



INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE LISBOA

## **AS RELAÇÕES INTERGERACIONAIS E AS SOCIEDADES ENVELHECIDAS**

---

*Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multigeracional de  
Lisboa Oriental*

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Lisboa para obtenção  
do grau de mestre em Educação Social e Intervenção Comunitária

Sara Armanda Mora Teiga

Novembro 2012



INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE LISBOA

AS RELAÇÕES INTERGERACIONAIS E AS SOCIEDADES ENVELHECIDAS  
Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multigeracional de Lisboa Oriental

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Lisboa para obtenção do grau de  
mestre em Educação Social e Intervenção Comunitária

SOB ORIENTAÇÃO  
DA PROFESSORA DOUTORA HELENA SANT'ANA

Sara Armanda Mora Teiga

Novembro 2012

## **Dedicatória**

Aos meus avós maternos pela forma simples como  
semearam, na minha infância, os valores da solidariedade e  
do respeito pela diferença, que hoje são o fio  
condutor da educação que procuro dar ao meu filho.

## **Agradecimentos**

Aos que fazem parte de mim e abraçaram a minha causa:

Filho Gabriel – O meu anjo;

Carlos Mendes – O meu Homem Herói;

Mãe – O meu amor, mulher Heroína;

Pai – O meu Homem Admirável e Irmão;

*Lumen G* – As meninas que são as luzes que me iluminam;

Nino – O melhor amigo;

Marisa Melo – A minha Madrinha;

Manuela – A cunhada Atenciosa.

Aos que me acompanharam e facilitaram no processo:

Colegas de Trabalho: Teresa Pinho; Luís Valente; Dora Matias;

Filomena Gomes, Georgina Barbedo, Marta Matos.

Às Mulheres das Coisas Possíveis:

Protagonistas das Histórias de Vida

Orientadora Professora Dra. Helena Sant´Ana

**Um Bem-haja!**

## **Resumo**

A dissertação de mestrado subordinada ao tema das Relações Intergeracionais e as Sociedades Envelhecidas surgiu, no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação de Lisboa e teve como ponto de partida saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento ativo de 8 mulheres com 65 e mais anos, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental. A abordagem concetual do envelhecimento social, do envelhecimento ativo, das relações intergeracionais e da participação conduziu o estudo, através da triangulação dos instrumentos de análise qualitativa de entrevistas de histórias de vida e de focus group.

As mulheres entrevistadas têm entre 65 e 85 anos de idade cronológica, mas em média dizem sentir que têm menos 34 anos. Afirmam, ser jovens de espírito e por isso preferem ser chamadas de seniores. Manifestam que sempre foram e são, mulheres autónomas, livres, independentes, com poder de decisão, com auto-estima elevada e com qualidade de vida. Mulheres que ocupam o tempo em actividades da vida diária, em actividades de tempos livres, e voluntariado.

Mulheres reivindicativas, proativas, frontais e determinadas que assumem um papel social ativo envolvendo-se socialmente em todas as actividades produtivas ou orientadas para a performance e em actividades colectivas e ou orientadas para a união, com vista alcançar objetivos comuns. Mulheres, que ganham prestígio e estatuto na comunidade por se envolverem socialmente no processo de tomadas de decisão, organização, execução e avaliação, com as gerações mais novas.

São visionárias ancestrais de espírito jovem que abrem novas portas para a construção social da velhice nas sociedades neoliberais e desafiam os humanistas quando afirmam que as actividades produtivas na velhice dão sentido à própria existência. São histórias de mulheres que nos fazem acreditar que a participação social contribui espontaneamente para o diálogo entre as gerações, em todas as fases da vida.

**Palavras-chave:** Envelhecimento Social; Envelhecimento Ativo; Relações Sociais Intergeracionais; Participação

## **Abstract**

A dissertation on the subject of Intergenerational Relationships and Societies Aged emerged within the Master of Education Social and Community Intervention, School of Education and Lisbon had as starting point whether participation promotes intergenerational activities on aging 8 active women aged 65 years and older, residing in the territory of Eastern Lisbon multigenerational. The conceptual approach of social aging, active aging, intergenerational relations and participation conducted the study through triangulation of instruments qualitative analysis of interviews and life stories focus group. The women interviewed are between 65 and 85 years of chronological age, but on average say they feel they are under 34 years old. They claim to be young in spirit and so they prefer to be called seniors. Demonstrate that have always been and are women autonomous, free, independent, decision-making, self-esteem and quality of life. Women who occupy the time in activities of daily life, in leisure activities, and volunteering. Women reivindicativas, proactive, front and determined to play an active social role by engaging in socially productive activities or any performance-oriented and collective activities and or targeted at the union in order to achieve common objectives. Women who gain prestige and status in the community by becoming involved socially in the process of decision making, organization, implementation and evaluation with the younger generations. They are young visionary spirit of ancestors that open new doors to the social construction of old age in neoliberal societies and challenge humanists say when productive activities in old age give meaning to their own existence. These are stories of women who have us believe that social participation contributes to spontaneous dialogue between generations, in all stages of life.

**Key words:** Social Aging, Active Aging, Intergenerational Social Relations; Participation

## **Introdução**

### **Parte I – Metodologia**

#### **Capítulo 1: Processos Metodológicos**

1.1.	Problemática.....	12
1.2.	Objetivos gerais e secundários .....	15
1.3.	Enquadramento Teorico- Concetual .....	16
1.3.1.	Construção Social da Velhice.....	16
1.3.2.	Construção social do Envelhecimento.....	17
1.3.3.	As Relações Intergeracionais.....	26
1.3.4.	Participação Social.....	33
1.3.5.	Eixo concetual adotado.....	38
1.4	Instrumentos de recolha de dados.....	40
1.4.1 –	Histórias de Vida.....	40
1.4.2 –	Focus Group.....	42

#### **Capítulo 2:Caracterização do Território Multigeracional de Lisboa Oriental**

2.1.	Caracterização Geográfica.....	43
2.2.	O Centro de Desenvolvimento Comunitário.....	43
2.2.1	O Espaço GerAcções	
2.2.1.1	Breve caracterização.....	44
2.3.	As Práticas Intergeracionais .....	45

### **Parte II: Resultados Empíricos**

#### **Capítulo 3: Apresentação dos resultados: Análise de conteúdo**

3.1.	Dados Biográficos das Histórias de Vida.....	47
3.2.	O processo de envelhecimento social de cada mulher, ao longo da vida.....	49
3.2.1.	Ocupação do Tempo Livre.....	50

3.2.2	As relações sociais no processo de envelhecimento.....	51
3.2.3	Possível distanciamento social.....	54
3.2.4	Relação com a família.....	56
3.2.5	Possível esvaziamento de papéis sociais.....	56
3.2.6	Possível perda de decisão e autonomia.....	58
3.2.7	Idade Cronológica versus Idade Social das mulheres.....	59
3.2.8	Envelhecimento Ativo.....	60
3.2.8.1	Independência.....	61
3.2.8.2	Autonomia.....	62
3.2.8.3	Qualidade de Vida.....	63
3.2.8.4	Atividade Física.....	65
3.2.8.5	Cuidados com a alimentação.....	65
3.2.8.6	Atitude perante o processo de envelhecimento.....	66
3.3	Autopercepção das relacionais sociais intergeracionais na sociedade actual.....	67
3.3.1	Dimensão Educativa das relações sociais intergeracionais.....	68
3.3.1.1	Memórias de aprendizagens intergeracionais na infância.....	68
3.3.1.2	Memórias de aprendizagens intergeracionais na velhice.....	70
3.3.1.3	O sentimento das vivências intergeracionais.....	71
3.3.1.4	As relações intergeracionais versus capacidade para aprender na velhice.....	72
3.3.1.5	As relações intergeracionais versus construção de projetos de vida na velhice.....	73
3.3.1.6	Os conflitos intergeracionais.....	73

<b>3.3.2</b> Dimensão social das relações intergeracionais.....	75
<b>3.3.2.1</b> A qualidade das interacções sociais intergeracionais.....	75
<b>3.3.2.2</b> As relações intergeracionais versus sentido de utilidade.....	78
<b>3.3.2.3</b> As relações intergeracionais versus sentido de pertença.....	78
<b>3.3.3</b> Dimensão familiar das relações intergeracionais.....	80
<b>3.3.3.1</b> As relações intergeracionais na família versus sentido de utilidade.....	81
<b>3.4.</b> Dimensão social da participação.....	82
<b>3.4.1</b> A participação Social destas mulheres na perspetiva de uma vida.....	84
<b>3.4.2</b> Participação social versus relações intergeracionais – motivações e expetativas .....	87
<b>3.5</b> Termo atribuído pelas mulheres à categoria social da velhice – Idosa, Velha ou Sênior? .....	88
<b>Capítulo 4: Discussão dos resultados</b> .....	89
<b><u>Conclusão</u></b> .....	97
<b>Referências Bibliográficas</b> .....	
<b>Anexos</b>	
Anexo I – XVI (Arquivo em CD)	
Anexo XVII .....	

## **Introdução**

A presente dissertação *Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multigeracional de Lisboa Oriental* surge no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação de Lisboa, e tem como tema as relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas.

O envelhecimento das sociedades contemporâneas vivencia ritmos alucinantes e impérios de produção humana que se afundam na falta de tempo para as relações sociais. Se a média de esperança de vida vai aumentando significa que num futuro próximo diferentes gerações deverão olhar para si e para a comunidade do território onde está inserido. A capacitação das diferentes gerações para a promoção de solidariedade, cooperativismo e sobretudo respeito pelas diferentes necessidades e potencialidades associadas a cada idade torna-se um imperativo emergente e contribui para uma nova construção social da velhice e do envelhecimento.

A sociedade estará capacitada para encarar o envelhecimento humano como processo natural? Reconhecerá as diferentes necessidades e potencialidades associadas a cada idade? As relações intergeracionais serão o elixir da eterna juventude dos mais de 65 anos? Na velhice, queremos ser activos, participativos, produtivos ou simplesmente livres?

O presente estudo qualitativo subordinado ao tema das relações intergeracionais nas sociedades envelhecidas foi analisado sobretudo na perspectiva sociológica do envelhecimento. No entanto, vê assinalado aspectos psicossociais do envelhecimento e das relações sociais intergeracionais, considerados pertinentes para intervenção de especialistas em Educação Social e Intervenção Comunitária.

Na fase da pesquisa documental exploratória sobre o tema fez-se uma revisão bibliográfica, seleccionaram-se dissertações internacionais e nacionais, bem como obras e artigos. Constatou-se que o conceito de relações sociais intergeracionais não está claramente conceptualizado e requiere uma análise dos conceitos de relações sociais e de geração. Verificou-se que os estudos relacionados com o conceito de participação das pessoas com 65 e mais anos são quase inexistentes em Portugal.

A literatura relacionada com o tema explícita os conceitos de envelhecimento, de envelhecimento ativo e de relações intergeracionais. No conceito de envelhecimento interessava o envelhecimento social que aborda a importância das relações sociais. O envelhecimento ativo aponta, a participação como um dos comportamentos a ter ao longo da vida. Os conceitos de envelhecimento, de envelhecimento ativo, de relações sociais intergeracionais e de participação constituem abordagem conceptual da investigação. Esta linha de pensamento permitiu a elaboração da pergunta de partida, a definição dos objectivos e das questões orientadoras do estudo.

A investigação teve como ponto de partida saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres com 65 e mais anos, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental. O interesse da pesquisa focalizou-se em saber o que pensam estas mulheres do processo de envelhecimento nas sociedades urbanas, a forma como viveram o seu processo de envelhecimento social, o que há em comum nas histórias de vida de cada uma delas, se a participação em actividades intergeracionais conferem-lhes um novo estatuto social na velhice, qual a geração que privilegiam, quais as potencialidades e benefícios dessa participação, o que as afasta das gerações mais novas e com quem vivem estas mulheres.

A dimensão social dos conceitos de envelhecimento, de envelhecimento ativo e de participação e a dimensão social e educativa do conceito de relações intergeracionais sustentam a investigação através de narrativas de histórias de vida e do focus group.

Desta forma, teve como indicadores de análise a progressiva diminuição dos contactos sociais; o distanciamento social; o progressivo esvaziamento dos papéis sociais; a progressiva perda de decisão; a possível perda de autonomia e independência; a autonomia; a independência; a qualidade de vida; a expectativa de uma vida saudável; as aprendizagens assimiladas no convívio com diferentes gerações desde da infância à velhice; a importância dessas aprendizagens na vida social de cada mulher; a influência das relações intergeracionais na perspectiva de aprendizagem ao longo da vida, influência das relações intergeracionais na construção do projecto de vida na velhice; a qualidade das interacções sociais; a sensação de auto-estima; o sentido de utilidade; o sentido de pertença; a qualidade das interações familiares; o sentido de utilidade; o papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos; as implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice, que contribuíram para a coesão social ou mudança social da comunidade

onde viviam; o tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais; a natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice.

As narrativas histórias de vida permitem conhecer o que pensam estas mulheres com 65 e mais anos sobre o processo de envelhecimento nas sociedades urbanas, de que forma viveram o seu processo de envelhecimento, o que há em comum nas histórias de vida de cada uma delas, com quem vivem actualmente, qual a geração que privilegiam para se relacionar, o que as aproxima e afasta da geração jovem, o que consideram ser as potencialidades do seu convívio com a geração jovem, e saber se a participação em actividades intergeracionais lhes conferem um estatuto social diferente, nesta nova etapa da vida.

O focus group aborda um leque de questões em torno das relações intergeracionais nas sociedades envelhecidas e permite saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo destas mulheres.

## **Parte I – Metodologia**

### **Capítulo 1: Processos Metodológicos**

#### **1.1. Problemática**

As sociedades contemporâneas estão envelhecidas. Se na pré-história a velhice era rara (1% vivia mais de 65 anos), actualmente, 70% da população ocidental viverá mais de 65 anos e 40% mais de 80 anos (Hamilton,2002). Segundo os dados da Eurostat (2011), Portugal é o 5º país mais velho da Europa e o 6º país mais velho do mundo.

O número de residentes em Portugal é de 10 555 853 (INE,2011), 19% dos quais são pessoas com mais de 65 anos. Há 129 pessoas idosas para cada 100 jovens.

As causas subjacentes ao fenómeno do envelhecimento são a baixa natalidade e os avanços na medicina que permitem aumentar a esperança de vida da população.

O aumento da esperança de vida é problematizado pelos economicistas e políticos que referem que o envelhecimento da sociedade provocará a insolvência do sistema de protecção social dos países, na medida em que terá mais despesas com os serviços de saúde e pensões (Fonseca, 2005).

O índice de sustentabilidade portuguesa (INE, 2011) é de 3,4 ativos por cada indivíduo com 65 e mais anos, fato preocupante para o Estado que tem de implementar medidas que contrariem esta taxa de esforço da população idosa.

Nas sociedades contemporâneas vive-se mais anos e esses anos traduzam-se em vidas, em histórias de gerações, compostas de eu(s) individuais, competitivos, tecnocratas, mecanizados e virtuais. As concepções sociais contemporâneas edificam os princípios do utilitarismo e do economicismo e crêem no mito da eterna juventude.

Na sociedade virtual há um homem – produto, um homem que se alimenta dos microsistemas de forma intencional, que vive mecanizado sem tempo para ver e relacionar-se com o outro. Um homem que criou, desde a revolução industrial, espaços para cada idade e se tornou perdedor de oportunidades de desenvolver competências sociais e emocionais (Palmeirão, 2007).

Se no passado as práticas intergeracionais surgiam de forma espontânea, no presente constata-se a necessidade de formalizar os encontros, sob pena de se compactuar com o efeito da ausência de tempo para alimentar as relações entre as diferentes gerações.

Desde 1999 a 2012, o fenómeno do envelhecimento da população tem sido acompanhado ao nível político revelando intencionalidades de promoção de programas ou práticas intergeracionais que permitam a inclusão das diferentes gerações.

A era do imperativo produtivo das sociedades contemporâneas revela a necessidade de “cultivar relações harmoniosas e produtivas entre as gerações, especialmente para favorecer a dignidade humana, a paz e a justiça social” (Quebec, 1999, p.1).

Uma nova interpretação semântica sobre o envelhecimento emerge quando os idosos são encarados como o capital social e a força motriz dos territórios onde estão inseridos, visto a reforma ser uma fase da vida que tem de ser vivida de forma livre, democrata, participada, participativa, activa e produtiva.

A sociedade beneficiará com esta nova visão, pois perante a longevidade, novos, velhos, e muito velhos sentirão vontade de estabelecer relações baseadas no respeito pelas diferentes necessidades e potencialidades associadas a todas as idades.

As relações entre gerações só se descortinarão espontaneamente, tal como nas comunidades tradicionais, quando houver uma vontade civil, institucional, governamental, que acredite na

*praxis* dos valores do respeito, da solidariedade, da cooperação, da participação e valorização das potencialidades de cada pessoa.

A questão da discriminação dos mais novos em relação aos mais velhos remonta do ano 1970, do século XX, e tem mantido vivo o diagnóstico de preconceitos, mitos, estereótipos, atitudes e comportamentos face à velhice.

Em 2002, a 2ª Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento realizada em Madrid incentivou os governos a reverem as políticas de modo assegurarem a equidade entre gerações. O incentivo dos estados para a promoção da solidariedade intergeracional pode ser a chave do desenvolvimento social, como potencial contributo para o (re) equilíbrio social, tornando as sociedades mais justas, dignas e solidárias (Nunes, 2009).

Na medida em que a UNESCO (2000) defendeu que os programas intergeracionais são um instrumento para a inclusão social e desenvolvimento da comunidade considerou-se ter como objecto de estudo um território multi-geracional de Lisboa Oriental, que há 30 anos promove práticas intergeracionais através de pedagogias participativas e emponderadoras.

Nos grupos com 65 e mais anos, o género feminino evidencia-se, e são oito as mulheres que participam em todas as actividades intergeracionais promovidas pelo Centro de Desenvolvimento Comunitário, em parceria com as associações e escolas locais. O espaço GerAcções tem dois projectos intergeracionais comunitários que se desenvolvem em parceria com o Jardim de Infância da Associação de Moradores e com a Escola EB1 do Bairro. As actividades intergeracionais são programadas e têm uma periodicidade bimensal e bissemanal. O grau de interesse, motivação e envolvimento destas mulheres nas actividades direccionadas a todas as gerações é bastante elevado. Cada mulher frequenta de forma assídua práticas intergeracionais formais e informais, no mínimo há 10 anos, sendo que permanecem há 7 anos no mesmo grupo de interesse com a mesma motivação para agarrar os desafios. Mulheres atentas às necessidades e potencialidades da comunidade que atuam de forma participada e que disponibilizam os seus recursos endógenos ao serviço da comunidade.

O Território Multigeracional de Lisboa Oriental há 30 anos que é palco de iniciativas e dinâmicas de desenvolvimento local, centradas na autonomia, cooperação, solidariedade, participação ativa e capacitação das pessoas, comunidades e organizações. Adota uma perspectiva multidimensional e integrada e intervém em parceria.

No entanto, esta jamais foi analisada do ponto de vista conceptual, tal como confere o único jornal internacional “Journal Intergenerational Relationships” a escassez e ausência de informação científica válida, no que diz respeito ao desenvolvimento de programas intergeracionais, nacionais e internacionais.

O tema das relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas considera-se pertinente quando emerge a necessidade dos territórios multigeracionais desenvolverem competências sociais através de programas de educação intergeracional e de programas de educação para o envelhecimento, em todas as fases da vida (Palmeirão, 2007).

A investigação deu lugar ao tema das relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas no ano em que se congratula o ano europeu do envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações, abraçando a iniciativa europeia de criar uma cultura de envelhecimento ativo acreditando nos princípios da solidariedade e cooperativismo no diálogo entre gerações.

## **1.2. Objetivos gerais e secundários**

O presente estudo pretende que se obtenha um conhecimento aprofundado acerca do fenómeno do envelhecimento e das relações sociais intergeracionais na sociedade contemporâneas, bem como compreender o impacto dos processos participativos que se desenvolvem há 30 anos num território multigeracional.

No sentido de saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento ativo de 8 mulheres, com 65 e mais anos, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental definiram-se os seguintes objetivos gerais e secundários.

A investigação tem como objectivos gerais:

- Conhecer o processo de envelhecimento social ao longo da vida de cada uma das mulheres;
- Analisar o papel social destas mulheres no território multigeracional de Lisboa Oriental;
- Identificar o nível de participação destas mulheres nas actividades intergeracionais;
- Conhecer os benefícios da participação em actividades intergeracionais;
- Identificar o que as afasta ou aproxima das novas gerações;

- Identificar as motivações, expectativas e aprendizagens que surgem na participação em actividades intergeracionais

E como objectivos secundários:

- Conhecer as atitudes, preconceitos, significados e valores face ao envelhecimento.
- Conhecer a actual idade social destas mulheres
- Saber como estas mulheres gostava de chamadas nesta fase da velhice

### **1.3 – Enquadramento Teórico-Concetual**

#### **1.3.1. - Construção Social da Velhice**

A construção social da velhice teve sempre diferentes perspectivas sociais e culturais. Desde antiguidade era entendida como um momento particular da vida humana. No século XVII, considerava-se velho a pessoas com mais de 40 anos e a concepção variava consoante o género. O homem velho tinha atributos de ordem moral e a mulher velha elementos associados ao aspecto físico e postura do corpo. Bordelais (1993) refere que a velhice estava ligada ao novo testamento e era considerada como o tempo privilegiado da reforma espiritual e na preparação para a morte.

No século XVIII, surge uma nova imagem da velhice com expressões positivas de simpatia e sabedoria que induz o respeito e legitimação da autoridade. Os avós tiveram um novo estatuto na família e foram considerados os educadores com gosto pela história e por tudo o que era extraordinário. A nível científico, nesta época, defendeu-se que o cuidar do corpo seria a fórmula de garantir a manutenção de uma velhice ativa e plena até à morte. A visão católica altera a sua perspectiva considerando a velhice como um período da vida para ser vivido plenamente na terra, em família, na companhia dos filhos.

No final do século XVIII, vislumbra-se o direito à reforma, criação do sistema de capitalização, associações mutualista e as caixas de seguros. Bordelais (1993) explica que a reforma desmorona a perspectiva da decrepitude na velhice e a acentua a consideração pelas pessoas mais velhas ativas.

No século XIX, a revolução industrial trás mudanças sociais, o êxodo rural e a necessidade de classes operárias ativas faz emergir a velhice abandonada. A economia começa a sentir o impacto da população envelhecida, sem rendimentos próprios e sem protecção familiar. As associações filantrópicas e o Estado institucionalizam as pessoas mais velhas e servem de suporte assistencialista.

A industrialização dispensava os mais velhos alegando que os mais jovens eram mais capazes para o trabalho mecânico, assim destitui-se o poder dos mais velhos. Na sociedade manufacturada os mais velhos mantinham o controlo do seu lugar defendendo o poder de transmissores das técnicas de fabricação.

Motta (2004) afirma que a sociedade ocidental moderna contrapõe-se ao sector produtivo e individualista ao observar o renascimento espontâneo da vida grupos (a família, a escola, a vizinhança e o trabalho). Os grupos de convivência, cursos, escolas, clubes, nos quais se inserem os programas para a terceira idade surgem para atender às necessidades de consumo

### **1.3.2. Construção social do Envelhecimento**

Na segunda metade do século XX, surgem vários paradigmas do envelhecimento contextualizados na sociedade contemporânea. O envelhecimento bem-sucedido e o envelhecimento produtivo são conceitos que revelam a concepção do envelhecimento na era do capitalismo. O envelhecimento ativo é conceptualizado na era do neoliberalismo.

No ano 1970, o **envelhecimento bem-sucedido** definido por Baltes (1994) e Lazarus (1998) depende da adopção de atitudes e de processos de coping que permitem que cada um permaneça independente, socialmente ativo e produtivo, o máximo de tempo possível, apesar dos aumentos dos défices ou das suas ameaças. A abordagem do envelhecimento bem-sucedido adopta uma perspectiva positiva, simultaneamente sistémica e ecológica, baseada em indicadores objectivos e subjectivos, enquadrados por um dado contexto sociocultural. Este autor provou que existe uma capacidade de reserva que permite a adaptação e plasticidade perante o declínio natural das competências, ao longo da vida (Fonseca, A. M. (2006). Os três eixos que sustentam a abordagem conceptual do envelhecimento bem-sucedido de acordo com Fonseca (2005) são:

- O balanço dos ganhos e das perdas (necessidade da pessoa em ajustar-se ao ambiente,

maximizando os acontecimentos positivos e desejáveis e minimizando os negativos, criando mecanismos de controlo que permitam reagir na mudança, através da reformulação de objectivos e sonhos);

- O desenvolvimento do ciclo de vida (processo adaptativo inerente à capacidade de envelhecer com êxito através de uma orquestra maximizadora dos ganhos ao longo da vida);
- As modificações nas modalidades de regulação da identidade pessoal (papel fundamental da economia individual do bem-estar psicológico. Implica modificar os objectivos ou aspirações existentes, recriando-os ou abandonando-os, com vista à realização pessoal em detrimento do sofrimento)

Na década de 70, a definição do conceito de **envelhecimento produtivo** surge entre os profissionais de diversos contextos, revoltados com as imagens pejorativas, degradantes e não produtivas da velhice. Destacam os autores Rozario, Morrow-Howel e Hinterlong (2004) que descrevem as actividades produtivas na velhice como remuneradas ou não. É difícil para muitos compreender que as actividades não remuneradas produzem indirectamente bens ou benefícios, no seio familiar ou social. Os mesmos autores referem que envelhecimento produtivo tem duas dimensões:

- Objectiva (visível através da prestação de serviços no seu familiar, no grupo social ou na comunidade);
- Subjectiva (relacionada com a sensação de bem estar e promoção social durante o processo dessas tarefas).

Osório destaca as políticas de envelhecimento produtivo, que se podem desenvolver através de financiamento público, particular ou privado, implementando projectos de voluntariado sénior, projectos intergeracionais, programas de emprego sénior.

Osório (2007), também destaca que a reforma é apenas um novo ciclo da vida, onde novos papéis sociais surgem e que não se podem ignorar. É aprender a ser velho na/com a família, a ser velho na/com sociedade ganhando promoção social enquanto participante de projectos de voluntariado ou intergeracionais e, finalmente, aprender a lidar com a liberdade de escolha em continuar no seu emprego ou a descobrir outras áreas de interesse que queira investir.

Nos finais dos anos 90, a Organização Mundial de Saúde definiu **Envelhecimento ativo** como “ o processo pela qual se optimizam as oportunidades de bem-estar físico, social e mental durante toda a vida com o objectivo de aumentar a esperança de vida saudável, a produtividade e a qualidade de vida na velhice” (WHO, 2002). Desta forma, aponta que a saúde, a participação social e segurança aumentam a qualidade de vida durante o envelhecimento. Para Ballesteros (2002) é um conceito inovador que conjuga a importância dos factores psicológicos e sociais como os factores de adaptação face ao envelhecimento, uma vez que os estilos de vida e auto-eficácia podem influenciar o bem-estar. A palavra ativo confere ao envelhecimento a continua participação nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e civis aliada à capacidade de o individuo estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho (Vallespir, Morey, 2007).

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) que reúne os países mais industrializados definiu, em 2000, o envelhecimento activo como:“(...) a capacidade das pessoas que avançam em idade terem uma vida produtiva na sociedade e na economia. O que quer dizer que possam determinar a forma como repartem o tempo entre as actividades de aprendizagem, o trabalho, o lazer e os cuidados a outros.” A perversão redutora do termo é usualmente relacionada a questões como o exercício físico ou o prolongamento das actividades económicas.

Em 2002, na 2ª Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, surgiu uma nova ideia sobre a velhice, construída em torno do conceito de envelhecimento produtivo. No sentido de integrar na sociedade as pessoas com mais de 60 anos, que começam a ter um acrescido número demográfico, definiu-se um plano de acção internacional. Esta estratégia internacional prevê a capacitação da população com mais de 60 anos para actuação plena e eficaz na vida económica, política e social, através de trabalho remunerado ou voluntário. O conceito de envelhecimento produtivo está cada vez mais associado a um novo estilo de vida das sociedades contemporâneas. As pessoas com mais de 65 anos manifestam vontade de ser contribuintes invés de dependentes da sociedade em que estão inseridos. Para tal, através da participação activa concorrem para os benefícios que advém da melhoria da qualidade de vida, da independência e do bem-estar individual e colectivo.

Almeida (2008) diz-nos que o envelhecimento ativo é um conjunto de atitudes e reacções que se podem tomar no sentido de prevenir ou de adiar as dificuldades que o envelhecer inevitavelmente acarreta.

Em 2012, a Europa atravessa um período de austeridade e o imperativo neoliberal enfatiza a globalização através da privatização, liberalização de capitais e alimentam a competição. O índice de envelhecimento europeu não é proporcional ao índice de sustentabilidade. Por isso, mais de cinquenta organizações europeias consagraram o ano 2012, como o ano europeu do envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações. O ano europeu preocupa-se com a discriminação com base na idade e a sustentabilidade das diferentes gerações. Incentiva os países a promoverem o envelhecimento ativo atuando no domínio do emprego, da participação na sociedade e da autonomia. O aumento da idade da reforma requer que haja melhores perspectivas de emprego para os mais velhos. O reconhecimento do papel dos mais velhos na família e na comunidade. A questão das acessibilidades e dos factores ergonómicos gerontológicos promovem a autonomia. As organizações responsáveis pela disseminação de uma cultura de envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações definem o envelhecimento ativo como uma oportunidade de ser cidadão ativo em todas as idades, uma possibilidade de envelhecer são e autónomo e um reconhecimento das potencialidades que cada pessoa conserva, desde o nascimento até à morte (Europa.Eu, 2012).

Envelhecer permanecendo activo só pode ser entendido na perspectiva de “uma vida inteira e tece-se nas malhas das relações que constituem o nosso quotidiano, reforça os laços sociais e exorciza o isolamento e a solidão” (Quaresma,2007, p.37).

Ao longo da vida as pessoas são co-responsáveis pela promoção da sua saúde, pela prevenção do envelhecimento patológico, físico e social. Fernandes (2008) acrescenta que há uma co-responsabilidade civil e estatal para a promoção de bem-estar ao longo da vida, uma linha continua capacitada para saber viver melhor.

A adopção de atitudes preventivas de promoção da saúde e autonomia ao longo da vida traduz-se num processo de envelhecimento saudável. Os factores que determinam esse processo de envelhecimento são a saúde, a educação, segurança social e do trabalho, aspectos económicos, justiça, o planeamento e desenvolvimento rural e urbano, a habitação, os transportes, o turismo, as novas tecnologias, a cultura, os valores da sociedade e os valores de cada ser humano.

Ferreira (1995) refere que a imagem social das pessoas mais velhas e o papel que lhes é atribuído na sociedade em que estão inseridos determina a forma como cada um envelhece e condiciona as suas atitudes.

A forma como envelhecemos está ligada a fatores internos individuais, biológicos, genéticos, psicológicos, comportamentais, ambientais e sociais. A abordagem sobre o género aponta as diferenças biológicas entre os homens e as mulheres e a identidade criada a partir da construção dos papéis sociais que cada um assume ao longo da vida. A cultura e o género são determinantes transversais e influenciam os determinantes do envelhecimento ativo interferindo no diálogo entre as gerações e nos comportamentos face à saúde e à doença.

O **envelhecimento** é um processo individual, dinâmico, diferencial, heterogéneo, cumulativo que ocorre ao longo da vida dos seres humanos, integra-se no ciclo da vida biológica, desde o nascimento até à morte, e deriva da forma como é vivenciado nos contextos sociais.

A forma como envelhecemos está relacionada com a forma como nos desenvolvemos sendo o envelhecimento a contrapartida do desenvolvimento (Birren at Cunningham,1985).

O conceito de envelhecimento está estritamente relacionado com o novo conceito de desenvolvimento proposto por Baltes (1990).

O **conceito de desenvolvimento** na primeira metade do século XX restringia-se à concepção de crescimento – estabilidade - declínio, argumentada por Hall e Wechsler e limitado ao período da infância e da adolescência, como defendiam Freud e Piaget (Fonseca, 2005). Progressivamente a ciência do desenvolvimento tomou consciência que, na era pós-moderna ou pós-positivista, o desenvolvimento ocorre ao longo da vida e é determinado por múltiplos factores que englobam as dimensões e contextos sociais, culturais e históricos. Esta relação pessoa – ambiente refere-se ao modelo ecológico de Bronfenbrenner.

Por outro lado, o desenvolvimento definido por Serner, Fisher e Weinberg é entendido como uma série de mudanças sistémicas e sucessivas, que ocorrem nos sistemas humanos ao longo dos ciclos da vida. O desenvolvimento humano é um sistema extremamente complexo, de ordem evolutiva regular e progressiva, sem metas que findem o processo de interligação entre as dimensões psicológica, cognitiva, emocional, relacional e social (Fonseca, 2005).

A psicologia evolutiva estuda todo o ciclo da vida e considera que a variável idade não

fornece indicadores que nos permitam apreender os processos de desenvolvimento psicológico. Existem mudanças que ocorrem em determinadas idades, porém isso não significa que seja a idade a produzir essa mudança.

O autor Birren e Renner (citado em Palácio, 2004) propõem diferentes significados quanto ao conceito de idade:

- Idade cronológica (remete-nos para a soma dos anos entre o nascimento e a actualidade);
- Idade biológica (refere-se à saúde biológica, à estimativa do lugar em que a pessoa está face ao potencial de vida que apresenta);
- Idade psicológica (diz respeito à utilização dos recursos como a inteligência, motivação, emoção, competição social para corresponder aos desafios do dia-a-dia);
- Idade funcional (soma aos conceitos idade biológica e idade psicológica, a capacidade de autonomia e independência);
- Idade social (relaciona as expectativas e os papéis sociais associados a cada idade).

A variável idade tem duas abordagens a destacar: a abordagem dos indivíduos estática (descreve o comportamento dos indivíduos situados em grupos etários distintos) e a abordagem do desenvolvimento dinâmica (visa perceber como decorrem os processos de mudanças de desenvolvimento ao longo do tempo).

Arber et Ginn (1991) descrevem uma abordagem sociológica sobre a razão pela qual as pessoas são chamadas idosas. A idade explica a duração da vida que ocorre após o nascimento. Os registos de nascimento paroquiais que se iniciaram na França atribuíram uma classificação à idade.

Os números exatos de anos que classificavam a idade foram sempre ignorados pelos nossos ancestrais, as vidas eram seleccionadas em função dos eventos e das mudanças ocorriam no curso das suas existências. A modernidade determinou a noção de idade para simplificar as acessibilidades sectorizadas por produtos e serviços. Neste sentido, Néri (1991) fala da experiência humana de tempo nas dimensões ecológicas, individuais, sociais, ideacionais envolvem a experiência tempo. O tempo regula o comportamento humano através dos ritmos que o mundo oferece, a épocas das secas, chuvosas, claras, escuras, quentes ou frias, determinam a actividade subsistência intervalos marcados pelas luas, estações e marés. Os eventos biológicos (sono, gravidez, parto), psicológicos (adolescência, menopausa e

andropausa) e sociais (casamento, reforma) determinados pelas condições sociais do momento histórico que cada sociedade vive. O tempo mítico (festas, rituais) vivenciado em contexto de grupo dá continuidade cultural e integram a dimensão idacional.

A experiência individual do tempo, considerada como vivência pessoal, também é categorizada socialmente, por resultar de indícios construídos a partir das interações sociais. As *Idades da Vida* não correspondem apenas a etapas biológicas mas a funções sociais, são construções e demarcações de tempo na história social (Ariès,1978).

As categorias básicas de estudo idades/gerações, exemplo sexo/gênero, etnia/classe, permitem a compreensão dos processos de transformação da vida social e dos seus significados em diferentes tempos sociais. A idade cronológica é um demarcador social (Motta, 1996 e Neri, 1991).

A noção da idade assumida como tempo social, constitui-se como um indicador social que regula o comportamento individual, determina as normas e expectativas e desempenha uma função controladora (Mannheim,1952). Lenoir (citado em Fonseca, 2005) defende que um indivíduo isolado e privado de relações sociais não vivencia experiências sociais e não chega a saber em que idade vai morrer, por não ter membros de grupo a quem se comparar ().

O investigador Kegan (citado em Fonseca,2005) sugere estádios para a idade adulta e velhice, no entanto só é realçado neste trabalho, o estádio interindividual relativo à velhice. Neste estádio, destacam-se as formas de relacionamento individual caracterizado pela maturidade e pela mutualidade, marcado por dois desejos conflituais. Por um lado o desejo da pessoa mais velha em ser autónoma e por outro, o desejo de se sentir parte de um grupo social. O ser humano vê-se “repetidamente confrontada no decurso da vida com diferentes necessidades, desejos, tensões e interações” (Fonseca,2005, p.46) que levam à redefinição periódica da identidade pessoal.

O desenvolvimento humano determinado pela acção proposto por Baltes, Reese e Lipsit (citado em Palácios,2004) tem influência normativa, quando ligado à idade e à história, e influência não normativa, quando diz respeito a acontecimentos da vida.

O envelhecimento é um processo que ocorre desde a nascença até à morte. Apesar de não existir consenso sobre as causas que provocam o envelhecimento, a literatura distingue unanimemente o envelhecimento primário, do envelhecimento secundário e do terciário.

(Palácios, 2004)

O envelhecimento primário está relacionado com os processos de deterioração biológica. As células e o sistema imunológico estão programados para envelhecer e para morrer. Trata-se de um processo inevitável, universal e irreversível. O envelhecimento secundário é o processo de deterioração que aumenta com a idade, mas que está relacionado com os factores contornáveis, preventivos, evitáveis, tais como, hábitos alimentares, actividades físicas, hábitos de vida e influências ambientais). O envelhecimento terciário também conhecido como “queda terminal” (Palácios, 2004, p.377) diz respeito aos declínios generalizados nas funções psicológicas que têm mais impacto à medida que o ser humano se aproxima da morte.

A velhice é mais uma fase da vida em que o indivíduo terá de enfrentar novos papéis sociais e aprender a estar nos novos contextos prioritários e provenientes de diversos tipos de mudança.

O envelhecimento é o processo resultante da soma de vários processos de desenvolvimento que se entrelaçam entre si e é produzido a vários níveis, biológico, psicológico e social, desde o nascimento até à morte.

O objectivo de estudo da perspectiva do ciclo de vida é o desenvolvimento diferencial e biopsicossocial. A psicologia do ciclo de vida tem ganho destaque nos estudos sobre o desenvolvimento humano na idade adulta e na velhice. (Fonseca, 2005)

A psicologia do ciclo da vida adopta um modelo multilinear e multidimensional de compreensão do desenvolvimento humano. Segundo esta perspectiva, os factores de desenvolvimento humano são a idade, a história e os acontecimentos não normativos, e tem como objectivo a descrição, a explicação, a modificação e a optimização do comportamento, definido por Baltes. (Lima, 2006)

Segundo Baltes (1990) com o aumento da idade deparamo-nos com um potencial mais elevado sobre o autoconhecimento. Nesta linha defende que na velhice as pessoas podem ser vistas como fortes e maduras, pois são colocadas sistematicamente perante desafios específicos e desanimadores. (Lima, 2006)

Os estudos longitudinal de Seattle e o estudo de Base de Baltes referem a existência de reservas cognitivas em pessoas de idade avançada possibilitando a continuação do desenvolvimento das capacidade cognitivas, enquanto o estado físico e a saúde o permitirem. Os problemas orgânicos é que provocam transformações no ser humano, o envelhecimento,

de *per si*, não revela mudanças drásticas, o que surge é uma acentuação ou atenuação dos traços (Palácios, 2004). As pessoas que na velhice perpetuam interessadas pelo mundo, pelas relações e obrigações, e adoptam uma postura activa e empreendedora, são mais felizes, vivem mais anos, e enfrentam melhor a passagem do tempo.

Os alicerces que sustentam a psicologia do desenvolvimento no ciclo da vida são aqueles que de forma intencional ou laboratorial optimizam o desenvolvimento psicológico na velhice. Segundo Fernandez – Ballesteros (citado em Fonseca, 2005) os programas de estimulação cognitiva e social retardam ou invertem mesmo o declínio das capacidades, o que vem complementar os resultados comprovados nos estudos que evidenciam uma enorme plasticidade na velhice.

A mudança desenvolvimental ocorre ao longo da vida. O modelo biopsicossocial identifica uma perspectiva no quadro da psicologia do ciclo da vida e requer uma análise conjunta dos domínios: biológico, psicológico, ecológico e sociocultural.

Sintetizando o domínio biológico refere a percepção individual sobre os ganhos e as perdas, assumindo que as perdas prevalecem em relação aos ganhos e que influenciam e provocam mudança no padrão global da saúde, mobilidade física e funcionamento cognitivo.

O domínio psicológico diz que existe uma plasticidade intraindividual que potencializa a capacidade adaptativa do indivíduo. (Fonseca, 2005). Os conceitos que nos ajudam a compreender melhor a plasticidade na velhice são a equifinalidade e os acontecimentos da vida. Ao longo da vida, quanto mais se vivenciam os fenómenos de natureza psicológica (reações emocionais, personalidades, mecanismos perceptivos, aprendizagens de memória e cognição, estilos de relação interpessoal e o controlo) maior será a plasticidade intraindividual. A optimização desses recursos será potenciada quando colocados à prova em situações de mudança, os limites da capacidade adaptativa vão emergindo.

Relativamente ao domínio ecológico compreendemos que a relação pessoa – ambiente decorre ao longo da vida, nunca se interrompe, apenas se altera. Através dos contextos consegue-se visualizar a relação pessoa – ambiente. O contexto é o espaço físico relacional, é o local onde o indivíduo permanece e estabelece relações e provoca desenvolvimento. Os contextos vão alterando ao longo da vida e são compostos de acontecimentos susceptíveis de alterar significativamente o bem-estar individual, obrigando a uma reorganização e adaptação, na relação pessoa – ambiente.

O modelo bioecológico foi proposto por Bronfenbrenner (2004) e defende que o meio influencia o desenvolvimento do sujeito e vice-versa. Para o autor, avaliar uma pessoa, implica avaliá-la nos diferentes contextos da sua vida, pois os processos proximais, cuja troca de sinergias que ocorrem entre sujeito e o ambiente, podem gerar desenvolvimento ou disfunção. Bronfenbrenner (2004) refere que o meio ambiente ecológico é uma organização de encaixe de estruturas concêntricas e aponta que existem microsistemas (onde a pessoa interage e participa); mesossistemas (relação entre os sistemas, onde a pessoa influencia e é influenciada pelo meio); exossistemas (características que possam interferir com o processo de interação nos microsistemas); macrosistemas (tudo o que se refere com a cultura e crença e que influenciam o desenvolvimento do indivíduo, por exemplo); chronossistemas (tempo em que se processa o desenvolvimento).

O domínio sociocultural constitui uma série de factores que influenciam o desenvolvimento na velhice. O autor Vandebos (citado em Fonseca, 2005)) menciona que o indivíduo na velhice permanece na procura da identidade e no sentido de utilidade, o que leva a pensar que as influências exercidas pelas estruturas sociais são determinantes para o desenvolvimento.

Valleespir e Morey (2007) afirmam que vários estudos comprovam que as pessoas idosas sentem um nível de satisfação elevado quando podem viver com a família e rodeados pela comunidade onde passaram maior parte da vida.

A literatura menciona estudos relacionados com a qualidade de vida nas pessoas idosas e refere que a existência de redes de apoio informais, de relações sociais significativas, é essencial para assegurar a autonomia. Os aspectos mais valorizados em viverem em comunidade destacam as relações com a família e os amigos; o desempenhar papéis sociais, como voluntariado e hobbies; o ter boa saúde e funcionalidade; o viver numa boa casa, numa zona simpática e de boa vizinhança; o ter uma visão positiva da vida e manter o controlo e a independência.

### **1.3.3. As Relações Intergeracionais**

Na revisão da literatura, constatou-se que o conceito de intergeracionalidade não foi diretamente conceptualizado visto que, como imperativo, implica sempre definir o conceito de geração e o conceito de relações sociais.

O conceito de geração remete-nos para o contexto histórico e sociológico, é mais amplo do que o conceito de idade, e está estritamente associado a influências normativas, respeitantes à história. As influências normativas são previsíveis em termos biológicos e de geração. As influências não normativas afectam algumas pessoas ou apenas uma, surgindo sem previsões de momentos determinados para que essa mudança vá surgir.

A ideia de intergeracionalidade não se restringe apenas a velhos e a crianças ou jovens, pode ocorrer nas relações entre outros intervenientes de diferentes gerações, por exemplo, numa fábrica encontraremos trabalhadores de diferentes gerações, numa família teremos uma mãe, um filho, uma avó e ou uma bisavó, e num lar ou centro de dia, poderão conviver quatro gerações, nomeadamente a dos 60, dos 70, dos 80 e dos 90.

A visão histórica-antropológica da juventude e da velhice explica que se trata de duas categorias historicamente construídas e variáveis, apesar de terem sido catalogadas socialmente particularidades específicas a cada uma delas. (Ferrigno,2006)

Sarlo (1997), Debert (1999), Groppo (2000), Ranciere (2005) e Minayo (2006) privilegiam os estudos que respondam ao saber com quem, onde e como os sujeitos se categorizam, se apresentam, se identificam, se socializam, se movem e partilham o sensível, nas sociedades contemporâneas. Estes autores consideram que as categorias de análise cercadas de estereótipos, mitos, preconceitos e estigmas delimitam de forma rígida e fixa as dimensões culturais, estéticas e biológicas da juventude e da velhice.

Cada pessoa é produto de um processo de socialização que implica interacções nas dimensões da vida familiar, escolar e trabalho. A “socialização é um termo amplo que indica que o ser humano, desde que nasce, não apenas está sujeito a influências da sociedade de que participa e ajuda a construir, como também a influência”(Moragas, 1997, p.101). A sociedade em constante mudança exige aos cidadãos de todas as idades uma constante assimilação de conhecimentos das regras de conduta.

Bordieu (1992) aborda a questão das vivências sociais como edificadoras de um estilo de vida e da percepção individual sobre o mundo. O envelhecimento e a velhice são percebidos de forma diferente entre as pessoas da mesma idade que vivem em contextos socioeconómicos semelhantes. O estudo sobre a auto-percepção da idade de Westerhof (2003) apresenta resultados interessantes desde o facto de se sentirem com menos idade do que a idade cronológica e terem uma auto-estima elevada.

As relações sociais são uma parte do bem-estar, estimulam a mente e o pensamento, tem múltiplos efeitos positivos na fase da velhice. Existe um impulso natural do ser humano para manter e desenvolver relações sociais, segundo a perspectiva psicossociológica do envelhecimento (Rowe e Kahn, 1987).

As relações sociais familiares e não familiares são fundamentais para o processo de desenvolvimento das pessoas mais velhas pois é através das relações sociais não familiares que as pessoas mais velhas vivenciam sentimentos de pertinência, de significado e de status social (Palácios, 2004).

Ao longo do ciclo da vida os tipos de ajuda entre os membros da família têm contornos multiformes e destintos. Donfut (1998) diz que as motivações que levam a essa entreajuda são a lógica da necessidade, o laço da reciprocidade e a complementaridade com as ajudas públicas.

