 P4
P4 – (...) convivermos todas.	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através do convívio	2 P4
P4 – É um convívio prontos (...)		
P16 – (...) filmes...	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através da visualização do vídeo final	1 P16
P14 – Risos. P16 – Eu gostei de tudo. P1 – Ficaram recordações. Ficamos a saber certas coisas que não sabíamos ou por outra que nós sabíamos mas não nos passava pela cabeça. P1 – Ai como lhe dizer? Eu sei o que aprendi não sei é explicar.	Dificuldade em expressar o que vivenciou nas sessões	1 P14
		1 P16
P1 – Se é para seu bem, acho que sim considero até muito importante	Necessidade de sentir-se útil	2 P1
P4 – Também vai ter saudades de nós.		1 P4
P1 – (...) pelo menos diverti-me, brincamos e satisfizemo-nos com a participação.	Ocupação dos tempos livres	1 P1
Todas – Foi muito importante Todas – Sim, aconselharia muito.	Reconhecimento da importância de atividades realizadas nas sessões	Todas
P3 – E puxamos pela memória		1 P3

P16 – Pois e puxamos pela memória	Identificação dos benefícios das atividades de memória	1 P16
P16 – Foi uma coisa boa que vamos nos lembrar para sempre.	Reconhecimento da aquisição de aprendizagem/conhecimento	3 P1
P1 – Pois coisas que às vezes nem sabíamos que existia.		1 P16
P1 - Porquê? Porque aprendesse muito e para além de aprender é um convívio muito bom.		
P4 – Acho que sim, foi um bocadinho que a gente distraiu.	Identificação das sessões como momentos de distração	1 P4
P1 – Aprendi que podemos fazer várias brincadeiras como divertimento. Há coisas que a gente faz diverte-se e brinca-se.	Identificação das sessões como momentos de diversão e brincadeira	1 P1
P1 – Se eu tivesse jeito participaria.	Resistência em participar num novo projeto semelhante	2 P1
P16 – Eu também se tivesse jeito.		1 P16
P1 – Só vendo.		
P8 – A vinda da menina cá foi para seu bem também, não é? E que venha outra menina fazer a mesma coisa que a menina cá veio agora, gostaria.	Gosto em participar num novo projeto semelhante	1 P8
P16 – Participar em teatro não é?		1 P16

P8 – Andar (...)	Gosto em voltar a participar em atividades de movimento	1 P8
P8 – (...) responder a coisas apalermadas para a gente se rir.	Gosto em voltar a participar em atividades de diversão	1 P8
P8 – (...) dançar (...) P3 – Dançar. P4 – (...) e dançar (...)	Gosto em voltar a participar em atividades de dança	1 P8 1 P3
P8 – Cantar quem tem voz. P4 – Cantar (...)	Gosto em voltar a participar em atividades de canto	1 P8
P16 – Fazer de palhaço.	Gosto em voltar a participar em atividades de criação de personagens	1 P16
P4 – Responder a tudo o que ela me perguntasse, se a gente souber responder.	Identificação de limitações cognitivas	1 P4
P4 – (...) que é isso que eu não posso é dançar e cantar também	Identificação de limitações físicas	1 P4
P3 – Pode bater palmas e cantar	Identificação atividades que poderão realizar como soluções para as limitações apresentadas	1 P3
P14 – Trás o adufe		1 P14

2ª Fase: criação de categorias e subcategorias

Tema	Categoria	Subcategoria	Indicadores	UR/Ind	UR Total
------	-----------	--------------	-------------	--------	----------

Opinião sobre a participação no projeto	Perceção positiva sobre o projeto	Satisfação em ter atenção	Necessidade de atenção	2 P1 1 P8 2 P4	5
		Gosto em sentir-se útil	Necessidade de sentir-se útil	1 P1 1 P4	2
		Processo de diversão e convívio	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através da diversão	2 P1 1 P3	3
			Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através do diálogo	2 P16 1 P1 1 P4	4
			Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através do convívio	2 P4	2
		Satisfação com o vídeo sobre o projeto	Reconhecimento de ocupação dos tempos livres através da visualização do vídeo final	1 P16	1

	Dificuldades da participação no projeto	Dificuldade em partilhar	Dificuldade em expressar o que vivenciou nas sessões	1 P14 1 P16 2 P1	4
	Benefícios da participação no projeto	Benefícios a nível cognitivo	Reconhecimento da importância de atividades realizadas nas sessões	Todas	Todas
Reconhecimento da aquisição de aprendizagem/conhecimento			3 P1 1 P16	4	
Identificação dos benefícios das atividades de memória			1 P3 1 P16	2	
benefícios a nível do lazer		Identificação das sessões como momentos de distração	1 P4	1	
		Identificação das sessões como momentos de diversão e brincadeira	1 P1	1	
		Ocupação dos tempos livres	1 P1	1	

Proposta de participação em outro projeto de animação teatral	Reações à proposta de participação	Ausência de Adesão	Resistência em participar num novo projeto semelhante	2 P1 1 P16	3
		Adesão e preferência de participação	Gosto em participar num novo projeto semelhante	1 P8 1 P16	2
			Gosto em voltar a participar em atividades de movimento	1 P8	1
			Gosto em voltar a participar em atividades de diversão	1 P8	1
			Gosto em voltar a participar em atividades de dança	1 P8 1 P3	2
			Gosto em voltar a participar em atividades de canto	1 P8	1
			Gosto em voltar a participar em atividades de criação de personagens	1 P16	1

	Percepção sobre a suas limitações	Cognitivas	Identificação de limitações cognitivas	1 P4	1
		Físicas	Identificação de limitações físicas	1 P4	1
		Soluções	Identificação atividades que poderão realizar como soluções para as limitações apresentadas: Bater palmas e cantar; trazer o adufe.	1 P3 1 P14	2