“Na velhice, é muito importante a rede de apoio, cumpre a função de proporcionar confiança, companhia, e orientação, além de ajuda instrumental (financeira, tarefas domésticas), ajuda emocional e assistência na doença e/ou na incapacidade” (Palácios, 2004, p.436).

Atualmente, deparamo-nos com o aumento do número de famílias trigeracionais chegando a haver mais avós que netos. O tempo que as distancia é menor e no futuro a permanência de quatro gerações em simultâneo vai ser uma realidade. (Gil, 1999)

A denominada “crise da família” não destruiu o capital de afectividade e fonte de entreajuda entre pais e filhos. As relações são diferentes das tradicionais e requerem um reconhecimento dos novos modos de solidariedade, os tipos de entreajuda, as trocas entre várias gerações, de modo avaliar as potencialidades das solidariedades familiares.

O autor Jerrome (1993) definiu seis variáveis para a conceptualização da análise das relações intergeracionais intra-familiares (citado em Pinto, 2012):

**Quadro 1**

<b>Variáveis</b>	<b>Sub-variáveis</b>
<b>Estrutura familiar</b>	Composição do agregado doméstico; Proximidade geográfica
<b>Padrões de contacto</b>	Volume tipo de interação entre os membros da família
<b>Afecto</b>	Sentimento de carinho e cuidado; Percepção de proximidade
<b>Consenso e similitude</b>	A extensão de acordo ou desacordo em atitudes e perspectivas
<b>Normas</b>	Percepções do que deveria existir entre as gerações e responsabilidades parentais e filiais
<b>Troca de poder</b>	Equilíbrio entre os factores e recursos de cada geração; Grau de troca e apoio entre elas

**Teiga, S. (2012) fui eu que construi o quadro a partir do texto**

As relações intergeracionais devem ocorrer também fora do contexto familiar, uma vez que a sociedade depara-se com grandes mudanças sociais e económicas que podem constituir um risco para o conflito entre as gerações. As famílias cuidadoras que enfrentam as transformações como o desemprego, as doenças ou fragilidades das pessoas idosas são as mais afectadas.

No entanto, surgem estudos que tendem a diluir a ideia do bem-estar na velhice estar ligado à intensidade de relações familiares e ao convívio intergeracional. A amostra constitui pessoas idosas a residir em condomínios fechados com serviços e outras facilidades ou em hotéis. O conjunto de pesquisas qualitativas e quantitativas, entrevistas em profundidade e observação participante revelam que o isolamento espacial dos idosos permite a ampliação de uma rede de relações sociais, o aumento do número de actividades desenvolvidas e a satisfação na velhice. Nestas residências de idosos emergem novas comunidades, ativam-se os papéis sociais perdidos, redes de solidariedade de trocas e desenvolvem-se afetos de forma intensa e gratificante. As relações de género ganham novos significados, as relações interculturais são harmoniosas e as relações de vizinhança baseiam-se no princípio do cooperativismo.

Evandrou (1989) e Deber (2001) proferem que a segregação dos idosos é apenas uma questão doméstica. A insistência de edifícios multigeracionais não deve ser vista como uma garantia para uma velhice bem-sucedida, pois a qualidade das relações sociais entre as diferentes gerações é que é o cerne da questão.

Segundo Lopes (2008, p.26) "as relações intergeracionais ocorrem entre indivíduos pertencentes a diferentes gerações, que interagem sem paternalismos ou proteccionismos. O diálogo entre gerações contribui para uma nova consciência comunitária, na medida em que desenvolve as relações interpessoais, quando entram em contacto com novas vivências de diversos modos de pensar, agir e sentir. As relações intergeracionais renovam opiniões e visões acerca do mundo e das pessoas”.

Em todas as publicações científicas sobre as relações intergeracionais (artigos, teses de mestrado, teses de doutoramento, livros) surgem os seguintes autores internacionais de referência e relevância:

**Quadro 2**

Ano	Temas	Autores
1989	As relações internacionais ligadas ao espaço público	Arendt
1997	Abordagem das relações intergeracionais nas sociedades contemporâneas	Moragas
	Definição do conceito de relações intergeracionais	Zimerman
	Esquematização das necessidades das crianças e idosos em relacionar-se.	Newman
2003	A geração como categoria estrutural construtiva, desconstrutiva, reconstrutiva, relacional e produtora de nova cultura	Moragas e Debert
2004	Factores que influenciam a conflitualidades que leva o afastamento das gerações no seio familiar e comunitário	Moragas e Debert
	O diálogo entre gerações – a convivência solidária como combate à solidão, marginalização e potencial motivadora para as relações sociais	Mota
2005	Categorização das posições sociais de cada geração, em cada etapa da vida	Sarmento
	Pesquisa comparativa sobre as diferentes lições de vida das diversas gerações (452 pessoas dos 17 aos 101 anos)	Novaes
2006	Definição do conceito de geração	Buz; Delgado; Bueno Martinez

**Teiga, S. (2012) fui eu que construi o quadro a partir do texto**

Nos Estados Unidos da América nascem os programas educativos intergeracionais. A década de 50 foi marcada pelo aumento da separação demográfica das famílias promovido pela mobilidade. Na década de 60/70 desenhou-se um diagnóstico crescente de preconceitos, mitos, estereótipos, atitudes e comportamentos negativos entre os velhos e os jovens, que originaram a implementação dos programas educativos intergeracionais. Estes programas visavam a promoção de estratégias para melhorar e combater os problemas sociais das

crianças e dos velhos, agravados na década de 80/90. Os principais problemas sociais das crianças eram a gravidez precoce, alcoolismo e toxicodependência, abandono escolar e baixos rendimentos escolares. Os problemas sociais dos velhos eram marcados pela solidão, isolamento, baixo auto-estima, alcoolismo e desemprego (Lopes, 2008).

Em 1999, Jean –Paul, Perfeito de Québec, escreve que “a Declaração de Québec sobre a solidariedade intergeracional, assinada em 23 de Maio de 1999, enfatiza a necessidade de cultivar relações harmoniosas e produtivas entre as gerações, especialmente para favorecer a dignidade humana, a paz e a justiça social” (Declaração de Québec, 1999, p1).

A UNESCO, em 2000, elabora um relatório sobre os benefícios individuais e sociais da troca de experiências entre as gerações e defende que estes programas são o instrumento para a inclusão social e desenvolvimento da comunidade. Segundo a UNESCO, todos os programas educativos intergeracionais têm objectivos comuns, tanto para as crianças e jovens, bem como para os velhos. Neste sentido, procuram minimizar as perdas do processo de envelhecimento dos velhos, promover a inclusão e valorização dos velhos, desenvolver competências ao nível da transmissão dos conhecimentos, habilidades e valores humanos a outras gerações, promover interações diferenciadas entre as crianças e os mais velhos, promover aquisição de saberes através da educação informal e não formal transmitidas pelos mais velhos, despertar nas crianças um novo olhar sobre as questões do envelhecimento, estimular e recuperar brincadeiras e jogos tradicionais, desenvolver nas crianças novas aptidões e promover a educação ao longo da vida. A UNESCO, foi a grande impulsionadora da adopção de políticas de promoção do diálogo entre gerações, incentivando os estados a financiar os programas intergeracionais.

A transmissão de memórias e experiências permite que cada geração compreenda a sua linguagem e a simbologia diminuindo os conflitos. O conflito intergeracional ultrapassa as diferenças etárias, o que está em causa são as discordâncias de atitudes, crenças, culturas e experiências. Esta partilha permite que as pessoas idosas se sintam socialmente incluído e valorizadas.

A transmissão intergeracional, de saberes e ofícios, possibilita o processo recíproco de aprendizagens imitando o respeito e a compreensão entre gerações.

A relação intergeracional é interativa e recíproca, ninguém ensina ninguém, todos incorporam realidades diferentes e análises diferentes que conduzam à transformação.

Em 2002, na 2ª Assembleia Mundial para o Envelhecimento, realizada em Madrid, a temática do envelhecimento é reconhecida como um fenómeno global e prioritário em matéria de desenvolvimento. O plano de acção resultante incentivou os governos a reverem as políticas de modo assegurarem a equidade entre gerações e a promoverem a ideia de que o apoio e solidariedade intergeracional podem ser a chave do desenvolvimento social. A intergeracionalidade como potencial contributo para aquisição do (re) equilíbrio social, tornando as sociedades mais justas, dignas e solidárias (Nunes, L.N.V., 2009).

Em Portugal, a par dos projectos intergeracionais que se vão desenvolvendo ao nível das redes de parceria ou institucionais, destacam-se a nível científico: Projecto TIO (Terceira Idade On Line); Projecto Net@vô; Projecto VIVER (Developing Creative Intergeneration Relations); a Associação VIDA (Valorização Intergeracional e Desenvolvimento Activo); o Guia de Ideias para Planear e Implementar Projectos Intergeracionais, disponível em 22 línguas europeias oficiais, no âmbito do Projecto MATES (Mainstreaming Solidariedade Intergeracional) co-financiado pelo Programa Aprendizagem ao Longo da Vida da Comissão Europeia, como um Projecto Grundtvig, Medidas de Acompanhamento; COOPRAÇÃO – Cooperativa de Solidariedade Social, CRL que desenvolve actividades e eventos intergeracionais em parceria com as instituições da freguesia da Damaia. Actualmente, é a Fundação Calouste Gulbenkian, a única que financia projectos intergeracionais, nomeadamente através do Programa de Desenvolvimento Humano “Entre Gerações”, cuja iniciativa compreende duas áreas essenciais: o aprofundamento de conhecimentos sobre as práticas intergeracionais através de investigação e projectos-piloto em Portugal e no Reino Unido e o desenvolvimento da rede European.

As pesquisas efectuadas sobre o tema das relações intergeracionais nos territórios envelhecidos encontramos projectos intergeracionais com avaliações que apontam para as conflitualidades e benefícios remetem-nos para a necessidade de desenvolver competências sociais ao nível da solidariedade e cooperação entre as gerações.

A intervenção comunitária poderá recorrer aos seguintes modelos e directrizes, de origem norte americana, que conduzem a uma prática intergeracional bem sucedida: o modelo de

Ames e Youat (selecção e avaliação de actividades intergeracionais); o modelo Senior – Centerd de Dellmann – Jenkins (actividades intergeracionais para diferentes gerações, mais especifica para seniores); e o modelo “estação de gerações” (promoção de intercâmbios intergeracionais criação de um sistema comunitário expansivo).

#### **1.3.4. Participação Social**

O conceito de participação surge pela primeira vez integrado no conceito de desenvolvimento comunitário, após 2ª Guerra Mundial, pela necessidade de reestruturar os países europeus afectados com a guerra, e pela necessidade de promover o desenvolvimento económico e social das regiões consideradas por sub-desenvolvidas (Ásia, África e América Latina). Para Ander-Egg o desenvolvimento comunitário pronuncia a criação de “condições de progresso económico e social, de participação atividade da comunidade e da confiança e da sua capacidade de iniciativa” (Citado em Gomez, et all, 2007, p.101).

Na década de 1970, a sociedade portuguesa apelava à participação da população que, concentrada em si mesma e no ritmo do quotidiano, não parecia disponibilizar tempo para a acção colectiva. Portugal atravessava um momento de transição revolucionária e a participação traduzia-se numa descompressão social e politica e não numa efectiva consciência da necessidade de mudança de atitude e comportamento, com vista ao interesse comum. Nesta época, surgem as expressões como desenvolvimento participativo, participação no desenvolvimento e desenvolvimento da comunidade.

No início dos anos 70, o autor Dudley Seers (citado em Gomez, J. et all, 2007) menciona que o desenvolvimento significa muito mais do que crescimento do produto interno bruto. O desenvolvimento deveria adoptar um cariz social de combate à pobreza, ao desemprego e à exclusão. Numa linha crítica da economia capitalista contrariava-se a ideia da produção de bens supérfluos, o que contribuiu para a reflexão do conceito contemporâneo de desenvolvimento. Este novo conceito assume uma nova identidade e sustenta-se na utilização da natureza como recurso, e a procura da estabilidade económica, bem como na permanente insistência de que a realização pessoal ultrapassa a ideia de apenas possuir bens materiais.

Nos anos 1980, com adesão de Portugal na Comunidade Económica Europeia (CEE), surge a noção de sociedade civil, que passa de beneficiária a consumidora e uma noção de participação ligada ao contexto de liberalização da economia do neoliberalismo. O individualismo pós moderno e o desinvestimento no social justificam a ausência de participação dos cidadãos. Surge uma nova concepção do desenvolvimento associado à sustentabilidade. O crescimento ligado à produção máxima de bens teve efeitos perversos, visto o homem ter-se deparado com excedentes desnecessários para a satisfação das necessidades básicas. O conceito de sustentabilidade diz respeito à capacidade humana em potenciar os recursos da natureza sem alterar os ecossistemas, numa lógica de sobrevivência de autogestão dos recursos naturais, sem comprometer as gerações futuras.

Na década de 1990, a Europa deparava-se com formas sinistras de participação na vida das cidades, os jovens em revolta, as mulheres em fúria e a população nativa apoderada pelo racismo e xenofobismo. Nem os excluídos nem os integrados abriam mão dos seus direitos e não encontravam mediadores dos conflitos que imanavam. O conceito de participação ganha uma pertinência consensual e torna-se um requisito necessário para garantir a eficiência e sustentabilidade, sendo progressivamente considerada como direito no processo de mudança social.

A ideia de participação envia-nos para um esboço simples de exercício de poder (Guerra, 2006). A participação é um conceito construído de acordo com as mudanças sociais e políticas vigentes em cada sociedade (Ammann, 1981). Boaventura Sousa Santos (2002) acrescenta que a participação desempenha uma função educativa preparando a comunidade para exercer a sua soberania numa combinação vivencial sentida por cada um como cívica.

As comunidades são compostas de seres sociais que paralelamente à satisfação das necessidades fisiológicas sentem vontade de reflexão, participação, cooperação e de solidariedade, no diálogo entre as múltiplas gerações existentes.

Ao anunciar comunidade implica anunciar território, conjunto de pessoas de todas as idades, partilha de poderes, projectos comuns, necessidades e potencialidades comuns, cooperação e solidariedade. Os grupos multigeracionais auto-organizam-se no sentido de dar resposta aos desafios do meio. Vivem o passado projectando o futuro, como suporte afectivo e emocional fomentador da comunicação e dos laços de solidariedade entre as gerações existentes. A

vivência em colectividade assoma o sentimento de pertença, transmite segurança em cada membro e salienta os objectivos que o grupo visa alcançar num contexto comunitário. Os interesses comuns, por sua vez, criam interdependência entre os membros da comunidade concerne a um território. A comunidade per si é um território social, palco de interrelações e intercâmbios participativos, promotores de culturas intra-extra familiares, e de solidariedade aquando a produção e distribuição e consumo de bens assentes em projectos comunitários sustentáveis. (Gomez, J. 2007).

Baumeister e Leary (1995) afirmam que as pessoas são seres sociais que ao longo da vida sentem necessidade de pertença e aprovação. A esta motivação natural de pertencer a um grupo e ser aprovado socialmente, através do desempenho de determinadas actividades, Golden (2009) designou envolvimento social.

O conceito de participação provém do latim *participare* «fazer saber» e significa a possibilidade de *comunicar, fazer parte integrante* de algo ou de *associar-se pelo pensamento*. Qualquer pessoa que participa em algo tem intenção de fazer parte da tomada de decisão ou de resolução de algum problema.

O conceito de participação consiste na possibilidade de “intervenção na tomada de decisões, e não somente como o estabelecimento de canais multidireccionais de comunicação e consulta. (...) A participação completa só acontece quando as decisões são tomadas pelas próprias pessoas que hão-de pô-las em acção” (Palácios, 1994, p. 11).

O mesmo autor, refere que participar implica uma atitude ativa em todas as fases que afetam o grupo assumindo parte do poder ou exercício do mesmo. O grupo de interesse deve estar envolvido na definição de objectivos e estratégias, na tomada de decisões, na estruturação e organização das actividades programadas, na execução das mesmas e na avaliação e impacto individual e colectivo. Nesta perspectiva, a participação ocorre no seio de um grupo que a partir de um interesse comum estabelece interações entre todos os elementos com vista a alcançarem objectivos comuns. A participação como forma de envolvimento social leva à integração social (Meer ,2007)

A participação ativa das pessoas idosas na comunidade melhora a imagem social da velhice e ajuda-as a serem aceites e estimadas pelas outras gerações. Sendo a geração uma comunidade histórica de indivíduos que partilham memórias e experiências sociais semelhantes, as pessoas

idosas precisam de compreender a linguagem das gerações mais novas. A comunicação ajuda a relação interpessoal e para que haja diálogo intergeracional é necessário aprender as novas formas de comunicação.

Robbins e Metzner (1982) referem o nível de participação social elevada produz efeitos ao nível da saúde física e mental e retarda o risco da mortalidade. Através da participação as pessoas estabelecem contactos sociais e satisfazem as necessidades psicológicas mais importantes como, o desenvolvimento pessoal, auto-realização, auto-estima, utilidade e liberdade. A participação social traduz-se em redes sociais de suporte social e tem um papel de buffer entre o stress psicológico e o bem-estar psicológico (House, Landes e Limberson, 1988)

Do ponto de vista sociológico, Durkheim (1897) defendeu que a ausência de relações e o isolamento levavam a comportamentos suicidas. Antonuca e Col (1989) e Avorne (1982) obtiveram resultados semelhantes, referindo que o isolamento era um factor de risco para a saúde e que os apoios sociais de natureza emocional para todos podem ter efeito positivo na saúde.

As actividades produtivas e voluntariado constituem a participação social das pessoas idosas e tem um papel importante na qualidade de vida das mesmas (Morrow et al, 2003). A participação social causa impacto ao nível da saúde física e psicológica, tem um papel positivo na longevidade e evita a solidão. A participação social adaptada ao processo de envelhecimento e à velhice requer manutenção das relações sociais e prática de actividades produtivas. A qualidade de vida na reforma, o bem-estar subjectivo e a satisfação são factores determinantes para a participação social ativa das pessoas idosas (Roger, 2000). O individuo não é considerado “velho” pela família e amigos se conservar actividades produtivas sobretudo associadas actividades remuneradas (Kaufman,1986)

Na revisão da literatura existem duas vertentes do conceito de participação, a que está ligada à saúde e à funcionalidade, e a que está ligada às interacções e ao envolvimento em actividades sociais.

O conceito de participação segundo a vertente da saúde e funcionalidade é definido pela OMS (2004) como envolvimento da pessoa numa situação de vida real assumindo 9 domínios: aprendizagens e aplicação de conhecimentos; tarefas e demandas gerais; comunicação,

mobilidade, auto-cuidado, vida doméstica, relações interpessoais, aspectos principais da vida diária, vida comunitária, social e cívica. Esta visão restringe a participação, uma vez que as condições de saúde das pessoas dependem dos factores de contexto, ambiente físico, social e cultural.

Maier e Klumb (2005) definem dois tipos de participação social, a colectiva e a solitária. A colectiva contempla as actividades informais como estar com a família, amigos e vizinhos e as actividades formais como o voluntariado, centros de dia, centros de convívio, universidades de terceira idade. A solitária não inclui a presença de outros e passa por ler um livro e jornal, ver TV e ouvir rádio. Mass e Lampert (2002) nomeiam três tipos de participação, a colectiva, a produtiva e a política. No entanto, destaca-se a participação colectiva e a participação produtiva dado a pertinência para a investigação. A participação colectiva significa a atuação comum de membros de um grupo na qual a intenção é direccionada para o próprio grupo, é o tempo compartilhado. A participação produtiva significa a prestação de serviços, bens e benefícios tendo em vista o bem-estar dos outros e trás efeitos benéficos. Para Fontaine (2000) e Howell et al (2003) significa a partilha adicional de recursos, conhecimentos e habilidades pessoais para servir os outros.

Os autores Haak, Fange, Horstmann e Iwarsson (2008) definem dois tipos de participação, aquela que é orientada para a performance e aquela que é orientada para a união. As actividades orientadas para a performance são todas aquelas que têm como objectivo de ajudar os outros, bem como a própria satisfação pessoal. As actividades orientadas para a união permitem a partilha de experiências, a troca de impressões e obtenção de feedback. Estes baseiam-se na Teoria da Actividade definida por Hvighurst e Albrecht (1953) Lemon, Bengtson e Peterson (1972) e Congino e Kart (1982). A teoria da actividade diz que há uma relação positiva entre o desempenho da actividade e satisfação com a vida. Esta relação positiva tende a ser mais forte quanto mais a pessoa dá importância à necessidade de conviver com outras (Litwin e Ezra, 2006).

Silva (2009) explica que a teoria da actividade presume a excelente adaptação à velhice e a resiliência face às restrições impostas pelo ambiente permanecendo num nível de actividade social continuado.

O conceito de participação sob o prisma de envolvimento em actividades sociais identifica os conceitos de ocupação social e de interacções sociais. Borell et al ( 2006) define ocupação social como ser ativo e envolvido socialmente e Maier e Klumb (2005) realçam que a participação social homenageia o tempo despendido em interacções sociais, o tempo passado na presença de outros. A participação social significa desenvolver e desempenhar papéis sociais e leva a satisfação com a vida e o autoconceito.

Duarte (2001) referencia a participação social como práticas de sociabilidade e convivialidade que se efectivam tanto mais, quanto maior for o grau de aproximação social entre os indivíduos. Neste âmbito, as metodologias de investigação participativa ou de investigação-acção são as mais apropriadas para análise conceptual da intervenção comunitária.

Os actores locais terão de ser chamados a intervir, a sua participação é fundamental para a construção do diagnóstico dos problemas, necessidades e potencialidades, individuais e colectivas. Terão de ser envolvidos na toma de decisão das prioridades e objectivos da intervenção, na idealização, organização e coordenação das iniciativas (projectos ou programas), bem como em todo o processo de avaliação.

A participação de todos os membros de todas as idades numa comunidade “apela a um compromisso entre todos os intervenientes e muito especialmente daqueles de quem é destinatários” (Guerra, 2002, p.97). O que significará partilhar o poder com todos os seus membros, apoiar na tomada de consciência das suas necessidades e potencialidades, ajudar a emancipar-se e a responsabilizar-se pelas escolhas livres que tomaram ao longo da sua vida (Reynaud, M. 1997).

### **1.3.5. Eixo Conceptual adotado**

A abordagem conceptual da investigação teve como eixo a dimensão social dos conceitos de envelhecimento, de envelhecimento ativo e de participação e a dimensão social e educativa do conceito de relações intergeracionais.

No sentido de focalizar os conceitos na perspectiva social e educativa, este ponto apresenta sucintamente uma definição construída, de forma híbrida, a partir de autores de referência.

**O conceito de envelhecimento na dimensão social** traduz-se num processo de envelhecimento secundário (Palácios, 2004) que ocorre desde a nascença até à morte e

deriva da relação e interação social da pessoa com o meio (Bronfrenbener, 2004) e das expectativas e papéis sociais associados a cada idade (Birren e Renner, citado em Palacios,2004).

**O conceito de envelhecimento ativo** é um conjunto de atitudes (Almeida,2008) e comportamentos individuais e sociais adoptados ao longo do processo de envelhecimento, em todas as idades e fases da vida (Europa.Eu, 2012). Visa o desejo constante do bem-estar físico, espiritual, psicológico e social (Vallespir, Morey, 2007) através da adopção de comportamentos saudáveis, ao longo da vida. É o saber- fazer, em todas as idades, um estilo de vida com qualidade, com autonomia, com independência, com consciência cívica, com actividade física e com sentido de produtividade (OMS, 2002), e com pro-atividade, independentemente das limitações ou constrangimentos que possam emergir durante o desenvolvimento humano.

**O conceito de relações sociais intergeracionais** significa relações interpessoais que ocorrem entre diferentes gerações interagindo sem paternalismos ou proteccionismos (Lopes,2008). São relações que se baseiam na partilha reciproca de ideias, pensamentos, visões e aprendizagens que levam a novas concepções sociais acerca das pessoas e do mundo. Não se restringe apenas à relação entre velhos e crianças nem à família. Trata-se de um diálogo solidário entre duas pessoas de gerações diferentes, dentro e fora do seio familiar, que vivenciam sentimentos de pertinência, de significado e de status social (Palacios,2004).

**A Participação social** é construída a partir das mudanças sociais que ocorrem nas sociedades (Ammann, 1981) e significa o exercício de poder de cada pessoa, na comunidade ou grupo que está inserido (Guerra, 2006). Pode ser colectiva (Mass e Lampert ,2002) e ou orientada para a união (Haak et all 2008) quando cada elemento se envolve ativamente com vista alcançar objectivos comuns. Trata-se de práticas de socialibilidade e convivialidade (Duarte, 2001) que ocorrem no seio de um grupo com um interesse comum, em cada elemento intervém nas tomadas de decisão (Palacios ,1994), na execução, na organização, na avaliação. Pode ser produtiva ou orientada para a performance quando as pessoas se envolvem socialmente oferecendo prestação de bens e serviços com vista o bem comum.

#### **1.4. Instrumentos de recolha de dados**

Os instrumentos de investigação utilizados foram as narrativas de história de vida e o focus group. A construção do modelo de análise teve em consideração os conceitos, as respectivas dimensões e indicadores. A triangulação dos instrumentos de análise a partir da aplicação de oito entrevistas para a narrativa das histórias de vida e o focus group com a participação das oito mulheres dão resposta aos objectivos gerais e secundários.

A amostra foi selectiva e teve em consideração os princípios metodológicos participativos adoptados há 30 anos, por um Centro de Desenvolvimento Comunitário num território multigeracional; o nível elevado de participação e envolvimento dum determinado grupo de interesse em actividades intergeracionais formais e informais; a idade dos participantes ser 65 e mais anos sem demência; e a frequência mínima de 7 anos em actividades intergeracionais que recorrem a métodos participativos. As 8 mulheres que constituem a amostra têm 65 e mais anos e reúnem os requisitos necessários à investigação.

A triangulação de entrevistas individuais de narrativas de histórias de vida com a entrevista focus group permite uma avaliação qualitativa mais ampla. Se a primeira permite obter uma visão individual subordinado ao tema num contexto de uma vida. A segunda fornece uma visão coletiva sobre a problemática, numa interacção e reacção emocional inesperada face a determinado assunto.

##### **1.4.1 – Histórias de Vida**

Meihy (2005), refere que a história de vida é a narrativa do conjunto de experiências individuais, composta de proposições, verdades e versão dos fatos perspectivados de forma autêntica por parte do sujeito considerado primordial com liberdade para dissertar sobre a sua experiência. O sujeito oculta e divulga a sua identidade livremente. A história de vida permite conhecer e perceber o passado, no presente. Confere um sentido sociocultural da vida dos colaboradores e leitores quando acompanham o ritmo histórico dos acontecimentos e sentem que são parte do contexto em que vivem.

As narrativas de histórias de vida permitem conhecer o que pensam estas mulheres com 65 e mais anos sobre o processo de envelhecimento nas sociedades urbanas, de que forma viveram o seu processo de envelhecimento, o que há em comum nas histórias de vida de cada uma

delas, com quem vivem actualmente, qual a geração que privilegiam para se relacionar, o que as aproxima e afasta da geração jovem, o que consideram ser as potencialidades do seu convívio com a geração jovem, e saber se a participação em actividades intergeracionais lhes conferem um estatuto social novo, nesta nova etapa da vida.

A construção do guião de entrevista histórias de vida teve por base questões de identificação e partiram de indicadores tais como: progressiva diminuição dos contactos sociais; distanciamento social; progressivo esvaziamento dos papéis sociais; progressiva perda de decisão; possível perda de autonomia e independência; autonomia; independência, qualidade de vida, expectativa de uma vida saudável; aprendizagens assimiladas no convívio com diferentes gerações desde da infância à velhice; importância dessas aprendizagens na vida social de cada mulher; influência das relações intergeracionais na perspectiva de aprendizagem ao longo da vida; influência das relações intergeracionais na construção do projecto de vida na velhice; qualidade das interações sociais; sensação de auto-estima; sentido de utilidade; sentido de pertença; qualidade das interações familiares; sentido de utilidade; papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos; implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice que, contribuíram, para a coesão social ou mudança social da comunidade onde estavam inseridas; tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais que estão inseridas; natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice.

As entrevistas de história de vida decorreram num ambiente calmo e num horário conveniente às entrevistadas. Respeitaram os princípios éticos da investigação através da leitura e posterior assinatura do consentimento livre e esclarecido e a carta de consentimento prévio para autorização da gravação e tratamento dos dados. A priori foi transmitido o motivo pelo qual tinham sido seleccionadas bem como o tema e a finalidade da investigação. Realça-se que a linguagem utilizada e a forma como foram colocadas as questões tiveram de ser adaptada a cada uma das mulheres, tal como se verifica na audição das entrevistas. No final da entrevista cada mulher teve oportunidade de ouvir a audição gravada.

O material empírico obtido na entrevista foi alvo de tratamento, até ser transformado em texto e publicado, passou pelas etapas de transcrição fiel dos acontecimentos e pela textualização figurativa do mundo das sensações das histórias de vida de cada mulher.

### 1.4.2 – Focus Group

O focus group Morgan (1997) é uma técnica qualitativa que visa colocar um grupo de pessoas a discutir um determinado tema proposto por um moderador. A interacção entre cada elemento do grupo proporciona múltiplas visões e reacções emocionais que transparecem uma visão colectiva e não individual. Para Johnson (1994) “o esforço combinado do grupo produz mais informações e com maior riqueza de detalhes do que o somatório das respostas individuais (...) e a sinergia entre os participantes leva a resultados que ultrapassam a soma das partes individuais” (citado em Dias, 2000, p.2)

O focus group aborda um leque de questões em torno das relações intergeracionais nas sociedades envelhecidas e permite saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo destas mulheres.

Após aplicação dos instrumentos passou-se à análise categorial das entrevistas respeitando as dimensões dos conceitos discriminados. Os resultados depois de apresentados são discutidos e sustentados teoricamente.

As questões colocadas na entrevista Focus Group tiveram em consideração os seguintes indicadores concepção de envelhecimento; auto-imagem e hétero-imagem da velhice; idade social; termo que gostavam de ser chamadas na velhice; atitude durante o processo de envelhecimento e na fase da velhice; concepção de relações intergeracionais, prestígio social; conflitos intergeracionais, solidariedade intergeracional; geração privilegiada, papel social; memórias de aprendizagens intergeracionais na juventude e na velhice; funções das relações sociais intergeracionais; papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos; implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice, que contribuíram para a coesão social ou mudança social da comunidade onde estavam inseridas; tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais que estão inseridas, natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice; papel social na comunidade.

De igual forma, no início do focus group foi informado o tema e a finalidade do estudo explicando que por questões técnicas procederíamos à filmagem e gravação áudio do mesmo.

Ao longo da entrevista focus group foi utilizada uma linguagem simples, houve necessidade de lembrar as questões solicitando a intervenção de algumas. Isto para evitar que apenas aquelas com características de líderes respondessem às questões.

## **Capítulo 2: Caracterização do Território Multigeracional de Lisboa Oriental**

### **2.1. Caracterização Geográfica**

O espaço geográfico, do território em estudo, abriu portas em 1980 e constituiu núcleos residenciais de habitação social. Anos mais tarde surgem as cooperativas. O território foi projectado em linhas arquitectónicas comunitárias que deram lugar a espaços comuns. Porém, nos edifícios geridos pelo IRHU a degradação física dos edifícios é evidente.

A rede escolar existe desde 1983, lecciona o 1º e 2º ciclo, e procura trabalhar em parceria com as associações e instituições locais com vista a melhoria da qualidade de vida da comunidade. A rede desportiva é assegurada pelas instalações do Polidesportivo gerido pela Junta de Freguesia, aberto à comunidade e à freguesia. A rede de saúde é assegurada por um serviço de proximidade efectuado pelas duas farmácias locais e pela unidade de saúde familiar. A actividade económica baseia-se no pequeno comércio: cafés, restaurantes, mercearias, supermercados, padarias, talhos, vendedores ambulantes de peixe, cabeleireiros, mecânicos, actividades ilícitas.

### **2.2. O Centro de Desenvolvimento Comunitário**

Em 1982, surge o Centro de Desenvolvimento Comunitário com o objectivo de iniciar um processo de desenvolvimento local e comunitário contribuindo para uma consciência colectiva das necessidades do bairro e para a capacidade organizativa e relacional entre os moradores. Durante as décadas de 80 e 90, a intervenção tinha como palco a rua e uma sala para actividades sociocomunitárias com reformados, mulheres desempregadas e jovens. Em parceria com a Escola do primeiro ciclo também deu resposta ao ATL.

Em 1998 o Centro de Desenvolvimento Comunitário apoiou um grupo de moradores a constituírem-se como Associação preocupado em participar no desenvolvimento social e

urbanístico do Bairro. Em 2004, esta constituiu-se como uma IPSS, criando a resposta social de Creche e Jardim-de-Infância, num espaço cedido pela Camara Municipal de Lisboa (CML). Esta resposta social adopta métodos de intervenção pedagógica participativos com toda a população que trabalha.

Em 2011, apoia um grupo com idades compreendidas entre os 18 e 72 anos a constituir-se como Associação Intergeracional que baseado no princípio da solidariedade entre gerações desenvolve actividades de animação sociocomunitária, desportiva e lúdica para todas as idades. As actividades decorrem em espaços abertos a todas as idades cedidos pelo Centro de Desenvolvimento Comunitário.

Desde 2003, as áreas de intervenção do Centro de Desenvolvimento Comunitário são o Espaço Jovem, o Espaço de desenvolvimento e inclusão digital, a Dinamização de Parcerias e Apoio à Organização da Comunidade, a Inserção Profissional e o Espaço GerAcções e decorrem numa instalações cedidas pela CML. O Centro é espaço de ativação de capacidades individuais, de solidariedades e de promoção de formas de organização facilitadoras de participação ativa. Na sua intervenção, tenta desenvolver o potencial que existe em cada um, fomentar a autoafirmação, a autonomia, a autodeterminação, a capacidade e liberdade para assumir responsabilidades, para expressar interesses e desejos, para tomar decisões e influenciar políticas. Esta intervenção visa todas as dimensões do ser humano: social, física, mental, espiritual, cultural, económica e política. Os profissionais partilham o poder incluindo os participantes no processo de tomada de decisão.

## **2.2.1 O Espaço GerAcções**

### **2.2.1.1 Breve caracterização**

O Espaço GerAcções, onde estão integradas estas mulheres tem um número de 236 inscritos (COP, 2011), dos quais 61% do género feminino e 39% do género masculino; 26% analfabetos e 55% 1º ciclo. 91% da população inscrita é de nacionalidade portuguesa destacando-se o distrito de Viseu com 25% de naturais, Lisboa com 13%, Vila Real com 11% e Braga com 5%. As profissões de dona de casa (19%) e pessoal de serviço auxiliar (28%) evidenciam-se. Curiosamente, apenas 19% dos inscritos vivem sós e dos 81% que

vivem acompanhados, 35% em casal e 17% em casal com filhos. O Espaço Geracções é uma resposta de Centro de Dia atípica em que os participantes não têm uma participação fixa, apenas pagam pelo serviço de Restaurante Social e Lanche Social. Os cuidados básicos de higiene pessoal são gratuitos e as actividades de animação sociocultural e educativas que são desburocratizadas e de livre participação. É um espaço de convivência intergeracional por natureza, tem 24% de pessoas com menos de 65 anos, 39% entre 65 e 74 anos, 32% entre 75 e 84 anos e 5% de pessoas com 85 e mais anos.

Neste sentido, a gestão das actividades é feita de uma forma participada, através do Grupo de Gestão, que se reúne semanalmente com a equipa, através de Assembleias-gerais onde se debatem e votam actividades de interesse comum, através de reuniões de programação e avaliação com os vários grupos de interesse.

A experiência adquirida ao longo dos anos e o perfil dos elementos fazem com que os grupos apresentem uma grande capacidade de organização e elevado sentido de responsabilidade.

O nível de participação no Espaço GerAcções é elevado devido à metodologia de trabalho participativo que permite uma gestão participada e ao nível de competências adquiridas e experiência acumulada de participação sendo 99 utentes os que frequentam o Centro há mais de 10 anos.

### **2.3. As Práticas Intergeracionais do Território Multigeracional de Lisboa**

#### **Oriental**

As práticas intergeracionais do território multigeracional de Lisboa Oriental desenvolvem-se através de projectos formais e informais promovidos em parceria com as instituições e associações locais. Os profissionais e a comunidade acreditam no diálogo intergeracional como promotor do desenvolvimento social e comunitário. Há 30 anos que se desenvolvem laços de solidariedade intergeracional que permitem a equidade entre todas as gerações.

O projeto intergeracionais *100 Ideias Sem Idade* desenvolve-se bissemanalmente, na sala de aulas das turmas do 3º ano, na Escola E1. Através de material de desperdício e trocas de

saberes as crianças tem a oportunidade de trabalhar em conjunto com seniores do Espaço GerAcções comemorando dias festivos bem como dinamizando workshops do seu interesse.

O projecto intergeracional *Um Tempo Sem Idade* desenvolve-se no Jardim de Infância da Associação de Moradores, tem periodicidade bimensal e envolve os seniores do Espaço GerAcções na programação, execução e avaliação nas reuniões de técnicos, monitores e auxiliares. As crianças do Jardim de Infância juntamente com os seniores constroem fatos de carnaval, promovem desfile de carnaval, comemoram, o magusto, o natal e a páscoa, praticam ginástica, dança e expressão em movimento, experienciam momentos na sala de informática, plásticas e teatro. Os seniores são considerados mediadores do conhecimento não podendo deixar de existir o contador de histórias como a figura mítica e tão desejada pelas crianças. As actividades ocorrem em ambas as instalações.

Os próprios Espaços de intervenção do Centro de Desenvolvimento Comunitário são per si compostos de várias gerações e intervém sempre numa linha de participação livre e democrata. O Espaço Jovem acolhe jovens dos 10 aos 25 anos e o Espaço GerAcções adultos dos 26 aos 90 e mais anos. O Projeto Mix G que visa promover encontros entre estes e adultos dinamizando passeios intergeracionais, culinária intergeracional, Karaok intergeracional, Cuidados de Beleza, entre outros que surgem da vontade de cada grupo.

O Centro de Desenvolvimento Comunitário através do *Projeto 2 Ts*, O Banco do Tempo e a Hora da Troca destinado a todas as idades, promove redes de solidariedade na comunidade.

O Restaurante Social, resposta social do Espaço GerAcções, decorre nas instalações da Associação de Moradores e as crianças do jardim-de-infância almoçam em simultâneo com os seniores.

A Cafeteria In, da Associação Intergeracional, que tem sede nas instalações do Centro de Desenvolvimento Comunitário é um espaço privilegiado para o diálogo intergeracional, para activação de potencialidades e capacitação individual e colectiva, uma vez que está aberta a todas as idades.

Os Eco Estilistas também têm um papel preponderante no diálogo intergeracional uma vez que recorre a costureiras desempregadas e reformadas para a construção dos fatos e a crianças e jovens para manequins.

## **Parte II: Resultados Empíricos**

### **Capítulo 3: Apresentação dos resultados: Análise de conteúdo**

#### **3.1 – Dados Biográficos das Histórias de Vida**

##### **Entrevista nº1**

Hibisco tem 71 anos, é casada, natural de Lisboa, tem o 6º ano antigo, foi empregada de escritório. Atualmente vive com o marido que foi empregado de seguros e tem o curso comercial. Tem uma filha com 44 anos licenciada e professora de história no ensino secundário. Tem uma neta de 11 anos e um neto de 9 anos. Os pais eram trabalhadores por conta própria, tinham uma sapataria e um lugar de frutas e hortaliças. O pai tinha o 2º ano da escola industrial, era sapateiro e tinha empregados na sapataria. A mãe tinha a 3ª classe e tomava conta da frutaria. Conviveu com uma avó paterna que era analfabeta e que também trabalhou por conta própria, tinha um quiosque de frutas e hortaliças. Casou aos 22 e teve a única filha aos 27 anos. Viveu 22 anos na Freguesia do Beato, 30 anos em Moscavide e vive no Bairro há 18 anos.

##### **Entrevista nº2**

Iris tem 66 anos, tem o 6º das novas oportunidades, é natural de Vila Real Trás-os-Montes, foi empregada doméstica e depois 2ª escriturária num atelier de arquitectura. Atualmente vive com o marido que foi Policia de Segurança Pública e tem o curso comercial industrial. Tem quatro filhos, um com 44 anos que trabalha na restauração, outro com 41 que é 1º oficial de mecânica na França, outro de 39 que é Policia e única menina tem 33 anos, é gestora de negócios da Santogal. Tem nove netos, gémeos com 20 anos, 18, 13, 14, 4, 3, 2 e 7/8 meses. Os pais, tinham a 4ª classe, trabalhavam por conta própria, tinha muitos terrenos e juntamente com empregados trabalhavam na agricultura. Conviveu com os avós paternos, desconhece a escolaridade, mas o avô era polícia e a avó doméstica. Casou com 20 anos e foi mãe pela primeira vez aos 22 anos. Viveu até aos 21 anos em Vila Real, veio para Lisboa aos 23 e aos 24 anos foi com o marido e os filhos para Angola e aos 30 anos veio viver para Lisboa. Reside no Bairro há 32 anos.

##### **Entrevista nº3**

Flor, tem 67 anos, a 3ª classe, é natural de Vila Real, foi empregada numa confeitaria. Atualmente vive sozinha, o marido faleceu mas tinha a 4ª classe de adulto e era marceneiro. Tem duas filhas, uma de 40 anos com o 6º ano e a outra de 37 anos com o 9º ano. Tem dois netos, a mais velha anda no 7º ano e o mais novo anda no 3º ano. Os pais e os avós eram analfabetos e trabalhavam na agricultura. Casou aos 27 anos e foi mãe pela primeira vez aos 27 anos. Viveu até aos 19 anos em Vila real e depois veio para Lisboa. Aos 27 anos foi para Mirandela e aos 28 anos foi viver para a França e aos 29 voltou para Mirandela e Macedo de Cavaleiros. No dia 27 de Abril, a seguir à Revolução, veio para Lisboa. Vive no Bairro há 31 anos.

#### **Entrevista nº4**

Papoila, tem 65 anos, 4ª classe, é natural de Lisboa e foi empregada de cantina. Atualmente vive com o marido que foi chefe da secção terminal de contentores do Porto Lisboa e têm 8º ano antigo. Tem dois filhos, um com 36 anos com frequência universitária não concluída e motorista da carris, outro com 34 anos com o 7º ano e estafeta. Tem quatro netos, com 2, 7, 12 e 13 anos. O que tem 7, anda na 4ª classe, o de 12 anda no 7º e a que tem 13 anos, anda no 8º. A mãe tinha a 3ª classe e trabalhava na fábrica de borracha e o pai tinha a 2ª classe e trabalhava na tabaqueira. Não conheceu os avós. Casou com 23 anos e teve o primeiro filho aos 29 anos. Nasceu e viveu sempre no Poço Bispo em Lisboa até vir para o Bairro em 1980.

#### **Entrevista nº5**

Cravo, tem 70 anos, sabe ler e escrever, mas nunca andou na escola, aprendeu com os filhos e com os netos. É natural de Barcelos e foi empregada de limpeza. Atualmente vive com o marido, com dois filhos, com uma filha e quatro netos. O marido tem a 4ª classe e foi trabalhador da construção civil, estucador. Tem cinco filhos mas não se lembra da idade deles, sabe que uns andaram, até à 4ª classe, outro até ao 7º outro até o 9º ano. Tem nove netos nunca perderam anos escolares, um a tirar um curso de restauração e outro com frequência universitária. Apenas referenciou a idade de seis netos, 12, 14, 15, 17, 18 e 23 anos. Só conheceu a mãe que era analfabeta e vendia peixe e andava às vindimas. Não conheceu o pai nem os avós. Viveu até aos 6 anos com a mãe em Barcelos, depois foi viver com os patrões noutra terra até aos 9 anos e veio para Lisboa para Casa de Sta Zita, servir. Casou aos 23 anos, foi viver para a Quinta do Narigão em Alvalade e aos 24 anos foi mãe pela primeira vez. Vive no Bairro há 30 anos.

#### **Entrevista nº6**

Rosa, tem 79 anos, só sabe assinar o nome, é natural de Povia do Lanhoso, foi criada e empregada doméstica. Atualmente vive com uma filha, um genro e o Diogo. O marido faleceu, era analfabeto e foi encarregado da construção civil. Tem duas filhas, uma com a 4ª classe e outra com o 6º ano. Uma trabalha como administrativa num consultório médico, outra é auxiliar num colégio infantil. Tem duas netas, uma na preparatória e outra na creche. A mãe era analfabeta e era padeira. Era filha de pai incógnito, apesar do conhecer e falar e conviver com ele nas feiras. Ele sabia ler e escrever. Casou aos 32 anos e teve a primeira filha aos 34 anos. Viveu até aos 7 anos, com a mãe, em Frades e depois foi servir para casa dos patrões até casar. Viveu na Quinta do Narigão – Alvalade e em 1980 veio residir para o Bairro.

### **Entrevista nº7**

Crisântemo, tem 69 anos, a 4ª classe com admissão aprovada no liceu, é natural de Lisboa, foi empregada fabril e doméstica. Atualmente vive com o marido que foi técnico de telecomunicações e tem o 5º ano industrial. Tem duas filhas, uma com 37 anos licenciada em relações públicas e trabalha no Centro Europeu de Línguas a outra tem 40 anos e é licenciada em gestão de recursos humanos e direito. Tem dois netos da filha mais velha, o mais novo tem 9 anos, ainda no 4º ano e o mais velho tem 13 anos e anda no 8º. Os pais eram trabalhadores por conta própria, tinham uma sapataria e um lugar de frutas e hortaliças. O pai tinha o 2º ano da escola industrial, era sapateiro e tinha empregados na sapataria. A mãe tinha a 3ª classe e tomava conta da frutaria. Conviveu com uma avó paterna que era analfabeta e que também trabalhou por conta própria, tinha um quiosque de frutas e hortaliças. Casou-se aos 26 anos e teve a primeira filha aos 28 e a segunda aos 32 anos. Viveu 26 anos no Beato, depois viveu em Camarate, Sacavém e há 16 anos que vive no Bairro.

### **Entrevista nº8**

Orquídea, tem 85 anos, a 4ª classe, é natural de Portimão, foi doméstica. Atualmente vive sozinha, mas o marido tinha a 4ª classe com admissão no liceu e era maquinista de guindaste do Porto Lisboa. Teve dois filhos, a filha que já faleceu era licenciada em economia e o filho tem o 3º da universidade da área de finanças. Tem quatro netos, uma é licenciada em jornalismo, outro é licenciado em Marketing. Os outros dois têm o 3º ano da universidade, um em engenharia e outra em gestão. Tem uma bisneta. A mãe tinha a 3ª classe era cozinheira e costureira. Nunca viveu com o pai, que era cabo do mar, apesar de o conhecer. Viveu com a avó materna que era analfabeta e doméstica. Viveu em Faro até aos 21 anos. Veio para casa das tias paternas em Lisboa tinha 20 anos. Casou aos 21 anos e voltou para Faro. Foi mãe pela primeira vez aos 21 anos. Vive há 30 anos no Bairro.

## **3.2 – O processo de envelhecimento social, de cada mulher, ao longo da vida**

“(…) envelhecer é ver o tempo a passar.

O corpo envelhece mas o espírito não envelhece.

Vai envelhecendo consoante nós queremos.

Se formos uma pessoa muito ativa, o espírito

não envelhece, mas se não formos,

deixamo-nos descair.”

(Iris, 66anos)

A forma como envelhecemos está ligada a fatores internos individuais, biológicos, genéticos, psicológicos, comportamentais, ambientais e sociais.

O conceito de envelhecimento na dimensão social traduz-se num processo de envelhecimento secundário (Palácios, 2004) que ocorre desde a nascença até à morte e deriva da relação e interação social da pessoa com o meio (Bronfenbrenner, 1977-2005) e das expectativas e papéis sociais associados a cada idade (Birren e Renner, citado Palacios, 2004).

O envelhecimento secundário é o processo de deterioração que aumenta com a idade, mas que está relacionado com os factores contornáveis, preventivos, evitáveis, tais como, hábitos alimentares, actividades físicas, hábitos de vida e influências ambientais.

### 3.2.1 – Ocupação do tempo livre

As mulheres entrevistadas procuram interagir com o meio onde estão inseridas através do participação ativa em actividades da vida diária e de ocupação dos tempos livres. Hibisco diz-nos que as actividades da vida diária correspondem à vida normal e inclui o conversar com os outros, como uma actividade importante:

“(...) faço a minha vida normal em casa, aspiro, limpo com a ajuda do meu marido, posso dizer que é uma verdade. Passo a ferro, faço a comida, aspiro o chão, limpo tudo(...) Às vezes venho aqui dar um dedinho de conversa, venho aqui ao Tai ji, venho ao yoga, venho ao teatro, ao canto (...) e à dança(...) Vou à escola, à ATM a cantar com os miúdos e a dançar(...)”. (Hibisco, 71anos)

Para Rosa, as actividades diárias estão para além do lazer e cuidar da casa, acrescenta o aspeto dos cuidados de higiene e saúde:

“De manhã ponho-me a pé, lavo-me e vou tomar o pequeno-almoço e vou dar a insulina. Depois faço o comer para o meu genro e arrumo a casa (...) ando na dança(...)no teatro(...) nos cânticos(...) E ainda vou à escola, às (...), à creche a fazer ginástica com os miúdos (...) Também vou às visitas (...) aos hospitais e a casa das pessoas.” (Rosa, 79anos)

Cravo aponta as actividades que desempenha em casa como monótonas realçando que as actividades que desenvolve com os grupos de pares é que lhe dão alegria:

“Em casa é estender a roupa, apanhar a roupa, passar a roupa e limpar a casa e fazer comida e lavar a loiça(...) Aqui é que me divirto um bocadinho, tanto jogo às cartas, como vou dançar, como vou fazer teatro” .(Cravo, 70anos)

O conceito de envelhecimento produtivo está cada vez mais associado a um novo estilo de vida das sociedades contemporâneas. As pessoas com mais de 65 anos manifestam vontade de ser contribuintes invés de dependentes da sociedade em que estão inseridos.

Algumas destacam as atividades físicas e de voluntariado como importantes para o desenvolvimento social:

“Durante o dia, 2<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 6<sup>a</sup> tenho hidroginástica, às 8h da manhã, e tenho ginástica manutenção, às 19h30. E durante o dia estou a trabalhar na cafetaria, voluntariado.”(Iris, 66anos)

Crisântemo engloba as atividades intergeracionais nas atividades que colaboram no processo de envelhecimento social saudável:

“Faço depois em tempos livres(...)faço yoga(...) tai chi(...) teatro (...)de preparação, (...)dança preparação(...) aula de canto (...) na altura do Natal, ir cantar, agora estamos a ensinar a dança que estamos a fazer, aos meninos.”

(Crisântemo, 69 anos)

Apenas duas mulheres responderam que as atividades que fazem ao longo dos dias se conferem apenas ao exercício de voluntariado:

“Olhe, venho para aqui, ajudo a tia Iris. (...) No bar (...) É a nossa Associação”  
(Flor, 67 anos)

“ (...) lavo a loiça, os copos e as chávenas.(...) No Centro. (...) No Bar (...) O Bar é uma Associação. (...) É tudo voluntário. (...) É intergeracional porque há pessoas muito mais novas do que eu (...) ” (Orquídea, 85 anos)

Papoila, sendo a mais jovem das entrevistadas identificou as redes sociais facebook como uma ocupação do tempo nesta nova etapa da vida:

“Empregada de balcão! (Gargalhada) (...) ando no facebook(...)”.  
(Papoila,65anos)

### **3.2.2. – As Relações Sociais no processo de envelhecimento**

Fonseca (2005) explica que envelhecer com êxito implica ter capacidade de dirigir a orquestra maximizadora dos ganhos ao longo da vida. Estas mulheres conseguiram orquestrar essa balança e não revelam ter uma progressiva diminuição dos contactos sociais, uma vez que sempre alimentaram as amizades do passado e conseguiram sempre estabelecer novas amizades, ao longo da vida.

Hibisco, na entrevista focus group referiu que mantém a amizade com os colegas de trabalho, através de visitas domiciliárias e contactos telefónicos. Aponta que alguns dos amigos já faleceram e que o relacionamento não é igual como antigamente.

“(…) eu trabalhei 30 anos, ainda hoje me dou com muita gente (…), isto é falo ao telefone, telefonam para mim.(…) É evidente que há outros que eu não falo tanto e alguns já morreram eram mais velhos (…) não é como era antigamente, eu já não trabalho, (…) já alguns 20 anos. Portanto, isso foi-se degradando (…)

(Hibisco, 71anos)

No entanto, Hibisco, na entrevista da história de vida, refere ter ainda hoje uma amiga inseparável desde a infância. Atualmente, o Centro tem pessoas de quem gosta muito e manifesta que é esse motivo pelo qual deseja participar em passeios, só para conviver com elas.

“Na minha vida, tenho uma amiga inseparável, andou comigo na escola, trabalhou comigo e ainda hoje somos amigas. E depois tenho mais pessoas que contacto (….)De contactar todos os dias não, (….) muito com amigos , mas tenho muitos(…) E há aqui pessoas que eu gosto mesmo muito. Portanto, agora vou ao passeio para contactar com eles, eu gosto de conviver com as pessoas daqui (…).”

(Hibisco, 71anos)

Crisântemo, refere em contexto de grupo, que só trabalhou 15 anos, manteve um distanciamento com os colegas de trabalho, embora diga que ainda entra em contacto com algumas. Destaca que as verdadeiras amizades são aquelas onde nasceu.

“ A minha experiência de trabalho foi pouca, só trabalhei 15 anos, enquanto solteira depois só trabalhei 8, mas ainda tenho algumas amigas em que contacto com elas e a gente fala. (…).As amizades (….) eram como família, era no local onde nasci e fui criada (…).” (Crisântemo, 69anos)

Contudo, em contexto individual menciona que o marido, a irmã e os colegas das atividades são as pessoas que actualmente estabelece contactos.

“O meu marido está sempre a tempo inteiro, em conjunto um com o outro. Com a minha irmã que mora ao meu lado, também estamos sempre muito em contacto e depois aqui no centro quando venho às actividades com os colegas e também com vocês não é?!”. (Crisântemo, 69anos)

As relações sociais na velhice ocupam um lugar importante no processo de desenvolvimento, tal como refere Crisântemo:

“ (...) Agora evidentemente desde que frequento aqui o Centro é outro género de amizades de que vivências, já doutra idade, doutra disposição de vida e diferente que também não quer dizer que sejam tão íntimas como as que eu. Mas são as pessoas muito importantes, talvez mais importantes de que toda a vizinhança que eu conheci ao longo da minha vida, que me casei e que fiquei a morar porque agora aqui estas pessoas dizem-me mais que as pessoas do meu prédio (...)

(Crisântemo, 69anos)

Rosa também vê as relações sociais como uteis em momentos menos bons da vida, como sugere ao dizer:

“ Se eu tiver aqui alguma aflição é aqui que venho.” (Rosa, 79anos)

A qualidade das relações sociais e o gosto por reencontrar amizades também foi destacado por Flor quando nos diz que:

“ Eu também sempre me dei bem com as pessoas. Ainda agora, telefonou-me ontem, eram 11h da noite, (...) era da minha aldeia, da minha criação, andámos nos trabalhos juntas (...) encontrei-a lá em baixo, trocamos telefones, já há muitos anos que a gente não se via (...) Então ela ontem à noite, eram 11h eu já estava na cama, toca-me o telefone lá fui eu, era ela (sorriu)! Nós tivemos para ali meia hora a falar. Colegas de trabalho, ainda tenho muitas que me ligam (...)

(Flor, 67 anos)

O autor Vandembos (citado em Fonseca, 2005)) menciona que o indivíduo na velhice permanece na procura da identidade e no sentido de utilidade, o que leva a pensar que as influências exercidas pelas estruturas sociais são determinantes para o desenvolvimento (Fonseca, 2005).

A grande maioria das entrevistadas refere que foram, e são, as intuições, os locais privilegiados para estabelecer as amizades:

“Eu saí muito cedo da minha terra, eu tinha poucas amigas, mas fui criada em Sta. Zita e lá arranjei muitas amigas, tinha lá muitas amigas. Mas a maior parte das amigas arranjei-as aqui, umas que já trazia quando vim para cá aqui no Centro. E outras, já arranjei aqui, talvez as minhas melhores amigas estão aqui no Centro.”

(Cravo, 70 anos)

“No Grupo In, no voluntariado (...) nestes 10 anos para trás vivia sempre fechada numa casa. O meu trabalho, era em casa. Sozinha, sem poder conversar com ninguém. E eu gosto de diálogo! De maneira quando me reformei, comecei a fazer voluntariado, para mim foi um dia de alegria. Revivi outra vez!” (Iris, 66anos)

“Eu também não tive grandes amizades (...) E eu andei na igreja muito tempo, tinha para aí 15 anos/ 16 anos e tínhamos um grupinho de fazer teatro, cantar e ir para as aldeias para aquele sítios mais desviados da cidade (...) Tínhamos um grupinho que eram filhos do Dr Calado e companhia e havia a prima do padre, havia as meninas que trabalhavam na igreja e andávamos de noite e tudo. E iam-me levar a casa umas das outras. Fui assim muito (...)” (Orquídea, 85anos)

### **3.2.3. – Possível Distanciamento Social**

Na entrevista de histórias de vida percebemos que estas mulheres não têm distanciamento social, e apenas uma referiu ter mais amigos no passado, apesar de ter alguém para conversar e desabafar, nesta fase da velhice. Curiosamente na entrevista focus group surgem três mulheres a referirem ter mais amigos no passado.

Iris na entrevista individual referiu:

“Tenho mais amigos agora. (...) Porque tenho tempo para eles. Porque antigamente não tinha. Porque antigamente estava a ir para o trabalho, trabalho para casa, e não tinha tempo para fazer amizades.” (Iris, 66anos)

No entanto, no focus group justifica que:

“ (...)aqui tenho muitos amigos agora, inclusivamente destes que estão aqui no centro. Gosto muito das pessoas! É evidente que gosto mais de umas do que outras, aprecio mais ou qualquer coisa não sei. Mas que no passado eu tive muitos amigos. Tive muitos amigos da escola, de infância, de trabalho, fiz muito amigos, não tenho agora mais que tinha naquela altura, não posso considerar isso.”

(Iris, 66anos)

A Hibisco é a única que, em entrevista individual, refere que no passado tinha mais amigos por ter outra vida:

“No passado tinha muitos amigos. Sim, mais ainda. Não sei, porque tinha outra vida. Eu sempre tive amigos! Já a minha irmã dizia que eu queria era amiguinhos, amigos entre aspas, miúdos, gostava muito de brincar. Sempre gostei muito de ter

amigos para jogar à malha, para brincar”(Hibisco, 71anos)

O fato de ter mais amigos hoje que no passado prende-se com a questão da disponibilidade para a manutenção dessas relações:

“Eu nunca fui pessoa que tivesse muitos contactos, como eu gosto de estar isolada, eu sou um bocadinho isolada sou! (...) Calhando posso desabafar com aquele, depende (...) mas em todo o caso, não tenho assim ninguém para desabafar, sou muito para dentro, sou muito fechada. (...) Sempre fui assim muito fechada. (...) Gosto, mas no tempo do meu marido, não convivia muito. (...) Quando os meus filhos começaram a crescer, eles começaram a ir para a escola e ia dar uma voltinha até ao jardim da Estrela. Ou aqui ou ali, aí é que eu comecei a desenvolver mais. Íamos para o cinema, a mostrar a caderneta, porque nessa altura só iam aos 6 anos. Foi nesta vida que comecei (...)”(Orquídea, 85anos)

“No passado andava a servir, estava a lidar com os patrões. Agora estou aqui e lido com mais pessoas.” (Rosa, 79anos)

“Na questão de convívio e de participar em certas coisas e isso tudo, estou melhor porque eu só via a casa, a educação das minhas filhas. O meu marido estava fora e eu queria ter quando ele viesse tudo em ordem, para eu estar livre e desimpedida, para eu estar com ele e para estar sempre, e desleixei-me mais em participar com outras pessoas e conviver com outras pessoas.” (Crisântemo, 69anos))

Mais uma vez em contexto de grupo os relatos diferem e complementam-se:

“”(...)tenho amigos de há 40 anos, 40 e tal, já conheci depois de casada e que continuam a ser fiéis e mesmo amigos do peito. Mas hoje tenho mais porque tenho os amigos das minhas filhas, os amigos dos meus genros, os amigos dos meus netos, exactamente que me chamam avó...os meninos, eu vou, vai à bola com os meus netos sou avó...Por isso, eu hoje tenho pessoas, claro que amizades de infância, que a gente foi criada porta a porta isso assim. Isso são coisas únicas! Mas estas pessoas, os pais dos colegas dos meus netos, que me tratam tão bem e tudo isso, também considero meus amigos, porque me falam e respeitam.”

(Crisântemos, 69anos)

Os contactos sociais conferem um sentido de pertença. Porém, o marido, a irmã e as filhas são eleitos de confiança para desabafar:

“Em primeiro lugar o meu marido, já sabe, a seguir a minha irmã (...) Tenho aqui do grupo. A D. Hermínia por exemplo, a D. Olívia, aquelas pessoas que mais...Gosto!” (Hibis, 71 anos)

“ (...) As minhas filhas, não é? Em primeiro lugar (...) Porque elas é que são as minhas filhas (sorriu) que me podem ouvir melhor!” (Flor, 67anos)

Apenas a Papoila de 65 anos e a Cravo de 70 anos elegeram um elemento do grupo de pertença remetendo a nora e a filha para segunda hipótese de partilha de segredos.

#### **3.2.4. – Relação com a Família**

A relação destas mulheres com a família foi autopercepcionada como muito boa e bastante unida. Contudo, Orquídea de 85 anos refere que gostam muito dela e que a relação é boa e estabelece-se mais através de contactos telefónicos:

“(...) Todos gostam muito de mim. (...) mas cada qual no seu feitio, cada um está na sua casa(..)não estão a telefonar a toda a hora, a todo o instante, porque preciso disto ou preciso daquilo. Só em último caso. (...) Entram, telefonam-me sempre.” (Orquídea, 85anos)

#### **3.2.5. – Possível esvaziamento dos papéis sociais**

O progressivo esvaziamento dos papeis sociais é revelado a partir do momento que estas mulheres viveram em contextos familiares compostos por mais de três elementos, terminando agora na velhice, duas a viverem sós, uma a viver em casal e com descendentes e as restantes apenas em casal.

“Vive sempre com a minha mãe e o meu pai até aos 26 anos, até a data que fui casar. E com os meus irmãos. (...) Sempre foi uma família muito feliz! (...) Casei aos 26 anos, namorei o meu marido com 21 e depois casei-me aos 26. (...) A minha primeira filha aos 28 e a outra aos 32(...)Vivi com o meu marido dois anos sem ter filhos, sozinha com ele(...) Depois tive as minhas filhas, começamos a viver os 4 até altura delas se casarem (...) Quando a minha filha nasceu, a mais velha, a que tem 40 anos, o meu marido, estava em Espanha a tirar um curso e a partir daí foi sempre(...)ele vinha sempre que pudesse(...)” (Crisântemo, 69anos)

Osório (2007) destaca que a reforma é apenas um novo ciclo da vida, onde novos papéis sociais surgem e que não se podem ignorar. É aprender a ser velho na/com a família, a ser velho na/com sociedade ganhando promoção social enquanto participante.

Algumas enfrentaram a reforma com algum choque, choro, desgosto, sensação de inutilidade e de mau estar.

“Fiquei um bocadinho chocada porque eu trabalhei 30 anos e tenho uma reforma de miséria (...)” (Hibisco, 71 anos)

“Chorei (...) Porque eu reformei-me contra a minha vontade, (...) saí desgostosa (...) Chorei porque não sou um pássaro de gaiola e eu não queria estar metida em casa sem ser útil para ninguém, parecia uma inválida (...)” (Iris, 66 anos)

“Quando vim embora para casa senti um bocadinho mal, porque já sabia que vinha para casa e que pronto, deixava de ter actividades, de trabalhar.”

(Flor, 67 anos)

Outra, encontrou na instituição uma forma de ocupar o tempo livre que surge após desintegração no mercado de trabalho.

“ (...) quando cheguei à reforma?! Prontos! O meu marido faleceu e eu vim para aqui. E aqui estou! (...) Não sei, não senti nada acho eu.” (Rosa, 79 anos)

A reforma, para as mulheres que foram domésticas, foi vivenciada positivamente, uma vez que enfatizam a autonomia financeira que lhes dava uma sensação de poder nunca experienciada.

“Eu não tenho pensão nem reforma. Recebo a do meu marido. (...) Senti, porque eu peguei nas minhas perninhas e fui à caixa porque ouvia dizer que quando chegássemos a certa idade tínhamos possibilidades de nos darem um “x” mesmo pouco... E eu fui lá e elas responderam-me “*não pode porque o seu marido ganha o suficiente para alimentar vocês, a casa*” Então era a pensão dele. Era, era o ordenado dele que era escapatório e que dava para a casa. Foi isso que me responderam lá. De maneira a que nunca tive, nunca ganhei nada. “

(Orquídea, 85 anos)

“ (...) Quando fiz os 65 anos, meti os papéis porque como trabalhei 15 anos beneficiária e portanto procedi a minha reforma que são 280€, mas para mim foi uma grande alegria! Gostei imenso, não quer dizer que eu ficasse a viver melhor, ou que eu tivesse à espera daquele dinheiro, que nem sei que é feito dele, é em

conjunto (...)E de maneira que recebi de muito bom agrado, fiquei muito contente e satisfeita.” (Crisântemo, 69anos)

Por outro lado, a reforma por invalidez foi vista como a salvação económica para quem a saúde já não permitia produzir meios económicos de subsistência.

“Senti-me bem porque tinha os meus filhos pequeninos e a minha mãe tinha morrido e eu não tinha com quem deixar os miúdos.” (Papoila, 65)

“Antes queria poder trabalhar, mas ao mesmo tempo senti um alívio porque era aquele bocadinho que eu podia governar-me com aquele bocadinho. Porque se não tivesse reforma não podia trabalhar, era bem pior (...)” (Cravo, 70anos)

### **3.2.6. – Possível perda de decisão e autonomia**

Relativamente à possível perda de decisão e autonomia financeira, esta não se verificou na grande maioria das mulheres entrevistadas que mencionaram ter sempre poder de decisão até ao presente. Quatro mulheres referiram ter sido a dona da carteira, no que diz respeito à gestão doméstica, tal como confere Flor de 67 anos:

“ (...)Sempre tive! O meu marido nunca me colocou obstáculos. Sempre tive! Eu é que era a senhora da carteira (...)”(Iris, 66anos)

“ (...) se é preciso comprar as coisas eu vou à rua e compro e levo para casa!(...) Dantes também era eu que comprava tudo. Comprava para o mês. (...) Sim! Decido sozinha. Quero ir, digo eu vou! (...)” (Rosa, 79anos)

“ (...)sou autónoma de mexer, de comprar sem pedir ordem, sem nada. Evidentemente há sempre, porque fui habituada a, nunca comprei nada, falamos sempre em conjunto (...)” (Crisântemo, 69anos)

Surgem duas mulheres que nunca tiveram poder de decisão. Hibisco, de 71 anos, por características pessoais dependia e depende do marido. Orquídea, de 85 anos, enquanto o marido foi vivo dependia financeiramente dele, apesar de nunca ter sido necessário, ela e os filhos, trabalharem para contribuir para as despesas. Contudo realça:

“No tempo dele, ele é que decidia as coisas todas, ele é que comprava as coisas todas, ele é que organizava o ordenado, nunca me deu o ordenado para a minha mão e nunca utilizava todo. O que eu precisasse não me faltava nada, nem para os filhos. Os filhos nunca trabalharam sequer!” (Orquídea, 85anos)

Por outro lado, Cravo acrescenta uma nova conotação ao poder de decisão, não confiado apenas a aspectos financeiros:

“Eu. Quando quero ir para um lado, ninguém, nem admito que decidam por mim. (...) Sempre fui assim, nunca ninguém decide por mim. Mesmo quando era casada (...) dizia eu vou (...)Os padrões... era o meu irmão que foi um bocadito mauzinho para mim. E então agora não me deixo ir abaixo” (Cravo, 70anos)

### **3.2.7. – A idade Cronológica versus Idade Social das Mulheres**

Ferreira (1995) refere que a imagem social das pessoas mais velhas e o papel que lhes é atribuído na sociedade em que estão inseridos determina a forma como cada um envelhece e condiciona as suas atitudes. A abordagem sobre o género aponta as diferenças biológicas entre os homens e as mulheres e a identidade criada a partir da construção dos papéis sociais que cada um assume, ao longo da vida.

Ariès (1978) refere que as Idades da Vida não correspondem apenas a etapas biológicas mas a funções sociais, são construções e demarcações de tempo na história social. A idade cronológica é um demarcador social (Britto Motta, 1996 e Neri, 1991).

Bourdieu (1992) aborda a questão das vivências sociais como edificadoras de um estilo de vida e da percepção individual sobre o mundo. O envelhecimento e a velhice são percebidos de forma diferente entre as pessoas da mesma idade que vivem em contextos socioeconómicos semelhantes. O estudo sobre a autopercepção da idade de Westerhof (2003) apresenta resultados interessantes desde o facto de se sentirem com menos idade do que a idade cronológica e terem uma auto-estima elevada.

Os dados empíricos resultantes da entrevista focus group corroboram com este estudo, pois a idade cronológica não corresponde à idade social por terem precisamente auto-estima elevada e uma participação social ativa ao longo do processo de envelhecimento.

Estas mulheres em entrevista individual conotaram a idade social como a idade de espírito. As expressões como *sinto que tem um espírito de jovem* são constantes e intensificam a importância da idade social em detrimento da idade cronológica. Em média afirmam ter menos 34 anos que a idade cronológica. Não existe correlação entre o ser mais velha e sentir-se mais nova, pois Hibisco de 71 anos de idade cronológica sente que tem um espírito jovem de 30 anos e Cravo de 70 anos de idade cronológica sente que tem espírito de um jovem de

50anos. Existem outros fatores que influenciam esta autopercepção da idade. Porém, Cravo e Hibisco explicam as suas razões.

“Porque (...) procuro ter uma vida ativa. Tenho um marido que é muito bom para mim, trata-me muito bem, isso também é capaz de ser...dá-me muito apoio...Dado que quando fui operada foi excepcional. Possivelmente será por isso, sinto-me realizada e com menos idade.” (Hibisco, 71anos)

“ Porque o meu corpo pesa-me às vezes, mas o meu espirito anda muito leve e gosto da juventude e parece que me quero comparar a eles. Tenho os meus netos e às vezes quero fazer as mesmas coisas que eles fazem...os jovens! Apesar do corpo não, mas do espirito sim.” (Cravo, 70anos)

Orquídea (85anos) e Rosa (79anos) são as mulheres com mais idade cronológica, no entanto Orquídea sendo ainda a mais velha, sente que tem um espirito mais jovem que o de Rosa. Orquídea sente que tem 27 anos e Rosa 50 anos.

Papoila (65anos), Iris (66anos), Flor (67anos) e Crisântemo (69anos) sentem que ter respectivamente um espirito jovem de 50, 30,40, 26 anos.

Iris (66anos) refere que sente ter o espirito jovem por ter adoptado uma postura ativa ao longo da vida: “É porque trabalhei sempre muito! Tive sempre uma vida ativa! Tive sempre trabalho fora e dentro. Sempre fiz muito desporto, desde os 8 anos, principalmente natação. Andei muito a pé. Andávamos muito na altura. E não paro! E faço por nunca parar! E isto faz-nos estar ativos para a vida.”

Apenas Flor (67anos) acrescenta o fato do convívio com pessoas lhe fazer sentir menos 27 anos em relação à idade cronológica.

As pessoas que na velhice perpetuam interessadas pelo mundo, pelas relações e obrigações, e adoptam uma postura activa e empreendedora, são mais felizes, vivem mais anos, e enfrentam melhor a passagem do tempo.

### **3.2.8. – O envelhecimento ativo**

O conceito de envelhecimento ativo é um conjunto de atitudes (Almeida,2008) e comportamentos individuais e sociais adoptados ao longo do processo de envelhecimento, em todas as idades e fases da vida (Europa.Eu, 2012). Visa o desejo constante do bem-estar físico, espiritual, psicológico e social (Vallespir, Morey, 2007) através da adopção de comportamentos saudáveis, ao longo da vida. É o saber- fazer, em todas as idades, um estilo

de vida com qualidade, com autonomia, com independência, com consciência cívica, com actividade física e com sentido de produtividade (OMS, 2002), e com pro-atividade, independentemente das limitações ou constrangimentos que possam emergir durante o desenvolvimento humano (Teiga, 2012).

A palavra ativo confere ao envelhecimento a continua participação nas questões sociais, económicas, culturais, espirituais e civis aliada à capacidade de o individuo estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho (Vallespir, Morey, 2007).

Para tal, através da participação activa concorrem para os benefícios que advém da melhoria da qualidade de vida, da independência e do bem-estar individual e colectivo.

### **3.2.8.1 – Independência**

Os resultados revelam que duas mulheres ganharam a independência, após falecimento do marido.

“Quer dizer, hoje agente faz aquilo que quer e antigamente, não podíamos fazer. (...) Porque tínhamos quem mandasse em nós e agente não podia fazer (...) Então quando agente estava casada, eles é que decidiam, os maridos! (Rosa, 79anos)

“Quando ele faleceu senti-me mais independente, no sentido, mas senti-me mais oprimida porque o ordenado já era menos (...)” (Orquedia,85anos)

As alterações sociais da passagem do estatuto da mulher confiada à esfera doméstica explicam como Iris, de 66anos manifesta que:

“Fui sempre independente, sempre (...) fui sempre muito independente, porque ganhei sempre o meu ordenado, nunca precisei de pedir nada a ninguém (...)”

(Iris, 66anos)

De igual forma o papel que cada mulher desempenhou no seio da família contribui para a sua aquisição da independência. O fato do marido trabalhar fora permitiu que assumisse autonomia nas tomadas de decisão, tal como Crisântemo menciona:

“(...)talvez por estar muito tempo a viver sozinha com as minhas filhas, entre aspas, sempre tive que resolver vários assuntos e várias coisas e a nível de tudo. O meu marido não estava e eu nunca me liguei muito a ele, mas agora desde que ele está em casa há tarefas que ele é que resolve e faz como, dinheiros. E eu não ligo nenhuma a dinheiro, não mexo em dinheiro!” (Crisântemo,69anos)

No entanto, três mulheres alcançaram a independência ao longo da vida e revelam a marca do regime autoritário que Portugal vivenciou durante anos, quando expressam:

“Independente? Quando estava em casa dos meus pais não era! Tinha que andar ali sempre ao mando deles. E depois (..) Quando me casei(...) a partir daí, ele não(...) agora vou para onde quero, ninguém me diz nada(...)”(Flor, 67anos)

“Mais independente hoje (...) pela situação (...) Talvez pela liberdade (...) que deram às pessoas serem livres, mais liberais (...) Antigamente era mais, a gente ocultava-se mais e agora... Agora agente está mais liberta!” (Papoula, 65 anos)

“Em parte sou mais independente hoje. Porque hoje não tenho nada a prender-me praticamente sou só eu!” (Cravo, 70anos)

As oito mulheres entrevistadas referiram sentir-se livres nesta fase da velhice e Orquídea de 85 anos realça que ficou livre a partir do momento que ficou viúva.

“Há 10 anos atrás quando ele morreu, fiquei livre.” (Orquídea, 85anos)

Dentro dessa liberdade, apenas duas referiram ter algo que influencie as suas escolhas, nomeadamente Hibisco que diz ser influenciável desde a infância e Cravo que se sente limitada perante a doença do marido.

“ (...) Não me influenciam eu é que sou um bocadinho influenciável e quando era miúda também. Quando ia para a escola, quando era mais pequenita, (...) eu tinha uma amiga que se ela não fosse para a escola eu também já não queria ir.” (Hibisco, 71anos)

“Dependente, porque tenho o meu marido para tratar não é!? É doente, porque se ele tivesse com saúde, deixava-o e andava por aí a fazer o que me apetecesse, mas como ele não tem saúde, em primeiro lugar está ele não é?!” (Cravo, 70anos)

### **3.2.8.2 – Autonomia**

Os dados referem que a perda de autonomia está relacionada com o processo de envelhecimento biológico. Num determinado momento da vida, quase todas as mulheres sentiram-se ameaçadas pela deterioração física. Ao nível das doenças, surgem problemas de depressão, de câncer, de diabetes, reumáticos, urinários, coronários, asmáticos.

Os problemas orgânicos é que provocam transformações no ser humano, o envelhecimento, per si, não revela mudanças drásticas, o que surge é uma acentuação ou atenuação dos traços. (Palácios, 2004)

Metade das entrevistadas mencionou já ter vivenciado um momento que as fizesse ver que estavam a envelhecer. É sobretudo a idade biológica que se manifesta e o medo da velhice associada à dependência.

“Já pensei sim, já pensei. Embora as pessoas digam que não pareço ter a idade que tenho, mas tenho-a cá. E noto umas certas diferenças, já não faço aquilo que fazia, não sou capaz já(...)Para aí com 60 anos e picos, até aí não ligava nenhuma(...)”

(Hibisco, 71anos)

“A gente pensa logo isso a partir de uma certa idade não é!? Agente pensa...e tenho medo da velhice sabe?!(...) Só tenho medo de um dia ficar mais coisa e agente não poder fazer as coisas, a nossa vida, as nossas...Pronto, lavar-nos, as nossas limpezas, não é?! “ (Flor, 67anos)

“ (...) Principalmente quando fiquei doente. Há 3 anos para cá. Da mama (...) E mesmo assim o meu problema levei-o com grande descontração e para a frente é que tem de se andar. (Papoila, 65anos) “

A outra metade refere não ter pensado que estava a envelhecer e revela ter uma auto-estima elevada nesta fase da velhice.

“Ainda hoje gosto-me de ver (...) Nunca. Ainda hoje a minha filha me deu um elogio. Digo-lhe eu assim: *Ai filha estou velha!* e ela diz: *”Oh mãe eu tenho uma amiga que tem uma mãe com 60 anos, tomara ela estar como tu!”* (...)

(Iris, 66anos)

“Eu não pelo contrário, eu acho que me cuido mais agora do que o que me cuidava quando era mais nova, porque estava sempre a pensar nas limpezas e nas minhas filhas (...) Em mim até pouca importância ligava. Arranjo-me mais agora, cuido-me mais, sou mais vaidosa, mais tudo...Não sei porquê!? (...) Nunca pensei, talvez pense porque eu sou vaidosa, gosto de aparecer bem, não gosto de aparecer de qualquer maneira (...)” (Crisântemo, 69anos)

### **3.2.8.3 – Qualidade de Vida**

Os resultados empíricos desta investigação vão ao encontro da literatura relacionada com a qualidade de vida nas pessoas idosas. Todas as mulheres dizem ter qualidade de vida valorizando a saúde, as relações sociais intra e extra familiares, a participação social, os prazeres de ter uma casa limpa, de viajar e poder financeiro. É de realçar que o conviver com outras pessoas e o ter saúde foi nomeado por unanimidade.

“Para mim o que significa a qualidade de vida, é uma pessoa não ter dores, fazer mais ou menos as suas coisas (...) não posso pensar fazer aquilo que eu fazia não é, quando era mais nova (...) até pela doença e pela idade (...) Eu tenho felizmente qualidade de vida (...) Por causa de ter um marido excepcional. Lido com as pessoas ou convivo com as pessoas que me dão prazer falar.” (Hibisco, 70anos)

“Ter qualidade de vida é sair de casa. (...) Conviver e ajudar os outros. Há tanta pessoa que precisa de ajuda!” (Iris, 66anos)

“Qualidade de vida era ter dinheiro para gastos e poder passear (...) não ando porque não há, não há dinheiro. Era porque nunca passei em nova, nunca passei umas férias (...)” (Cravo, 70anos)

“Para mim os prazeres da vida são muito importantes. (...) São os prazeres de uma cama bem limpa, bem lavada, bem cheirosa, um banho bem tomado, a pessoa por uma colónia, um perfume, um lençol de banho limpo e que a gente se limpe e fique a cheirar a lavado (...) sentir o conforto da casa, estar as coisas em condições (...) gosto mais de estar bem, estar numa boa converseta, que eu gosto muito de conversas, vê-se logo! (...)” (Crisântemo, 69anos)

Não se obteve respostas negativas face às impossibilidades financeiras para cuidar da saúde, no entanto algumas revelaram não ter recursos financeiros para viajar, por ter de pensar em apoiar os filhos.

“Impede. Neste momento, actualmente. (...) Nunca passei dificuldades, nem agora posso dizer que estou com dificuldade, mas impede um certo momento (...) Pois, principalmente tenho que arranjar os dentes e estou a ver que (...) Mesmo até há 2 anos, 1 ano para trás, ainda fui de férias e fui ... Este ano não dá para ir de férias (emocionou-se)” (Papoila, 65anos)

“(...) poder andar a passear e não ando porque não há, não há dinheiro.”

(Cravo, 70anos)

Aquando questionadas como achavam que a comunidade e a família olhavam para si todas referiram que se sentiam acariciadas e que lhes reconhecem um papel ativo.

“Dizem que eu tenho muita pedalada (...)” (Flor, 67anos)

Orquídea faz um apontamento diferenciado quando refere que não contribui para uma imagem pejorativa da velhice:

“ (...) Não me sinto inferiorizada. (...) E toda a gente me diz que estou boa. Não me sinto inferiorizada de nada. (...)é natural que eu tenha esta mania que sou jovem! Quando vou a qualquer lado ou assim não me sinto ou fico aconchegada a um canto de pessoa desta idade. (...) Acho que me tratam bem nesse sentido.”

(Orquidea,85anos)

“Com orgulho! (...) Por eu ter esta força toda de ajudar os outros e a eles também.” (Iris,66anos)

Estas mulheres corroboram a ideia de uma sociedade para todas as idades, na medida em que são todas da opinião que o ser humano nunca deveria deixar de ter um papel ativo na comunidade onde está inserido, desde que a saúde e a força de vontade o permitam.

“Acho que nunca tinha de deixar. Na minha opinião, enquanto tiver saúde, forças para fazer não devia de deixar (...)”(Cravo, 70anos)

“Eu acho que em todas as idades. Porque enquanto somos vivos, temos de fazer as coisas!” (Rosa, 79anos)

“Mas acho que a pessoa tem de ter sempre um papel na sociedade (...) eu acho mais experiente em ideias e em opiniões e coisas que eu sei que já vivi do que outra pessoa mais nova do que eu. Pois o grau de cultura pode ser maior mas a experiência! A Dra. Sara não se compara com as experiências que eu tenho de vida!” (Crisântemo, 69anos)

#### **3.2.8.4 – Actividade Física**

Os exercícios físicos destacados foram Tai Ji, Yoga, dança, hidrogenástica, ginástica e caminhadas. Quatro mulheres referiram praticar dança. De seguida, as caminhadas e o yoga foram mencionados por três mulheres. Duas fazem ginástica manutenção e uma hidrogenástica.

Das oito mulheres, três referem praticar três modalidades físicas e uma, pratica duas actividades físicas durante a semana. As restantes realizam apenas um exercício.

#### **4.2.8.5 – Cuidados com Alimentação**

A grande maioria revela ter cuidado na alimentação no que diz respeito a evitar as gorduras e os fritos preferindo estufados, cozidos e grelhados. Apenas uma pessoa disse que privilegiava a comida da província:

“Às vezes (...) Eu como comidas mediterrâneas, aquelas comidas que são da província, à base de feijão (...) Mas tento. Não como gorduras, não como fritos.”

(Iris, 66anos)

Crisântemo acrescenta que evita também o sal e preocupa-se em não engordar:

“(...)procuro dentro do que sei, do que leio, do que avalio, fazer tudo do melhor que eu possa de saudável, poucas gorduras, pouco sal, equilibrar os alimentos...E também para não engordar porque eu não quero estar muito gorda.”

(Crisântemo, 69anos)

Orquídea, de 85anos, diz que nunca teve cuidados com a alimentação, no entanto não gosta de enchidos e nunca abusou das bebidas. Tal como, Rosa, de 79anos, que afirma:

“Eu como aquilo que me apetece. O que me apetece eu como! Os diabetes?! Não se pode comer muito de uma coisa, come-se menos!” (Rosa, 79anos)

### **3.2.8.6 – A atitude perante o processo de envelhecimento**

Os dados revelam que estas mulheres nunca pensaram na velhice afirmando que viveram e aceitaram o dia-a-dia, ao longo da vida. Rosa, de 79 anos, resume numa frase o que todas destacaram:

“Nunca pensei. (...) Olha, viveu-se! Um pouco a rir, um pouco a chorar, um pouco a cantar e lá íamos. (...) Ser assim deve ser o nosso espírito, não?!”

No entanto, estas mulheres manifestam que daqui a 15 anos não estarão vivas e se estiverem veem-se com um patologia ou demência que as impede de ser autónomas. Receiam depender de terceiros e fazer sofrer os familiares. Ao idealizarem o desejado todas referenciam gostar de ser amanhã o que são hoje, independentes e ativas.

“Ai, não chego lá! Se chegar lá, sei lá, talvez ande amarradinha a um pau, sem forças para me levantar. (...) Gostava de ser ativa, não gostava de andar caída (sorrisos) Uns 90, sei lá. Também não queria passar muito por cima disso. Não porque só damos trabalho. Mas eu ainda com 90 queria ser como uma Prazeres que ainda dançasse (sorriu)” (Cravo, 70anos)

Na entrevista focus group, todas as participantes manifestaram não estar arrependidas de não terem pensado na velhice. Contudo, explicam que deveremos prepararmo-nos desde a infância.

“ Quem nos deve preparar é logo no início os nossos pais, é da infância que vem. Da infância é que se deve encaminhar logo a pessoa para a velhice. Porque se nós levarmos uma infância ali muito sedentária, que não tínhamos ginástica, não brincávamos no campo, não corremos, não saltamos, não trabalhamos, ficamos ali um bocadinho mais limitados.” (Iris,65anos).

Hibisco acrescenta que foi a ajudar os pais no comércio que se preparou para a velhice, a que ela diz preparação para a vida:

“(…)Fui trabalhar aos 17/18, e antes disso trabalhava com o meu pai. Eu ficava lá a tomar conta da loja, do lugar de frutas e hortaliças. E pronto, preparei-me assim para a vida, é evidente (...)” (Hibisco,71anos)

Crisântemo afirma que quem pensa na velhice não tem gosto pela vida:

“(…) Há pessoas que eu conheço quase que nunca viveram, estão sempre mortas! Entregam-se a um desalento tal da vida, que nunca viveram, que nunca gozaram dos filhos até, dos netos, das coisas importantes da nossa vida. Há pessoas que não gozaram e tem vidas boas e eu falo por experiência que conheço. Eu para mim acho que essas pessoas estão sempre mortas. Morreram! Não chegaram a viver. (...) Essas possivelmente estarão sempre a pensar na velhice. Eu apesar de não ter brincado em miúda, nem ter essas vivências de grande brincadeira na rua, tive as minhas à minha maneira, era o que eu gostava de fazer. Como ainda hoje, mas sempre fui feliz e gostei de viver e gosto de viver e sou muito feliz! E deus me deixe viver muitos anos, e me deixe viver. E quero viver! Nem nunca se põe na ideia partir” (Crisântemo, 69anos)

### **3.3 - Autoperceção das relações sociais intergeracionais na sociedade atual**

Quando abordadas na entrevista focus group acerca das relações sociais intergeracionais na sociedade actual, a grande maioria manifestou haver falta de tempo para diálogo e manutenção das redes de vizinhança.

“ Isto agora está tudo mudado, nem as próprias varandas, ao pé da gente, ligam nenhuma, nem querem saber se uma pessoa está bem, se está mal, se está, não há vizinhos, que dizem *eu quero lá saber, eu quero é saber de mim, não quero saber dos outros*. É (...) falta de diálogo.” (Cravo, 70anos)

“(…)Antigamente, havia mais dialogo, havia conversas de quintal, juntávamo-nos todos ali à conversa, conversas de rua, convivíamos mais e agora não. Muitas mulheres naquela altura não trabalhavam porque eram os maridos que trabalhavam e elas tomavam conta dos filhos. Mas agora como toda a gente trabalha, saem de manhã, vêm à noite, não há diálogo” (Iris, 66anos)

“E também as habitações eram diferentes porque eram casas pequenas, toda a gente se conhecia, tipo casas só de um andar, ou só de dois ou assim. Agora este inferno destes prédios que a maior parte (...) não conheço nem metade das pessoas que moram, eu sei lá (...) eu que sou um bocadinho cusca e da janela conheço muita gente que lá mora (...)” (Crisântemo, 69anos)

Apenas Flor de 67anos referiu ter:

“(…) Muitos bons vizinhos, estão sempre preocupados, se falta alguma coisa se é preciso, não tenho razão de queixa deles.”

Os preconceitos em relação à idade partem mais dos mais velhos para com os mais velhos, apesar de dependerem consoante a maneira de ser de cada um, como faz questão de referenciar, Crisântemo de 69anos:

“(…) Depende muito das pessoas. Há pessoas mais velhas que pronto, eles, uma pessoa não pode fazer nada que eles criticam-nos logo do princípio ao fim, há outros que adoram aquilo que agente faz e sabem dar valor. Depende da pessoa. Depende da maneira de ser de cada um.”

### **3.3.1 – Dimensão Educativa das Relações Sociais Intergeracionais**

#### **3.3.1.1 – Memórias de aprendizagens intergeracionais na Infância**

“Aprende-se sempre. Ainda hoje também se aprende.

Há muita coisa que agente ainda não sabe fazer.

Eu aprendi muito, muito, muito sempre em toda a vida,

porque eu meto o nariz em tudo, (risos)

quando vejo uma coisa, vou aprender.” (Iris, 66anos)

As relações sociais intergeracionais são relações interpessoais que ocorrem entre diferentes gerações interagindo sem paternalismos ou proteccionismos (Lopes,2008)

Na entrevista focus group, estas mulheres manifestaram que trazem memórias de aprendizagens com pessoas mais velhas. As redes familiares (tias, madrinhas) e as redes de vizinhanças desempenharam um papel de suporte educativo, complementar ao dos pais.

“ Eu tenho memória de uma tia que foi que nos criou, que nos ajudou a criar também para os meus pais poderem ir com o pessoal para o campo e tudo (...) E foi também quem nos ensinou muita coisa (...) mesmo sendo ela solteira (...)foi quem me pôs ocorrente de tudo, do casamento e tudo. A minha mãe falava connosco, falávamos de namorados, falávamos de tudo, mas certas coisas a minha mãe ainda se acanhava um bocadinho. Mas a minha tia não! Aprendi muito com ela nesse aspecto (...)” (Iris, 66anos)

“Eu tive uma, que era mãe da madrinha da minha irmã mais nova. A minha mãe saía e nós ficávamos ali sozinhos. E essa senhora, de vez em quando, se a gente chorasse é que ia lá ver (emocionou-se). Tadinha, tão velhinha, tão pobrezinha e ainda nos matou a fome algumas vezes (emocionou-se) e essa coitadinha é que deu olhos pela gente” (Cravo, 70anos)

“ Também tive esses vizinhos que eram como família ou mais ainda (...) Faziam-nos as tranças para irmos para a escola, ajudavam-nos nos trabalhos de casa (...) E temos uma vizinha, ainda hoje a viver com 103 anos (...) de que nós gostamos muito que também nos ajudava. Portanto, não era ajudar monetariamente nem nada, mas ajudava-nos a despachar para ir para a escola, a estarmos com ela, conversar connosco, cantar cantigas (...)” (Hibisco, 71anos)

No entanto, nas entrevistas individuais revelaram que ao longo da vida aprenderam actividades espirituais e de lazer com os avós.

“A minha avó ensinava-nos a rezar, ensinava-nos a jogar às cartas, que ela adorava jogar às cartas.” (Hibisco, 71anos)

Não reconhecem a educação informal como forma de assimilar novas aprendizagens. Algumas mencionam que não aprenderam nada com os pais:

“ (...)O que aprendi (...) só de andar no campo, a cegar o centeio, a ir “xassar” batatas, o milho(...) Agora coisas de cozinha, lavar e isso, tive de aprender eu à minha custa, a ver os outros(...) quem tem vontade é assim que aprende!(Flor,67anos)

“ Actividades como ir moldar as plantas, era actividade de rabo para o ar, ali uma tarde inteira (...) Ia mudar plantas, arranjar as batatas da terra, fazer a lida da casa toda também. Fazer tudo o que dá agricultura (...)”(Iris,66anos)

Iris (66anos) manifesta que o nível de educação dos pais permite que haja transmissão de saberes que levam a novas aprendizagens:

“ (...) O meu pai foi criado na casa do Conde de Mateus. (...) Pronto, já teve uma criação diferente. E a minha mãe também foi educada numa classe média alta, embora fosse da agricultura, ora ela também tinha muita coisa para nos ensinar.”

As duas mulheres que saíram de casa com 6 anos para ir servir afirmam ter como referencia uma figura adulta. A directora do Colégio das Criadas e os patrões serviram de modelo que ainda hoje guardam na memória:

“Uma directora do colégio de Sta Zita para onde fui quando vim do Porto para cá. (emocionou-se, quase olhos lagrimados) Deu-me muito apoio (emocionada).Aquilo que sou hoje, a proceder como procedo e a ser aquilo que sou para os outros, a ela o devo (continuou já a chorar).” (Cravo, 70anos)

“Com a minha mãe, convivi pouco fui andar a servir ia fazer 7 anos. Convivi mais com os meus patrões (...) aprenderam a ser mulher, a ser poupada e aprendi a trabalhar.” (Rosa,79anos)

### **3.3.1.2– Memórias de aprendizagens intergeracionais na Velhice**

As relações intergeracionais baseiam-se na partilha reciproca de ideias, pensamentos, visões e aprendizagens que levam a novas concepções sociais acerca das pessoas e do mundo. Não se restringe apenas à relação entre velhos e crianças nem à família. (Lopes, 2008)

Nas relações intergeracionais com pessoas mais jovens estas mulheres admitem aprender muito com os netos. Através desta relação sentem-se mais jovens e acompanham as evoluções tecnológicas e aprendem a lidar com a diferença.

“Eu com os meus netos, foi com eles que aprendi a ir ao computador, ir à internet, ir ao facebook, ter página aqui, ter isto ali, foram eles que me ensinaram a fazer isso tudo (...) ” (Iris, 66anos)

“A nível do computador, até de entenderem as coisas logo à primeira, principalmente nas maquinetas, telemóveis e essas coisas todas e eu não percebo nada e eles ensinam-me isso tudo” (Crisântemo, 69anos)

Hibisco, de 71 anos, acrescenta que também aprende muito com a filha:

“E aprendo muito com a minha filha é uma pessoa extraordinária porque tem uma paciência... Nasceu mesmo para ser professora!”

Apesar de reconhecerem aprender com os netos, têm uma admiração pelo que os mais jovens conseguem fazer e sentem prazer durante esse convívio.

Apenas Papoila (65 anos) demonstrou que se estabelece uma relação protectora, dos mais velhos para os mais novos:

“ (...) A lidar com os mais novos que eles precisam que as pessoas adultas, ou pessoas mais velhas, que brinquem e que lidem com eles, que andem com eles para os acompanhar também.”

### **3.3.1.3 – O sentimento das vivências intergeracionais**

Os dados obtidos na entrevista focus group conseguimos perceber que ao longo da vida, estas mulheres sempre conviveram com várias gerações. Contudo revelam que as relações intergeracionais eram mais vividas no passado porque surgiam de forma espontânea na comunidade onde estavam inseridas.

Iris e Crisântemo fotografaram as relações sociais intergeracionais na aldeia e no campo. Cada uma por si explicou o que vivenciou.

“ (...)talvez vivêssemos mais intergeracionalidade nessa altura que agora(...) Nós brincamos com os jovens, íamos tínhamos o pessoal a trabalhar já com mais idade e nós íamos para junto deles. Fazíamos uma sementeira, por exemplo, íamos todos juntos, era velhos e novos. E havia mais respeito, uns pelos outros. Vivia-se mais portanto a geração, a intergeracionalidade, era mais vivida naquela altura do que nesta.” (Iris, 65anos)

“ (...) o meu pai como já lhe disse que era sapateiro, tinha empregados e nós tínhamos uma ligação aos empregados que não há palavras, era uma família. Estava a chover e o meu pai mandava-os e eles iam buscar à escola e traziam-nos. Agente falava com eles como uma família. Eles faziam parte do nosso dia-a-dia. E já eram pessoas muito mais velhas que nós.” (Crisântemo,69anos)

A relação intergeracional traduz-se num diálogo solidário entre duas pessoas de gerações diferentes, dentro e fora do seio familiar, que vivenciam sentimentos de pertinência, de significado e de *status* social (Palacios,2004).

As mulheres referiram que as aprendizagens advindas das relações intergeracionais permitiram reagir melhor em momentos de luto e perda e permitiram que a comunidade as conhecesse pelo envolvimento com os mais novos.

“ (...) Quando faleceu o meu marido, fiquei um bocadinho abalada (emocionou-se) e depois vim para aqui sempre reagi melhor. É assim. (emocionou-se) ”  
(Flor, 67anos)

“ (...) Com as crianças quando vou à escola é um encanto!! Porque adoram, porque sou conhecida pelos miúdos todos! Quando me vêem na rua e dizem *ah a senhora é aquela que já foi à escola*, mesmo os da creche e tudo, pequeníssimos que nos conhecem, e a gente nem os conhece. (...) ”(Crisântemo, 69anos)

#### **3.3.1.4 – As relações intergeracionais versus capacidade para aprender na velhice**

O fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acreditem na capacidade em aprender coisas novas. No entanto, há quem revele que a memória já não é igual e que o ritmo dos mais novos requer muita paciência da parte delas.

“Porque aprende-se um bocadinho com os mais novos, mas tenho uma filha que não é nenhuma leiga (...) As minhas sobrinhas todas são formadas (...), e lidamos com pessoas assim (...) Influencia, aprendemos muito com eles. Claro, sabem outras coisas que nós não sabemos e aprendesse em todos os aspectos.” (Hibisco, 71anos)

“(...)mais limitada evidentemente que eu não tenho a memória que até que tinha, que até fui uma pessoa privilegiada na memória, sempre fixei tudo e tenho muita...e se tiver calma e concentrada(...)” (Crisântemo, 69anos)

“Eu não aprendo nada é preciso é ter um bocadinho de paciência e de calma, porque esta juventude tem um pensamento diferente do nosso.(...) E você sabe perfeitamente que esta juventude de agora é preciso ter muita calma porque, basta não terem respeito uns para os outros.” (Orquedia, 85anos)

Algumas criticaram a geração mais velha por se limitar a estar sentada sem fazer nada:

“Os seniores, a partir de uma certa idade, olhe estão ali sentados, não são capazes de pedir nada para mexer as mãos (...)É a minha geração também(...)”(Iris, 66anos)

No entanto, apenas Cravo menciona as mais-valias de conviver com as duas gerações, jovens e idosos.

“ (...)Há alguns idosos que a gente aprende muito com eles. Que já trazem coisas antigas...basta até nem saberem ler, mas têm a escola da vida e a gente aprende com eles muita coisa (...) Nós no nosso tempo sabíamos mexer em computadores e isso tudo? Não sabíamos! Por isso, com a geração que veio depois é que os idosos que estão nos computadores aprenderam. Por isso, eu acho que é uma mais-valia os jovens e também os idosos, não é só os idosos para os jovens. (...)”  
(Cravo,70anos)

### **3.3.1.5 – As relações intergeracionais versus construção de projectos na velhice**

A relação entre o convívio intergeracional e a construção de projectos de vida na velhice depende de factores intrínsecos à personalidade de duas mulheres e de factores externos. Duas mulheres referiam não ter projectos a longo prazo durante a vida, por maneira de ser. Uma afirma que todas as pessoas conseguem ter projectos se estiverem mentalizadas para isso. As restantes mulheres, por se assumirem socias voluntárias da Associação Intergeracional, vêem nos jovens o futuro e os projectos são edificados em função deles.

“ (...)agora no Sábado, na festa que fizemos, ela fez-me acreditar porque os jovens fizeram um trabalho excepcional.(...) Fizeram tudo impecavelmente. Bem tenho vontade de fazer mais, só pelo bem que eles se comportaram.” (Iris,65anos)

“ (...)Acho que os jovens dão-nos juventude a nós. Quando eles entram, onde eles entram, se forem...Dão força!” (Cravo, 70anos)

### **3.3.1.6 – Os conflitos intergeracionais**

“ Eu digo que há muitos preconceitos filha, porque para dizer que há muita gente, ou porque estão atrasados ou porque não querem saber da evolução do tempo ou não têm educação para isso, porque há muita gente que não quer saber. Há tanta gente que não quer saber o que se passa!”

(Orquídea, 85anos)

A questão da discriminação dos mais novos em relação aos mais velhos remonta dos anos 70, do século XX, e tem mantido vivo o diagnóstico de preconceitos, mitos, estereótipos, atitudes e comportamentos face à velhice.

Estas mulheres afirmam existir alterações nos valores educacionais das famílias e da sociedade que levam os jovens a tomarem atitudes discriminatórias face aos mais velhos.

“ (...) Antigamente era outra educação, não é agora, de pais para filhos, de filhos para pais, é muito diferente de como é agora (...)” (Flor, 67anos)

“Talvez agora há mais abertura, há mais confidencialidade, há mais confiança, há mais isto, há aquilo e eles abusam mais um bocadinho. Mas bem, bem conversado e se nós mais velhos dermos uma certa abertura, falarmos com certo carinho e não sei quê, eles são capazes de ir lá. Eu penso assim, as pessoas mais novas, não é a nossa geração como a de hoje. Portanto, os pais, acho que não cultivam tanto os valores da educação e do bem tratar o próximo como era no nosso tempo (...) Os jovens são aquilo que lhes ensinam todos sabemos, e aquilo que lhes dizem por fim ao cabo são bons e maus como era no nosso tempo, só que nós tínhamos os nossos pais, tinham outra postura de vida, outra educação para (...)” (Hibisco, 71anos)

Se antigamente as pessoas mais velhas eram tratados com carinho e respeito, hoje são vistos como *cotas desatualizados*.

“Não há aquele respeito, aquela educação, aquele gostar dos idosos como era antigamente. Era impensável a gente levantar a voz para uma pessoas mais idónea ou chamar-lhe um nome, o dizer que não estava actualizado. Agora qualquer jovem diz: *ah você é cota isso não é assim ou até*, talvez não tratar mal, mas alcunham-nos disto ou daquilo, que a gente está desactualizado ou não sabemos” (Crisântemo, 69anos)

“ (...) Antigamente mal entrava um idoso ou uma mãe com uma criança ao colo, ou uma senhora grávida, levantavam-se 2 ou 3 ou 4 ou 5 fossem ali para darem lugar à senhora. Agora viram a cara para o lado e ainda tratam mal a pessoa que lhe dão o lugar. Vai uma pessoa na rua se for carregada com dois sacos, não há um jovem que lhe deite a mão, para ajudar e levar o saco à pessoa (...)” (Iris, 66anos)

Reconhecem que, embora elas não sejam discriminadas pelos jovens, os estereótipos continuam a perpetuar.

Tal fato, não as afasta da juventude pois deixam emergir a necessidade de assumirem um papel preponderante na educação dos jovens.

A transmissão de memórias e experiências permite que cada geração compreenda a sua linguagem e a simbologia diminuindo os conflitos. O conflito intergeracional ultrapassa as diferenças etárias, o que está em causa são as discordâncias de atitudes, crenças, culturas e experiências. Esta partilha permite que as pessoas idosas se sintam socialmente incluído e valorizadas.

“ Ah, porque agente também precisa de os acarinhar! Não é espezinhar, não é!? Temos de conviver com eles, também não tenho razão de queixa de nenhum.”  
(Flor, 67anos)

“ Aqui a maior parte também me chama avó, olha avó, às vezes quando os meus netos me chamam avó, vem outro chama-me avo e eles dizem assim: *ela não é tua avó é minha avó.* (sorriu) E eu gosto deles, então quando há um jovem mais travesso agente não os pode afastar, temos é que os acarinhar!” (Cravo, 70anos)

### **3.3.2 – Dimensão Social das Relações Intergeracionais**

#### **3.3.2.1 – A qualidade das interações sociais intergeracionais**

Para estas mulheres foi importante conviver com diferentes gerações ao longo da vida porque não *gostam de estar isoladas*; não gostam de *gente mole*; ficam a *saber mais um pouco* e gostam de *ver as ideias das pessoas mais novas e das pessoas mais velhas*; *gostam de se auto-avaliarem e não gostam de pessoas com síndrome de velhice.*

Crisântemo define o conceito de síndrome de velhice atribuído por ela a todas as pessoas, de diferentes idades que não têm um processo de envelhecimento saudável:

“(…) ele é mais novo que o meu marido, a senhora também é mais nova do que eu. Olhe, ela dá-lhe a travadinha, mete-se na cama dias e dias, que lhe dói aqui, que lhe dói ali e acolá. Ele vai ao hospital para a consulta, vai às 5h da manhã e depois é que vai à consulta das 9h ou das 10h. Acha que isso não é síndrome de velhice? Eu acho que sim, quem é novo, coitado quer é dormir e estar descansado, não é estar a ir assim cedo, para os hospitais ou para as consultas.”

(Crisântemo, 69anos)

Estas mulheres destacaram as actividades de tai Chi, Yoga, dança, festas, passeios, pinturas, arraiolos e culinária como espaços de convivência intergeracional, promovidos pela Junta de Freguesia e pelo Centro de Desenvolvimento Comunitário. A dança foi mencionada como uma actividade que permitem as crianças do primeiro ciclo relacionarem-se com os seniores. A comemoração dos dias festivos decorre no Jardim de Infância da Associação de Moradores.

“Olhe na escola onde vou dançar com eles, onde vou fazer actividades da páscoa, actividades de carnaval. E na Associação de moradores também com as crianças do infantário.” (Cravo, 70anos)

A culinária, promovida pela Associação Intergeracional, aproxima os jovens dos seniores.

O Tai ji, os passeios, as pinturas e os arraiolos contam com a presença de várias gerações. A actividade de arraiolos foi recordada por Papoila, uma vez que se confere ao passado:

“Havia mais novas e havia mais velhas, tanto, nos pontos de arraiolos”

(Papoila, 65anos)

Também Crisântemo (69anos) lembrou os tempos académicos das filhas como momentos especiais em convívio com a geração mais jovem:

“ (...)eu sempre acolhi os amigos das minhas filhas em casa. Sempre preferi que as minhas filhas estudassem, fizessem o que tinham a fazer de trabalhos e assim em casa, fazer-lhes lanches, fazer até almoços, se for preciso, do que as ver ir (...) eu fazia o almoço ou o lanche (...) Por isso fui apreciando também (...) Eu conheço praticamente os amigos das minhas filhas e todos me conhecem a mim.”

“(...) há certas conversas minhas, antigas e recordações e tudo, dá-me muito mais prazer falar com uma pessoa da minha idade e que viveu e tenha as minhas vivências e as minhas ideias e as minhas maluqueiras (...)Mas também com os jovens é muito importante falar e muito enriquecedor, sabem coisas que uma pessoa fica de queixo caído, dizem coisas e ideias e maneira de resolver as coisas e isso assim que a gente, por exemplo, fica de queixo caído.

Para a grande maioria das mulheres entrevistadas em focus group, as pessoas deveriam relacionar-se com todas as gerações no sentido de renovar ideias e assimilar novas aprendizagens. Iris considera que é saudável conviver com todas as idades:

“ Relacionar-se com toda a geração, é saudável. Porque se aprende muito, tanto se aprende com os mais velhos como com os menos velhos, aprende-se muita coisa (...)”(Iris, 66 anos)

Rosa acrescenta que a relação social com todas as idades promove a solidariedade e união intergeracional:

“ (...) Porque era para estarmos bem nós todos.(...) ” (Rosa, 79anos)

Contudo, Flor (67anos) dá preferência à sua geração “para orientar e para ajudar em alguma coisa que fosse preciso.” .

Orquídea foi a única que elegeu a geração mais jovem que ela para se relacionar explicando que:

“ (...) gosto de conviver com um bocadinho de mais novos do que eu, porque costume dizer com os mais velhos não se aprende nada (sorrisos). Mas lembrem-se que tenho 84 anos não é?! Mas como sou um bocado fechada gosto de ouvir os mais novos, um pouco! Não digo muito novinhos, mas gosto! (...) ” (Orquedia,85anos)

Na entrevista individual, foram repetidas as mesmas afirmações evidenciando a relação entre as preferências e o tipo de actividade a partilhar:

“Para dançar? (...) Acho que escolhia os mais novos (...)17/18 anos(...)Sim, todas as idades, os velhotes também, velhotes como eu, ou mais um bocado, também tenho paciência para eles e gosto de conviver com eles, gosto”(Hibisco, 71anos)

“Olhe, não sei, porque eu gostava delas todas! (sorriu). (...) Escolhia uma para aquela que queria” (Cravo, 70anos)

“As da minha idade, (...) dizem-me mais porque estou mais à vontade, falo mais a minha linguagem. Mas também gosto muito dos jovens, e não sei muito bem qual é que escolheria, percebe?! (...)”(Crisântemo, 69anos)

Também em contexto individual Flor admitiu não ter paciência para as pessoas mais velhas.

“Umás senhoras da minha idade. Da minha idade, até podem ser mais novas. Mais velhas, mais velhas, não (...) Talvez não tinha paciência para elas (Flor, 67anos)

Os dados conferem que para estas mulheres as relações intergeracionais não deveriam ser forçadas, deveriam nascer do forma espontânea na comunidade, nos centros de dia, na família e nas escolas, pois só assim a sociedade seria um espaço aberto ao diálogo e a promoção de redes de solidariedade.

“Acho que todas as pessoas de todas as idades em conjunto (...) Em todos os sítios. (Hibisco, 71anos)

“Em tudo. Em todo o lado. Porque assim as pessoas chegavam-se mais umas às outras, conviviam mais.” (Iris, 66anos)

“Em todo lado. Porque é para toda a gente. Para convivermos todos não é? Para não sermos só uns” (Flor, 67anos)

### **3.3.2.2 – As relações sociais intergeracionais versus sentido de utilidade**

O sentido de utilidade não está directamente relacionado com o convívio com outras gerações, mas sim com as actividades produtivas que estas mulheres desenvolvem no seu dia-a-dia. O ir buscar os netos à escola e dar-lhe de jantar, o fazer o bem pela comunidade, o ajudar o outro foram actividades mencionadas pela grande maioria que se se útil nesta fase da velhice.

“Olha, quando posso ajudar alguém que possa menos do que eu. (...) Sinto-me bem (...) Bem, é ajudar as outras pessoas.” (Papoila, 65anos)

“ (...) quando tomo conta dos meus netos (sorriso envergonhado) Pode ser pretensão minha mas é quando eu sinto-me bastante útil para a minha filha e para eles(...)” (Crisântemo,69anos)

### **3.3.2.3 – As relações sociais intergeracionais versus sentido de pertença**

As mulheres entrevistadas referem que gostam de pertencer aos grupos de interesse das actividades que realizam no Centro de Desenvolvimento Comunitário e apenas três referiram que programam encontros fora desses momentos.

“Sim marcamos, para ir andar a pé, para tomar um café, se vão estão sozinhas em casa, para dar uma volta.”(Iris, 66anos)

“ (...)já tenho ido ver certos concertos do Sr. Lemos, que não tem nada a ver aqui com o centro.(...)Outro dia saímos da missa cantada e fomos petiscar com a D. Francisca e a D. Cordália. Se eu tiver oportunidade de alguma coisa, não havendo aqui, fora também alinhio e também gosto.” (Crisântemo, 69anos)

As restantes, justificam que cada uma tem a sua vida familiar e amigos de longa data para também se relacionar.

“Todos nós temos as nossas casas, a nossa família, por vezes não podemos encontrarmo-nos assim.” (Papoila, 65anos)

O exercício de voluntariado permite dar sentido de pertença e de utilidade. A realização pessoal e desenvolvimento individual, das quatro mulheres que afirmam ser voluntárias, está relacionado com o ser prestável e o contribuir para o desenvolvimento da comunidade em que vivem. Papoila (65anos), Iris (66anos), Flor (67anos) e Orquídea (85anos) são o exemplo de mulheres voluntárias da Associação Intergeracional do Bairro.

“(..).Fiz uma opção. Falei 2 vezes com o meu marido quando me casei, eu tenho 3 projetos na minha vida, coisas para fazer, primeiro casar, segundo criar os filhos e depois fazer voluntariado para ajudar quem precisa. E já fiz os dois e agora estou no terceiro, já estou feliz!” (Iris, 66anos).

As restantes mulheres dizem ser sócias da Associação Intergeracional, admiram quem desenvolve voluntariado, contudo, nesta fase existem motivos pelos quais não são voluntárias. Cravo e Hibisco gostava de ter sido voluntárias, porém tiveram razões diferentes para nunca concretizarem um sonho do passado que já não é prioritário.

“Se eu pudesse ser voluntária tinha sido voluntária (...)o que me impedia de ir para algum lado e com muita gente para certos lados é porque eu não sei ler e não sei escrever (...)E é por isso que não me fiz mais depressa voluntária, senão tinha sido voluntária, sobretudo no hospital ou com crianças (...)” (Cravo, 70 anos)

“Gostaria de ser (...) ao longo destes anos de vida gostava de ir assim para um hospital ajudar, dar alimentos (...) enquanto tive a minha vida das minhas filhas (...) eu tinha pouco tempo, nunca o fiz. E agora como eu tive tanto tempo só, sem o meu marido, para eu ir, tenho que o deixar (...) E acho que tenho de aproveitar tudo para estarmos sempre juntos. Porque eu gosto, gostamos de estar juntos.” (Crisântemo, 69anos)

Apenas Hibisco admitiu não ter vocação para ser voluntária e que admira muito quem o pratica.

“(..). não sou assim tão boa que deixe as minhas coisas para fazer(...) são seres humanos fantásticos, as voluntárias(...)admiro as pessoas que fazem voluntariado(...)há muita gente que faz muita coisa, sem poder(...)mas nunca fiz, nem faço.” (Hibisco, 71anos)

### 3.3.3 – Dimensão Familiar das Relações Intergeracionais

Valleespir e Morey (2007) afirmam que vários estudos comprovam que as pessoas idosas sentem um nível de satisfação elevado quando podem viver com a família e rodeados pela comunidade onde passaram maior parte da vida. No entanto, surgem estudos que tendem a diluir a ideia do bem-estar na velhice estar ligado à intensidade de relações familiares e ao convívio intergeracional.

Todas as mulheres responderam encontrar-se com todas as gerações dentro da família. As festas de anos, a comemoração dos dias festivos, os almoços e jantares semanais com os filhos e os netos e os encontros esporádicos com irmãos e primos e a férias na terra, conferem a intensidade dessas relações.

“(…)Com os meus irmãos(…) Quando é no verão, juntamo-nos todos.(…)Os meus netos (…)  
A minha filha (…)  
A outra (…)  
Mas depois também convivo com os meus irmãos e sobrinhos(…)Olhe é fazer festas, comezangas (…)  
Às vezes demoram muitos dias, alguns moram longe(…)A minha filha ainda ontem estive com ela, fomos a Castelo Branco para ao pé da sogra dela e da cunhada e da menina, que também fazia anos, juntamos os anos as duas e fizemos a festa.”(Flor, 67anos)

Nos encontros semanais as mulheres experienciam sensações de felicidade e alegria. Crisântemo e Papoila dão o seu manifesto.

“(…) a gente junta-se, ajuntamo-nos todos, e vários dias da semana. É para eu dar de comer. (…)  
Eu é que faço tudo por tudo para eles estarem todos juntos. Os filhos, os netos e as noras. Sinto-me bem, sinto-me realizada. Gosto disso!”  
(Papoila, 65anos)

“(…) Estar com as minhas filhas todos os fins-de-semana ao almoço ao domingo. Adoro! (…)  
É como digo faço questão de, ao domingo almoçarmos todos juntos!  
(…) isso para mim é o que me alegra(…)” (Crisântemo, 69anos).

Orquídea não se sente tão feliz nos encontros pontuais de comemoração dos dias festivos, relembra o passado recheado de boas memórias:

“(…) Quando há (…)  
natal, páscoa e anos, isso é que convidam. Têm de me vir buscar a casa (…)  
Nunca mais convidei ninguém. Não posso fazer nada (…)  
No tempo do meu marido, dávamos almoço, fazíamos almoço, até para o filho, até para a nora e para os netos que eram pequenos nessa altura, iam almoçar todos

juntos à minha casa. Sim! Mas depois foram crescendo, cada um a estudar e eles foram crescendo e então cada um foi-se separando, mas era assim, eramos muito chegados mesmo!”(Orquídea, 85anos)

### **3.3.3.1 Relações intergeracionais na Família Versus Sentido de utilidade**

Ao longo do ciclo da vida os tipos de ajuda entre os membros da família têm contornos multiformes e distintos. Donfut (1998) diz que as motivações que levam a essa entreajuda são a lógica da necessidade, o laço da reciprocidade e a complementaridade com as ajudas públicas.

Nas relações familiares, todas as mulheres referiram que estão incumbidas de desempenharem sozinhas, o papel de cozinheiras. No que diz respeito à entreajuda familiar são os netos que ocupam o lugar central. Hibisco (71anos) e Flor (67anos) tem a responsabilidade de ir tomar conta dos netos quando solicitadas pelas filhas. Papoila (65anos) tem a responsabilidade de tomar conta dos netos e dar jantar à família várias vezes na semana. Crisântemo confessa que tem como missão acompanhar o crescimento dos netos.

“A minha missão, missão como quem diz, não foi missão nenhuma, foi uma honra, um prazer, ser mãe das minhas filhas, e das educar e das ajudar e das acompanhar. Entretanto depois tive os meus netos, também houve uma altura, que me era preciso acompanhá-los.” (Crisântemo, 69anos)

As restantes assumiram, durante anos, a responsabilidade de cuidar dos netos, até entrarem na escola. Orquídea refere que a idade já não lhe permite cuidar da bisneta, como cuidou dos netos.

“ (...)Agora tenho uma bisneta, mas não tenho idade para estar com ela, nem tinha, nem podia. Agora anda no infantário desde os 3 meses (...)”(Orquídea, 85anos)

Os elementos da família que recorrem a estas mulheres para resolverem os seus problemas ou tomar grandes decisões são: maridos e irmãs, filhos e netos e filhas. Algumas focaram que as questões financeiras motivam o pedido de orientação ou auxílio.

Hibisco (71anos) afirmou é apenas solicitada para auxiliar nas grandes decisões. Crisântemo aponta que esse auxílio parte da filha mais velha para os pais e vice-versa, existe uma cumplicidade recíproca. Orquídea (85anos) diz que a família não pede opiniões porque adoptaram sempre uma atitude independente, ao longo da vida.

Os dados empíricos revelam que estas mulheres sentem que são uma peça importante na família, sobretudo para os filhos e netos que precisam delas. Também associam serem peças importantes pela maneira como são respeitadas e acariciadas.

### **3.4 – Dimensão Social da participação**

A Participação social é construída a partir das mudanças sociais que ocorrem nas sociedades (Ammann, 1981) e significa o exercício de poder (Guerra, 2006) de cada pessoa, na comunidade ou grupo que está inserido.

No sentido de perceber se as oito mulheres entrevistadas tiveram referências familiares que contribuíram aceção do conceito de participação social foi questionado se tiveram alguém na família que pertencesse a Clubes Recreativos, Juntas de Freguesia e Sindicatos. Os dados revelam que Iris (65anos) teve um avô e um tio Presidentes da Junta e um pai músico na Casa de Mateus: “O meu avô foi Presidente da Junta (...) Tinha um tio que sim, também Presidente da Junta. O meu pai era músico da banda de Mateus (...)”

Flor (67anos) refere que o pai pertenceu aos bombeiros e ao sindicato: “(...) de agricultores não, mas ele trabalhou cá e pertencia ao sindicato, trabalhava numa tipografia(...)”.

Hibisco (71anos) e Crisântemo (69anos) referem que o pai foi o encenador, ensaiador e criador dos versos das Marchas do Beato.

“Ele participava nos eventos, nas marchas, o meu pai fazia os versos para as marchas, para cantar e isso assim, (...) ajudava a fazer os arcos. (...) Convivi de miúda. Sempre assisti.” (Crisântemo, 69anos)

Nesta fase da velhice, Hibisco (71anos), Crisântemo (69anos), Flor (67anos) e Iris (66anos) divulgam que foi *o pai* a figura de referência para o exercício da cidadania. Foi com ele que aprenderam adoptar uma atitude participativa na comunidade onde se inserem.

“ (...) Talvez o meu pai (...) o meu pai era uma pessoa muito positiva, muito bem-disposta, muito passiva, muito diferente (...) Ele para a época era uma pessoa altamente evoluída e actualizada. Eu em criança, enquanto há pessoas que não podiam falar à mesa, porque tinham um certo respeito para falar com os pais, eu sempre falei à mesa, eu e os meus irmãos! Sempre se discutiu tudo (...)”(Crisântemo, 69anos)

“Era o meu pai, que não gostava de injustiças e eu via como ele fazia e eu quando via alguma coisa também. Ainda hoje o faço. “ (Iris,66anos)

Orquídea, traz um apontamento curioso quando refere que deve ter adquirido esta atitude por herdamento genético, uma vez que referencia que talvez venha do pai a *rabiteza* perante a vida:

“ (...) Aprendi comigo mesma. (...) Isso talvez seja do meu pai, da minha mãe não. Do meu pai diz que era terrível, isto costumavam as minhas tias dizer.(...) Naturalmente da rabitesa (...) rabitesa é essas pessoas que não param, têm sempre ideias, para isto para aquilo (...) Sempre fui assim. Eu calhando pegava numa chave de parafusos e ia ver uma extensão, ou pregava um prego ali (...) Eu não tendo problemas (...) sou capaz de ir a este mundo e ao outro, como costume dizer.” (Orquídea, 85anos)

Cravo (70 anos) e Papoila (65anos) referem que aprenderam com elas mesmas e com a vida tendo as instituições servido de catalisadores para a sua emancipação.

“Eu sempre fui muito comunicativa, uma talvez não fosse tão aberta, na minha juventude, no princípio de casada, nem tendo depois os filhos, nunca fui muito assim muito aberta. Agora talvez de um momento para o outro abri-me (...) Depois da Reforma, ou aliás depois de ter vindo para aqui para o Centro, em 1989 ou 90 (...)” (Papoila, 65anos)

Cravo confessa que desde criança teve suporte emocional por parte das Diretoras das Instituições a pertencia e que os factores internos influenciam os nossos comportamentos:

“Quando já estava aqui já em Lisboa, juntávamo-nos todas, era na casa da Sta. Zita. Umás brincavam, outras iam para a cozinha. Era o género que aqui, fazíamos o mesmo que aqui. (...) O valor que eu trouxe foi a educação delas, que me deram, que fizeram que fosse educada, que tivesse um porte como deve ser, mais do resto (...)aquela directora que está lá no outro mundo, essa é que às vezes me chamava –me, era muito minha amiga, pedia para conversar um bocadinho com ela, quando eu andava assim mais em baixo(...) Era como a Dra. Paula aqui, era outra mãe, que eu tenho muitas saudades dela.” (Cravo,70anos)

“Isto já vai da pessoa, que ninguém nos ensina a ser (...) Embora ache sempre que um empurrãozinho de uma pessoa que diga “ (...) mas caso contrário, isso já vem de dentro da pessoa.” (Cravo, 70anos)

Algumas destas mulheres, durante a infância, implicaram-se na participação das actividades promovidas pela igreja ou por iniciativa informal.

Cravo (70anos), Rosa (79anos) e Orquídea (85anos) participaram na Juventude ligada à igreja, eram envolvidas na organização de actividades culturais, que serviam para se distraírem e entreterem os outros.

“(…)E eu andei na igreja muito tempo, tinha para aí 15 anos/ 16 anos e tínhamos um grupinho de fazer teatro, cantar e ir para as aldeias para aquele sítios mais desviados da cidade(…) Uma vez fui Dama de Onor e outra de Rainha e tínhamos de desfilar.(…) Numa sociedade (…) eu não me associei. Eu ia a todo o lado. (…) Eu era muito conhecida, então eu ia com essa tal minha amiga com a mãe, a mãe acompanhava-nos sempre, recordo-me muito bem disso! (…) Muitos bailes naquela altura!” (Orquídea,85anos)

“Quando já estava aqui já em Lisboa, juntávamo-nos todas, na casa da Sta. Zita. Umás brincavam, outras iam para a cozinha. Era o género que aqui, fazíamos o mesmo que aqui.” (Cravo,69anos)

“Eu andava na juventude e nas filhas de Maria. (…) Nós Jorzitas íamos assim para o monte e tínhamos reuniões e tudo para andar. (…) Às vezes íamos brincar, assim para os campos e tudo. (…) Mas eramos só raparigas, na juventude eramos só raparigas.” (Rosa, 79anos)

### **3.4.1 A Participação Social destas mulheres na perspectiva de uma vida**

Na vida adulta algumas mulheres manifestam ter sido reivindicativas face ao que lhes era proposto pelos chefes em contexto de trabalho. Apenas duas mulheres referiram ser sócias do sindicato, mas não dirigentes.

“Sindicato pertencia eu, ao sindicato do comércio (…) Eu era sócia (…) ”  
(Hibisco, 71anos)

“Pertenci ao sindicato, não como dirigente nem nada disso, só era sócia.”  
(Papoila, 65anos)

Flor (67anos), Rosa (79anos), Crisântemo (69anos), Cravo (70anos) As outras apesar de não serem sindicalizadas sempre defenderam os seus direitos e dos restantes colegas. Estas mulheres destacam a frontalidade e a determinação como característica da personalidade, necessária para a participação efectiva. Cravo, é exemplo disso:

“Cheguei a sair de uma casa, pronto estava a trabalhar, e elas queriam que eu estivesse ali toda a noite e mesmo depois do jantar e eu respondi-lhes que a minha

hora tinha acabado. E ela disse: *Então manhã vai-te embora*” e eu disse-lhe: *“É já!”*. Ia preparar-me para ir embora e ela pediu-me para não sair, mas eu disse-lhe: *Agora vou!*” (Cravo, 70anos)

A participação é produtiva ou orientada para a performance quando as pessoas se envolvem socialmente oferecendo prestação de bens e serviços com vista o bem comum, através do associativismo ou voluntariado.

Atualmente, Iris (66anos) é Vice-presidente da Associação Intergeracional do Bairro e há 15 anos atrás participou na génese e organização da Associação de Moradores.

Orquídea, hoje é sócia voluntária da Associação Intergeracional do Bairro e esteve envolvida, num passado que não consegue precisar, como costureira de vestidos ecológicos:

“Quando a Augusta da escola que fazia o desfile dos vestidos, eu ia ajudar muito a ela. Ela levava-me para todo o lado (...) No Parque das Nações, ia sempre a tudo.(...) Eram fatos feitos de desperdícios, nós pregamos com alfinete, ao vestir as miúdas, era preciso apertar aqui ou ali e eu ajudava muito a Augusta (...) Ela arranjava a miudagem da escola, uns mais crescidos outros mais pequeninos (...)”  
(Orquídea,85anos)

Flor e Papoila não estiveram no passado envolvidas em organizações de desenvolvimento local e comunitário, mas no presente constituem, com prazer, os órgãos sociais da Associação Intergeracional que surgiu em 2011.

“Ah desde que eu fui para o Grupo In sinto-me mais completa, ou seja assim, não sei se é a palavra que mais coiso...Antes disso, andei, convivi, mas não passou disso.” (Papoila, 65anos)

Rosa (79anos), Hibisco (71anos), Cravo (70anos) e Crisântemo (69anos) nunca foram responsáveis por uma organização social mas afirmam apenas ser sócias da Associação Intergeracional no Bairro.

Crisântemo foi nomeado pelo grupo de dança como representante em reuniões do Grupo de Gestão do Espaço GerAcções do Centro de Desenvolvimento Comunitário.

Nesta fase da velhice, estas mulheres continuam a ter um papel ativo na comunidade onde vivem. Estão atentas às necessidades e explicam que estão disponíveis para a mobilização dos moradores acreditando nos princípios do desenvolvimento comunitário. No entanto, os dados referem que existe a figura do mobilizador proactivo e o mobilizador que espera a iniciativa de outros para se juntar na luta.

Hibisco e Crisântemo admitem não tomar a iniciativa para a mobilização, contudo não significa que não contribuam para alcançar o bem comum:

“ (...)Eu não sou pessoa de ter muitas iniciativas, mas se alguém as tiver e se eu estiver de a cordo, faço(...)”(Hibisco,71anos)

“ (...) Não sei se mobilizo, mas que eu fico calada!? Não fico. Eu ontem estava muito triste, muito chorosa, mas tive de dar o meu apoio sobre o que se passou no Sábado, percebe? (...) Fazer movimentos, mobilizar pessoas, isso assim, não é muito o meu hábito. Mas se eu vejo, uma coisa não deve ser assim, digo e sem medo, sem ser com segredos, nem nada. Digo na frente da pessoa(...)”(Crisântemo, 71anos)

Iris e Flor associam o papel mobilizador ao papel de voluntárias da Associação Intergeracional que são fundadoras.

“Porque eu trabalho muito, tento trabalhar mais ainda para poder fazer alguma coisa de bem para o pessoal, para o povo, para o Bairro, para a comunidade.” (Iris, 66anos)

Cravo (70anos) envolve-se na mobilização para a organização da gestão dos condomínios (aumento das rendas e limpezas dos prédios). Rosa (79anos) foi uma facilitadora do Orçamento Participativo conseguindo no ano passado perto de 500 assinaturas. Orquídea (85anos) vê as suas necessidades como uma necessidade colectiva dos mais velhos e até sugere a criação de resposta social de centro de noite, no Bairro.

“Eu tomava uma posição no sentido de arranjar mais lares para meter as pessoas que precisam mesmo porque há muita desgraça por este mundo fora (...) gostava de ter uma casa, quando me sentisse assim pior ia para lá(...).De ir para lá pelo menos dormir descansada naquela noite. Isso é o que deveria de haver mais aqui.” (Orquídea, 85anos))

A participação colectiva (Mass e Lampert,2002) e ou orientada para a união (Haak et all 2008) surge quando cada elemento se envolve ativamente com vista alcançar objectivos comuns. Ela ocorre no seio de um grupo com um interesse comum, em cada elemento intervém nas tomadas de decisão (Palacios,1994), na execução, na organização, na avaliação. As actividades intergeracionais são do interesse comum a todas as mulheres entrevistadas. O grau de envolvimento social, a que Golden (2009) chamou de motivação natural de pertencer a um grupo e ser aprovado socialmente, através do desempenho de determinadas actividades,

é inquestionável. Todas elas estão no processo de tomadas de decisão, organização, execução e avaliação, evidenciando que não se limitam ao que outros decidem, respeitando a decisão tomada pela maioria.

“ (...)se estivermos a fazer uma coisa que não me agrada ser feita assim eu digo que eu acho que é melhor ser feita assim, e depois a maioria é que vence.”  
(Cravo, 70anos).

A participação social é um processo considerado importante, responsável e difícil, tal como Iris e Crisântemo manifestam.

“ (...) Há pessoas que, a maior parte das vezes, parece que param no tempo, não desenvolvem e nós temos de lhes dar um aperto para ver se eles se desenvolvem um bocadinho (...) pois se não for assim não se faz nada. (...) E eu, nós, há um ano que estamos na Associação e nota-se o desenvolvimento que teve. Mas tenho de trabalhar, dou murros na mesa!” (Iris, 65anos)

“ (...)incumbiram-me de representar o grupo Cante e Dance(...) já falava e já me manifestava e agora talvez tenha um bocadinho de preocupação de ver o que está bem, o que está mal, para depois eu por a minha ideia(...)se me comprometo eu venho e faço, às vezes há coisas que eu não sei executar, tenho de pedir ajuda, mas de contrário, faço sempre e colaboro.” (Crisântemo, 69anos).

### **3.4.2 Participação Social versus Relações Intergeracionais – Motivações e expectativas**

Robbins e Metzner (1982) referem o nível de participação social elevada produz efeitos ao nível da saúde física e mental e retarda o risco da mortalidade. Através da participação as pessoas estabelecem contactos sociais e satisfazem as necessidades psicológicas mais importantes como, o desenvolvimento pessoal, auto-realização, auto-estima, utilidade e liberdade.

Na entrevista focus group as sensações de bem-estar, de sentido de utilidade e força para caminhar associados a sensações de juventude levam estas mulheres a envolver-se, no mínimo há 7anos, em atividades intergeracionais que ocorrem no Bairro, através de projectos em parceria ou iniciativas espontâneas informais.

“ (...) Motiva-me muito porque eles motivam-me. Eu vou para ao pé deles com um gozo que não faz ideia. (...) Cada vez que olho para os jovens tenho mais

orgulho neles porque eles quando querem fazem tudo ali direitinho (...) Porque eu disse *olha meus amores se me deixarem ficar mal eu não faço mais festas nenhuma*s e a neta da Cravo disse assim: *esteja descansada*. A Inês, o que o Marco, o José, o Rafa, as gémeas, e não foi preciso muito, eles puseram ali as coisas um espectáculo! E eu antes não acreditava que eles fizessem” (Iris, 66anos) Rosa (79anos) testemunha as sensações de juventude: “ (...) agente sente-se satisfeita. Sentimo-nos mais jovens.”

Por sua vez, este envolvimento em atividades intergeracionais conferem um novo estatuto na comunidade alcançando um prestígio social até então não conseguido. Aquando a colocação da pergunta todas em simultâneo confessaram que lhes dá reconhecimento social e confiança por poderem caminhar sem medo por prédios e ruas até então não frequentadas.

“Só isso a gente fica encantado! O ser conhecida.” (Crisântemo, 69anos)

“ Eu acho que sim, dá mais a vontade para caminhar nos prédios, nas ruas” (Orquídea, 85anos).

### **3.5 Termo atribuído pelas mulheres à categoria social da velhice - Idoso, Velho ou Sénior?**

As mulheres entrevistadas em focus group elegeram por unanimidade a palavra senior para categorizar as pessoas com mais de 65anos. A questão colocava a hipótese de serem chamadas pela comunicação social por idosas, velhas ou seniores. A palavra idosa e velha estão conotadas de ideias depreciativas daí não terem sido escolhidas para contextos sociais. A palavra sénior é mais suave e a mais correta para traduzir o sentimento do espírito jovem que há nelas.

“ Assim sénior é mais bonito” (Iris, 66anos)

“Sénior fica mais suave(...)Velho não me considero velha, nem idosa. Sou sénior! Ao menos que nos chamem a palavra correta!” (Crisântemo, 69anos)

Rosa (79anos), Hibisco (71anos) e Cravo (70anos) confessam não gostar da palavra velha.

“ A mim tanto me faz, velha não gosto, como há aí uma senhora que é mais velha que eu e diz: *olha aquela velha!* Acho mal, acho que isso fica feio. Agora se me dissessem já estás velha, já estou mesmo.” (Cravo, 70anos)

Porém, apenas Rosa discorda com o grupo quanto ao termo a utilizar, pois prefere chamar a senhora é uma idosa, do que sénior.

“Eu para me chamar de velho, não é uma coisa muito boa, pode-se chamar outro nome sem ser velho. Pode-se chamar a senhora é uma idosa, agora velha acho que não se deve dizer!” (Rosa, 79anos)

#### **Capítulo 4: Discussão dos resultados**

Antes de mais convém proceder à retrospectiva das grandes linhas de procedimento da presente investigação que teve como ponto de partida saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres com 65 e mais anos, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental. A abordagem conceptual do envelhecimento social, do envelhecimento ativo, das relações intergeracionais e da participação conduziu o estudo através da aplicação de instrumentos de análise qualitativos, tais como as entrevistas de história de vida e de focus group. A história de vida permitiu obter uma visão individual acerca do tema num contexto de uma vida. O focus group forneceu uma visão coletiva sobre a problemática numa interacção e reacção emocional inesperada face ao assunto apresentado. A triangulação destes instrumentos admitiu uma avaliação qualitativa mais ampla do objecto em análise. Todavia, realça-se que as oito mulheres seleccionadas não são uma amostra representativa para tirar conclusões aprofundadas acerca das relações intergeracionais e o processo de envelhecimento social das pessoas com 65 e mais anos, residentes em Portugal.

À medida que a investigação avançava as ideias convergiam para uma interligação entre os conceitos. A abordagem conceptual do envelhecimento social implica analisar as relações sociais na velhice e por sua vez a atitude perante o envelhecimento que se quer ativo. O conceito de envelhecimento ativo aponta a participação e as relações intergeracionais como promotoras da solidariedade intergeracional. A participação na velhice destaca as actividades produtivas como voluntariado intergeracional e associativismo. As relações sociais intergeracionais circunscrevem a interacção social e envolvimento social produtivo entre pessoas de diferentes gerações, confiadas ao processo de envelhecimento das sociedades.

Desta forma, as conclusões obtidas por via dos dados empíricos dão resposta aos objectivos através da discussão apresentada em forma de texto, sobressaindo pequenos subtítulos para facilitar a compreensão do leitor.

- **Envelhecimento social ao longo da vida**

Os dados empíricos resultantes da entrevista focus group corroboram com estudo sobre a autopercepção da idade de Westerhof (2003), pois a idade cronológica não corresponde à idade social por terem precisamente auto-estima elevada e uma participação social ativa ao longo do processo de envelhecimento.

Estas mulheres em entrevista individual conotaram a idade social como a idade de espírito. As expressões como *sinto que tem um espírito de jovem* são constantes e intensificam a importância da idade social em detrimento da idade cronológica. Em média afirmam ter menos 34 anos que a idade cronológica. Não existe correlação entre o ser mais velha e sentir-se mais nova. Vejamos, duas mulheres, de 70 e 71 anos de idade cronológica sentem que têm respetivamente um espírito jovem de 50 anos e 30 anos. Teria de ser cruzado outras variáveis que influenciam esta autopercepção da idade. Revelam que o espírito mantém-se jovem por terem adoptado uma postura ativa ao longo da vida.

Estas mulheres conseguiram orquestrar a balança entre as perdas e os ganhos, próprios do envelhecimento. Não revelam ter uma progressiva diminuição dos contactos sociais, uma vez que sempre alimentaram as amizades do passado e conseguiram sempre estabelecer novas amizades, ao longo da vida. A manutenção das relações de amizade do passado é feita através de visitas domiciliárias e contactos telefónicos. Os amigos do presente inserem-se nos grupos de interesse das atividades que participam no Centro de Desenvolvimento Comunitário. A grande maioria das entrevistadas refere que foram, e são, as intuições, os locais privilegiados para estabelecer as amizades.

Na entrevista de histórias de vida percebemos que estas mulheres não têm distanciamento social, e apenas uma referiu ter mais amigos no passado, apesar de ter alguém para conversar e desabafar, nesta fase da velhice.

Os contactos sociais conferem um sentido de pertença, porém são eleitos de confiança para desabafar, elementos da família: o marido, a irmã e as filhas. A relação destas mulheres com a família foi autopercepcionada como muito boa e bastante unida.

O progressivo esvaziamento dos papéis sociais é revelado a partir do momento que estas mulheres viveram em contextos familiares compostos por mais de três elementos, terminando agora na velhice, duas a viverem sós, uma a viver em casal e com descendentes e as restantes apenas em casal.

A reforma foi enfrentada com algum choque, choro, desgosto, sensação de inutilidade e de mau estar. O Centro de Desenvolvimento Comunitário ajudou-as na adaptação a esta nova etapa da vida, arranjando formas participativas de ocupar o tempo livre. Para as mulheres que foram domésticas, foi vivenciada positivamente, uma vez que a autonomia financeira deu-lhes uma sensação de poder nunca experienciada. Por outro lado, a reforma por invalidez foi vista como a salvação económica para quem a saúde já não permitia produzir meios económicos de subsistência.

Relativamente à possível perda de decisão e autonomia financeira, esta não se verificou na grande maioria das mulheres entrevistadas que mencionaram ter poder de decisão hoje e no passado. Quatro mulheres referiram ter sido *a dona da carteira*, no que diz respeito à gestão doméstica e duas nunca tiveram poder de decisão, devido às características pessoais e à dependência financeira.

Os dados revelam que estas mulheres nunca pensaram na velhice afirmando que viveram e aceitaram o dia-a-dia, ao longo da vida. No entanto, estas mulheres manifestam que daqui a 15 anos não estarão vivas e se estiverem vêm-se com uma patologia ou demência que as impede de ser autónomas. Receiam depender de terceiros e fazer sofrer os familiares. Ao idealizarem o desejado, todas referenciam gostar de ser amanhã, o que são hoje, independentes e ativas.

Na entrevista focus group, todas as participantes exteriorizaram não estar arrependidas de não terem pensado na velhice. Contudo, explicam que nos deveremos preparar desde a infância.

Para tal, através da participação activa concorrem para os benefícios que advém da melhoria da qualidade de vida, da independência e do bem-estar individual e colectivo.

Os resultados revelam que duas mulheres ganharam a independência, após falecimento do marido. De igual forma o papel que cada mulher desempenhou no seio da família contribui para a sua aquisição da independência. O fato do marido trabalhar fora permitiu que assumisse autonomia nas tomadas de decisão. No entanto, três mulheres alcançaram a independência ao longo da vida e demonstram a marca do regime autoritário que Portugal vivenciou durante anos.

As oito mulheres entrevistadas referiram sentir-se livres nesta fase da velhice e uma realça que alcançou a liberdade após falecimento do marido.

Os dados referem que a perda de autonomia está relacionada com o processo de envelhecimento biológico. Num determinado momento da vida, quase todas as mulheres

sentiram-se ameaçadas pela deterioração física. Ao nível das doenças, surgem problemas de depressão, de câncer, de diabetes, reumáticos, urinários, coronários, asmáticos.

Não se obteve respostas negativas face às impossibilidades financeiras para cuidar da saúde, contudo algumas revelaram não ter recursos financeiros para viajar, por ter de pensar em apoiar os filhos.

A grande maioria revela ter cuidado na alimentação no que diz respeito a evitar as gorduras e os fritos preferindo estufados, cozidos e grelhados.

Metade das entrevistadas mencionou já ter vivenciado um momento que as fizesse ver que estavam a envelhecer. É sobretudo a idade biológica que se manifesta e o medo da velhice associada à dependência.

A outra metade refere não ter pensado que estava a envelhecer e revela ter uma auto-estima elevada nesta fase da velhice.

Os resultados empíricos desta investigação revelam que todas as mulheres dizem ter qualidade de vida valorizando a saúde, as relações sociais intra e extra familiares, a participação social, os prazeres de ter uma casa limpa, de viajar e poder financeiro. É de realçar que o conviver com outras pessoas e o ter saúde foi nomeado por unanimidade.

Neste sentido, conclui-se que o processo de envelhecimento social destas mulheres numa perspectiva de vida passou pela ocupação dos tempos livres através participação ativa em todas as actividades que se envolviam. Atualmente, ocupam o tempo em actividades da vida diária (higiene pessoal e limpeza da casa) e em actividades de tempos livres (conviver com outros, facebook), exercícios físicos (Tai Chi, Yoga, dança, hidroginástica, ginástica e caminhadas) e voluntariado (actividades intergeracionais).

- **As relações sociais intergeracionais**

Os dados obtidos na entrevista focus group conseguimos perceber que ao longo da vida, estas mulheres sempre conviveram com várias gerações. Contudo, revelam que as relações intergeracionais eram mais vividas no passado porque surgiam de forma espontânea na comunidade onde estavam inseridas.

Na entrevista focus group, estas mulheres manifestaram que trazem memórias de aprendizagens com pessoas mais velhas. As redes familiares (tias, madrinhas) e as redes de vizinhanças desempenharam um papel de suporte educativo, complementar ao dos pais. Porém, nas entrevistas individuais revelaram que ao longo da vida aprenderam actividades espirituais e de lazer com os avós.

As duas mulheres que saíram de casa com 6 anos para ir servir afirmam ter como referência uma figura adulta. A directora do Colégio das Criadas e os patrões serviram de modelo positivo que ainda hoje guardam na memória.

Nas relações intergeracionais com pessoas mais jovens estas mulheres admitem aprender muito com os netos. Através desta relação sentem-se mais jovens e acompanham as evoluções tecnológicas e aprendem a lidar com a diferença.

Apesar de reconhecerem aprender com os netos, têm uma admiração pelo que os mais jovens conseguem fazer e sentem prazer durante esse convívio.

O facto de conviver com pessoas mais novas faz com que acreditem na capacidade em aprender coisas novas. No entanto, há quem revele que a memória já não é igual e que o ritmo dos mais novos requer muita paciência da parte delas.

A relação entre o convívio intergeracional e a construção de projectos de vida na velhice depende de factores intrínsecos à personalidade de duas mulheres e de factores externos. Duas mulheres referiam não ter projectos a longo prazo durante a vida, por maneira de ser. Uma afirma que todas as pessoas conseguem ter projectos se estiverem mentalizadas para isso. As restantes mulheres, por se assumirem sócias voluntárias da Associação Intergeracional, vêem nos jovens o futuro e os projectos são edificados em função deles.

- **Conflitos intergeracionais**

Estas mulheres afirmam existir alterações nos valores educacionais das famílias e da sociedade que levam os jovens a tomarem atitudes discriminatórias face aos mais velhos.

Se antigamente as pessoas mais velhas eram tratados com carinho e respeito, hoje são vistos como *cotas desatualizados*.

Reconhecem que, embora elas não sejam discriminadas pelos jovens, os estereótipos continuam a perpetuar.

Tal facto, não as afasta da juventude pois deixam emergir a necessidade de assumirem um papel preponderante na educação dos jovens.

Para estas mulheres foi importante conviver com diferentes gerações ao longo da vida porque *não gostam de estar isoladas; não gostam de gente mole; ficam a saber mais um pouco e gostam de ver as ideias das pessoas mais novas e das pessoas mais velhas; gostam de se auto-avaliarem e não gostam de pessoas com síndrome de velhice*. O conceito de síndrome de velhice foi referido por uma das mulheres, de 69anos, e atribui-o a todas as pessoas, de diferentes idades, que não têm um processo de envelhecimento saudável.

Estas mulheres destacaram as actividades de tai Chi, Yoga, dança, festas, passeios, pinturas, arraiolos e culinária como espaços de convivência intergeracional, promovidos pela Junta de Freguesia e pelo Centro de Desenvolvimento Comunitário. A dança foi mencionada como uma actividade que permitem às crianças do primeiro ciclo relacionarem-se com os seniores. A comemoração dos dias festivos decorre no Jardim de Infância da Associação de Moradores. A culinária, promovida pela Associação Intergeracional, aproxima os jovens dos seniores. O Tai ji, os passeios, as pinturas e os arraiolos contam com a presença de várias gerações.

- **Benefícios das relações intergeracionais**

Para a grande maioria das mulheres entrevistadas em focus group, as pessoas deveriam relacionar-se com todas as gerações no sentido de renovar ideias e assimilar novas aprendizagens. Na entrevista individual, evidenciam a relação entre as preferências etárias e o tipo de actividade a partilhar.

Os dados conferem que para estas mulheres as relações intergeracionais não deveriam ser forçadas, deveriam nascer de forma espontânea na comunidade, nos centros de dia, na família e nas escolas, pois só assim a sociedade seria um espaço aberto ao diálogo e a promoção de redes de solidariedade.

O sentido de utilidade não está directamente relacionado com o convívio com outras gerações, mas sim com as actividades produtivas que estas mulheres desenvolvem no seu dia-a-dia. O ir buscar os netos à escola e dar-lhe de jantar, o fazer o bem pela comunidade, o ajudar o outro foram actividades mencionadas pela grande maioria que se se útil nesta fase da velhice.

As mulheres entrevistadas referem que gostam de pertencer aos grupos de interesse das atividades que realizam no Centro de Desenvolvimento Comunitário e apenas três referiram que programam encontros fora desses momentos.

O exercício de voluntariado permite dar sentido de pertença e de utilidade. A realização pessoal e desenvolvimento individual, das quatro mulheres que afirmam ser voluntárias, está relacionado com o ser prestável e o contribuir para o desenvolvimento da comunidade em que vivem.

- **As relações intergeracionais Familiares**

Todas as mulheres responderam encontrar-se com todas as gerações dentro da família. As festas de anos, a comemoração dos dias festivos, os almoços e jantares semanais com os filhos e os netos e os encontros esporádicos com irmãos e primos e a férias na terra, conferem

a intensidade dessas relações. Nos encontros semanais as mulheres experienciam sensações de felicidade e alegria.

Nas relações intergeracionais familiares, todas as mulheres referiram que estão incumbidas de desempenharem sozinhas, o papel de cozinheiras. No que diz respeito à entreaajuda familiar são os netos que ocupam o lugar central.

Os elementos da família que recorrem a estas mulheres para resolverem os seus problemas ou tomar grandes decisões são: maridos e irmãs, filhos e netos e filhas. Algumas focaram que as questões financeiras motivam o pedido de orientação ou auxílio.

Os dados empíricos revelam que estas mulheres sentem que são uma peça importante na família, sobretudo para os filhos e netos que precisam delas. Também associam serem peças importantes pela maneira como são respeitadas e acariciadas.

As mulheres referiram que as aprendizagens advindas das relações intergeracionais permitiram reagir melhor em momentos de luto e perda e permitiram que a comunidade as conhecesse pelo envolvimento com os mais novos.

Quando abordadas na entrevista focus group acerca das relações sociais intergeracionais na sociedade actual, a grande maioria manifestou haver falta de tempo para diálogo e manutenção das redes de vizinhança.

- **A Participação Social**

A referência familiar que contribuiu para a aceção do conceito de participação social, é do género masculino. Para metade das entrevistadas o *pai* foi a figura de referência para o exercício da cidadania, foi com ele que aprenderam adoptar uma atitude participativa na comunidade onde se inserem, hoje. Estas mulheres têm comum o modelo positivo e participativo da figura masculina. Surge um avô e um tio presidentes da junta e um pai músico da Banda de Mateus; um pai que pertencia aos bombeiros e ao sindicato dos tipógrafos; e um pai encenador, ensaiador, poeta das Marchas do Beato.

Duas mulheres referem que aprenderam com elas mesmas e com a vida tendo instituições (Casa de Sta Zita e o Centro de Desenvolvimento Comunitário) servido de catalisadores para a sua emancipação.

Uma, traz um apontamento curioso quando refere que deve ter adquirido esta atitude por herdamento genético, uma vez que referencia que talvez venha do pai a *rabiteza* perante a vida, apesar de nunca ter vivido com ele.

Na vida adulta algumas mulheres manifestam ter sido reivindicativas face ao que lhes era proposto pelos chefes em contexto de trabalho. Apenas duas mulheres referiram ser sócias do sindicato, mas não dirigentes. As outras, apesar de não serem sindicalizadas sempre defenderam os seus direitos e dos restantes colegas. Estas mulheres destacam a frontalidade e a determinação como característica da personalidade, necessária para a participação efectiva.

- **Análise do papel social destas mulheres**

As oito mulheres entrevistadas são sócias da Associação Intergeracional do Bairro, três constituem os órgãos sociais (Vice Presidente da Direcção, 66anos; Presidente da Assembleia Geral, 65anos; Vogal do Conselho Fiscal, 67anos), e uma de 85 anos é sócia voluntária.

Apenas duas mulheres (66 e 85 anos) referiram ter sido responsáveis pela organização de um grupo social que contribuiu para o desenvolvimento local ou comunitário no Bairro (Associação de Moradores e Grupo EcoEstilistas).

Nesta fase da velhice, estas mulheres continuam a ter um papel ativo na comunidade onde vivem. Estão atentas às necessidades e explicam que estão disponíveis para a mobilização dos moradores acreditando nos princípios do desenvolvimento comunitário. No entanto, os dados referem que existe a figura do mobilizador proactivo e o mobilizador que espera a iniciativa de outros para se juntar na luta. Apenas duas referem não ter iniciativa para a mobilização mas contribuem para alcançar o bem comum. As restantes mulheres envolvem-se em diferentes tipos de mobilização associado ao papel de voluntárias da Associação Intergeracional que são fundadoras; à organização da gestão dos condomínios (aumento das rendas e limpezas dos prédios) e à recolha de assinaturas para o Orçamento Participativo). Uma, de 85anos, sugere a criação da resposta de centro de noite no Bairro, por ver a sua necessidade uma necessidade colectiva dos mais velhos.

- **Nível de participação destas mulheres nas actividades intergeracionais**

Todas as mulheres conferem a participação colectiva (Mass e Lampert ,2002) e ou orientada para a união (Haak et all 2008) quando se envolvem ativamente com vista alcançar objectivos comuns. As actividades intergeracionais são do interesse comum a todas as entrevistas. O grau de envolvimento social, a que Golden (2009) chamou de motivação natural de pertencer a um grupo e ser aprovado socialmente, através do desempenho de determinadas actividades, é inquestionável. Todas elas estão no processo de tomadas de decisão, organização, execução e avaliação, evidenciando que não se limitam ao que outros decidem, respeitando a decisão

tomada pela maioria. Uma das mulheres (69anos) foi nomeada pelo grupo de dança como representante em reuniões do Grupo de Gestão das actividades do Espaço GerAcções, do Centro de Desenvolvimento Comunitário.

- **As motivações, expectativas e aprendizagens que surgem na participação**

Robbins e Metzner (1982) referem o nível de participação social elevada produz efeitos ao nível da saúde física e mental e retarda o risco da mortalidade. Na entrevista focus group as sensações de bem-estar, de sentido de utilidade e força para caminhar associados a sensações de juventude, levam estas mulheres a envolver-se, no mínimo há 7anos, em actividades intergeracionais que ocorrem no Bairro, através de projectos em parceria ou iniciativas espontâneas informais.

Por sua vez, este envolvimento em actividades intergeracionais atribuem um novo estatuto na comunidade alcançando um prestígio social na velhice. Aquando a colocação da pergunta todas em simultâneo confessaram que lhes dá reconhecimento social e confiança por poderem caminhar sem medo por prédios e ruas até então não frequentadas.

- **Termo atribuído pelas mulheres à categoria social da velhice - Idoso, Velho ou Sênior?**

As mulheres entrevistadas em focus group elegeram por unanimidade a palavra senior para categorizar as pessoas com mais de 65anos. A questão colocava a hipótese de serem chamadas pela comunicação social por idosas, velhas ou seniores. A palavra idosa e velha estão conotadas de ideias depreciativas, daí não terem sido escolhidas para contextos sociais. A palavra sênior é mais suave e a mais correta para traduzir o sentimento do espirito jovem que há nelas.

## **Conclusão**

Nas histórias de vida relatadas por estas oito mulheres constata-se que são um exemplo da nova imagem da velhice não confiada apenas a demências e patologias. São visionárias ancestrais de espirito jovem, que abrem novas portas para a construção social da velhice nas sociedades neoliberais e desafiam os humanistas quando afirmam que as actividades produtivas, na velhice, dão sentido à própria existência. A participação destas mulheres é produtiva ou orientada para a performance porque se envolvem socialmente oferecendo prestação de bens e serviços com vista o bem comum, através do associativismo ou voluntariado.

Mulheres com histórias que nos fazem acreditar que a participação social contribui espontaneamente para o diálogo entre as gerações, em todas as fases da vida e que corroboram a ideia de uma sociedade para todas as idades, na medida em que são todas da opinião que o ser humano nunca deveria deixar de ter um papel ativo na comunidade onde está inserido, desde que a saúde e a força de vontade o permitam.

Mulheres que definem o envelhecimento como um processo natural de viver ativamente a passagem do tempo alimentado por uma vontade intrínseca de gostar de viver cada momento.

A presente investigação poderia contribuir para novos conhecimentos teóricos se tivesse como modelo de análise concetual as questões do género, participação social e velhice.

Neste âmbito, partindo dos dados que emergem das histórias de vida seria interessante proceder à mesma investigação tendo como amostra as filhas destas mulheres, no sentido de compreender se houve uma passagem de testemunho dos valores da solidariedade e participação ativa, ao longo da vida. A hipótese de desenvolver um estudo comparativo de histórias de vida, tendo como amostra homens e mulheres com 65 e mais anos residentes em Portugal, seria um desafio aliciante e com resultados certamente inesperados. Outros dados despertaram curiosidade em desenvolver estudos acerca das Filhas de Pais Incógnitos ou o papel social das Casas de acolhimento de Crianças Criadas, recrutadas do norte.

### **Referências Bibliográficas**

Amaro, Roque (2010/2011). Supervisão / Formação em Desenvolvimento Comunitário. Lisboa: SCML (Santa Casa da Misericórdia de Lisboa)

Amoss, PT (1981). Cost Salish elders” In AMOSS P.T. E HARREL S. Other ways of Growing Old – Anthropological Perspectives, Stanford: Stanford University Press, Evandrou, M. e Victor, C.R. Differentiation in later life: socail class and housing tenure cleavages. In BYHEWAY

Attias-Donfut, Claudine (1998) – La dynamique de l’entraide intergénérationnelle, 1ères Rencontres Sauvy, INED

Ammann, S.B. (1981). Considerações Críticas sobre o conceito de participação in Serviço Social e Sociedade, nº 5 ano 2. S. Paulo Cortez, p.147-156.

Bronfenbrenner,U.&Evans,G.W.(2004).DevelopmentalScienceinthe21thCentury–Emerging Questions,TheoreticalModels,ResearchDesingsandEmpiricalFindings.*SocialDevelopment*,9,1, pp.115-125.

Bairrão,J.(1992).APerspectivaEcológicajemPsicologiadaEducação.*Cadernos de ConsultaPsicológica*,8,pp.57-68.

Baptista, I. (2008). Pedagogia Social: uma ciência, um saber profissional, uma filosofia de acção. *Cadernos de Pedagogia Social. Educação e Solidariedade Social*. Lisboa: UCP, p. 7-30

Cardoso, Ana (2011). Formação em Desenvolvimento Local. Lisboa: CESIS (Centro de Estudos para a Intervenção Social).

Coll, C., Palacios, J. & Marchesi (2004). pp. 373 – 437. Desenvolvimento Psicológico e Educação (Vol. I) - Psicologia Evolutiva. São Paulo: Artes Médicas.

COP (2011) Comunidade Prática Os Centros de Dia da Direcção Oriental da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, Lisboa. Grupo composto por Diretores, Assistentes Sociais, Animadores Sociais, Educadora Social, Psicólogos e Terapeutas Ocupacionais. SCML.

Debert, Guita Grin (1999) A Reinvenção da Velhice. São Paula: EDUSP.

Dias MD.( 2007) Histórias de vida: as parteiras tradicionais e o nascimento em casa. Revista Eletrônica de Enfermagem [serial on lineMai-Ago; 9(2): 476-488. Available from: URL: <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n2/v9n2a14.htm>

Dias, C. (2000). Grupo Focal: técnica de coleta de dados em pesquisas qualitativas, *Informação & Sociedade: Estudos*, 10 (2).

Fonseca, A. M. (2005). Desenvolvimento Humano e Envelhecimento. Lisboa: Climepsi.

Fonseca, A. M. (2006). O Envelhecimento: Uma Abordagem Psicológica (2ª Ed). Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.

Fonseca (2010). Promoção da Qualidade de Vida dos Idosos Portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. Porto: publicação efectuada em parceria Unidade de Investigação e Formação em Adultos e Idosos, Universidade de Aveiro, Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Instituto Piaget, Universidade Católica Portuguesa.

Fonseca, A. M. (2005). Desenvolvimento Humano e Envelhecimento. Lisboa: Climepsi.

Fonseca, A. M. (2006). O Envelhecimento: Uma Abordagem Psicológica (2ª Ed). Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.

Fonseca, A.M. (2005). O envelhecimento bem sucedido. In C. Paúl e A.M. Fonseca (coord.), *Envelhecer em Portugal. Psicologia, saúde e prestação de cuidados*. Lisboa: Climepsi.

Fernández-Ballesteros, R. (dir.) (2002). *Vivir con vitalidad, Vol I – Envejecer bien. Qué es y cómo lograrlo*. Madrid: Ediciones Pirámide. p.16.

Ferrigno, JC (2006) A Identidade Jovem e a Identidade do Velho: questões contemporâneas In *Velhices: Reflexões Contemporâneas de São Paulo*: SESC/IPUC, p. 11-23.

Falcato de Almeida, M. J. (2006). Velhice e participação social – o impacto da participação em UTI na velhice bem-sucedida. A experiência dos alunos da universidade de 3ª idade do barreiro, Lisboa. ISCTE.

Guerra, I.C. (2002) Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção. O Planeamento em Ciências Sociais. Lisboa: Edição Pincipia.

Gomez, J.; Freitas, O.M.P.; Callejas G.V. (2007) Educação e Desenvolvimento Comunitário Local. Perspectivas Pedagógicas e Sociais da Sustentabilidade. Porto: Profedições.

Gonçalves, Daniela et Martín, Inácio, Guedes ,Joana et Cabral-Pinto, Fernando , & António M.

Gonçalves, Daniela et Martín, Inácio, Guedes ,Joana et Cabral-Pinto, Fernando , & António M. Fonseca (2010). Promoção da Qualidade de Vida dos Idosos Portugueses através da continuidade de tarefas produtivas. Porto: publicação efectuada em parceria Unidade de Investigação e Formação em Adultos e Idosos, Universidade de Aveiro, Instituto Superior de Serviço Social do Porto, Instituto Piaget, Universidade Católica Portuguesa

Gil, A. P. M. (1999). Redes de Solidariedade intergeracional na velhice, cadernos de política social, APSS, 1 p. 93-143.

Gorjão, S. (2011). O Papel da Participação social no envelhecimento ativo. Construção e validação de um instrumento. Tese de Mestrado em Psicologia social e das Organizações. Lisboa. ISCTE.

Guerra, I. (2006). Fundamentos e processos de uma sociologia de acção. O planeamento em ciências sociais. Cascais. Editora PRINICIPIA

Hamilton, I. (2002) *A Psicologia do Envelhecimento: uma introdução*. Lisboa: Artemed Editora.

Hamilton, I. (2002) *A Psicologia do Envelhecimento: uma introdução*. ARTEMED Editora.

Lima, M. P. (2006) Posso Participar? Actividades de desenvolvimento pessoas para idosos. PP 9 – 16, Colecção Idade do Saber. Lisboa: Edição Ambar

Lopes, L.S.E. (2008). *Encontros Intergeracionais e a Representação Social. O que as crianças pensam dos velhos e a velhice*. Holambra - S.P: Setembro Editora.

Lima, C.R. (2007). *Programas Intergeracionais: um estudo sobre as actividades que aproximam as diversas gerações*. Campinas/SP; Dissertação de Mestrado em Gerontologia, orientada por Giglio Z.G., Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas.

Lima, C.R. (2007). *Programas Intergeracionais: um estudo sobre as actividades que aproximam as diversas gerações*. Campinas/SP; 2007: Dissertação de Mestrado em Gerontologia, orientada por Giglio Z.G., Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas.

Lopes, L.S.E. (2008). *Encontros Intergeracionais e a Representação Social. O que as crianças pensam dos velhos e a velhice*. Holambra - S.P: Setembro Editora.

Lima, M. P. (2006) Posso Participar? Actividades de desenvolvimento pessoas para idosos. PP 9 – 16, Colecção Idade do Saber. Edição AMBAR.

Meihy, JCSB (2005) *Manual de História Oral*. 3. ed.São Paulo: Loyola

Morgan, D. (1997) *Focus Groups in Qualitative Research* (2nd edn) (*Qualitative Research Methods*, Vol. 16). London: Sage.

Marques, M. (2008) *Envelhecimento activo: um olhar multidimensional sobre a promoção da saúde. Estudo de caso em Viana do Castelo* TORRES. VI Congresso português sociologia mundos sociais: saberes e práticas. Lisboa. Faculdade de Ciências Sociais e Humanas.

Marquês, S.A.V. (2009). *Educabilidade e construção de laços intergeracionais*. Braga: Dissertação de Doutoramento em Ciências de Educação – especialização em Pedagogia Social, Universidade do Minho.

Mauss, Marcel (2003). *Sociologia e Antropologia* São Paulo: COSAC J Naify

Nóvoa, A.; Almeida, C-A; Boterf, G.; Azevedo, Rui. (1992) *Formação para o Desenvolvimento*. Lisboa: Fim da Século Edições Lda.

Nunes, L.N.V. (2009). *Promoção do Bem-Estar subjectiva dos Idosos através da Intergeracionalidade*. Coimbra: Dissertação de Mestrado em Psicologia especialização em psicologia do desenvolvimento, orientada por Lima, M. P., Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.

Nunes, L.N.V. (2009). *Promoção do Bem-Estar subjectiva dos Idosos através da Intergeracionalidade*. Coimbra: Dissertação de Mestrado em Psicologia especialização em psicologia do desenvolvimento, orientada por Lima, M. P., Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.

Osório, A. & Pinto, F. (2007) *As Pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. PP 66 – 77, 166 – 177. Lisboa: Horizontes Pedagógicos Divisão Editorial Instituto Piaget.

Palmeirão, C. (2007). O esforço do nosso tempo. Aprender na e com a vida as respostas da Pedagogia Social. *Cadernos de Pedagogia Social*. Lisboa: UCP, p. 125-134

Palmeirão, C. (2008). A educação intergeracional no horizonte da Educação Social: compromisso do nosso tempo. *Cadernos de Pedagogia Social*. Lisboa: UCP, p. 81-100

Palmeirão, C. (2007b). *A interação geracional como estratégia educativa: um contributo para o desenvolvimento de atitudes, saberes e competências entre gerações*. Porto. FPCEUP (Tese de Doutoramento)

Palmeirão, C. (2002). Derrubar para mudar. Terceira idade: uma questão para a Educação Social. *Educação Social*. Porto: UPT, p. 35-49

Québec (1999) A Solidariedade Intergeracional. Declaração de Québec, 23 de Maio .Depósito legal da Biblioteca nacional do Québec, pp 1-12.

Reynaud, M.T. (1997). Envelhecimento, Empowerment e Capacitação. A Nossa Responsabilidade Individual e Colectiva. Seminário Internacional sobre o Envelhecimento Humano. PP 63-64. Lisboa: Uma Iniciativa do Centro de Estudos e Formação Permanente.

PAÚL, C. e A. M. Fonseca, *et al* (2005).Satisfação e Qualidade de Vida em Idosos Portugueses”, in C.Paul e A. M. Fonseca (coords), *Envelhecer emPortugal*, Lisboa, Climepsi Editores, pp. 76-95.

Pinto, T. (2012)Associação VIDA - Valorização Intergeracional e Desenvolvimento Activo, Portugal : vida@viver.org [www.projectotio.net](http://www.projectotio.net).

Quaresma, M (2007) Envelhecer de forma activa. Envelhecer com Futuro. Revista Sociológica N.º 17 (II Série, p. 37-42)

Reis, Felipa Lopes, Como Elaborar uma dissertação de Mestrado Segundo Bolonha, 2010. PACTOR Edições de Ciências Sociais e Políticas Contemporâneas.

Silva, M.E.V. (2006). Se fosse tudo bem, a velhice era boa de enfrentar. Racionalidades Leigas sobre o envelhecimento e velhice – um estudo no Norte de Portugal, tese de doutoramento em sociologia, orientação Professora Doutora Luísa Ferreira da Silva, Lisboa. Universidade Aberta.

Trilla, J. & Petrus A. & Romans M.( 2003) *Profissão: Educador Social*, Porto Alegre, ARTEMED Editora.

Veloso, E. (2008). *Análise da Política da Terceira Idade em Portugal, 1976 a 2002*. VI Congresso Português de Sociologia – *Mundos Sociais: Saberes e Práticas*, Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, Faculdade Ciências Sociais e Humanas.

VALLESPER, J. e M. Morey (2007). A Participação dos Idosos na Sociedade: Integração VS. Segregação. A.R. Osório e F. C. Pinto (coords), *Pessoas Idosas: Contexto Social e Intervenção Educativa*. Lisboa, Instituto Piaget, p. 225-252.

Karl, Mannheim (1952). O Problema das Gerações. In – Sociologia do reconhecimento. Porto, Portugal: Res Editora Edição Inglesa P.115-176

[http://europa.eu/abouteuropa/index\\_en.htm](http://europa.eu/abouteuropa/index_en.htm), 7 de Setembro de 2012

Programa Nacional para a Saúde das pessoas idosas Circular nº 13/DGCG 02/07/2004

## **Anexos I -XVII**

Anexo I – XVI (Arquivo CD)

Anexo XII



INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE LISBOA

---

**AS RELAÇÕES INTERGERACIONAIS E AS SOCIEDADES ENVELHECIDAS**

---

*Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multigeracional de Lisboa Oriental*

***ANEXOS***

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Lisboa para obtenção do grau de mestre em Educação Social e Intervenção Comunitária

Sara Armanda Mora Teiga

Setembro 2012



INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE LISBOA

AS RELAÇÕES INTERGERACIONAIS E AS SOCIEDADES ENVELHECIDAS

---

Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multigeracional de Lisboa Oriental

## ***ANEXOS***

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Lisboa para obtenção do grau de mestre em Educação Social e Intervenção Comunitária

SOB ORIENTAÇÃO

DA PROFESSORA DOUTORA HELENA SANT'ANA

Sara Armanda Mora Teiga

Setembro 2012

# ANEXOS

<b>Anexo I – PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DE UM PROJETO DE INVESTIGAÇÃO.....</b>	<b>4</b>
<b>Anexo II- CARTA DE CONSENTIMENTO INFORMADO.....</b>	<b>5</b>
<b>Anexo III – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....</b>	<b>6</b>
<b>Anexo IV – GUIÃO INSTRUMENTOS DE ANÁLISE: ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA E FOCUS GRUPO.....</b>	<b>7</b>
<b>Anexo V – ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº 1.....</b>	<b>11</b>
<b>Anexo VI – ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº2.....</b>	<b>34</b>
<b>Anexo VII- ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº 3.....</b>	<b>51</b>
<b>Anexo VIII – ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº4.....</b>	<b>68</b>
<b>Anexo IX – ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº5.....</b>	<b>87</b>
<b>Anexo X – ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº6.....</b>	<b>104</b>
<b>Anexo XI-ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº7.....</b>	<b>120</b>
<b>Anexo XII-ENTREVISTA HISTÓRIA DE VIDA Nº8.....</b>	<b>144</b>
<b>Anexo XIII- ENTREVISTA FOCUS GROUP.....</b>	<b>174</b>
<b>Anexo XIV- CONSTRUÇÃO MODELO DE ANÁLISE.....</b>	<b>203</b>
<b>Anexo XV- AUDIO ENTREVISTAS HISTÓRIAS DE VIDA .....</b>	<b>.....</b>
<b>Anexo XVI – AUDIO ENTREVISTA FOCUS GROUP.....</b>	<b>.....</b>
<b>Anexo XVII – CURRICULUM VITAE.....</b>	<b>.....</b>

# Anexo I

Ex.ma Senhora \_\_\_\_\_



Directora do

Centro de Desenvolvimento Comunitário \_\_\_\_\_,

Rua Pedro \_\_\_\_\_ 1950 Lisboa

Lisboa, 08 de Março de 2012

**Assunto:** Pedido de autorização para desenvolvimento de um Projecto de Investigação no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária na Escola Superior de Educação de Lisboa.

Sara Armanda Mora Teiga, aluna do Curso de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária na Escola Superior de Educação de Lisboa, vem pela presente solicitar a V.<sup>a</sup> Ex.<sup>a</sup> autorização para desenvolver um trabalho de investigação no Centro que dirige. O estudo intitula-se **“As Relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas. Envelhecer numa sociedade não stop – Um Território Multi-geracional de Lisboa Oriental**, e tem como finalidade **perceber se** a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres, com mais de 60 anos, residentes num Território Multigeracional de Lisboa Oriental. Tem como objectivos gerais: analisar o papel social destas mulheres na comunidade; identificar o nível de participação destas mulheres nas actividades intergeracionais; conhecer os benefícios da participação em actividades intergeracionais; identificar o que as afasta ou aproxima das novas gerações; conhecer o processo de envelhecimento social ao longo da vida de cada uma das mulheres. Será orientado pela Prof. Doutora Helena Sant’Ana.

Neste sentido, pedimos a vossa colaboração para a realização do referido estudo o qual será efectuado pela própria, no Espaço GerAcções do Centro de Desenvolvimento Comunitário do Bº dos Lóios. Todos os procedimentos éticos e deontológicos serão assegurados, nomeadamente a confidencialidade dos dados obtidos. No final do estudo, uma cópia do trabalho será entregue.

Agradecendo desde já a vossa atenção para o ora solicitado, despeço-me com os melhores cumprimentos.



## Anexo II

### CARTA DE CONSENTIMENTO INFORMADO

Eu, Sara Armanda Mora Teiga, bilhete de identidade 11701607, Licenciada em Educação Social, estou a desenvolver um estudo de investigação no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação de Lisboa, e tem como tema as relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas.

A tese titulada *Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multi-geracional de Lisboa Oriental* procurará saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres com mais de 60, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental, o presente estudo tem como objectivos gerais:

- analisar o papel social destas mulheres no território multigeracional onde estão inseridas;
- identificar o nível de participação destas mulheres nas actividades intergeracionais;
- Conhecer os benefícios da participação em actividades intergeracionais;
- Identificar o que as afasta ou aproxima das novas gerações;
- conhecer o processo de envelhecimento social de cada uma delas, ao longo da vida.

Informo que a Senhora foi seleccionada para a realização de entrevistas e tem a garantia de acesso, em qualquer etapa do estudo, sobre qualquer esclarecimento de eventuais dúvidas. Também é garantida a liberdade da retirada de consentimento a qualquer momento e deixar de participar no estudo, sem qualquer prejuízo.

O Sra. tem o direito de ser atualizada sobre os resultados parciais das pesquisas e caso seja solicitado, darei todas as informações que solicitar.

Não existirão despesas ou compensações pessoais nem financeiras para o participante em qualquer fase do estudo.

Todos os dados relativos à identificação dos Participantes neste estudo são confidenciais e que será mantido o anonimato.

Como investigadora, comprometo-me a utilizar os dados, somente para pesquisa e os resultados serão veiculados através de artigos científicos, em revistas especializadas e/ou em encontros científicos e congressos.

Anexo está o consentimento livre e esclarecido para ser assinado caso não tenha ficado qualquer dúvida.

Nome do Investigador e Contacto: SARA ARMANDA MORA TEIGA, 218365000

Data

Assinatura

\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Anexo III

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Acredito ter sido suficiente informada a respeito das informações que li ou que foram lidas para mim, descrevendo o estudo de investigação no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação de Lisboa, e que tem como tema as relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas, titulado *Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multi-geracional de Lisboa Oriental*.

Ficou claro também que a minha participação é isenta de despesas e que tenho garantia do acesso aos resultados e de esclarecer minhas dúvidas a qualquer tempo.

Concordo voluntariamente em participar neste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidade ou prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido.

\_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do participante ou do responsável

Nome: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do(a) pesquisador(a)

\_\_\_\_\_

## **Instrumentos de Recolha de análise**

### *Guião de entrevista histórias de vida*

#### **Identificação**

Idade, género, estado civil, naturalidade, agregado familiar, profissão, locais onde viveu ao longo da vida, profissão/escolaridade do marido, profissão/escolaridade dos avós, profissão/escolaridade dos pais, profissão/escolaridade dos filhos e dos netos.

#### **Dimensão social do conceito de envelhecimento**

##### **Indicadores:**

- Progressiva diminuição dos contactos sociais
- Distanciamento social
- Progressivo esvaziamento dos papeis sociais
- Progressiva perda de decisão
- Possível perda de autonomia e independência

#### **Dimensão social do conceito de envelhecimento activo**

##### **Indicadores:**

- Autonomia
- Independência
- Qualidade de vida
  
- Expectativa de uma vida saudável

### **Dimensão Educativa do conceito de Relações sociais intergeracionais**

#### **Indicadores:**

- Aprendizagens assimiladas no convívio com diferentes gerações desde da infância à velhice
- Importância dessas aprendizagens na vida social de cada mulher
- Influência das relações intergeracionais na perspectiva de aprendizagem ao longo da vida
- Influência das relações intergeracionais na construção do projecto de vida na velhice

### **Dimensão Social do conceito de Relações Sociais**

#### **Indicadores:**

- qualidade das interacções sociais
- Sensação de auto-estima
- Sentido de utilidade
- Sentido de pertença

### **Dimensão Família do conceito Relações intergeracionais**

#### **Indicadores:**

- Qualidade das interações familiares
- Sentido de utilidade

### **Dimensão social do conceito de participação**

#### **Indicadores:**

- Papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos

- Implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice, que contribuíram para a coesão social ou mudança social da comunidade onde estava inseridas
- Tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais que estão inseridas
- Natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice

### ***Guião de entrevista Focus Group***

#### **Identificação**

- *Idade, Escolaridade, naturalidade, anos de vivência no Bairro*

#### ***Dimensão social do conceito de envelhecimento***

##### ***Indicadores:***

- Concepção de envelhecimento
- Auto-imagem e hétero-imagem da velhice
- Idade social
- Termo que gostavam de ser chamadas na velhice
- Atitude durante o processo de envelhecimento e na fase da velhice

#### **Dimensão social do conceito de relações sociais intergeracionais**

##### **Indicadores:**

- Concepção relações intergeracionais
- Prestígio social
- Conflitos intergeracionais
- Solidariedade intergeracional
- Geração privilegiada

- papel social

### **Dimensão Educativa e Família do conceito de relações intergeracionais**

#### **Indicadores:**

- Memórias de aprendizagens intergeracionais na juventude e na velhice
- Funções das relações sociais intergeracionais

### **Dimensão social do conceito de participação**

#### **Indicadores:**

- Papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos
- Implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice, que contribuíram para a coesão social ou mudança social da comunidade onde estava inseridas
- Tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais que estão inseridas
- Natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice
- Papel social na comunidade

### Entrevista nº 1

Hibisco tem 71 anos, é casada, natural de Lisboa, tem o 6º ano antigo, foi empregada de escritório. Atualmente vive com o marido que foi empregado de seguros e tem o curso comercial. Tem uma filha com 44 anos licenciada e professora de história no ensino secundário. Tem uma neta de 11 anos e um neto de 9 anos. Os pais eram trabalhadores por conta própria, tinham uma sapataria e um lugar de frutas e hortaliças. O pai tinha o 2º ano da escola industrial, era sapateiro e tinha empregados na sapataria. A mãe tinha a 3ª classe e tomava conta da frutaria. Conviveu com uma avó paterna que era analfabeta e que também trabalhou por conta própria, tinha um quiosque de frutas e hortaliças. Casou aos 22 e teve a única filha aos 27 anos. Viveu 22 anos sempre viveu na Freguesia do Beato, depois viveu 30 anos em Moscavide e vive no Bairro há 18 anos.

Hibisco: 71 anos, escolaridade 6ºano.Vivo no Bairro há 18 anos. Lisboa.

#### **Os seus avós tinham que profissão?**

Os meus avós?! Não me lembro da profissão deles. Nem avó paterna, nem avó materna, nem avô materno, nem avô materno, não me lembro. Mas aliás, os meus avós paternos nunca os conheci. Não! Minto, a minha avó paterna eu conheci, o meu avô não. Do meu avô, da minha avó materna ainda me lembro um pouco.

A minha avó, essa minha avó, bem eu era muito pequena, a minha mãe dizia que ela tinha um quiosquezinho parece que era isso, onde vendia hortaliças ou qualquer coisa. Da minha mãe eu sei bem, mas desses avós eu não me lembro assim muito bem.

#### **Nem se lembra da escolaridade deles nem nada?**

Não isso não.

#### **E os seus pais? Os seus pais tinham que profissão?**

O meu pai era sapateiro profissional, o meu pai trabalhava com...tinha empregados, trabalhava como sapateiro, como digo, mas era um profissional, era uma pessoa que fazia sapatos, fazia mesmo sapatos, até fazia botas de mergulhador, era uma pessoa pronto, não

estou a exagerar, era uma pessoa muito inteligente. O meu pai naquele tempo tinha o 2º ano de escolaridade da escola industrial.

A minha mãe é que tinha a 2ª ou a 3ª classe, isso já não me lembra bem.

A minha mãe portanto ajudava o meu pai, era ajuntadeira, para coser as botas e os sapatos e aquilo tudo. A minha mãe cosia nestas máquinas industriais que eram nossas, ainda me lembro de ela ajudar o meu pai, mas depois o meu pai comprou um lugar de frutas e hortaliças. Era na rua do Açúcar, Lisboa, Freguesia do Beato, antigamente era Beato, agora é Marvila, parece que aquilo ali é Marvila.

### **Em quantos locais viveu ao longo da vida?**

Só vivi ali. Não, não vivi sempre ali, claro casei-me. Até aos 22 anos, qualquer coisa assim

Depois saí de lá, casei-me fui morar para Marvila, que chamavam Marvila, na Rua Direita de Marvila parece que era assim. E tive lá dois anos e depois fui para Moscavide, tive 30 anos em Moscavide. E trabalhei 30 anos também nuns escritórios. Posso dizer a firma? Vitor e Silva Lda. Eu era empregada de escritório, estava na secção de expediente. A firma fechou entretanto e depois eu vim embora não fui trabalhar para mais lado nenhum.

### **Que actividades realiza ao longo, durante o dia?**

Actividades em que sentido, em casa ou aqui? Portanto, faço a minha vida normal em casa, aspiro, limpo com a ajuda do meu marido, posso dizer que é uma verdade. Passo a fero, faço a comida, aspiro o chão, limpo tudo. Pronto, uma vida normal. Às vezes venho aqui dar um dedinho de conversa, venho aqui ao Tai ji, venho ao yoga, venho ao teatro, ao canto à 3ªfeira e à dança.

### **Participa em actividades intergeracionais?**

Vou à escola, à ATM a cantar com os miúdos e a dançar, etc.

### **Quem são as pessoas com quem mais vezes estabelece contactos?**

Na minha vida, tenho uma amiga inseparável, andou comigo na escola, trabalhou comigo e ainda hoje somos amigas. E depois tenho mais pessoas que contato e agora uma minha amiga veio da Alemanha, tive com ela e vai a minha casa. Essa é minha prima, prima do meu marido, ela está na Alemanha, mas agora veio cá.

De contactar todos os dias não, não contato assim muito com amigos , mas tenho muitos... Mas diariamente contactar com eles não, não se proporciona, tenho as minhas coisas para fazer e ...

### **E as pessoas que fazem as ativiades uma vez por semana consigo também são as pessoas que entram em contato?**

Exatamente. Sim também as considero amigos. E há aqui pessoas que eu gosto mesmo muito. Portanto, agora vou ao passeio para contactar com eles, eu gosto de conviver com as pessoas

daqui. Acho que são todas minhas amigas, eu também me dou com toda a gente. Há pessoas especiais que eu aprecio mais, não quer dizer que goste mais, aprecio mais o feitio dessas pessoas, mas não tenho razão de queixa de ninguém. Toda a gente me trata muito bem e eu trato toda a gente bem. Mas é evidente que há pessoas que nós gostamos mais que outras, nem sabemos porquê. E outras pessoas que nós, nunca nos fizeram mal nem nada e nós não simpatizamos com essas pessoas, como acontece a toda a gente.

**Ao longo destes 10 anos existiram mudanças nesses contactos e nessas actividades?**

Sim, acho que sim. As mudanças eu acho que sim, não me sinto com aquela genica, digamos como sentia, há 10 anos atrás. Até porque tive as minhas doenças. Fui operada ao peito, fui operada ao útero, e fui operada a um sinal, também era maligno. Enfim, essas coisas. A Saúde não é como era.

**Acha que tem mais amigos agora ou no passado?**

No passado tinha muitos amigos. Sim, mais ainda. Não sei, porque tinha outra vida.

Eu sempre tive amigos! Já a minha irmã dizia que eu queria era amiguinhos, amigos entre aspas, miúdos, gostava muito de brincar. Sempre gostei muito de ter amigos para jogar à malha, para brincar. Toda a gente gostava de mim e eu gostava deles. Até por exemplo, eu andava na escola e uma amiga minha, que era muito pobrezinha, eu posso dizer que fui uma pessoa privilegiada, porque não era rica, mas os meus pais viviam razoavelmente bem naquele tempo. E pronto, naquele tempo há 71 anos não é brincadeira! Nós éramos 3 irmãos, nunca passei fome, pelo contrário e felizmente. E andávamos bem vestidos naquele tempo, pode-se considerar isso, não éramos ricos mas vivíamos assim. Então essa minha amiguinha não tinha, era assim mais pobrezinha e tal e eu como amiga dela, dei-lhe uma vez um relógio, um relógio que eu tinha. A minha mãe perguntou-me onde estava o relógio e eu respondi que o tinha dado à Luísa e que gostava muito dela e ela não tinha relógio. A minha mãe disse-me que eu ficava sem o relógio e eu respondi que não deixa lá.

**Então sempre foi assim na sua vida? Foi muito amiga do outro e alimentou a amizade é isso?**

Sim, sempre. E quando gosto de uma pessoa gosto mesmo muito.

**Quem são as pessoas com quem mais conversa e quem é que escolheria se precisasse de desabafar?**

Em primeiro lugar o meu marido, já sabe, a seguir a minha irmã. A minha irmã é que é...

Porque gosto dela, vive ao pé de mim, vive ao meu lado, e pronto, já não tenho o meu irmão, o qual tenho muita pena, ainda hoje me lembro dele.

**Quando é que ele faleceu?**

Há 14/15 anos, não eu fiz 15 anos que fui operada...15 anos. Exato, penso que foi há 15 anos. E pronto, tirando as pessoas da família, mais chegada, também tenho primos que gosto, tenho uma prima que faleceu...

### **E depois, sem ser família tem alguém que escolheria?**

Tenho aqui do grupo. A D. Hermínia por exemplo, a D. Olivia, aquelas pessoas que mais...Gosto!

### **A sua relação com a sua família**

É há mais ainda. A minha relação com a minha família é muito boa. Muito forte, unida, sincera. Muita unida. Tenho primos direitos, primos rapazes e raparigas, também tenho e gostamos muito. E contactamos às vezes, fazemos telefonemas, etc porque também não estão ao pé de mim. Mas que eu também considero muito.

Com a minha filha é imprescindível (risos). A minha filha é como seja minha irmã. Ela também, ela também partilha isso comigo, porque gosta que eu dê a minha opinião sobre algumas roupas, vestidos dos meninos e para ela e tudo. Às vezes vou com ela às lojas, olha agora fez anos e ainda não lhe dei a prenda, vou com ela e escolho, ela é que escolhe...

Quer a minha opinião, e tenho de lhe comprar qualquer coisa ou tento dar- lhe dinheiro, mas ela ela diz-me para não me preocupar que não precisa de nada. Mas claro, que tenho ideias de lhe dar.

### **Agora vive com o seu marido, antes, em pequenina, já disse que vivia com os seus pais e com os irmãos e depois casou aos 22 anos.**

Exatamente, tive a minha filha aos 27 anos. Exatamente mais 5 anos. Sempre vivemos juntos e a minha filha nunca esteve em casa sozinha nem nada disso.

### **E o seu marido, nunca trabalhou fora, no estrangeiro?**

Não, não. Esteve sempre comigo e trabalhou sempre cá em Lisboa.

### **Quando recebeu a reforma o que é que sentiu? O que sentiu quando chegou à idade da reforma reforma?**

Fiquei um bocadinho chocada porque eu trabalhei 30 anos e tenho uma reforma de miséria, porque eu devia ser primeira escriturária e tinham-me como terceira, pois a firma fechou entretanto, não descontou, descontou menos do que aquilo que deveria descontar. Portanto depois eu na altura da reforma foi antes, porque eu como fui operada ao peito e pensei que me fosse atribuída a reforma.

Ora tinha 56 anos quando fui operada depois fui ao médico, à junta médica, para ver se me reformavam...fui à Junta médica e depois disseram-me, estiveram a ver-me o peito, apalparam-me e depois perguntaram-me se me inchava o braço e eu disse que não, mas depois disso inchou, depois disso inchou. E eu bem, eu podia ter respondido, mas não me

lembrei de responder, a minha mãe também nunca lhe inchou o braço e morreu com o mesmo problema. Com cancro na mama. E pronto, quando recebi a reforma fui penalizada muito.

**Recebeu aos 65 anos?**

Não, não, depois meti os papéis para a reforma porque houve um decreto de lei, que saiu, que quem tivesse mais de 55anos de idade e mais de 30 de serviço podia requerer a reforma e eu fiz isso. Porque eu já estou a receber desde...50 e...ora deixe-me pensar, ora eu tinha 56/57 anos, foi a seguir, a seguir à operação exactamente. E meti os papéis porque pensava que era reformada. Sim, porque quando saiu o decreto de lei eu tinha 57 anos e não tiveesperar estes anos anos todos se não era só aos 65 anos.

**Aos 57 anos recebeu a reforma aliada ao problema que foi operada? Então em termos de sentimentos o que é que pensou e sentiu quando recebeu a reforma quando? Lembra-se do que sentiu?**

Senti-me bem, até quando eu trabalhava a firma estava quase na falência. E nós íamos para lá para o Pão de Açúcar, para Vitor e silva Lda, que era a firma, e íamos para lá perder tempo.Mas não ganhávamos nada! Só íamos gastar dinheiro no autocarro. Muita gente deixou de ir e eu também deixei de ir porque eu estava a morar em Moscavide, e tinha de ir de autocarro, e deixei de ir. Portanto, antes disto acontecer eu pensava que era impensável eu não ir trabalhar, porque estava muito habituada, mas não me custou absolutamente nada eu ir para casa, porque aquilo estava numa degradação, quer dizer, as pessoas irem, estarem lá sem fazerem nada, não sei quê, aquilo tudo era um disparate.

**E pensou o que é que ia fazer depois da reforma? Tinha projectos?**

Não, não tinha.

**Quando precisa de decidir algum assunto na sua vida tem poder de decisão?**

Não, não, sou muito dependente, mas isso sou eu. Sempre fui. Sou muito dependente do meu marido, dos meus pais, por exemplo. Fui sempre muito dependente.

**E quando está com a sua irmã depende da escolha dela?**

Não. É uma característica minha. Mas a minha irmã quando quer decidir alguma coisa é mais, quer dizer, é mais independente do que eu. Eu sou mais dependente. Não quer dizer que ela diga isto e eu vou fazer como ela. Posso fazer ou vice versa.

**Existe sempre alguém que influencia a sua decisão?**

Sim, sim. Não, não me influenciam eu é que sou um bocadinho influenciável e quando era miúda também. Quando ia para a escola, quando era mais pequenita, pode ser 2ª classe ou 4ª classe ou não sei quê, eu tinha uma amiga que se ela não fosse para a escola eu também já não queria ir.

**E agora também é assim?**

Agora também sou assim, que é uma falta muito grande, eu tenho muita pena de ser assim, mas sou muito dependente do meu marido, muito, muito.

**Quando faz compras maiores ou viajar aqui, viajar ali, a senhora tem poder de decidir?**

Viajar eu não, não decido por isto, eu até podia ir sozinha, mas é a tal coisa não vou sozinha para lado nenhum. Não vou, não deixo o meu marido. Sempre fui assim.

**Relativamente à sua saúde, descreva-me a sua saúde. Tem alguma doença que influencie que a impeça de ser autónoma? Acha que é mais independente agora ou no passado?**

Não sou, é a mesma coisa. O meu marido põe-me muito à vontade é uma pessoa excepcional. Não tenho razão de queixa, ele até põe-me muito à vontade, o que é que eu não decido, até para comprar qualquer coisa, gosto que ele vá comigo, para me dar a sua opinião e não sei o quê. É assim, sempre fui assim.

**Já sentiu alguma vez uma limitação física ou psicológica que a impedisse de ser autónoma?**

Sou uma pessoa doente, basta até do sistema nervoso. Eu tomo medicamentos há muitos anos, muitos anos...Desde miúda, não espere aí, parece que já era casada, parece que já tinha a minha filha. Mas a partir daí nunca mais deixei de tomar medicamentos, o que é que só tomo só dois diferentes, um de manhã outro à noite. Mas já tomei muitos, já tomei muitos. Só ao sistema nervoso e até quando fui operada fui ao psicólogo, fui mesmo ao psiquiatra. Já fui a psicologia...E ia dizer outra coisa que não me lembro. Não era psicólogo. Outro, esqueci, nem psicólogo nem psiquiatra.

**Neurologia?**

Pois. Pois exactamente.

**E isso impediu-a naqueles momentos de ser autónoma?**

Pois exactamente. Eu quando era nova, antes de namorar, eu comecei a namorar aos 18, 18 quase 19 e aos 17 tive um problema num pulmão. Até era para ficar internada e assim porque o médico disse à minha mãe, ela não tem, o pulmão tem uma lesãozinha do tamanho de um alfinete, mas ela tem de tomar estes medicamentos, 33 comprimidos por dia tomava eu nessa altura, mas entretanto comecei a namorar. Então a médica disse que eu sou uma pessoa que não gosto de estar sozinha, mesmo que esteja nervosa, gosto de conversar, gosto de desanuviar, porque se não fico pior ainda.

**Então estas actividades ajudam-na?**

Muito, muito. A desanuviar, a ficar, porque eu gosto muito de conversar, não gosto de estar sozinha como digo e ajudam-me a viver melhor, vá lá digamos!

**E alguma vez teve um momento na sua vida que dissesse assim “estou a envelhecer”?**

Já pensei sim, já pensei. Embora as pessoas digam que não pareço ter a idade que tenho, mas tenho-a cá. E noto umas certas diferenças, já não faço aquilo que fazia, não sou capaz já.

**Mas teve algum momento que o seu corpo lhe disse “já estás a envelhecer”?**

Já (sorriu). Para aí com 60 anos e picos, até aí não ligava nenhuma. E ligo muito às doenças claro. Mas por incrível que pareça a doença que temia mais era o cancro, vá pronto, e foi aquilo que eu tive. E superei, fiquei quer dizer, nós pensamos assim, por incrível que pareça nós ficamos a pensar que aquela pessoa está pior que eu porque tirou o peito todo, eu não tirei e fui vivendo assim e...Ultrapassei graças a deus. Tinha que ultrapassar. Morrer ou viver não é?!

**E preparou o seu envelhecimento? A senhora preparou-se para chegar aos 71 anos?**

Preparei. Para já eu sempre fui vaidosa, de me arranjar, de me pintar, isso é indiscutível.

**E ao nível da alimentação também?**

Tenho uns certos cuidados, mas não tenho muitos.

**Mesmo agora, não tem muitos cuidados com a alimentação?**

Não, não como fritos, evito comer fritos e depois de ter aquele problema...Ah tive aquele problema de intestinos, tive internada no hospital.Tive 9 dias sem comer, só líquidos, não estou a mentir, só soro mais nada. Nem me apetecia comer nem nada, porque tive verticulite nos intestinos.

**O que significa para si ter qualidade de vida?**

Para mim o que significa a qualidade de vida, é uma pessoa não ter dores, fazer mais ou menos as suas coisas, porque eu já não posso pensar fazer aquilo que eu fazia não é, quando era mais nova, não posso mesmo, até pela doença e pela idade e acho que a qualidade de vida é isso. Eu tenho felizmente qualidade de vida.

**Porquê?**

Por causa de ter um marido expecional. Lido com as pessoas ou convivo com as pessoas que me dão prazer falar. Algumas não dizem tanto, mas gosto das pessoas.

**Sente-se livre?**

Sinto-me livre exactamente.

**E nesta fase sente-se livre?**

Sinto-me livre.

**Existe algum impedimento financeiro que lhe permita viajar, tratar de si...Em pequenina já disse que não teve dificuldades económicas, neste momento também?**

Neste momento, também não. Toda a gente tem dificuldade porque as coisas estão, pronto.

**Alguma vez tinha de ir ao médico e não tinham dinheiro?**

Não graças a deus, nunca. Não, não.

**Como é que acha que as pessoas da comunidade olham para si?**

Eu penso, na minha ideia, penso eu, mas pode ser engano meu, que as pessoas gostam de mim como eu gosto dela. À pouco bem disse que as pessoas olha para mim e não me dão a idade que eu tenho.

**E são jovens da sua geração ou são mais...**

São os mais novos e alguns mais velhos. Quando eu fui ver os óculos e disse à senhora que tinha 71 anos a senhora disse-me que não parecia nada. E muita gente diz, até a comprar um creme outro dia me disseram o mesmo, que não acreditava que tivesse 71 anos.

**Sempre tratou da sua pele?**

Sim desde os 17/18 anos, o meu pai nem queria. O meu pai era uma pessoa excepcional mas era muito conservador , se fosse vivo tinha cento e tal anos. Era conservador, pai extraordinário e uma mãe fora de série, mas o meu pai para mim tinha um valor extraordinário. Ele ensinou-me a boa educação, às vezes as pessoas de mais idade iam lá para casa contar anedotas assim de malandrice e ele dizia para nós irmos para acama, mandava-nos deitar para não ouvirmos certas coisas. Até namorar, eu nunca andei sozinha com o meu namorado, ou ia a minha irmã atrás connosco...ou inclusive quando eu me casei pelo registo foi a minha irmã comigo.

**Como é que acha que a sua família olha para si?**

Eu acho, como tenho muito boa relação com eles, penso que olham todos bem, como eu gosto deles e gostam de mim, penso eu.

**Na sua opinião quando é que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade em que vive? Com que idade?**

Eu sei lá até poder, acho que sim, até poder, quando uma pessoa já tem certos problemas.

**Até a própria pessoa sentir que já não pode é isso?**

Eu acho que sim.

**Opta sempre por ter uma vida saudável?**

Sim, sim,

**Quando era criança pensava como é que iria ser a sua velhice?**

Eu acho que eu nem tive tempo para pensar , eu queria era brincadeira. Muito amiga das minhas amigas, queria era brincar.

**E acha que hoje, com 71 anos, arrepende-se não ter pensado na sua velhice?**

(silencio) Não me arrependo.

**Como é que vê o sue futuro daqui a 15 na anos?**

Ai querida isso não sei nem quero pensar nisso.

**Mas se vivesse como gostava de ser?**

Ai, mais 15 anos? Não duro tanto tempo!

**Mas se durasse?**

Mas se tiver qualquer doença que morra logo, não quero sofrer...não faça a minha filha nem o meu marido sofrer, que sofram por mim.

**Agora, sem doenças como é que se via? Daqui a 15 anos, mas não pensem em doenças, como é que acha que gostava de ser? Idealize a Flor daqui a 15 anos?**

Sem doenças como é que eu me via agora? Ah eu não penso muito nisso. Vivo o dia-a-dia, é um dia de cada vez, e é o que eu quero. Quando era criança... só tenho, desculpe, só tenho um problema na vida que eu gostava muito que isto desse uma volta, mas não dá, é o problema da minha neta. A minha neta tem autismo, isso é o que eu gostava (emocionou-se).

**Mas aprendeu muita coisa com ela?**

Aprendi e ainda hoje aprendo. Eu olho para ela como se fosse uma criança saudável, ela não é doente, é robusta, come muito bem e tudo, tem aquele problema, diferente dos outros. É uma menina diferente. De resto, mas que me trouxe ao longo deste tempo muitas tristezas, mas vamos vivendo, já há 11 anos e temos de nos contentar com a sorte que deus nos deu.

**Aprendeu a lidar com a diferença?**

Sim, a minha filha então é extraordinária ao meu genro já lhe custa mais um bocadinho. Por isso, ele anda nervoso e assim. Eu também já era assim, mas pronto, mas quero-a assim como ela é, antes queria que ela vivesse, e assim.

**O primeiro passo é aceitar a diferença e ver as coisas positivas.**

Exatamente. Porque ela tem coisas que também dá para aprender. Ela é esperta, inteligente. É difícil e fácil falar a quem está de fora, mas...Ela é uma criança muito esperta, embora não fale porque se nós lhe dizemos, a mãe lhe disser se tem fome, e que vamos comer ela vem para a cozinha e se for preciso vai buscar as pegas se souber que a comida está no forno. Se é outra coisa qualquer, por exemplo, comer um gelado, toca ali na arca frigorifica para tirar.

**Vocês depois já compreendem a linguagem não é?**

Sim, compreendemos tudo o que ela quer.

**Quando era criança conviveu com os seus avós?**

Com a minha avó materna.

**Lembra-se de alguma memória, ensinamento?**

A minha avó jogava muito às cartas e a minha avó morava perto de nós e ela depois estava sozinha e o meu pai ia-me levar à minha avó a pé, porque era perto, a pé, que aliás ele não tinha carro. O meu pai ia connosco para não irmos sozinhas, comigo ou com a minha irmã, umas vezes ia eu, outras vezes ia a minha irmã. A minha avó ensinava-nos a rezar, ensinava-nos a jogar às cartas, que ela adorava jogar às cartas. Mas o meu pai por fim não queria que nós jogássemos às cartas. Nós jogávamos com a minha avó. Nós tínhamos tios que viviam em Lourenço Marques, Moçambique e traziam-lhe cartas à minha avó e estojos muito bonitos. Eu lembro-me perfeitamente disso. A minha avó era uma pessoa extraordinária como o meu pai, tinha muita convivência com a minha avó.

**Então já disse das memórias que trás, também já me disse que conviveu com pessoas mais velhas que iam de vez em quando lá a casa jogar às cartas?**

Não, não. Às vezes contavam anedotas, o meu pai como era uma pessoa conservadora, mandava-nos, o tempo também era outro.

**Eram só homens?**

Não, também eram mulheres a dizer assim anedotas picantitas, picantes era uma prima nossa.

**O que é que aprende com as gerações mais novas?**

Gosto muito.

**E aprende o quê?**

Aprendo de tudo, aprendo muita coisa com eles. Muita, muita, muita. Até com o meu neto aprendo?! Ele já sabe umas coisas.

**O que é que tem na memória que já aprendeu com ele? Lembra-se de uma coisa que aprendeu com o seu neto e outra coisa que aprendeu com um jovem?**

Com o meu neto, eu sei lá o que aprendi, já não me lembro (sorriu) mas devo ter aprendido alguma coisa, eu lido muito com ele.

**Uma coisa que venha mais à memória?**

Não me estou a lembrar, não me estou a lembrar assim.

### **Uma coisa que não sabia, você está a dizer que ele anda na 3ª classe e até ele faz trabalhos consigo da escola?**

Às vezes, às vezes, mas ele já sabe muito, ele é muito inteligente. O que tem um, não tem o outro, coitadinha (emocionou-se). E aprendo muito com a minha filha é uma pessoa extraordinária porque tem uma paciência... Nasceu mesmo para ser professora!

Ela é muito formidável ela tem uma paciência para explicar, para explicar também ao menino. E o pai é de matemáticas aplicadas. O pai é informático. Aquilo?! Exigem do miúdo! Uma é porque... a mãe sabe história e não só, de tudo, ela lê muito... Literatura pronto, mas tem mais paciência para ensinar ao filho, ela.

### **Pois ele é mais da área da informática.**

É mesmo formado em matemáticas aplicadas, vertente informática. É um informático, às vezes até o chamam. Vai ao domingo e ao sábado porque há qualquer coisa que não sabem ou que não têm ninguém. Porque ele deve ser muito bom naquilo que faz, tanto que oferecem-lhe, ele era para ir para outra companhia e davam-lhe mais dinheiro e ele ficou com pena, mas davam mais dinheiro, e ele segundo se consta, é amigo dos seus amigos. Lá na companhia toda a gente gosta dele e tiveram a ponderar bem e chamaram-lhe e deram-lhe mais dinheiro ainda.

### **Para não sair?**

Para não sair. Isto nos tempos de hoje!?! Porque o meu marido dizia que eles só veem números e não querem saber dele. Mas não o deixaram ir embora e deram-lhe mais dinheirinho. Tem 40, a minha filha tem 44 ele tem 41, é mais novo, não é muito!

### **O fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite que todas as pessoas de qualquer idade tenham capacidade para aprender coisas novas?**

Não, penso que...gosto muito de lidar com jovens e andar com eles até o tempo que estive a dançar com vocês, eu era a única velha, que os outros eram todos novos. No sábado, naquele dia. Gosto muito de lidar com eles, tenho paciência e gosto de lidar com jovens e com pessoas de idade também gosto. Mas eu também já estou, já tenho esta idade toda, não queria.

### **Sente-se com 71 anos?**

Não.

### **Sente que tem que idade?**

Sei lá, sinto aí com 60, sinto-me assim bem, mas quer dizer, mas noto umas certas dificuldades que eu não podia fazer.

### **Mas quando olha para os anos todos que tem, não sente que tem 71?**

Não, não parece.

**Mas estava-me a dizer que o facto de conviver com mais jovens, apesar de gostar de lidar com eles...**

Não quer dizer que eu aprenda tão bem como aprendia antigamente. Por exemplo, aqui as canções que nós agora cantamos.

**E porquê?**

Eu penso que é da idade, não aprendo como dantes.

**Memória?**

Tenho menos memória.

**Mas faz com que fique sentada e diga “não posso aprender mais”?**

Mas sou muito negativa e sempre fui.

**Mas sempre foi?**

Sempre fui negativa, pensei sempre que não aprendia. Por exemplo, quando eu trabalhava havia muitos computadores, não era nada disto não é, e eu sempre pensei não ia conseguir aprender, pensava eu. Havia uma colega minha que dizia que eu ainda aprendia primeiro que aquela que tem a mania que sabe e aprendia melhor que ela. Esta amiga era mais nova que eu, gostava de mim, e se calhar foi por isso que disse isso, não sei. Ela dizia para eu não ter complexos. Eu sempre tive alguns complexos, pensava que...Há pessoas que dizem que sabem e não sabem, há outras que sabem alguma coisa...

**E depois não acreditam nelas!**

Não acreditam nelas, eu não...

**A idade não lhe ensinou a acreditar mais em si?**

Não. Estou a mesma coisa. Penso que também já não aprendo como aprendia.

**Mas sempre pensou assim?**

Sempre pensei assim, mas também vejo, por exemplo, eu estou a cantar e vejo pessoas que...também vejo, que dizem é assim, não é nesse estilo é assim!...Eu penso para mim e até digo *não é assim, é assim, tenho a certeza que é assim!* Tenho posição nesse aspecto e digo que é assim.

**Então acredita?**

Pois.

**Acha que só vivesse ou convivesse com pessoas da sua geração iria pensar da mesma forma?**

Se calhar não era capaz de pensar de não pensar assim.

### **Porquê?**

Porque aprende-se um bocadinho com os mais novos, mas tenho uma filha que não é nenhuma leiga, tenho um genro, que é...pronto. As minhas sobrinhas todas são formadas e não sei quê, e lidamos com pessoas assim.

### **Influência, é isso?**

Influencia, aprendemos muito com eles. Claro, sabem outras coisas que nós não sabemos e aprendesse em todos os aspectos.

### **E por isso faz-lhe acreditar que pode ter projectos nesta idade? Nesta idade, acha que pode programar qualquer coisa daqui a uma semana, daqui a um mês?**

Não, para já não gosto de pensar, de ter projectos a longo prazo.

### **Nunca gostou ou é só agora?**

Nunca gostei. O dia-a-dia sem pensar, até quando vou sair para qualquer lado ou fora de Lisboa ou qualquer coisa que nunca fui muito de viajar para fora de Portugal, tinha possibilidades porque até tinha casa dessa minha prima na Alemanha que está farta de me convidar e não vamos.

### **Então tem medo?**

Não, o meu marido é que tem medo de andar de avião, pronto. Cá temos muita coisa para ver em Portugal, conduz, sem complexo nenhum da idade que tem 76 anos, e eu já penso quando vou com ele sozinha... aquilo que não pensava quando era mais nova, pode acontecer alguma coisa e estamos sozinhos os dois.

### **Telefonam, é a mesma coisa que dantes, é só o peso da idade.**

Mas o peso da vida conta, tenho mais medo agora. Eu penso que tenho mais medo eu, que o meu marido nesses aspeto. Ele sente-se bem ainda a conduzir, não tem complexo nenhum, gosta, até gosta muito. É que nós ainda não há muitos anos que não íamos para lado nenhum de camioneta nem nada disso. Ele conduzia sempre, sempre dentro de Portugal, também foi a Espanha.

### **E nesses passeios que faz sempre conviveu com todas as idades?**

Todas as idades.

### **Acha que foi importante conviver com todas as idades ao longo da vida?**

Eu acho que sim, foi muito importante. Eu não tenho, não gosto de discriminar ninguém e aquela é velha e eu também sou velha, e aquela é nova e a outra...se a pessoa nova me atender, se gostar de falar comigo, é evidente que gosto muito de falar, algumas vezes vou de camioneta...

### **Nos passeios da Junta de Freguesia?**

Não, da Junta nunca fui, isso tem de estar um tempo na bicha não... Ajude-me aí...ah...Pela INATEL. Já temos ido há um tempinho, gosto muito de conviver com aquelas pessoas também.

Que nós não conhecemos e depois começamos a contactar, a conviver.

**E isso ajudou-a viver melhor os anos?**

Sim, sim.

**Se tivesse isolada em casa...**

Não, não! Isso não gosto nada de estar isolada em casa! Como se o meu marido fosse algum lado e eu não fosse, nunca! O meu marido só vai a um lado que eu não vou, é ver a bola. Eu não gosto de futebol.

**Nunca pensou ir ver o futebol só para estar ao pé dele?**

Já fui até...tinha casado à pouco tempo e eu disse *que* não sabia porque gostava de futebol , eu não aprecio aqueles 11 rapazes ou homens a jogar, de um lado e doutro, eu não sei como é que...Ele disse-me para ir com ele ao Oriental, que é o Clube dele, ver o Oriental com os do Restelo, como é que eles se chamam, Belenenses, não é?! Ele escolheu à noite, é aquele clube era também mais selecto, os homens diziam muitos palavrões, mas o meu marido escolheu esse dia, então era para eu ir com ele, e eu fui. E pronto. Não me disse nada aquilo. E agora já tenho ido ver os meus sobrinhos netos jogarem à bola, mas fui uma vez ou outra, quando eles pedem para ir lá vê-los ao Clube.

**Não se identifica?**

Não, nem com isso, nem com touros.

**Recorda o que fez na juventude com as pessoas mais velhas?**

Não, quer dizer sempre os acarinhei...

**Uma actividade?**

Actividade, não me...Só isto das cartas com a minha avó. De resto mais actividades com eles não.

**Agora participa em algumas actividades intergeracionais, neste momento, nesta idade?**

Nesta idade, isto é o tai Chi e o Yoga. E a escola 9, Brincar e dançar com os meninos, já fomos aqui há tempos.

**E com as crianças da ATM, nunca vai ao Jardim de Infância?**

Ai vamos, já temos ido, na ATM exactamente, brincar com eles ao lencinho, já fui.

**E quais são os benefícios dessa relação com os mais jovens? Quais são os benefícios que trazem para si?**

Para já gosto muito, adoro as crianças, sempre adorei. Meto-me com as crianças sem conhecer os pais, sem conhecer ninguém.

**Faz-lhe sentir...**

Sinto-me feliz porque adoro crianças. Por exemplo, animais já não gosto...gosto dos cães e assim, de cães, mas não tinha cão nenhum em casa, para já...

**E de jovens, gosta mais de jovens ou de crianças?**

Gosto mais de crianças, adoro crianças.

**Aquelas da escola 9, da Escola primária?**

Sim, também gosto, são muito engraçados.

**Até aos 10 anos?**

Sim.

**E os benefícios são só para si ou acha que são para eles?**

Eu acho que eles gostam muito de mim, que há uma miúda lá no prédio, eu penso que é essa a única, que não me grama ou que não gosta de mim, porque a miúda...mas os miúdos dá-me ideia que gostam de mim. Dá-me ideia porque não tenho a certeza mas por aquilo que me fazem, acho que gostam.

**Quando há actividades intergeracionais na sua opinião, acha que os benefícios são só para as pessoas mais velhas ou são para as duas idades?**

Eu acho que são para as duas idades.

**Neste momento imagine uma actividade à sua escolha era a geração que escolheria, mais novos, mais velhos, crianças, jovens?**

Para fazer?

**Para, escolha uma actividade que gosta muito de fazer.**

Dançar?

**Qual era a geração eu escolhia para dançar?**

Acho que escolhia os mais novos.

**Mais ou menos de que idade?**

Jovens mais ou menos da idade daquela menina que são as duas manas.

### **As gémeas?**

As gémeas. 18/17/18 anos.

### **Então e porquê?**

Porque gosto! ...Assim dos mais jovens de quem me atraí e vem puxar até para dançar, se elas por acaso vêm, eu gosto muito de conviver com elas, elas são muito, não falando em ninguém, mas elas são espectaculares. Acho também, penso eu, que elas também gostam de mim, porque vêm-me beijar e não vejo beijar outras pessoas.

### **Gosta mais de conviver com pessoas da sua geração ou de todas as idades ou só jovens?**

Sim, todas as idades, os velhotes também, velhotes como eu, ou mais um bocado, também tenho paciência para eles e gosto de conviver com eles, gosto.

### **As actividades intergeracionais, na sua opinião, acha que deveriam existir nos Centros de Dia, organizadas por técnicos ou na família, ou na comunidade? Onde é que acha que deveriam existir?**

Acho que todas as pessoas de todas as idades em conjunto.

### **Em todos os sítios, ou só em determinados sítios?**

Em todos os sítios.

### **Porquê?**

Eu acho que por exemplo, a minha neta tem este problema, não é, ela está englobada numa escola. Está numa escola diferente, mas depois também tem outra escola que está juntamente com todas as crianças, desde o momento que eles não sejam violentos, que alguns são, por acaso não é, mas às vezes vem mordida nos braços que há outro menino que também é como ela autista e morde-a, mas a minha não é violenta. Ela é marota se às vezes puxar cabelos e não sei quê porque já tem confiança com...ela tem na escola, onde ela anda, já tem monitora, que ela puxa os cabelos porque tem confiança e já quer...Porque ela não vai puxar os cabelos à mãe, à mãe às vezes puxa um bocadinho. Ao pai por exemplo, ela tem mais respeito.

### **Sim, às vezes à família é quando eles. Mas então acredita numa sociedade inclusiva, é o termo? Quando as crianças estão na escola, uma sociedade para todas as idades, para todas as pessoas diferentes ou não diferentes ou normais, pessoas ditas normais, como as pessoas gostam de dizer, acha que a sociedade deve ser aberta, é isso?**

Eu acho que sim.

### **E quando convive com as gerações mais novas ao fazer as actividades sente-se mais útil?**

Eu sinto. Por exemplo, no yoga, temos ali aquelas meninas, há pessoas lá agora jovens, gosto de conviver.

### **Sente-se útil quando está nesse convívio?**

Útil, não sei se...

**Não é necessário sentir-se, estou a perguntar quando é que se sente mais útil na sua vida?**

Quando é que me sinto mais útil na minha vida? Não sei responder muito bem a essa pergunta mas sinto-me útil quando sinto que sou útil quando elas também são uteis, até pela convivência, conversar, gosto muito de conversar. Se alguém conversa comigo eu converso com outras pessoas... Isso eu acho...

**Eu vou ajudá-la, diga-me, imagine-se a senhora sente-se útil na sociedade, na família, acha que tem valor?**

Sim, dentro do possível acho que tenho valor, acho-me útil.

**Acha-se útil em quê? Útil de utilidade, do sentir bem...**

Sabemos que fazemos falta aos nossos filhos e eu sou útil à minha filha porque vou buscar os meninos à escola, se for preciso faço-lhe o jantar. Pronto, dou banho aos meninos, se for preciso, se ela não vier a tempo...Embora o meu marido me ajude a dar banho á menina, que ela anda já...eu não posso com ela. Ela com a mãe a tomar banho parece uma menina e comigo parece outra, porque abre as torneiras, faz não sabe quê. Faz diabruras connosco, com os avós, comigo, com o meu marido e com a minha comadre, com a outra avó!

**Programa actividades com colegas do yoga, marcam encontros fora daqui? Fazem actividades fora?**

Não, só às vezes, agora já nem temos ido, fazemos um jantar, aliás um almoço que eu gosto muito de conviver com eles.

**E tem alguém daqui que programa actividades fora?**

Não, não, ninguém programa isso.

**Desenvolve algum tipo de voluntariado?**

Não, mas admiro muito pessoas que fazem isso.

**Você não gostava de fazer voluntariado?**

Oh querida é a tal coisa, é o que a minha filha diz e é verdade, a gente se quiser faz tudo, se quisermos! Mas eu penso, pronto, não sou assim tão boa que deixe as minhas coisas para fazer, não sou assim tão boa, porque eu acho que isso é, são seres humanos fantásticos, as voluntárias, eu não sou assim tão boa, porque se quisesse fazia. Agora não venham cá dizer que não fazes porque não posso, eu deixava as outras coisas para trás e fazia, mas não sou, mas admiro muito a pessoa que faz isso, mas eu não...E nesta fase que eu preciso...

**De cuidar de si é isso?**

Cuidar de mim.

### **Pensar em si?**

Pensar em mim. Às vezes é um bocadinho de egoísmo pensar em mim e também descansar um bocadinho, eu preciso muitas vezes de descansar porque eu também faço as minhas coisas de casa. Penso mal, porque há pessoas que não fazem as coisas...

### **Cada um faz o que quer da vida, não é?**

Pois.

### **O que é importante é que se sintam bem, não?**

É. Pois eu acho bem assim, eu sinto-me bem a fazer as coisas e não deixar tudo de qualquer maneira e vir para um, mas eu acho que estou mal, não deveria ser assim... Mas a minha maneira de ser é assim.

### **Mas isso nunca foi um sonho seu fazer voluntariado?**

Ai não! Mas admiro as pessoas que fazem voluntariado. Há pessoas que dizem, *ai eu não posso, se eu tivesse outra vida*, não por isso, há muita gente que faz muita coisa, sem poder! Fazem as coisas todas, sei lá, voluntariado nos hospitais, admiro muito essa gente, mas nunca fiz, nem faço.

### **Na sua família existem encontros entre todas as gerações?**

Sim, quando há anos dos meninos ou dos grandes.

### **E existe alguma função nessas festas em família que é só feita por si?**

Feita por mim?

### **Imagine, estão todos juntos mas é só a senhora que faz aquela tarefa?**

Não essa tarefa, quando é anos dos meninos, faço eu, mas noutras situações, não só se for alguém lá a minha casa faço o jantar ou o almoço.

### **Quem é que cozinha é sempre a senhora?**

Sou eu, quase sempre, o meu marido ajuda-me, não sabe fazer comida, assim que seja, a fazer tudo, não sabe. É capaz de fazer uma sopa sem eu lhe mexer, a fazer nada, só se for o feijão verde e outros ingredientes, até já sabe fazer mas de resto, não sabe.

### **Ele aprendeu consigo?**

Comigo.

### **A sua família recorre a si para resolver problemas? Ou para tomar grandes decisões?**

Decisões, às vezes decisões. Para resolver problemas não.

### **Mas é mais quem, a sua filha, a sua irmã, quem da família faz muito isso?**

A minha irmã por exemplo, a minha filha também. A minha filha por exemplo, é uma pessoa que não é influenciável por ninguém, é só influenciável por mim. Nunca foi influenciável por amigos da escola. Às vezes ela estava a estudar telefonavam, ou qualquer coisa, ir ao cinema e ela deixasse o estudo para ir ao cinema, não, nunca foi influenciável. O meu genro é que era. E eu pronto, como ela era só influenciável por mim por vezes comprava coisas que não gostava, que ela não gostava, já crescida, porque eu dizia tão giro, ficava tão bem, qualquer coisa, e ela não gostava mas não.

**Nunca lhe dizia?**

Não dizia, comprava-lhe tudo aquilo e nunca mais vestia.

**E quando é que começou a descobrir?**

Já era crescadinha.

**E agora já não tem influenciado tanto?**

Agora já não, mas normalmente ela tem os gostos mais ou menos como eu, mas ainda há certas coisas que ela não gosta e eu gosto, mas é muito raro, nós temos os gostos muito idênticos.

**Já sabe o que ela gosta não é?**

Sim, sim, sei.

**Sente-se uma peça importante na sua família?**

Eu sinto-me uma peça importante para os meus netos e para a minha filha.

**Sim?**

Acho que sim, acho que é indiscutível.

**Os seus avós ou seus pais eram membros de alguma grupo recreativo?**

Não, não.

**E da Junta de Freguesia?**

O meu pai é que era uma pessoa assim também era uma pessoa muito extrovertida, não era extrovertida, que ele não falava muito, era uma pessoa que gostava muito de conviver também. O meu pai, a minha mãe também, mas o meu pai principalmente, estou a falar do meu pai e pertencia ao Beato, onde faziam Marchas. O meu pai fazia os versos para essa marcha, era o ensaiador o meu pai, lembro-me ainda de ser já crescida e o meu pai mascarou-se de carnaval.

**E vocês cresceram nesse ambiente?**

Crescemos nesse ambiente e o meu pai também gostava de cantar, de tocar, o meu pai até tinha banjo, tocava banjo, andou para lá, não sei onde anda aquilo, já foi há muitos anos, claro!

**Nem pertenceram a nenhum sindicato? Na altura não, mas a um grupo de pessoas que defendiam...**

Sindicato pertencia eu, ao sindicato do comércio.

**A senhora participava naquelas reuniões ou era sócia?**

Eu era sócia. Os meus pais trabalharam sempre por conta deles. E não me lembro do meu pai trabalhar fora. O meu pai trabalhava por conta própria.

E a minha mãe também. Ai não a minha mãe deve ter trabalhado noutro lado, trabalhou numa fábrica, no Brito, quando era mais nova.

**E quando era criança conviveu com algum adulto que tivesse contribuído para alguma mudança no Bairro? Que lutasse pela igualdade de direitos, dentro daquela altura?**

Ai eu sei que onde eu vivi era tudo como família, isso eu sei, sentia-se isso, que havia muitas pessoas muito prestáveis. Eu tive vizinhos, tenho uma viva, é a única viva que gosto muito como se fosse minha família, tem 103 anos, pertence aqui a Marvila, que era como se fosse de nós, minha família.

**E aprendeu alguma coisa com ela?**

Sim, aprendi coitadinha, era uma pessoa.

**Aprendeu o quê?**

Aprendi que era uma pessoa também muito humana, muito boa, muito nossa amiga, como se fosse da família, com elas e com outras, mas esta ainda é viva, estou a falar desta vida, ainda hoje vou visitá-la eu e a minha irmã, vamos lá e ela ainda nos conhece. Eu lembro-me do marido dela bebia bem, sem estar bêbado e ela diz que eu, era miúda mas tenho vaga ideia, eu dizia-lhe para ele, veja lá a nossa confiança que nos tínhamos que eu trato-a por tu, ainda hoje, ela tem cento e tal anos, eu e a minha irmã, e o meu irmão se fosse vivo. Tratamo-la por tu porque tínhamos tanta a vontade que desde pequenina e depois nunca fomos ela chama-se D. Julia, nunca fomos capazes...Eu dizia assim, *tu não lhe liguês*, dizia para ela, não lhe liguês que ele está bêbado, dizia-lhe assim, tu não lhe liguês que ele está bêbado. E ela ainda hoje, hoje não sabe que já não se lembra, mas aqui há tempos dizia que se lembrava de mim, que lhe dizia isso, tu não lhe liguês que ele está bêbado, quando ele falava mal para ela. Quando ele falava mal para ela, ou quando tu não tens de estar a fazer isso ou bater-lhe ou assim. Ela lembra-se disso e aí quem me valia eram elas, vocês salvaram-me de algumas. De algumas circunstâncias porque ele às vezes batia-lhe e nós não queríamos coitadinha, porque gostávamos dela e dele. E deles, também gostava porque ele também quando não estava bêbado, era uma boa pessoa. Lia o jornal muito alto, punha-se assim, hoje morreu não sei quem, não sei quê, não sei quê...Há pois, depois lia tudo aquilo muito alto, ler muito alto para

toda a gente ouvir. Era tão giro. Quando estva sóbrio né?! Quando estava sóbrio ah mas só lia as desgraças, só lia coisas assim, lembro-me tão bem disso. E a minha irmã também se lembra.

**E você preocupava-se quando era jovem em fazer algo pelos jovens do seu Bairro? Preocupou-se sempre com os seus amigos, em organizarem actividades para se entreterem, para brincar?**

Sim, gostava muito de brincar com eles e organizarmos coisas, mas por exemplo a minha irmã nunca foi assim de brincadeiras, a minha irmã era mais de casa. A minha irmã gostava de fazer muito as coisas de casa, de limpar a casa, eu não. Eu queria era brincadeira.

**Os seus amigos trabalhavam quando eram pequenos? A senhora não trabalhava pois não? Começou a trabalhar com que idade?**

Aos 18. Umas vezes ia para o lugar da minha mãe, quando iam a casa, que era perto, e atendíamos as pessoas eu e a minha irmã. Atendíamos as pessoas, eu então eu fiquei, uma vez uma cigana enganou-me e eu não pude mais ver os ciganos, porque em vez d eme dar 10 escudos antigamente era branco e grande, como os 10 escudos, não sei se se lembra?

Já não é desse tempo nem pensar e ela mostrou-me realmente os 10 escudos mas deu-me 1 escudo, nunca mais pude ver ciganos.

**Porquê? Só por causa dessa situação?**

Só por causa disso, mas fiquei.

**Ficou marcada, a sua mãe ralhou-lhe?**

Os pretos...Não nem a minha mãe nem o meu pai, eu é que fiquei chateada. Não sei se foi só por isso, pois com a continuação da idade e ver coisas que eles fazem. Os pretos não, adoro os pretos como os brancos são iguais, não sou racista nesse aspeto.

**Já é racista em relação aos ciganos?**

Já sou racista em relação aos ciganos.

**Se calhar quando conviver com alguém...**

E convivi com ciganos e moravam, eu adorava-os, eu a dançar, dançava...Pois não sei, não gosto dos ciganos.

**Mas se calhar ultrapassa isso quando conhecer outros que sejam...não são todos iguais.**

Eram uns ciganos extraordinários!

**No trabalho você pertenceu a algum grupo? Pertenceu ao sindicato, era sócia?**

Porque era obrigatório mesmo naquela altura.

**E a senhora fez parte de algum grupo de trabalhadores que defendia os direitos dos outros?**

Fiz parte sim.

**Se tivesse que defender os direitos dos outros falava.**

Sempre.

**Foi sempre assim?**

Fui.

**Quem é que a ensinou a ser assim?**

Ninguém, fui eu que era assim.

**Aprendeu com quem?**

Aprendi comigo própria.

**Não viu ninguém nunca fazer isso, foi educada assim?**

Fui educada assim.

**Por quem?**

Por o meu pai.

**Foi mais o seu pai ou a sua mãe?**

O meu pai e a minha mãe, mas mais o meu pai.

**O que é que guarda na memória do que ele lhe ensinou?**

O meu pai era uma pessoa assim, nunca teve vaidade nenhuma, embora tivesse empregados para ele a trabalharem para ele, que eu me lembro perfeitamente isso. Ah eu também gostava deles, dos empregados do meu pai, tratavam-nos bem e assim...e o meu pai era uma pessoa que era capaz, o meu pai conseguia, consegui sempre, ali onde eu morava, o sitio era muito pobre e muita gente ficou a dever ao meu pai e à minha mãe, a dever dinheiro, percebe? O meu pai era uma pessoa assim muito maleável, muito bom, não é por ser meu pai, mas era uma pessoa muito boa, e eu por vezes, ele portanto, não pagavam, não pagavam, não exigia muito.

**E tratava os empregados como?**

Quase como amigos, houve uma senhora, não era empregado, um amigo dele, que era doente, tinha qualquer problema na garganta, não sei se era cancro se não, mas acho que sim, o meu pai uma vez, isso fez-me uma confusão, que eu isso não fazia, pegou no lenço dele, ele estava assim, pega no lenço e limpa-o, vi eu. Digo eu, oh pai então limpaste o senhor Beja com o teu lenço. Então filha, isto faz algum mal, isto vai para lavar, isso tem alguma importância. Se

calhar nem lavava, se calhar até se serviu depois do lenço. Era uma pessoa assim. Então educou, então educou com essa vida!

**O que é que faz com que a senhora chegue aos 71 anos, assim tão jovem?**

(risos) Jovem?

**Com esse espírito tão jovem? Não sente que tem um espírito jovem?**

Sinto, sinto.

**O que é que lhe faz ser assim?**

Não sei, a minha vivência com certeza, a minha educação que eu levei e tudo isso, o meu pai era uma pessoa da minha idade e também tinha um espírito jovem, também gostava de lidar com jovens, com...fazia aquelas coisas, como eu digo, dos versos para as marchas.

**A senhora pertence algum órgão social de uma Associação?**

Não.

**E é sócia?**

Sou sócia daqui da Associação intergeracional.

**E da ATM também?**

Da ATM é o meu marido, ele não é sócio daqui.

**A senhora acha que tem uma posição mobilizadora e ativa em relação a aspectos importantes da comunidade? Se houvesse aqui um problema neste momento, nesta idade, se houvesse um problema no Bairro, que fosse um bem para a comunidade, a senhora mobilizava e fazia de tudo para que...**

Eu não mobilizava, mas se me dissessem isso, eu ia com os outros, mas não mobilizava eu.

**Sozinha não?**

Sozinha não.

**Mas com os outros era capaz?**

Sim, sim era capaz.

**Tomou sempre essa posição na vida? Apesar de ser dependente, era Inativa?**

Inativa não, mas não tinha muitas iniciativas, eu não sou pessoa de ter muitas iniciativas, mas se alguém as tiver e se eu estiver de a cordo, faço, percebe?

**E nas actividades intergeracionais que participa, está envolvida a pensar no que vai fazer, na decisão, a fazer o que se compromete, a execução, depois a avaliar, era melhor termos feito assim...Está envolvida nesses processos todos?**

Sim, sim.

**Acha que é importante?**

Acho que sim, é importante, é como nós nos comprometermos com uma coisa, temos que...

**Acha que é importante estar envolvida a pensar nas actividades ou gostava mais de fazer e olha que venha a actividade e usufruir só?**

Não, envolver nessa actividade.

**Sente mais a actividade é isso? Sente mais a actividade como sua quando se envolve, quando dá opinião, se deve ser assim feito, sente a actividade como sua, sua e do grupo?**

Sim.

**Sente mais?**

Sim, sinto.

**E não foi responsável, ou é, gostava de perceber, ou em Moscavide ou aqui no Bairro, ou se pertenceu a algum grupo ou organização social que tenha feito algo para o bem da comunidade?**

Não, não pertenci.

**Nem em Moscavide?**

Em Moscavide também não.

## Anexo VI

### Entrevista nº 2

Iris tem 66 anos, tem o 6º das novas oportunidades, é natural de Vila Real Trás-os-Montes, foi empregada doméstica e depois 2ª escriturária num atelier de arquitectura. Atualmente vive com o marido que foi Policia de Segurança Pública e tem o curso comercial industrial. Tem quatro filhos, um com 44 anos que trabalha na restauração, outro com 41 que é 1º oficial de mecânica na França, outro de 39 que é Policia uma menina 33, que é gestora de negócios da Santogal. Tem nove netos, gémeos com 20 anos, 18, 13, 14, 4, 3, 2 e 7/8 meses.

Os pais, tinham a 4ª classe os dois, trabalhavam por conta própria, tinha muitos terrenos e juntamente com empregados trabalhavam na agricultura. Conviveu com os avós paternos, desconhece a escolaridade, mas o avô era polícia e a avó doméstica.

Casou com 20 anos e foi mãe pela primeira vez aos 22 anos. Viveu até aos 21 anos em Vila Real, veio para Lisboa aos 23 e aos 24 anos foi com o marido e os filhos para Angola e aos 30 anos veio viver para Lisboa. Reside no Bairro há 32 anos.

**Em quantos locais viveu ao longo da vida?**

Em 4. Primeiro, Vila Real, Lisboa, Angola, Lisboa.

**Com que idade saiu de Vila Real?**

21.

**Casou com....**

20.

**Veio para Lisboa com...**

23. Fui para a Angola com 24.

**E veio de Angola com...**

30.

**A profissão dos seus avós?**

O meu avô paterno era polícia. A minha avó era doméstica. Do lado da minha mãe não conheci, nem sei. Tinham muita riqueza que depois perderam no jogo e ele mandava pessoal trabalhar.

**E a escolaridade dos seus avós?**

Não sei.

**Não se lembra?**

Não me lembro.

**Qual era a profissão dos seus pais?**

Trabalhavam na agricultura.

**E a escolaridade?**

O meu pai tinha a 4ª classe.

**E a mãe?**

A minha mãe também a 4ª classe.

**Que actividades realiza durante o seu dia-a-dia?**

Durante o dia, 2ª, 4ª e 6ª tenho hidroginástica, às 8h da manhã, e tenho ginástica manutenção, às 19h30. E durante o dia estou a trabalhar na cafetaria, voluntariado.

**A cafetaria é do Grupo In? É uma Associação?**

É uma Associação.

**Quem são as pessoas com quem tem mais vezes contactos?**

Trabalhar ou em casa?

**Sem ser a família lida com quem lida todos os dias?**

No Grupo In, no voluntariado.

**Ao longo destes 10 anos para trás houve diferenças?**

Houve porque nestes 10 anos para trás vivia sempre fechada numa casa. No meu trabalho, era em casa. Sozinha sem poder conversar com ninguém e eu gosto de diálogo, de maneira quando me reformei, comecei a fazer voluntariado, para mim foi um dia de alegria. Revivi outra vez!!! Portanto, era uma pessoa ativa, mas agora ainda estou mais, com 66 anos (risos)!

**Acha que tem mais amigos agora ou no passado?**

Tenho mais amigos agora.

**Porquê?**

Porque tenho tempo para eles. Porque antigamente não tinha. Porque antigamente estava a ir para o trabalho, trabalho para casa, e não tinha tempo para fazer amizades.

**Quem são as pessoas com quem mais conversa?**

São pessoas...com idosos, mas também com muitos jovens, uma vez que o nosso grupo é intergeracional.

**Mas quando precisa de desabafar com alguém, quem é a pessoa que escolhe?**

Para desabafar? Escolho da minha idade mais ou menos, encosto o ombro a essas pessoas (ar de ternura).

**E tem aqui alguém especial?**

Tenho.

**Como é que é a relação com a sua família?**

É ótima. Somos todos muito unidos. Eu em 5 minutos sou capaz de juntar a família toda e vamos fazer um almoço. Só com o tempo de telefonar.

**E a relação com os seus colegas aqui do voluntariado?**

Também.

**Quem vive consigo é o seu marido. E antigamente?**

Antigamente eram os filhos, depois vieram os netos e criei-os a todos até aos 3 anos, até irem para o colégio, ficavam em casa a dormir.

**E quando era mais pequena viveu com quem, com a sua mãe e com o seu pai?**

Sim. Tive uma infância muito linda, muito feliz.

**Também viveu com uma avó e com um avô?**

Não conheci.

**Não?**

Não. Vivi com uma tia que era deficiente e viveu connosco, foi quem nos ajudou a criar.

**Quando é preciso decidir algum assunto, desde compras grandes, fazer visitas, passeios, viagens prolongadas...Quem é que decide isso lá em casa?**

Os dois.

**Porque vivem em casal?**

Vivem em casal, mas às vezes sou mais eu. Ele manda-me descascar a banana.

**E como é que era há 10 anos atrás, também era assim?**

Era. Já estamos sozinhos há 10 anos.

**E antes quando estavam com os filhos?**

Não. Consultávamo-nos todos à noite, juntávamo-nos todos, até fazíamos poucas viagens, não se podia...Mas com a minha filha falamos muito, porque é ela que nos marca as viagens e dialogamos muito com ela.

**E mesmo qualquer decisão? Para comprar uma coisa para casa, vocês conversam uns com os outros?**

Com o meu marido. O meu marido tem ocasiões que me faz surpresa, apresenta lá as coisas e não diz nada porque sabe que eu refilo. (risos)

**Porquê?**

Porque é mais... Não, olhe tenho lá uma máquina de lavar antiga, mas é uma bela máquina, lava muito bem, tem um grande tambor e ele quer pôr-me lá mais uma moderna porque diz que poupa mais energia...e não quer, qualquer dia aparece-me lá com ela (risos). Estamos naquele jogo de empurra.

**Então e a sua saúde? Fale da sua saúde? Tem alguma doença que a impeça de ser Autônoma?**

Não graças a deus. A única doença que tenho agora é esta rouquidão.

**E a nível físico?**

Estou bem graças a deus, fui operada ao braço e está bom, já faço tudo!

**Acha-se mais independente agora ou antes, no passado?**

Fui sempre independente, sempre.

**Sim?**

Sim.

**Porquê?**

Não sei, sei que falava com as pessoas e se não falava fazia as coisas, fui sempre muito independente, porque ganhei sempre o meu ordenado, nunca precisei de pedir nada a ninguém. Nunca precisei do ordenado do meu marido para viver. E eu sou uma pessoa que não gosto de andar com a mão estendida e por isso também tive sempre trabalho e a ganhar bem.

**Alguma vez sentiu alguma limitação física e psicológica?**

Ai já.

**Que a impedisse de ter vontade...**

Quando tive uma depressão há 3 anos e meio.

**E foi por um motivo especial?**

Muito trabalho, porque nessa altura o meu marido gastava o dinheiro todo no jogo, foi 15 anos, que eu trabalhei para educar, para por os filhos a estudar, para vestir e calçar e dar de comer a todos...Eramos 5 pessoas e o meu marido 6 e às vezes estava de turnos...Durante 15 anos. Eu punha-me a pé às 5 da manhã e deitava-me às 2h da manhã, dormia ¾ horas por dia, não podia...

**Como é que ultrapassaram?**

Ultrapassamos porque depois o meu marido reformou-se e desde o primeiro dia...ele reformou-se e eu tinha tudo em casa, ele nunca me perguntou onde é que eu ia buscar o dinheiro para as coisas e comprava-as a pagamentos. Tinha tudo em casa, mais ou menos indispensável e quando ele se reformou eu ainda tinha 400 contos no banco. Porque os meus filhos estudavam à noite e trabalhavam de dia para se vestir e calçar, os mais velhos. O outro estudava e tomava conta da menina. E ele não sei porquê, sei que... Falámos e eu disse “tenho ali 400 contos” e ele disse “quero comprar um carro”. Queria comprar um carro a

pagamentos e eu disse que não. O carro custa 700 e eu tenho ali 400, pagas 400 mas isso vais ter de me passar um cheque de 300 contos porque pensei que ele os gastava. E a partir desse dia, não gastou mais um tostão e até ficou mais, parece agarrado...Juntei mais dinheiro desde essa altura, tinha a minha filha 12 anos, do que juntei a vida inteira.

**Pois, não se gastava não era? Alguma vez teve um momento na sua vida em que olhasse ou para o espelho ou para si e dissesse” Estou a envelhecer”?**

Não.

**Nunca?**

Ainda hoje gosto-me de ver .

**Nunca sentiu que estava a envelhecer?**

Nunca. Ainda hoje a minha filha me deu um elogio. Digo-lhe eu assim” Ai filha estou velha!” e ela diz”Oh mãe eu tenho uma amiga que tem uma mãe com 60 anos, tomara ela estar como tu!” (risos)

**Sente-se livre de escolher o que quer que seja para a sua vida?**

Sim.

**Existe alguma coisa que influencia as suas escolhas?**

Não.

**Não há nada que me influencie?**

Nada. Se eu falar e disser “olha filho queria fazer esta escolha, ir aqui ou além” mesmo que seja entre filhos, eles sabem que eu é igual para todos e eles não...dizem “Oh mãe tu é que sabes, mas guarda para ti, deixa os outros, tu é que sabes. Começa por A por B ou C, por quem tu quiseres”.

**Já ouviu falar de qualidade de vida?**

Sim.

**O que significa ter qualidade de vida, nesta fase, nesta idade?**

Ter qualidade de vida é sair de casa. Porque dentro de casa uma pessoa morre. A mim dá-me sono, não posso lá estar. Sair de casa, conviver e ajudar os outros. Há tanta pessoa que precisa de ajuda. Ajudá-los. Não olhar para o egoísmo que muitas vezes temos “olha não vou ajudá-lo porque ninguém me ajudou a mim, não é” Vai em frente, ajuda, sem olhar para trás.

**Pratica exercício físico, já disse ginástica manutenção, hidroginástica...**

E vou para o yoga, se tiver tempo.

**Tem cuidado com a sua alimentação? Escolhe os alimentos para comer?**

Às vezes. Eu como comidas mediterrâneas, aquelas comidas que são da província, à base de feijão (que está a fazer muito mal à garganta)

**É?**

Sim, por causa dos refluxos do estomago. Mas vou ter de deixar de comer. Mas tento. Não como gorduras, não como fritos.

**As suas possibilidades financeiras impedem-na de tratar de si, da sua saúde, de viajar?**

Não graças a deus! Não porque a minha reforma, não é grande, é pequena, mas tenho a do meu marido, que a tem melhor. E dá para fazermos um desvio de vez em quando.

**Como é que acha que as pessoas da comunidade olham para si?**

Não faço ideia.

**Nunca pensou nisso?**

Não. Eu sei que elas que, ainda agora o meu marido, hoje faz anos, e elas beijaram-me todas, em vez de beijarem o meu marido, beijaram-me a mim. (grande gargalhada) Acho que elas gostam de mim não sei.

**E na rua?**

Na rua, se gostam ou não, toda a gente me cumprimenta com sorriso.

**E os mais jovens?**

Também. É engraçado, se for no caminho do parque da minha casa, se um jovem for entrar a porta, ele já não a fecha, espera por mim.

**Na sua opinião quando é que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade em que vive?**

Nunca.

**Porquê?**

Então, se ele tiver possibilidades deve andar sempre.

**Como é que acha que a sua família olha para si?**

Com orgulho!

**Porquê?**

Por eu ter esta força toda de ajudar os outros e a eles também. Então o meu marido era contra e agora está todo orgulhoso.

**Contra?**

Por causa das coisas darem certo.

### **Da Associação?**

Da Associação.

### **Quando era criança ou jovem pensava como ia ser a sua velhice?**

Nunca pensei nisso. Ainda hoje não penso.

### **Vive o dia-a-dia?**

Vivo o dia-a-dia desde que ponho os pés nos chão e me levanto.

### **Como vê o futuro daqui a 15 anos?**

Ai não sei.

### **Gostava de ser como?**

Gostava de ter a comunidade mais educada. Os jovens, tivessem esta liberdade de fazerem tudo o que querem, mas isto também, já vem do berço, isto já não é nosso, também já vem do berço. Mas gostava mais antigamente havia respeito. E mais, havia...eu sempre tive liberdade e vivia no tempo de Salazar e tive liberdade, nunca ninguém me disse não digas isto ou não digas aquilo. E gostava daquele tempo. Agora aqui à frente, os jovens não têm emprego, isto está a ficar muito feio. Os jovens saem da escola e não têm trabalho. Mas também há muitos...eles acabaram com as oficinas e a escola comercial e industrial, isto faz muita falta porque ali aprendiam muitas artes. E agora não aprendem nada, andam na rua até às quinhentas, sem fazer nada, só a fazerem asneiras.

### **Preocupa-se com a comunidade?**

Preocupo-me com a juventude e com a comunidade.

### **E agora consigo?**

Olhe peço a deus que não dê uma doença que me meta na cama, se não morro antes do tempo.

### **Agora idealize como é que se está a preparar para daqui a 10 anos!**

Daqui a 10 anos gostava de ter a mesma força que tenho, gostava de ter a mesma força para poder viajar mais, porque agora não faço muitas coisas por causa da Associação, só para não as deixar (risos).

### **Quando era criança conviveu com os avós? Já me disse que não, mas tem algum adulto, mais velho que tenha transmitido alguns saberes?**

Tenho memória de um que só me ensinou asneiras e era padre, que não são nada boas. Era um padre muito severo, muito mau. E eu tenho uma história muito triste desse senhor.

### **Que idade tinha?**

65, já não dava missa por causa do ouvido. Mas foi viver para o pé de nós, fez-nos a vida negra.

Essa tal tia que tinha dito era mais...Ajudou-nos a criar. Era mais velha. Era mais nova do que ele, dois anos.

### **Na vida adulta tem memória de algumas aprendizagens que teve com as pessoas mais velhas que a senhora?**

Aprende-se sempre. Ainda hoje também se aprende. Há muita coisa que agente ainda não sabe fazer. Eu aprendi muito, muito, muito sempre em toda a vida, porque eu meto o nariz em tudo, (risos) quando vejo uma coisa, vou aprender.

### **Qual é a memória que trás dos seus pais?**

Memória ótima de saudade (sorriso e olhar brilhante) Ai que saudades tenho deles! Do meu falecido pai (olhos lagrimados)... A minha mãe era uma pessoa muito reservada, muito educada, muito religiosa. O meu pai era mais espalha brasas, como eu. E eu era a menina do “lino” como se costuma dizer na altura, porque o meu pai tinha dois mais velhos do que eu, um 9 anos, outro 7 anos, mais velho que eu. Eu vim depois da menina do bolo. E estive 2 anos e meio...Ela teve 6 filhos, 2 anos e meio, veio outro meu irmão, teve mais 5 anos e veio mais um irmão e uma irmã. Ora a minha irmã era mais nova que eu 11 anos, eu tinha 12 anos ainda comia nas perninhas do meu pai, sentadinha ao colo. Tive uma infância linda! Linda! Linda! Feliz! Feliz mesmo. Trabalhei muito desde os 8 anos, mas por mim, nunca ninguém me mandou, faltava à escola para cozer pão.

### **Quem lhe ensinou tudo foi...**

Foi a minha mãe e o meu pai.

### **Porquê?**

Porque o meu pai foi criado na casa do Conde de Mateus. O Conde D. Francisco era padrinho dele. Como o meu avô tinha 13 filhos baptizou aquele que era um dos mais novos e levou-o para lá. Pronto, já teve uma criação diferente. E a minha mãe também foi educada numa classe média alta, embora fosse da agricultura, ora ela também tinha muita coisa para nos ensinar. Nunca andei na rua na brincadeira a jogar à bola com este...nunca. Era só ali no nosso quintal. Podíamos levar alguém para brincar. Não eramos mesmo de ir para a rua, todos nós...E se demorássemos mais de meia hora na escola, o meu pai ia lá buscar-nos pelas orelhas, trazia-nos pendurados pela orelha até casa.

### **O que é que aprende agora com esta idade, no convívio com as pessoas mais novas, com as gerações mais novas?**

Aprende-se muito.

### **O que é que já aprendeu?**

Aprendi com um. Estávamos ali no bar, eu perguntei-lhe se queria um bolo e ele respondeu-me *não vô*. E eu disse *porque é que não comes o bolo?* E ele respondeu *Porque nunca fiz nada aqui para o bar*. Eu depois pus-me a pensar ora viste, se fizesse alguma coisa ele aceitava o bolo, como não fez, ele não aceitou. E há outros fazendo ou não, são os próprios a pedir. Portanto há aqui muita diferença entre os jovens. Eu não era capaz de chegar a um sitio e pedir um bolo para comer, não tinha essa...E eles têm e eu acho que sim, se eles têm fome devem pedir, antes de mexer. É chegar ali e dizer assim *oh vô hoje eu tenho fome, a minha mãe não está em casa, arranja-me aí um pão?* E eu arranjava-lhe um pão. Eu prefiro fazer isso de que eles amanhã ou depois irem lá mexer num bolo ou nisto ou naquilo. E muitas outras coisas. Eles fazem coisas fabulosas! Eu adoro lidar com eles!!

**E o fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite que a senhora tenha capacidade para aprender coisas novas?**

Tenho.

**A senhora por conviver com pessoas mais novas sente que tem capacidade para aprender?**

Sim.

**E se convivesse com pessoas da sua idade tinha a mesma capacidade?**

Talvez não.

**Porquê?**

Não sei. Eu com os meus netos, foi com eles que aprendi a ir ao computador, ir à internet, ir ao facebook, ter página aqui, ter isto ali, foram eles que me ensinaram a fazer isso tudo. Se fosse perguntar a uma pessoa mais idónea talvez não estivesse para me ensinar. Eu vejo as pessoas muito mais apagadas, não sei porquê. As pessoas de uma certa idade.

**Quem?**

Os seniores, a partir de uma certa idade, olhe estão ali sentados, não são capazes de pedir nada para mexer as mãos.

**Mas essa é a sua geração?**

É a minha geração também, mas eu...

**Mas que idade têm essas pessoas que vê estarem mais apagadas?**

Há uns, aí com 67/68 anos, estão ali sentadas com a mão em cima uma da outra, não são capazes de pedir uma coisa para fazer.

**Qual é a diferença entre si e elas?**

Possa! Eu não paro um segundo.

### **Sim, mas o que é que acha que elas não têm, que a senhora tem?**

Sei lá, força de vontade se calhar.

### **O convívio com as gerações mais novas fazem-lhe acreditar em projectos futuros?**

Faz, fez agora no Sábado, na festa que fizemos, ela fez-me acreditar porque os jovens fizeram um trabalho excepcional. Não foi preciso andar atrás deles, só lhes disse uma vez, numa reunião que tivemos, façam assim e assim, não foi preciso dizer mais nada, fizeram tudo impecavelmente. Bem tenho vontade de fazer mais só pelo bem que eles se comportaram.

### **Para si, foi importante ter convívio com todas as gerações ao longo da vida?**

Foi e é, continua a ser!

### **Porquê?**

Porque fica-se a saber mais um pouco, tanto dos jovens...e até havia de haver mais jovens juntos com os seniores.

### **Acha que o convívio de várias idades, por gostar de conviver com várias idades, fez-lhe passar os anos, envelhecer de forma tão natural que tenha dito que nem pensou, nem dá conta? O que estará por trás disso?**

É uma força que tenho que não sei explicar. Eu não me sinto velha. Eu sou velha de corpo, mas de espírito sou uma jovem (sorriu). Portanto, eu sou...eu quando digo que tenho 67 anos (vou fazer em Julho) não penso que tenho 67, penso que tenho uns 40/50 com a força que tenho de viver e tudo. Não, eu não vou morrer já (gargalhadas). Quero levar o meu caminho em frente e quero alcançar mais objectivos.

### **Durante a infância fez algumas actividades com pessoas mais velhas?**

Fazia, no campo. Actividades como ir moldar as plantas, era actividade de rabo para o ar ali uma tarde inteira, não era pera doce! Ia mudar plantas, arranjar as batatas da terra, fazer a lida da casa toda também. Fazer tudo o que dá agricultura, eram sacos de estrume era tudo. Fazer tudo o que era para fazer na agricultura.

### **E porquê?**

Porque eu quando andava na escola fiz a 4ª classe e os meus pais queriam que eu fosse estudar, porque os meus irmãos são todos praticamente licenciados e eu como queria ir para Castelo Branco, para a área da Agricultura, o meu pai não podia porque trazia 2 no liceu, pagar pensão, isto e aquilo, o meu pai disse *ai filha para aí não me dá, vê lá se escolhes outro curso e estudas aqui em casa*. E eu respondi *não, então eu vou para a agricultura* pai e não quis precisamente isso.

### **Arrependeu-se?**

Não me arrependi nunca porque fiz sempre aquilo que gostei. Até aos 20 anos que me casei, fiz sempre tudo o que gostei. Eu concorri para os correios, fiquei bem, fui chamada, o meu marido não deixou. Concorri para a direcção escolar, aprendi costura, aprendi cozinha, fiz tudo o que a minha irmã que estudou não fez. Que a minha irmã é professora, quando casou não sabia fazer uma sopa.

**Quais são as actividades intergeracionais que a senhora faz agora? É só com a Associação?**

Ora bem, eu fiz actividades com os jovens nas festas de anos. Por exemplo, o meu filho separou-se tinha uma namorada tinha um filho mas tinha vários sobrinhos e eu como tinha netos da idade deles, quando faziam anos eu fazia sempre... fomos para a barragem para o pé de Constança, fui lá ter com um dos senhores, falei com eles para fazerem uma caça ao tesouro na barragem.

**Ah, organizava festas para os netos e amigos?**

Sim, para eles fazerem canoagem, caça ao tesouro em canoas.

**Com que idade?**

Há 10 anos, nem tanto para aí há 8 anos. E fazer coisas para outros lados. E agora também as quero fazer porque queria fazer uma colónia intergeracional, por isso mesmo agora vou a Chaves uma semana, mas não vou só para ir para as termas. Eu vou lá dar as minhas voltas, vou ver os preços todos para os seniores, para Setembro ou outubro e para os jovens. Mas queria ver que jogos há, radicais ou não, sei que há canoagem no Tâmega, mas ver o que é que se pode arranjar lá mais em Chaves porque fica mais barato, é mais longe mas é mais barato. Para levar lá um grupo intergeracional.

**Então acha que essas actividades intergeracionais trazem benefícios?**

Trazem.

**Para quem?**

Para os dois lados. Para os jovens e para nós, porque eu também faço canoagem com eles.

**Quais são os benefícios? Aquilo que sente?**

Sinto-me alegre, e sei que eles gostam. Eu sei, como eles muitas vezes não podem fazer essas... possibilidades... Alguns, outros têm, mas eu disse alguns, que não posso pagar tudo sozinha. Já me disseram que pagavam algum deles e nós dávamos uma ajuda, vamos lá ver!

**Falou que esteve em Angola, foi trabalhar, não teve relações com outras idades?**

Tive. Eu fui para Angola trabalhar. Tive sempre uma paixão pelo balcão. E eu fui, cheguei a Luanda, o meu marido foi polícia, na altura foi mobilizado para ir para lá. E eu cheguei a Luanda e mandaram-nos para o Luso, distrito de Mexico – Leste de Angola. Eu conheci lá um primo meu que estava lá estabelecido. Primo do meu marido. O que é que eu fiz, pedi-lhe para

me arranjam trabalho, tinha 3 miúdos e com os miúdos, arranjam uma pessoa para tomar conta deles. Naquela altura branca, que estava em casa. E eu fui trabalhar para o balcão e a ali lidava com todas as idades e raças. E sempre gostaram muito de mim mesmo os de raça negra. Aprendi muito com eles. Aprendi muito, muito. Eles queriam que eu fosse atende-los, não queriam que fosse as outras empregadas e pediam. Eu tive um patrão que era uma jóia de pessoa, não desfazendo, que no fim quando um senhor de raça negra pediu ao patrão que fosse eu atendê-lo, ele no fim foi pesar tudo que era para ver se eu tinha dado alguma coisa a mais e estava tudo certinho. Ele pensava que por ele pedir ele tinha algum interesse, mas não. Diz ele *sim sim senhor*, nesse mês, aumentou-me 2 contos e meio (gargalhadas).

**E lá as pessoas mais velhas como é que eram vistas?**

Muito bem, lá tinham outras coisas, as pessoas iam ao cinema, iam aos teatros, já tinham vocação para ir, aqui não têm. Era outra cultura, outra vida! Muito boa!

**Qual era a geração que neste momento escolheria para conviver? Com que idade?**

Escolheria meia dúzia delas que estão mais imobilizadas, não têm tanta...para as poder ajudar, como sozinhas em casa...

**Então escolheria pessoas mais velhas?**

Ou não, depende da mobilidade delas...pois porque a mobilidade delas não significa...que sejam velhas, para as ajudar.

**Onde é que acha que o convívio intergeracional deveria existir? Na família, só na família, só na comunidade? Só nos centros de dia?**

Em tudo. Em todo o lado.

**Porquê?**

Porque assim as pessoas chegavam-se mais umas às outras, conviviam mais.

**Conviver com outras gerações, faz-lhe sentir útil?**

Faz muito útil que...Mais útil ainda.

**Quando é que se sente mais útil?**

Quando estou a fazer alguma coisa por alguém. Quando vejo que a coisa os faz realizar, por exemplo, fazer uma sopa quando essa pessoas não tem comida à noite. Já é um prazer que dá, por vezes, trago de casa e dou a essa pessoa, ainda hoje trouxe.

**E como é que se sente?**

Sinto-me bem, durmo descansada. Mas quando quero fazer uma coisa dessas, não tenho ou não posso, nem durmo à noite. O meu marido, uma ocasião disse, o Jaime não tem comida hoje eu disse *oh Manel vamos lá levar comida que eu esqueci-me de lhe dar*, quanto andou

aflito. E diz *ele eu não sei o numero de telefone dele e até ele ia levar lá o comer a casa*, por me esquecer de dar aquilo que fazia aqui a comida. E é um jovem.

**Programa encontros com os colegas daqui fora? As pessoas da Associação marcam encontros fora daqui?**

Sim marcamos, para ir andar a pé, para tomar um café, se vão estão sozinhas em casa, para dar uma volta.

**Gosta de pertencer a este grupo?**

Gosto.

**Desenvolve voluntariado, pois para si pertencer à Associação é voluntariado, como já tinha referido. O que significa para si fazer voluntariado?**

Olhe quando era pequenita a minha mãe contava que eu quando fui para a escola, como tinha a minha tia deficiente, que lhe deu uma paralisia infantil aos 10 anos, não era normal, que eu dizia *assim oh mae eu quando for velhinha gostava muito de ajudar as criancinhas pequeninas que não tem comer e os velinhos*. Foi sempre. Fiz uma opção. Falei 2 vezes com o meu marido quando me casei, eu tenho 3 projetos na minha vida, coisas para fazer, primeiro casar, segundo criar os filhos e depois fazer voluntariado para ajudar quem precisa. E já fiz os dois e agora estou no terceiro, já estou feliz!

**Na sua família existem encontros entre todas as gerações, todas as idades e costumam conviver durante quanto tempo? Fazem programas semanais?**

Fazemos, ainda no dia da mãe mandei uma mensagem á minha nora desejar um bom dia da mãe e ela respondeu-me logo *D. São estou em casa dos meus pais, estão cá os netos venham vê-los*. Ora só isto, venham vê-los, é para se reunir todos. Quando vou lá ver os meus netos, não vou sozinha, vão os meus netos que não têm visto aqueles primos. Vão da parte da minha nora vêm também, somos aos 40 à mesa. Quando vamos lá juntamo-nos todos, parte a parte.

**É habitual? Não estão muito tempo sem se ver?**

Não. Fez anos, um deles, estava cá o meu filho de França, e um de nós fez anos, só sei que a minha sobrinha apareceu aqui do norte, com um cabrito, com vinho, com broa, com bôla de carne, com tudo para fazermos a festa. Mas aquele dia os meus filhos tinham ido andar de barco, estava lá o meu filho, o meu neto, um casal amigo, o Pedro (genro) estavam em Setúbal. A minha filha, todos os do norte fomos a casa dele eu perguntei onde está o Pedro e ela diz está tudo em Setúbal, digo eu *eh pá nós temos aqui comida para amanhã*, para o almoço para festejarmos os anos. Diz ela, *oh mãe não seja por isso*, telefonou para o meu genro, *olha marca aí um lugar para tantas pessoas*. Eramos 17. Em 5 minutos reunimos a família, partimos para setúbal, fomos almoçar lá ao Rodizio, do Rodizio fomos para o meu filho para o Restaurante da Comporta e lanchámos todos. Portanto, juntou-se a família toda logo naquela tarde, de repente!

**Tem alguma função de ir à escola buscar netos ou sobrinhos?**

Não agora não.

**Existe alguma função na família que é só feita por si?**

Agora não. Presentemente não. Mas em casa fazer comer, só eu, o meu marido não faz.

**E se tiver a família toda em casa?**

Sou só eu que faço o comer, ninguém mexe no comer, sou eu, podem arrumar pela cozinha, mas não mexem no comer.

**A sua família recorre a si para resolver problemas? E tomar grandes decisões?**

A minha filha, mais a minha filha.

**Os filhos não?**

O filho também quando comprou a casa veio perguntar, porque ele não tinha muito dinheiro na altura. Nós demos-lhe a entrada da casa e a minha filha também recorreu agora a nós porque queria arranjar os dentes todos e tinha de dar entrada de 5000€ e tinha-os gasto na vivenda que estão acabar e o meu marido deu-lhe os 5000€. Agora já gastou mais 1500€ mas vendeu a mota dela, uma motona, mas já pagou. Essas coisas assim só.

**Sente-se que é uma peça importante na sua família?**

Sinto-me uma peça importante e digo-lhe mais, deus queira que o meu marido vá na minha frente, não é por querer que ele morra na frente, é que se eu vou na frente, vai ser um problema ele vai atrás logo, porque ele não se dá sem mim em lado nenhum. Ele não vai para a minha filha, não vai para o meu filho...também ninguém o atura, tem um feitio muito especial, e só eu é que o sei levar. Ma se ele também não ia, fica em casa. Ele também diz, deus queira que vá eu na frente...se não eu não sei (emocionou-se)

**Apesar de não ter conhecido os seus avós sabe se eles eram membros de algum grupo recreativo, da Junta de Freguesia?**

O meu avô foi Presidente da Junta.

**E os seus pais?**

Os meus pais não. Tinha um tio que sim, também Presidente da Junta. O meu pai era músico da banda de Mateus, lá da Casa de Mateus e era empregado. E antes de casar com a minha mãe era empregado nos caminhos-de-ferro. Era fator, chamavam-lhe fatores. Era um emprego bom que o Conde lhe arranjou, mas depois casou, a minha Mãe, herdou muita terra, muitos terrenos, não havia quem os cultivasse. E como ganhava mais na agricultura do que ganhava naquele tempo no caminhos-de-ferro e ficou na agricultura.

**Então ele fazia parte da Casa de Mateus como associado ou como membro?**

Não, é quase como se fosse família. Nós íamos lá fazer o azeite, íamos fazer tudo e nunca nos levavam nada, íamos lá muitas vezes almoçar. A minha tia era camareira da Casa de Mateus.

**Os avós ou os pais pertenceram a algum sindicato?**

Nunca.

**E quando era criança conviveu com alguém que tenha contribuído para a mudança social do Bairro, e que tivesse lutado pelos direitos das pessoas na altura?**

Na altura não, na altura não havia essas coisas. Na altura o que havia era Junta de Freguesia que fazia alguma coisa e pedia, mais na altura dos votos. Que eu me lembre. Mas de resto era fazer festas na aldeia e aquilo, não tínhamos partido, não tínhamos nada. Os meus pais pertenciam à monarquia. Levaram o meu avô para um sítio, para o matar, na altura da república, mas depois deixaram-no não lhe fizeram mal.

**E os seus pais ensinaram a defender os direitos das pessoas, independentemente de ser sindicatos?**

Não aceitavam injustiças. O meu pai era muito reto, no pessoal que trazia, 6 mulheres todos os dias, todas as tardes e trazia homens todos os dias, pois colhíamos 25 pipas de vinho e as vinhas era preciso cultiva-las e tínhamos muito gado, vacas, porcos e precisamente muitas mãos e ele foi sempre muito honesto nos preços e era, como é que eu hei-de explicar, muito crítico com os outros que exploravam o pessoal. Ele podia não dar em dinheiro, mas dava-lhe aquilo que tinha ajustado para trabalhar e depois em géneros, ou batatas ou maçãs, aquilo que eles não tivessem. E foi sempre muito crítico mesmo, pois haviam lá muitos que se aproveitavam das pessoas, eram mesmo...

**Na juventude preocupou-se em fazer algo pelos jovens do seu bairro?**

Não, nunca pensei nisso.

**E no trabalho, foi membro de algum grupo que defendesse os direitos dos trabalhadores?**

Não.

**Mas nunca teve de intervir numa situação que fosse injustiça?**

Quando visse intervinha logo.

**E quem é que lhe ensinou a ser assim?**

Era o meu pai, que não gostava de injustiças e eu via como ele fazia e eu quando via alguma coisa também. Ainda hoje o faço.

**Na velhice tem uma posição mobilizadora e ativa em relação aos aspectos importantes para a comunidade em que está inserida?**

Eu acho que sim, no meu entender. Porque eu trabalho muito, tento trabalhar mais ainda para poder fazer alguma coisa de bem para o pessoal, para o povo, para o Bairro, para a comunidade.

**É membro dos órgãos sociais da associação?**

Sou Vice presidente da Associação Grupo In – Intergeracional.

**Está envolvida nas reuniões, nas decisões, na organização, na avaliação, está sempre envolvida em tudo o que a senhora em todos os processos?**

Só se não poder!

**E acha que essa participação, envolvimento é importante?**

Acho que sim, porque há pessoas que, a maior parte das vezes, parece que param no tempo, não desenvolvem e nós temos de lhes dar um aperto para ver se eles se desenvolvem um bocadinho. Se não para a frente esse caminho, pois se não for assim não se faz nada. Para-se ali e não se faz. E eu, nós, há um ano que estamos na Associação e nota-se o desenvolvimento que teve. Mas tenho de trabalhar, dou murros na mesa.

**Então é por iniciativa e envolvimento em tudo que faz que as coisas avançam?**

Ah pois avançam, têm de avançar mesmo.

**É responsável ou esteve envolvida em alguma organização social que tenha surgido no Bairro em que vive?**

Estive aqui e estive na ATM.

**ATM é?**

Associação Tempo Moradores do Bº .

**Foi em que ano?**

Não me lembro, foi no princípio.

**A senhora tinha que idade? A senhora ainda trabalhava?**

Sim, os meus netos...até lhe posso dizer...para aí há 15 anos, mais ou menos. O primeiro jantar que agente fez eu tinha os meus netos a viver comigo, o meu marido ficou com eles e eu fui para lá ajudar a fazê-lo.

**O que é que sentiu no dia em que se reformou?**

Chorei.

**Porquê?**

Porque eu reformei-me contra a minha vontade, porque eu não queria, o meu marido é que estava sozinho e quis que eu me reformasse para lhe fazer companhia. E eu vim, saí desgostosa porque depois eu fiquei em casa e o meu marido...eu só ficava sozinha, ele ia para o café e eu ficava em casa sozinha. Já estava apanhar uma depressão quando resolvi vir fazer voluntariado, ajudar os outros..

### **Sentiu tristeza, chorou...chorou por abandonar o trabalho?**

Chorei porque não sou um pássaro de gaiola e eu não queria estar metida em casa sem ser útil para ninguém, parecia uma inválida e eu não...

### **Agora neste momento acha que a reforma é isso?Agora que está a fazer voluntariado? Pensava que era isto?**

Não, pensava pior.

### **E porque é pensava?**

As pessoas dizem a reforma, quem me dera reformar, vou para ali, para aqui e depois de ver que não era nada assim porque o meu marido depois dizia quando te reformares vamos para aqui, para ali, para ali e nunca fomos para lado nenhum. Então se eu estivesse a trabalhar tinha de sair de casa, tinha de fazer o trabalho que tinha de fazer e tinha de voltar e ia para o ginásio e vinha do ginásio e pronto. E eu em casa não, levantava-me de manhã até à noite sempre a fazer a mesma coisa. Fazia arraiolos, mas os arraiolos não falam connosco e gostava de diálogo. Deitava-me a dormir? Também não.

### **Quanto tempo esteve a habituar-se à reforma?**

Para aí um ano e meio e quando já estava desesperada que a minha cabeça já não batia bem foi quando eu disse ao meu vizinho leva-me que eu vou. Andava-me sempre a chatear. Pronto diz lá que eu vou. E a partir daí senti-me outra mulher. Contra a vontade do meu marido. Mas agora o meu marido já ajuda, já ajuda, já se orgulha de mim.

### **O que é que a faz ser a pessoa que é?**

Não sei , fui sempre assim.

## **Anexo VII**

Entrevista nº 3

Flor, tem 67 anos, a 3ª classe, é natural de Vila Real, foi empregada numa confeitaria. Atualmente vive sozinha, o marido faleceu mas o marido tinha a 4ª classe de adulto e era

marceneiro. Tem duas filhas, a que tem 40 anos tem o 6º ano e a que tem 37 anos tem o 9ºano. Tem dois netos da filha mais velha, o mais novo tem 9 anos, ainda no 4º ano e o mais velho tem 13 anos e anda no 8º. Tem dois netos, a mais velha anda no 7º ano e o mais novo anda no 3º ano. Os pais e os avós eram analfabetos e trabalhavam na agricultura. Casou aos 27 anos e foi mãe pela primeira vez aos 27 anos. Viveu até aos 19 anos em Vila real e depois veio para Lisboa. Aos 27 anos foi para Mirandela e aos 28 anos foi viver para a França e aos 29 voltou para Mirandela e Macedo de Cavaleiros. No dia 27 de Abril, a seguir à Revolução, veio para Lisboa. Vive no Bairro há 31 anos.

### **Em quantos locais viveu ao longo da vida?**

Já vivi em França, já tive em Macedo Cavaleiros, já tive em Mirandela.

### **Diga-me em pequenina, o percurso, na infância, na adolescência.**

De pequenina era a vida lá na aldeia, era a guardar gado, a guardar os meus irmãos...

### **Até que idade esteve lá?**

Estive na aldeia até aos 19 anos, e depois vim para Lisboa servir, de criada de servir depois casei-me fui para Mirandela, que era a terra do meu marido.

### **Com que idade foi para Mirandela?**

Ora ,eu casei-me aos 27 anos e depois fui para Mirandela e estive lá. Depois o meu marido resolveu ir para a França, despediu-se aqui do trabalho por causa de uma irmã que tinha muito doente e estivemos pra lá na aldeia dela. Depois daí...

### **Na França esteve quanto tempo?**

Tive pouco tempo, tinha uns 28/29.

### **Esteve lá quantos anos?**

O meu marido teve 21 meses. Eu fui grávida dali da terra com 7 meses para ao pé dele na França. Depois ele não gostava de estar lá e voltámos para Mirandela. Estivemos lá pouco tempo e depois não havia lá trabalhos e tornou a vir para o mesmo patrão para cá.

### **Para Lisboa?**

Sim. E depois deu-se o 25 de Abril. No 25 deu-se aquela revolução e...no dia 27 organizei uma viagem para vir com a minha filha mais velha. A minha filha nasceu em França.

### **E a profissão dos seus avós?**

Eram agricultores.

### **E andaram na escola?**

Isso já não lhe sei responder.

**E os seus pais?**

Os meus pais, o meu pai não sabia ler, a minha mãe também não.

**Mas qual era a profissão deles?**

Trabalhar no campo.

**Que actividades a senhora realiza ao longo do dia?**

Olhe, venho para aqui, ajudo a tia Aurora.

**Vem para aqui onde?**

No bar.

**E o bar é o quê?**

É a nossa Associação.

**E então quem são as pessoas que contata?**

É a D. Aurora, a D. Sofia, o Sr Soares e o Sr Fausto...São as pessoas...que eu ando mais ao pé delas.

**Fazem parte da Associação?**

Sim fazem parte da Associação.

**Ao longo destes 10 anos acha que teve alguma alteração ao nível das actividades que foi fazendo e os contactos que teve?**

Nada.

**Não houve diferenças?**

Não. Trabalhava. A diferença que houve foi vir para casa por causa do meu marido, despedimento. Depois a partir daí fui para o fundo desemprego, acabou o fundo desemprego, nem chegou porque eu fazia os anos antes, como tinha posto os papéis para a reforma, automaticamente fui reformada.

**Acha que teve mais amigos no passado ou no presente?**

Igual. Dou-me bem com toda a gente. Trabalhei 28 anos na fábrica. Nunca tive razões nenhuma de ninguém

**Quem são as pessoas com quem mais conversa?**

Olhe, é com a Aurora que estamos ali as duas juntas (sorriu). E com as minhas filhas quando falo ao telefone não é? Que elas estão lá na vida delas, na casa delas.

**E se escolhesse alguém para desabafar alguns problemas, quem escolheria?**

As minhas filhas, não é? Em primeiro lugar.

**Porquê?**

Porque elas é que são as minhas filhas (sorriu) que me podem ouvir melhor!

**E como é que é a relação com as suas filhas e com a sua família?**

É boa. E com os colegas daqui também. Porque tal como estava a dizer, sempre se deu bem com toda a gente. Sempre me dei bem com toda a gente, não gosto de confusões, quando vejo confusão desvio.

**Quem é que vivia antes consigo? Agora vive sozinha, e ao longo da vida, vivia com...**

Com o meu marido e com as minhas filhas.

**Quando se reformou, o dia em que veio a reforma o que sentiu?**

Quando vim embora para casa senti um bocadinho mal, porque já sabia que vinha para casa e que pronto, deixava de ter actividades, de trabalhar.

**Acha que com isso iria deixar de ser útil?**

Sim.

**E agora acha o mesmo?**

Não, agora já não acho. Vim para aqui.

**A senhora quando precisa de decidir qualquer assunto, é a senhora que decide o que deve comprar por exemplo? Tem autonomia?**

Tenho. Tenho.

**Para viajar?**

Sempre tive! O meu marido nunca me colocou obstáculos. Sempre tive! Eu é que era a senhora da carteira. Eu às vezes dizia assim ao meu marido: *“Oh António hoje faço anos, não me compras uma prenda?”* e ele respondia :*“Não compra a tu. Tu tens o dinheiro e sabes aquilo que queres e que gostas, eu não sei o que é que tu queres”*. Era a resposta dele. (sorriu)

**Relativamente à sua saúde, tem alguma doença que a impeça de ser autónoma?**

Por enquanto não graças a deus.

**Considera-se mais independente hoje ou no passado?**

Independente? Quando estava em casa dos meus pais não era! Tinha que andar ali sempre ao mando deles. E depois quando foi viver... Quando me casei, o meu marido, a partir daí, ele não...

**E agora na velhice?**

Na mesma, agora vou para onde quero, ninguém me diz nada, as minhas filhas dizem: “*oh mãe tu passeia enquanto podes, quando não poderes vais ter de ficar em casa*”, por isso...(sorriu)

**Alguma vez sentiu alguma limitação que lhe impedisse de fazer a sua lida da vida diária?**

Por enquanto não graças a deus.

**Você algumas vez sentiu ou vivenciou momentos que sentisse que estava a envelhecer?**

A gente pensa logo isso a partir de uma certa idade não é!? Agente pensa...e tenho medo da velhice sabe?

**Mas sentiu um momento na sua vida que visse ao espelho e dissesse: “estou a envelhecer”?**

Não. Também não reparei para isso. Não!

**A senhora acabou de dizer que sentiu é medo da velhice?**

Sim, medo da velhice.

**Mas nunca se sentiu a envelhecer?**

Não, por enquanto não.

**E nunca pensou nisso?**

Não. Só tenho medo de um dia ficar mais coisa e agente não poder fazer as coisas, a nossa vida, as nossas...Pronto, lavar-nos, as nossas limpezas, não é?!

**Sente-se livre para escolher o que quer que seja da sua vida? É livre?**

Sim.

**Nesta fase, existe alguém ou algo que a influencie a escolher qualquer coisa?**

Não.

**Já ouviu falar de qualidade de vida? Acha que tem qualidade de vida?**

Por enquanto acho que ainda tenho qualquer coisa (sorriu)

**Porquê?**

Porque ainda me sinto com forças!

**Faz alguma actividade física?**

Por enquanto não. Andei na...

**E exercício físico?**

É fazer ginástica, andar, não é? Fazer caminhadas, caminhadas faço, caminhadas faço!!

**E acha que tem uma alimentação saudável?**

Eu acho que sim, dentro do possível.

**Escolhe sempre por fazer uma alimentação saudável?**

Sim, não tenho preguiça de fazer o meu comer.

**Quais são os alimentos que normalmente escolhe?**

Em geral, faço mais assim, peixinho cozido, um franguinho as vezes guizado, mas é tudo estufadinho em cru, em que não faz mal a ninguém... Assim coisas. Uma sopinha. Amanhã vou caminhar para Fátima 5 dias seguidos (sorriu). Isso já é boas caminhadas. Já é uma boa caminhada.

**As suas possibilidades financeiras impedem-na de tratar da sua saúde?**

Sim, porque não é muito. O que eu ganho é 600€, meu e do meu marido. A pagar as despesas, já sabe como é Dra.

**Mas já sentiu que impedisse de ir ao médico porque não tinha dinheiro?**

Não. Até à data não.

**E de viajar?**

Também não.

**E de cuidar de si? Nunca teve esse impedimento?**

Não, por enquanto não graças a deus.

**Como é que acha que a comunidade, os seus vizinhos, jovens, todas as idades olham para si?**

Dizem que eu tenho muita pedalada (sorriu). É o que dizem as minhas filhas:” *Oh mãe gostava de ter a tua pedalada*” (sorriu)

**E os vizinhos?**

Também espectaculares. São sempre bons para mim, nunca tivemos zangas, já cá estou há 30 anos.

**Na sua opinião, quando é que o ser humano deveria deixar de ter o papel na comunidade em que vive?**

Na minha ideia acho que nunca havia de haver, não é!?

**Pensa em ter uma vida saudável?**

Eu pensava, agora vamos ver.

**Quando era criança ou jovem pensou como é que ia ser a sua velhice?**

Não, nunca pensei.

**Nunca pensou! Então consegue ver como vai ser daqui a 15 anos?**

Não consigo ver, não sei. Daqui até lá como é que deveremos saber?

**Prepara-se?**

Vou-me preparar. Vamos ver.

**Gostava de ser como?**

Gostava de ser como sou agora pelo menos.

**Quando era criança viveu com os seus avós?**

Não.

**Não teve nenhum relacionamento nem memória?**

Os meus avós morreram era eu pequena ainda, nunca tive assim grande...

**Mas teve alguma convivência com uma pessoa mais velha em criança que tenha aprendido alguma coisa com ela?**

Para ser franca Dra, não aprendi nada com eles. O que aprendi foi coisas só de andar no campo, a cegar o centeio, a ir “xassar” batatas, o milho, essas coisas. Agora coisas de cozinha, lavar e isso, tive de aprender eu à minha custa, a ver os outros, a fazer ...E eu, quem tem vontade é assim que aprende!

**Nesta fase da velhice, ao conviver com as gerações mais novas aprende o quê?**

Nesta idade, nesta fase, não aprendo nada, que eles não são assim como eramos nós, quando eramos mais novos que gostávamos de aprender e ponhamo-nos a ver as outras a fazer, não é! Eu ia para o campo e um dia cheguei a levar um carrinho de linhas da minha mãe porque via a outra a fazer a renda e eu gostava de fazer também, está a perceber? Mas cheguei a casa ainda levei uma tarefa porque levei o carrinho de linhas (sorriu) está a ver?

**O que é que hoje aprende com os mais jovens?**

Acho que não aprendo nada porque eles agora só andam com aquelas máquinas de jogos e isso, e eu não ligo nada a isso.

**Mas quando está na Associação intergeracional?**

Sim é intergeracional, mas eles também não vão para ao pé de nós. O que estiveram a fazer agora, ajudar-nos a descascar a abóbora e só isso, e no sábado ajudaram na festa, por acaso colaboraram bem com a gente!

**E nesse convívio o que é que existe?**

Existe amizade com eles e pronto.

**E o fato de conviver com essas pessoas mais novas, faz-lhe acreditar que ...**

Sim, que serei capaz de continuar mais um ano mais além...

**E que tem capacidades para aprender, faz-lhe acreditar nisso?**

Sim, faz.

**E também faz-lhe acreditar que possa ter projectos para futuro?**

Não sei, não lhe sei explicar. Não...Quando... Projectos como?

**Projectos, amanhã eu vou ali, ou o que eu quero fazer daqui a uma semana...**

Ah sim, às vezes estou a pensar, tal dia vou para além.

**Mas é o fato de conviver com pessoas mais jovens ou de conviver com mais pessoas, mais jovens ou de todas as idades?**

De todas as idades. Por exemplo, no passeio da Junta, vamos todos dia 26, já vou, passear com eles.

**E são pessoas de todas as idades?**

Acho que sim.

**E se a senhora só convivesse com pessoas mais velhas que a senhora ou da sua geração, acha que tinha essa força, essa pedalada que a senhora diz? Continuava a ser a mesma pessoa?**

Não sei se eu já teria porque...

**Porque é que tem a pedalada que tem?**

Porque gosto de andar, de me movimentar, gosta de fazer coisas.

**E porque gosta?**

Gosto.

**O que é que a leva a ser assim?**

Não sei explicar. (sorriu)

**É de dentro?**

É de dentro de mim mesma, não sei.

**Ao longo da vida, sempre conviveu com pessoas de todas as idades?**

Sim.

**Nunca criticou os mais velhos?**

Não.

**Porquê?**

Eu também não hei-de lá chegar!

**Nunca criticou os mais novos?**

Não.

**Pensa que as relações intergeracionais, ajudaram-na a viver melhor os anos que passavam? Ou ajudaram-na a viver melhor o processo de envelhecimento de forma natural?**

Sim, porque quando faleceu o meu marido fiquei um bocadinho abalada (emocionou-se) e depois vim para aqui sempre reagi melhor. É assim. (emocionou-se)

**Na vida adulta, quais as actividades que faz com todas as idades?**

Actividades como?

**Ou seja, quais as actividades que tem a presença de pessoas mais novas que a senhora?**

Agora já não tenho nenhuma, agora andamos ali nós.

**Então as actividades intergeracionais que participa é mais da Associação? É na Associação, que é intergeracional?**

Sim.

**Quais são os benefícios, qual é uma mais valia de entrar em contacto com pessoas mais novas?**

Sim, porque elas como são mais novas podem ter novas ideias, não é! Melhor que nós que já estamos a envelhecer.

**Então está a dizer que dá energia às pessoas?**

Sim gosto que estejam ao meu lado para trabalharmos todos juntos. Não gosto de gente mole ao pé de mim, isso é que não! (grande sorriso)

**Neste momento, se escolhe-se uma idade, uma geração para conviver consigo, qual é que escolheria?**

Para viver mesmo comigo?

**Para conviver, viver não! (sorrisos) Para conviver, ou seja, qual a geração que escolheria para passear, para as actividades.**

Umas senhoras da minha idade.

**Da sua idade ou mais jovens?**

Da minha idade, até podem ser mais novas.

**Não escolheria pessoas mais velhas?**

Mais velhas, mais velhas, não.

**Porquê?**

Sei lá, não sei (grande sorriso) Talvez não tinha paciência para elas.

**Acha que as relações intergeracionais, o convívio entre todas as idades deveria existir na família, na comunidade, nos centros de dia?**

Sim.

**Mas acha só nos centros de dia, só na família, só na comunidade ou em todo o lado?**

Em todo lado.

**Porquê?**

Porque é para toda a gente. Para convivermos todos não é? Para não sermos só uns. (grandes sorrisos)

**Acha que o convívio entre as gerações faz-lhe sentir mais útil?**

Sim.

**Porquê?**

Porque agente em casa sozinha fica parada não é, sempre a ver televisão a mesma coisa, também não dá.

**Então quando é que a senhora se sente mais útil?**

Quando venho fazer alguma coisa para bem da Associação.

**Da Associação para a comunidade?**

Sim.

**Então ocupa os seus tempos livres a colaborar nos órgãos sociais da associação?**

Dos órgãos sociais da associação.

**Porque faz parte dos órgãos é isso? Você programa encontros fora daqui com colegas dessas actividades? Programa actividades fora daqui com a D. Aurora, com o Sr Soares?**

Já temos ido aos passeios.

**Sem ser daqui, todos juntos, vocês programam visitas sozinhos?**

Não isso não programamos.

**Só se relacionam cá dentro?**

Sim, mas se houver um passeio...

**Gosta de pertencer a este grupo?**

Gosto.

**Porquê?**

Porque são umas pessoas simpáticas.

**E apoiam-na?**

Sim.

**Faz algum tipo de voluntariado, sem ser este?**

Não.

**Na sua família existem encontros intergeracionais?**

Sim. Com os meus irmãos, pronto. Quando é no verão, juntamo-nos todos.

**Que idades têm?**

Os meus irmãos?

**Todos. A dos seus netos já me disse.**

Os meus netos, um tem 9 e outro tem 13, a menina. A minha filha faz 40, a mãe do menino. A outra tem 37. Mas depois também convivo com os meus irmãos e sobrinhos.

**E quais são as actividades que fazem em conjunto, com a família?**

Olhe é fazer festas, comezangas (sorriso).

**Habitualmente encontram-se quantas vezes?**

Às vezes demoram muitos dias, alguns moram longe. Por exemplo, este meu irmão ainda hoje esteve aqui, a ver se arranjava ali a vitrine, ele dá um jeito à electricidade. E às vezes vamos...ele telefona-me, ele tem um terrenozinho ali para frente de Vialonga, vamos para lá, fazemos uma sardinhada, apanhamos alguma coisa que haja de hortaliça para trazer.

**E as suas filhas?**

A minha filha ainda ontem estive com elas, fomos a Castelo Branco para ao pé da sogra dela e da cunhada e da menina, que também fazia anos, juntamos os anos as duas e fizemos a festa.

**Quem é que toma a iniciativa? É um de vocês que se lembra de convidar?**

Esta por acaso foi a minha filha que disse “*olha mae, fazes anos e é dia da mãe, vamos para ao pé da minha sogra porque a menina faz anos agora dia 4 e juntamos a festa*”. Eu não queria ir porque estava muito cansada de andar na outra festa, mas ela disse “*não, não, eu não te deixo aqui sozinha*”.

**E tem alguma responsabilidade, uma função de levar e trazer um neto, sobrinho, tem alguma responsabilidade?**

A responsabilidade é às vezes, o meu genro trabalha, porque ele é GNR, e a minha filha como tem um salão de cabeleireiro, às vezes vou tomar conta do meu neto, outras vezes vem para ao pé de mim, é assim.

**Existe alguma função na família que é só feita por si? Estão todos, mas é só, só a senhora. Existe alguma função?**

É fazer comer! (risos)

**Há uma função que é sempre feita em conjunto?**

Sim. Ajudam. A por a mesa, a levantar a mesa...

**A sua família recorrer a si para resolver problemas?**

Sim. Se eu as chamar elas vem.

**E se elas tiverem um problema também recorrem a si, a sua família?**

Problemas como?

**Estão indecisos para resolver uma situação ou para desabafar, não sabem como hão-de sair daquele problema...**

Sim.

**São mais as suas filhas ou os seus irmãos e ou os seus sobrinhos?**

São todos. Amigos.

**Sente-se uma peça importante na sua família?**

Ah, eu acho que sim (sorriu).

**A senhora quando está ao pé deles sente-se importante?**

Sim.

**Já me disse que não conviveu com os seus avós, mas conviveu com os seus pais?**

Sim.

**Os seus pais eram membros de algum clube recreativo ou Junta de Freguesia?**

Não. O meu pai pertencia aos bombeiros.

**Era ativo?**

Não, era só sócio.

**A mãe?**

A minha mãe, não.

**A profissão deles, já disse que era agricultura. O seu pai nunca participou ou pertenceu ao sindicato defesa dos direitos dos agricultores?**

Não. Mas eu acho, de agricultores não, mas ele trabalhou cá e pertencia ao sindicato, trabalhava numa tipografia.

**E pertencia ao sindicato o seu pai?**

Sim ele falava-me disso.

**O seu pai na educação que lhe deu ensinou-a a defender os seus direitos, a ser ativa?**

Sim.

**Como é que ele dizia?**

Dizia para eu ser uma pessoa sincera, para não enganar ninguém (sorriu) assim essas coisas...(emocionou-se)

**Quando era criança conviveu com algum adulto que tenha contribuído para a mudança do bairro? Para melhorar o Bairro?**

Não.

**Lembra-se de alguma figura, ou da aldeia ou de alguém que era próximo de si que falava muito consigo e que foi importante para o Bairro?**

Não, quando era criança não.

**E quando era jovem?**

Agora não estou lá.

**Mas aqui em Lisboa, quando veio?**

Vim com 19 anos. Aos 19 anos aqui? Não. Quando era jovem preocupava-me com os meus pais, eu vim para cá, ganhava o meu ordenadito e ainda dividia com eles.

**Também se preocupava quando era jovem com os jovens da sua idade?**

Preocupava-me para agente não se zangar uns com os outros.

**E atividades?**

Atividades não tinha muita liberdade para fazer assim muita brincadeiras com eles assim porque agente trabalhava muito no campo com o meu pai.

**No trabalho foi membro de algum grupo de trabalhadores que defendesse os direitos de outros trabalhadores?**

Não.

**E a senhora sempre defendeu...**

Sempre defendi o meu trabalho onde quer que estivesse.

**Sempre defendeu os seus direitos?**

Sempre.

**Nunca deixou que ninguém lhe enganasse?**

Claro?!Não!

**De que formas? Como?**

Sabia resolver quando ouvia, isto tem de se fazer assim, pois eu deitava mãos à obra e toca a trabalhar. Os nossos chefes, às vezes... Eu juntava-me a outra rapariga e eles diziam: "vocês

*trabalham muito depois ficam a olhar para nós”* Nós queríamos era despachar e ele então ralhava às vezes porque nós despachávamos depressa demais. (risos)

**E nunca sentiu necessidade de defender uma injustiça no trabalho?**

Sim, porque esse chefe que agente tinha último, era desmazelado, estragava muitas coisas, então nós eramos mais velhas e dizíamos, chamávamos atenção dizíamos:”*não é bem assim*” e eles ainda por cima ralhavam com agente. Mas nós nunca deixamos de discutir com ele, dizíamos:”*não isto é assim que se faz, não é assim*” e ele respondia”*mas quem é que é o chefe? O chefe sou eu!*” e nós voltávamos a dizer “*mas isto não é assim que se faz*”. Nós tínhamos muitas pegas por causa disso, porque eles eram mais novos e não sabiam.

**A senhora achou sempre que essa posição lhe trouxe benefícios ao longo da vida?**

Acho que sim.

**E agora na velhice?**

Agora na velhice também porque pronto, agente gosta de fazer bem, não é!

**A senhora tem uma posição mobilizadora ativa em aspectos importantes da comunidade ou seja acontece aqui uma situação e nós temos de defender a comunidade, a senhora faz parte desse grupo que mobiliza para o melhor da comunidade? Acha que nesta idade conseguiria?**

Não sei Sara.

**Ter a mesma posição que teve quando era no trabalho?**

Não sei, nessa hora gosto de contrariar as pessoas quando estão mal, quando estão a fazer as coisas mal.

**É membro dos órgãos sociais já me disse. E nas actividades que participa intergeracionais da Associação, faz parte da decisão, da execução e da avaliação, ou seja, faz as coisas, dá opinião?**

Dou opiniões, isto podia fazer assim, isto podia fazer assado.

**E acha que é importante que isso aconteça?**

Sim. Porque eu também gosto que me digam quando estou a fazer mal, me digam *olha vamos fazer doutra maneira*. Temos de concordar uns com os outros, não podemos...

**É importante ser envolvida na actividade que se está usufruir dela. Então a senhora nunca se limita a fazer o que lhe dizem?**

Não.

**Porquê? Porque nasceu assim?**

Nasci assim.

**Porque quer ser assim?**

Quero ser assim!

**Quem é que lhe ensinou a ser assim?**

Foram as pessoas mais velhas. O pai (grande sorriso). O meu pai principalmente, que a minha mãe não era assim.

**Então o seu pai foi uma pessoa...**

Sim que me marcou mais. (emocionou-se)

**Já fez parte de algum movimento ou organização que surgiu no Bairro onde vive?**

Associação.

**Qual é o objectivo da Associação que está inserida?**

Associação Intergeracional.

**O que sente ao fazer parte da Associação?**

Gosto de ajudar, para a nossa Associação continuar...

**E a Associação o que é que faz à comunidade?**

Faz bem aos seniores, às pessoas mais idosas e aos mais jovens também.

## Anexo VIII

Entrevista nº 4

Papoila, tem 65 anos, 4ª classe, é natural de Lisboa e foi empregada de cantina. Atualmente vive com o marido que foi chefe da secção terminal de contentores do Porto Lisboa e têm 8º ano antigo. Tem dois filhos, um com 36 anos com frequência universitária não concluída e motorista da carris, outro com 34 anos com o 7º ano e estafeta. Tem quatro netos, com 2, 7, 12 e 13 anos. O que tem 7, anda na 4ª classe, o de 12 anda no 7º e a que tem 13 anos, anda no 8º. A mãe tinha a 3ª classe e trabalhava na fábrica de borracha e o pai tinha a 2ª classe e trabalhava na tabaqueira. Não conheceu os avós. Casou com 23 anos e teve o primeiro filho aos 29 anos. Nasceu e viveu sempre no Poço Bispo em Lisboa até vir para o Bairro há 30 anos.

**Os seus pais tinham que profissão?**

A minha mãe era doméstica, trabalhou na fábrica da borracha, mas pronto era mais doméstica do que fabril. O meu pai trabalhava na tabaqueira, era fabril.

**E que escolaridade eles tinham?**

Só tinham 3ª ou 2ª classe qualquer coisa.

**Lembra-se dos seus avós?**

Eu não! (Risos) Não conheci nenhum.

**Nem sabe que escolaridade eles tinham?**

Não, não sei, nem vi nenhuns, nem conheci nenhuns ou coisa assim.

**Então que actividade realiza durante o dia?**

Empregada de balcão! (Gargalhada)

**Mas actividade que realiza mais é empregada de balcão? Onde?**

O bar ...na comunidade...como é que se chama isto? Não é...O grupo In, Pronto!

**Quem são as pessoas com quem mais estabelece contactos para além da sua família?**

Os meus amigos que pertencem ao grupo.

**Porque é que tem mais contactos com essas pessoas?**

Porque são as pessoas que convivo durante o meu dia a dia.

**Então agora vai-me dizer...**

Já estás a fazer muitas perguntas!

**Que mudanças considera terem existido nas actividades que faz ao longo destes 10 anos? Houve alguma mudança, durante estes 10 anos, até chegar aqui? Houve mudanças? Sente mudanças ao realizar essas actividades?**

Ah desde que eu fui para o Grupo In sinto-me mais completa, ou seja assim, não sei se é a palavra que mais coiso...Antes disso, andei, convivi, mas não passou disso.

**Então isso também se coloca em relação ao contato que teve com as pessoas durante estes 10 anos, foi melhorando ou piorando ou mantendo?**

Mantendo.

**Considera que mais amigos no passado ou que tem agora?**

Eu sempre fui muito ativa com as pessoas...sempre considerei um grupinho, sempre meus amigos e é isso que tenho mantido.

**Quem são as pessoas com quem mais conversa?**

Ou quem mais desabafo?!

**Também era a pergunta a seguir, quando precisa de desabafar com quem é que o faz?**

Primeiro com a Aurora, que é uma delas e às vezes com as minhas noras.

**Porquê essas pessoas?**

Não sei, porque estou mais ligada a essas pessoas.

**É a confiança?**

Confiança.

**Como é que é a sua relação com a sua família?**

Boa! Tem sido sempre boa, com a nora, com os filhos e com os netos. Até com o marido também.

**E com os colegas também?**

Também, muito boa mesmo.

**Então quem é que vive lá em casa?**

Eu e o meu marido, o cão e o gato (risos)

**E antes?**

Queria-me dizer que não tem cão e gato?

**Não (gargalhada)**

Então está a brincar?! É brincalhona!

**E antes com quem é que vivia? Na infância?**

Com os meus pais.

**Tinha irmãos?**

Tenho um irmão.

**Viviam os 4?**

Os 4.

**E depois de casada viveu...**

Cada um foi para o seu canto, o meu irmão foi para casa dele, eu fiquei com os meus pais depois que eu...

**Ficou com os seus pais e com o seu marido?**

Com o meu esposo e tive os meus filhos ainda com os meus pais. Depois foi morrendo um de cada vez e depois fiquei sozinha com o meu marido e com os meus filhos. E depois agora estão os filhos casados , um para cada banda. Então! Agora aturo os netos durante o dia.

**E está no grupo In já disse! Agora vai-me dizer em quantos locais viveu ao longo da vida? Em pequenina viveu onde?**

No Poço Bispo. Nasci no Poço Bispo, vivi no Poço Bispo, casei no Poço Bispo depois vim para aqui para Chelas...

**Para a Quinta do Narigão?**

Não para...

**Diga porque eu não sei.**

Ai!!! Para a Rua Luís Cristino da Silva só.

**Agora neste momento já não está na Rua Luís Cristino da Silva?**

Não, na Gabriel Constante.

**Então é lisboeta?**

Nascida e criada!

**Como é que sentiu depois da reforma? Ou seja, hoje é o mês que eu vou receber a minha reforma... que profissão tinha?**

Empregada de Cantina, de Bar e de Cozinha.

**E sempre trabalhou nessa área?**

Era novinha trabalhei na costura.

**E depois quando é que entrou para empregada de cantina?**

Em 75.

**Casou com que idade?**

23 anos.

**E reformou-se?**

Em 88.

**Pensão de invalidez?**

Sim, senhora.

**Tinha algum problema?**

Coluna.

**Então em vez da reforma vai ter de pensar o que é que sentiu quando saiu do mercado de trabalho? Começou a receber a pensão de invalidez.**

Senti-me bem porque tinha os meus filhos pequeninos e a minha mãe tinha morrido e eu não tinha com quem deixar os miúdos. Foi mais por isso que fui mais de pressa para a reforma.

**Quando é preciso decidir algum assunto lé em casa, compras maiores, fazer viagens, visitas prolongadas, quem é que decide isso lá em casa?**

Em comum, os dois.

**E** **porquê?**

Porque acho que é bonito uma pessoa ser comum. Eu e o meu marido o que resolvemos, resolvemos em conjunto, não um de cada vez!

**Há 10 anos atrás também era assim?**

Era assim, sempre foi assim!!!

**Sempre foi assim?**

Estou casada há 41 anos!

**E em relação à sua saúde tem alguma doença que a impeça de ser autónoma?**

Por enquanto não. Mas tenho problemas de saúde.

**E considera que é mais independente hoje ou era no passado?**

Mais independente hoje não sei...pela situação, pelo...como é que eu hei-de dizer...

**Fale, pode dizer tudo à vontade.**

Talvez pela liberdade.

**Está a falar da liberdade do país?**

Não, da liberdade que deram às pessoas serem livres, mais liberais. Não estão a dizer nada (sorriu)...

**Dentro de casa, sente-se mais independente, hoje ou no passado?**

Não isso é, quase a mesma coisa. É, sou capaz de refilar mais (sorriu)

**Agora?**

Agora.

**E porquê?**

Lá está pela liberdade que há já “distracção” das pessoas, que tomaram aquela liberdade né...

**Que antigamente?**

Antigamente era mais, a gente ocultava-se mais e agora...Agora agente está mais liberta!

**E já alguma vez teve alguma limitação física ou psicológica que permitisse ser independente, autónoma e livre?**

Não, só o problema que tive quando fui operada à mama.

**Teve um problema?**

Tive.

**Ultrapassou?**

Ultrapassei e vamos ver se não vou entrar outra vez.

**Mas tem esse espirito que há-de ultrapassar mais uma, não é ?**

Talvez! (suspirou)

**Claro que sim! Tem toda essa vivacidade!** Em que fase da sua vida olhou para o espelho ou sentou-se e pensou: “*Estou a envelhecer!*”?

Já.

**Em que fase?**

Principalmente quando fiquei doente.

**Foi há quanto tempo?**

Há 3 anos para cá.

**Isso foi quando teve o problema oncológico da maminha?**

Da mama.

**Mas antes, não tinha pensado?**

Não. E mesmo assim o meu problema levei-o com grande descontração e para a frente é que tem de se andar.

**Sente-se livre para escolher o quer que seja da sua vida, neste momento?**

Acho que sim.

**Não há ninguém que influencie as suas escolhas?**

Não.

**O que significa para si ter qualidade de vida?**

Isso significa muito que eu gostava de ter mais possibilidades para poder principalmente ajudar os miúdos (emocionou-se)

**Possibilidades financeiras?**

(Emocionou-se, abanou a cabeça a dizer que sim)

**Tem alguma doença que a impeça de ter qualidade de vida?**

Não, acho que não, a não ser isto da mama, por enquanto ainda não tenho.

**Faz algum exercício físico?**

Não.

**Nem caminha, nem nada?**

Não.

**Escolhe sempre por fazer uma alimentação saudável?**

Dentro das minhas possibilidades.

**Quais são os alimentos que costuma comer diariamente?**

Peixe, carne e quando há legumes.

**À base de fritos ou mediterrâneo?**

Poucos fritos, ultimamente poucos fritos.

**Acha que as suas possibilidades financeiras impedem-na de tratar da sua saúde?**

Impede. Neste momento, actualmente.

**Mas dantes não, nunca passou pelo momento?**

Nunca passei dificuldades, nem agora posso dizer que estou com dificuldade, mas impede um certo momento...

**De pensar duas vezes é isso?**

Pois, principalmente tenho que arranjar os dentes e estou a ver que...

**Tem de pensar duas vezes?**

Tenho de pensar se arranjo ou deixo ficar conforme está.

**E de viajar, de cuidar de si? Ou seja, se tem impossibilidade de tratar de si, da sua saúde para para viajar fora do país, já pensa 3 ou 4 vezes?**

3 ou 4 ou 5 ou nenhuma. Não há possibilidades de ir, hoje, actualmente, a lado nenhum.

**Neste contexto actual que estamos a passar da austeridade?**

Sim, sim.

**E há 10 anos atrás?**

Mesmo até há 2 anos, 1 ano para trás, ainda fui de férias e fui ...Este ano não dá para ir de férias (emocionou-se).

**Como é que acha que as pessoas que vivem na comunidade, os seus vizinhos, olham para si, nesta fase da vida?**

Acho que muita gente até olha bem e diz que sou uma pessoa especial, até!

**E a sua família como é que olha para si?**

Bem, eu acho que olha da mesma maneira.

**Na sua opinião quando é que acha que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade onde vive?**

Eu acho que nunca.

**Porquê?**

Porque havia de poder fazer sempre aquilo que gosta e aquilo que lhe apetece.

**E em prol da comunidade?**

Em prol de tudo.

**Da comunidade e de si?**

Sim.

**Pensa sempre em ter uma vida saudável?**

Eu penso que sim.

**Quando era criança pensava na velhice?**

Não (riu). Nem gosto cá de pouca gente que pensa.

**Então como viveu os dias que passavam? Nunca pensou que ia envelhecer é isso?**

Não, eu pensava que ia envelhecer, pensava, mas...

**Nunca se preparou?**

Não, e acho que há pouca gente que se prepara para isso.

**Acha que era importante preparar-se?**

Acho. Acho que sim!

**Porquê?**

Porque muita gente que envelhece rapidamente fica “*tou velha, tou velha, não saio daqui, não vou para lado nenhum, porque sou velha*” e deixa de ter interesse e deixa-se a esse coiso da velhice.

**Como vê o futuro daqui a 15 anos?**

Morta, num cemitério.

**Porquê?**

(emocionou-se)

**Não consegue responder? Por causa da saúde?**

Talvez!

**Agora imagine que não era morta...**

Também não quero dar trabalho a ninguém.

**Como se via? Acha que vai ser e dependente é isso?**

Talvez, que os filhos tenham de me aturar, é isso que eu não queria.

**Então vamos lá ver agora, já me respondeu a tudo, agora como é que gostava de ser daqui a 15 anos?**

Se fosse viva obviamente, porque eu poderei daqui a 15 anos não estar viva. Ter actividade, actividade para mim mesma, não depender de ninguém.

**Quando era criança já me disse que não conviveu com os avós, não conviveu com os avós?**

Não sei...

**Conviveu com alguma pessoa mais velha que tenha memórias do que aprendeu com ela?**

Não, não tenho assim. Foi só com os meus tios.

**Os tios eram mais velhos que os seus pais?**

Não eram da idade, era só uma diferença parece de 2 anos do meu pai...

**E recorda alguma aprendizagem que tenha retido, tenha ficado, que tenha passado, até de vez em quando passa aos seus filhos, aos seus netos?**

Não, por acaso não.

**Nunca aprendeu nada que tenha guardado, com os seus pais? Nem como uma vizinha, nem com ninguém mais velho?**

Não. Que eu era uma pessoa, também naquela altura, lá está aquilo que eu digo, as pessoas não se abriam, não se mostravam, nem às crianças, nem ensinavam... A minha mãe nunca me ensinou nada de comer!

**Não?**

Uma coisa, às vezes era a minha tia *“oh sofia anda para aqui para o pé de mim”* mas coitadita ela também fazia o dia-a-dia nunca me ensinou a fazer nada. Não aprendi nada, nem a passar a ferro, nem coser... Sabia costura alguma coisa que aprendi, alguma coisa de costura...

**Aonde é que aprendeu?**

Numa mulherzinha que chegou a dar-me 25 tostões por semana.

**Essa senhora que idade tinha?**

Ai sei lá...

**Era mais velha?**

Era.

**E que idade tinha quando aprendeu costura?**

Uns 13 /14 anos.

**Foi trabalhar com que idade?**

Com 19, para a fábrica nacional da bolacha.

**Da bolacha? Maria?**

Não, da bolacha nacional, era produtos nacionais.

**Onde ficava essa fábrica? Da nacional?**

E eu estava na secção das bolachas.

**O que é que aprende com as gerações mais novas?**

É o convívio principalmente.

**Nesse convívio, o que é que aprende?**

A lidar com os mais novos que eles precisam que as pessoas adultas, ou pessoas mais velhas, que brinquem e que lidem com eles, que andem com eles para os acompanhar também.

**Isso é o que a senhora acha que é o conviver, o que a senhora acha que dá às pessoas mais novas. E o que recebe?**

Nada.

**Nada, nada nada?**

Nada, brincam comigo como eu também brinco com eles.

**Então o que a leva a participar em tantas actividades intergeracionais? A cafetaria é uma Associação Intergeracional, lida com jovens?**

Lido.

**Gosta de lidar com jovens?**

Converso com eles.

**E nunca aprendeu nada?**

Não.

**Guarda algo na memória que aprendeu com o seu neto ou com o seu...**

Não, eles brincam comigo também, eu pareço uma criança no meio deles.

**Acha que o fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite, que todas as pessoas em qualquer idade, tem capacidade para aprender coisas novas? Acha que em todas as idades todas as pessoas têm capacidades?**

A gente diz, há um ditado muito antigo que diz “*estamos sempre aprender*” ou em pequeninas coisas, às vezes a gente aprende mas aquelas coisas básicas.

**Básicas? Porque é que diz que são básicas?**

São coisas que às vezes não têm importância nenhuma.

**Como é que passa o tempo fora daqui?**

Olhe arrumo a casa, fazer comer, vira o disco e toca o mesmo e computador.

**Computador aonde?**

Na casa.

**Mas o que é que pesquisa no computador?**

Ainda agora andei a pesquisar(risos)

**Pesquisou o quê?**

Pesquisei a ver se ainda podia ir de férias mas não posso, andei nos hotéis e nessas coisas...

**Andou a viajar?**

Viajar!

**Já que não vai, viaja no computador.**

Pelo menos vejo países bonitos e ando no facebook, é isso que queria dizer.

**Fala com os seus amigos do Grupo In através do facebook?**

Já tenho falado.

**O conviver com gerações mais novas faz-lhe acreditar que na velhice pode haver projectos futuros?**

Há...pode haver projectos futuros se as pessoas estiverem mentalizadas e preparadas para isso.

**Os idosos?**

Sim, os idosos.

**Estamos a falar agora na velhice, e para isso é necessário conviver com mais novos ou depende?...**

Ah, tudo faz falta, tanto os jovens como as pessoas mais idosas, tudo faz falta!

**Dão força?**

Uns aos outros.

**Para si foi importante conviver com diferentes gerações ao longo da vida?**

Acho que sim.

**No trabalho conviveu com todas as gerações, ou eram mais gerações da sua idade?**

Eram mais dentro da minha idade, havia lá umas ou outras mais velhotas, um bocadinho mais velhas, mas dávamo-nos todos da mesma maneira.

**Pensa que as relações intergeracionais ajudaram-na a viver melhor os anos que passavam?**

Talvez, talvez!! Porque se houvesse várias gerações não chegaríamos, não chegávamos a lado nenhum.

**Disse que nunca pensou no processo de envelhecimento, de que ia envelhecer, nunca pensou que estava a envelhecer ao longo da vida? Nunca pensou sobre isso?**

Até a um certo ponto não. E agora não me considero assim muito velha.

**Considera-se que tem que idade?**

Ah, 50 e tais!!

**Tem menos para aí 10 anos?**

Não uns 8 anos! (risos)

**São menos dois do que eu disse. O fato de viver a vida assim, de gostar de todas as idades, faz com que o dia-a-dia tenha sido passado naturalmente? Foi envelhecendo naturalmente? Não procurou nada? Nunca procurou em envelhecer melhor?**

Não.

**Porque nunca pensou sobre isso, é isso?**

É isso mesmo. (Já está?)

**O que fez na infância e na juventude com pessoas mais velhas? Fez alguma coisa, alguma actividade, algum passeio?**

Passeios fiz... todos organizados por mim.

**Ai sim!?**

Ah (sorriu)

**Quando? Quando era pequena?**

Não (sorriu) quando era já velha!

**Então na infância e na juventude?**

Não, os meus pais não tinham possibilidades para andar...

**Disse que é da zona do Poço Bispo, lá não havia nenhuma actividade?**

Não, naquela altura não havia nada para os jovens.

**Diga-me quais as actividades intergeracionais que já participou ou participa?**

Já tive numas pinturas, já tive nos pontos de arraiolos.

**Que havia várias gerações é isso?**

Que havia várias gerações.

**Mas mais novas ou mais velhas?**

Havia mais novas e havia mais velhas, tanto nas pinturas como nos arraiolos, nos pontos de arraiolos. E é assim!

**Acha que as actividades intergeracionais trazem benefícios?**

Para certas pessoas, para muitas pessoas talvez.

**Para quem? É só para os idosos ou é para os jovens?**

Para todos.

**Porquê?**

Porque acho que até há velhotes que gostam de ir aprender computador e isso é uma das coisas e outros que gostam de ler e por isso eu acho que isso é bom tanto para os jovens, tanto para os velhos, tudo isso. Isso é um conjunto de...

**É uma relação?**

Sim.

**Se neste momento tivesse que escolher uma geração para conviver qual escolheria?**

Talvez, pessoas poucos mais novas do que eu.

**De que idade?**

Entre os 50.

**Porquê?**

Porque é bonito uma pessoa juntar-se com a idade aproximada para organizar eventos, organizar coisas. Os jovens é bom também mas devem ser colocados dentro das actividades deles.

**Então está a falar em determinadas coisas é bom estar com a sua geração ou um bocadinho mais novas mais próximos da sua, mas noutras...**

Com os jovens também, mas acho que há actividades onde podem estar depois juntos.

**Mas determinadas coisas é separado mas não é intencional?**

Não, cada um gosta das suas coisas, os jovens gostam...

**E se um jovem gostar de estar convosco nessas actividades?**

Aceito. Aceito com muito bom agrado.

**Nesta fase, nesta idade fala-se muito de convívio intergeracional, onde é que acha que ele deve existir? Através de projetos, dentro dos centros de dia, nos lares, nas escola ou na comunidade, ou só na família?**

Acho que nesse sentido deveria de haver um pouco em todo o lado.

**Conviver com outras pessoas faz com que se sinta mais útil?**

Sim, acho que sim porque tudo é preciso.

**Quando é que se sentiu mais útil?**

Olha, quando posso ajudar alguém que possa menos do que eu.

**E como é que se sente interiormente?**

Sinto-me bem.

**Bem é?**

Bem, é ajudar as outras pessoas.

**Ocupa os seus tempos livres neste momento no facebook, na cafetaria apoiar, a dar cafés, empregada de balcão como a senhora disse, uma reformada empregada de balcão e ...**

Sem ganhar um tusto(sorriu)

**Voluntária?**

Voluntária.

**Então quer dizer que considera voluntária da Associação. O que é para si ser voluntário?**

É poder ajudar, seja naquilo que for.

**Programa encontros com os seus colegas dessas atividades fora da cafetaria?**

Todos nós temos as nossas casas, a nossa família, por vezes não podemos encontrarmo-nos assim.

**Então é só no facebook?**

E então?! (risos)

**Gosta de pertencer as estas actividades, a este grupo?**

Gosto.

**Muito, pouco...**

Muito, porque me sinto muito bem.

**Na sua família existem encontros entre todas as gerações? Em toda a família, tem netos, filhos, sobrinhos? Existem?**

Não, a gente junta-se, ajuntamo-nos todos, e vários dias da semana.

**E com frequência?**

É para eu dar de comer. E mais almoço então?! E jantar, uh...

**Quem toma a iniciativa desses encontros?**

Sou eu. Eu é que faço tudo por tudo para eles estarem todos juntos.

**Todos juntos?**

Os filhos, os netos e as noras.

**Como é que se sente nesses encontros?**

Sinto-me bem, sinto-me realizada. Gosto disso!

**Então esta parte já disse que tem a função de ir buscar e levar e tomar conta dos netos?**

Exato. Pronto!

**Existe alguma função dentro da família que é só feita por si? Mesmo que estejam todos em casa, é só?**

Geralmente é o comer.

**Faz o jantar, o almoço, as refeições?**

É o comer por exemplo, no ano passado quando fui de férias eu é que fiz tudo.

**E qual é a função que é feita por todos ao mesmo tempo?**

Às vezes porem a mesa e levantarem a mesa, que é a única coisa que fazem (riu) E quando eu tiver doente há uma nora que me apoia.

**A sua família recorre a si para resolver problemas e tomar grandes decisões?**

Pouco ou nada. São muito com eles (suspirou)

**São muito fechados?**

São. E eu quando descubro é que ajudo-os.

**Sente-se uma peça importante na sua família?**

Sinto(baixinho) Porque gosto sempre de poder ajudar , mais a eles do eu a mim.

**Então sente que é importante porque precisam de si para ajudar! Não conviveu com os seus avós, mas sabe se os seus avós eram membros de algum clube recreativo, organização?**

Não sei de nada.

**E os seus pais?**

Os meus pais também não.

**Não pertenciam a nada?**

Não pertenciam a nada, não tinham convívio com nada.

**Já disse qual era a profissão dos seus pais, um era domestica praticamente...**

A minha mãe.

**E o seu pai trabalhava?**

Trabalhava na tabaqueira.

**E o seu pai nunca pertenceu a um sindicato? Na altura não era assim que se chamava mas organização..**

Não, nunca pertenceu.

**Mas conviveu quando era criança com alguma pessoa que defende-se os direitos dos outros? Ou seja, aquela pessoa está sempre a defender o outro?**

Não, nunca convívi com ninguém.

**Não tem um tio, nada?**

Não. (Silencio)

**E na juventude preocupou-se em fazer algo pelo seu bairro ou alguma coisa?**

Não naquela altura não se usava nada disso.

**E no trabalho a Sofia defendeu sempre os direitos dos trabalhadores? Mesmo que eles não existissem? Revoltava-se?**

Quer dizer nunca posso dizer isso porque nunca passei por essas coisas, mas por exemplo, quando estive a trabalhar, na cantina do Porto Lisboa, já havia sindicatos, já havia essa...

**Pertenceu a um sindicato?**

Pertenci ao sindicato, não como dirigente nem nada disso, só era sócia.

**Então recorreu alguma vez ao sindicato?**

Recorri fora da altura, porque quando eu vim para a reforma, se tivesse antes o sindicato talvez não estivesse reformada, naquela altura, porque eles arranjavam-me serviços melhorados, eles próprios o sindicato.

**Então no seu trabalho teve alguma vez necessidade de defender uma colega que sentisse que estava a ser uma injustiça?**

Não por acaso não.

**Nunca refilou?**

No sentido de ...Não, não, não, nunca!

**Acha que agora tem uma posição mobilizadora e ativa em relação a aspectos importantes na comunidade onde está inserida?**

Eu acho que sim, a partir do momento que eu pertenço ao Grupo In.

**Pertence aos órgãos sociais da Associação é?**

Eu acho que é bastante isso!

**Então queria perguntar-lhe o que faz então ser assim tão ativa? Quem é que lhe ensinou a ser assim?**

Ninguém, é mesmo de mim.

**E desde pequenina que foi assim? Na escola...**

Na escola era reguila.

**Na escola era reguila, como é que era?**

Era! Se pudesse fazer mal a alguém fazia (gargalhada)

**Mas era no sentido de brincadeira?**

De brincadeira, sempre fui muito brincalhona em tudo. E muito gozona. E sempre participava e se eu tivesse que tomar uma decisão: *“Não professora, não é assim, eu acho que é assim”*. Quando andava na escola não, mas no trabalho, no último que tive no Porto Lisboa, isso às vezes ia contra certas coisas.

**E levava avante?**

Depende.

**E porquê? Foi a vida que lhe ensinou a ser assim?**

Talvez a vida que...

**Nunca conviveu com alguém? Dizem que as pessoas são influenciadas pela sociedade ou pelo grupo de amigos. O seu marido...**

É outro panhonha como eu !!!(gargalhada)

**Também nunca participou em sindicatos?**

Nem gosta.

**Quando faz actividades intergeracionais a senhora está em todas, na decisão, execução, na avaliação, pensa em aspectos a melhorar, faz aquilo que é comprometido em conjunto, dá a sua opinião?**

Dou.

**Acha que isso é importante?**

Acho que é preciso haver esse bocadinho de tudo.

**E nunca faz o que lhe mandam sem nunca concordar?**

Não. Agora, atualmente não!

**Mas já o fez?**

Se calhar já o fiz assim, mas agora actualmente dou a minha opinião, se quiserem aceitar aceitam, se não quiserem já não falo mais nisso, não gosto de falar muita vez!

**O que é que aconteceu na sua vida para tomar uma posição mais participativa?**

Eu sempre fui muito comunicativa, uma talvez não fosse tão aberta, na minha juventude, no princípio de casada, nem tendo depois os filhos, nunca fui muito assim muito aberta. Agora talvez de um momento para o outro abri-me.

**Foi então após a reforma?**

Depois da Reforma, ou aliás depois de ter vindo para aqui para o Centro.

**Em que ano?**

Em 89 ou 90.

**Então o centro tinha 9 ou 10 anos no Bairro, e aprendeu o quê aqui?**

A conviver com pessoas, a lidar com pessoas.

**E ganhou essa força para...**

Ganhei essa força e essa estima pelas pessoas.

**E por si?**

E por mim também pois!

**É responsável, faz parte de alguma organização social ou movimento ou algo que tenha acontecido aqui no Bairro de bom?**

Sim. No Grupo.

**Como se chama?**

Como é membro dos órgãos sociais acha que isto foi algo de bom para a comunidade é isso?

Para a comunidade.

**Faz parte da génese doutra Associação que tenha existido no Bairro?**

Fui, não. Associação nunca fui.

**Na de moradores?**

Não, cheguei a ser sócia mas nunca fui a reuniões, nem fui nada.

**Nunca participou num movimento “ é necessário esgotos aqui “?**

Não.

**Nunca articulou com a Junta de freguesia para melhorar as condições do seu prédio onde vivia?**

Também não.

**Mas não foi a líder nunca, mas contribui com assinaturas para que...**

Isso quando era preciso, pedir assinaturas para coisa eu isso alinhava.

**Ia pedir assinaturas?**

Não, eu nunca fui pedir nada, era mais era de assinar e contribuir.

## Anexo IX

Entrevista nº 5

Cravo, tem 70 anos, sabe ler e escrever, mas nunca andou na escola, aprendeu com os filhos e com os netos. É natural de Barcelos e foi empregada de limpeza. Atualmente vive com o marido, com dois filhos, com uma filha e quatro netos. O marido tem a 4ª classe e foi trabalhador da construção civil, estucador. Tem cinco filhos mas não se lembra da idade deles, sabe que uns andara, até à 4ª, outro até ao 7º outro até o 9º ano. Tem nove netos nunca perderam anos escolares, um a tirar um curso de restauração e outro com frequência universitária. Apenas referenciou a idade de seis netos, 12, 14, 15, 17, 18 e 23 anos. Só conheceu a mãe que era analfabeta e vendia peixe e andava às vindimas. Não conheceu o pai nem os avós. Viveu até aos 6 anos com a mãe em Barcelos, depois foi viver com os patrões noutra terra até aos 9 anos, idade que veio para Lisboa para Casa de Sta Zita, servir. Casou aos 23 anos, foi viver para a Quinta do Narigão em Alvalade e aos 24 anos foi mãe pela primeira vez. Vive no Bairro há 30 anos.

**Lembra-se da profissão dos seus avós?**

Os meus avós, não os conheci.

**Não?**

Mas eram do campo, acho que trabalhavam no campo. A minha avó morreu com... salvo seja! Com cancro, de maneira a que não... A minha mãe também morreu com isso, o meu irmão também....

**E a sua mãe tinha que escolaridade? Era analfabeta?**

Era.

**E trabalhava onde?**

Vendia peixe e trabalhava no campo. Ia para a malha, para as vendimas.

**E o seu pai?**

Não conheci.

**Não? Viveu sempre só com a sua mãe?**

Com a minha mãe. Não conheci o meu pai!

**E ao longo da vida viveu em quantos locais? Quando era pequenina, viveu com a sua mãe só e com os seus irmãos?**

Até aos 6 anos e pouco vivi com a minha mãe.

**E onde?**

Em Barcelos, lá na minha aldeia.

**E depois?**

E depois aos 7, ainda não tinha 7 anos, fui para os patrões, fui servir, andava com o gado no monte.

**E vivia com os patrões?**

Vivia com os patrões e andava com o gado.

**E onde?**

Longe de Barcelos, lá por outras aldeias, longe...Estive em vários lados, levava porrada de meia-noite e fome então?! (gargalhada)

**E quando é que veio para Lisboa?**

Vim para Lisboa aos 9 anos, depois casei aos 23.

**E teve a primeira filha com que idade?**

O meu filho tive aos 24, o meu filho mais velho tive aos 24.

**E depois sempre viveu em Lisboa?**

Vivi sempre aqui...Vivi em Alvalade depois casei e vivi em Alvalade e depois vim para aqui quando abriu este Bairro.

**Que actividades realiza durante o dia?**

Em minha casa?

**Em sua casa, tudo que achar que é actividade para si, em casa, aqui...**

Em casa é estender a roupa, apanhar a roupa, passar a roupa e limpar a casa e fazer comida e lavar a loiça.

**E depois aqui?**

Aqui está bem! Aqui é que me divirto um bocadinho, tanto jogo às cartas, como vou dançar, como vou fazer teatro. Aqui está bem, faço actividades! A minha casa é actividade do dia-a-dia.

**Que é importante também. Quem são as pessoas com quem mais estabelece contactos? Que se relaciona? Quem são essas pessoas? São vizinhos, são...**

Não falo aos vizinhos. É bom dia e boa tarde está tudo muito bem, mas não faço contato com vizinhos que...dantes fazia, mas havia sempre...Então desde que comecei a vir para aqui, os meus amigos tenho-os aqui no centro. Aqui no centro com o pessoal do centro.

**Com os grupos que participa?**

Sim.

**Nestes 10 anos acha que houve mudanças ao fazer as actividades?**

Não porque eu também vinha... mas era diferente, nós íamos...Aqui havia crianças, também ficava cá crianças da parte da manhã, acompanhava na idas à praia, às vezes com outras técnicas estavam. Fazíamos jogos às vezes com os miúdos. Agora mudou, agora por exemplo já não há crianças pequeninas aqui, já estão ali para aquele lado, da ATM. Agora há jovens de quem eu gosto de participar com eles e muito gosto muito! Não sei porquê mas os jovens daqui vêm quase todos ter comigo e respeitam-me. Que os jovens, para nos respeitarem nós temos de os respeitar a eles também.

**E em termos de actividades em casa, fá-las da mesma maneira, não sente diferenças nestes 10 anos?**

Muita.

**Muitas?**

Muita diferença, por exemplo, quero torcer uma peça de roupa às vezes já me custa, por causa dos meus ossos todos, sofro muito da coluna. Isso já me custa muito. Pegar às vezes no aspirador para aspirar as escadas e o chão, custa andar com o aspirador, varrer ainda muito menos.

**E acha que tem mais amigos agora ou no passado?**

Eu tive toda a vida muitos amigos!

**Sim?**

Tive graças a deus, tive muita gente amiga. Muitos amigos, muito sinceros e contínuo a ter, uns, já morreram, outros ainda continuam. E aqui também graças a deus, dou-me bem com toda a gente.

**Se precisasse de desabafar com alguém escolheria quem? Pode não dizer o nome mas escolheria quem?**

Não sei, neste momento tenho amigos, mas assim a desabafar certas coisas... mas escolhia talvez uma pessoa aqui no centro.

**Técnico? Não era de família sem ser família. Uma amiga da sua idade?**

Eu tenho uma filha com quem eu desabafo algumas coisas, não é a que mora comigo. Mas outras coisas não me dá, desabafava mais depressa aqui com pessoas daqui, algumas pessoas, nem todas, mas desabafava mais aqui.

**Pessoas amigas da sua idade?**

Não.

**É uma monitora?**

É, já tenho desabafado muito com ela.

**E a sua relação com a sua família, como é que a classifica? Boa, má...como é que a caracteriza?**

Eu acho que é boa. Respeitam-me, acho que é boa. Às vezes podia ser melhor um bocadinho mas...

**Já me disse quem vivia consigo. Quando era pequenina vivia com os seus irmãos? Quantos irmãos teve?**

Eramos 5, eramos 6 desculpe.

**Viveu com a sua mãe, depois viveu com os patrões, depois casou viveu com o seu marido e com os filhos. Nunca viveram separados?**

Não, graças a deus não.

**E quando recebeu ou entrou para a reforma o que é que sentiu?**

Antes queria poder trabalhar, mas ao mesmo tempo senti um alívio porque era aquele bocadinho que eu podia governar-me com aquele bocadinho. Porque se não tivesse reforma não podia trabalhar, era bem pior. Fiquei contente apesar de ser pouquinho, para mim e para o meu marido, para os dois dava, é remediado.

**E em termos de actividade “agora entrei na reforma, o que é que vou fazer amanhã?” pensou nisso?**

Não, não pensei porque eu fui sempre muito despachada, sempre com vontade de ir para aqui e ir para ali. E se eu pudesse ser voluntária tinha sido voluntária. E ainda fui, já fui voluntária quando alguma pessoa me pedia para ir ao hospital ou isto ou aquilo eu tive sempre pronta. Estava sempre pronta, agora não me sinto com tanta coragem. Às vezes o que me impedia de ir para algum lado e com muita gente para certos lados é porque eu não sei ler e não sei escrever não sei. Ainda ler alguma coisa vou lendo, mas escrever não escrevo, não sei. E é por isso que não me fiz mais depressa voluntária, senão tinha sido voluntária, sobretudo no hospital ou com crianças, tinha sido voluntária. Mas eu aqui já tenho muita coisa que fazer, aqui já faço muita coisa. Voluntariado! (risos)

**Então a senhora pode decidir sobre qualquer assunto da sua vida? Tem poder para isso?**

Tenho.

**Para comprar, para viajar?**

Tenho, nunca ninguém.

**Quem decide isso na sua casa?**

Eu. Quando quero ir para um lado, ninguém, nem admito que decidam por mim.

**Sempre foi assim?**

Sempre fui assim, nunca ninguém decide por mim. Mesmo quando era casada, nem o meu marido, às vezes olhava assim para mim e eu não dizia posso ir, dizia eu vou, perguntava-lhe se ele queria ir. Se ele dissesse que queria ir, ele ia! Se dissesse não quero, eu dizia-lhe então ficas, eu vou. Não, não puxei orelha, bastou-me em solteira, quando era nova que não podia fazer nada.

**Que eram os patrões ...**

Os patrões... era o meu irmão que foi um bocadito mauzinho para mim. E então agora não me deixo ir abaixo! Não, não ia para lado nenhum quando tive os filhos, porque tinha os filhos pequeninos, não podia dispor não era?! Quando tinha os filhos pequeninos estava presa com eles e se eu não pudesse ir, por exemplo o meu marido dissesse, *pronto tudo bem mas eu precisava de*, eu não ia, se me casei com ele tinha de...

**Sim tinha de ser partilhado?**

Partilhado, que eu fazia não era, o que ele precisava, caso contrário não.

**Fale-me um pouco da sua saúde. Tem alguma doença que a impeça de ser autónoma?**

Tenho. Os joelhos e os rins, sofro muito dos rins e do coração. Tenho muito medo. Dá-me assim essas macacuas...E é isso, não posso! Se não era mais...

**Considera-se mais independente hoje ou no passado?**

Em parte sou mais independente hoje.

### **Porquê?**

Porque hoje não tenho nada a prender-me praticamente sou só eu! Dependente, porque tenho o meu marido para tratar não é!? É doente, porque se ele tivesse com saúde, deixava-o e andava por aí a fazer o que me apetecesse, mas como ele não tem saúde, em primeiro lugar está ele não é?!

### **Alguma vez sentiu alguma limitação física ou psicológica num determinado momento da sua vida?**

Sim.

### **Com que idade mais ou menos?**

(Silencio) Sei lá, não sei mais ou menos...

### **Foi de nova?**

Não foi agora já... Eu tive em nova, quando andava a servir, tive vários problemas, que não queria falar agora muito nisso.

### **Está bem não precisa de falar, era só para perceber...**

Já quis matar-me nessa altura, e agora depois de casada, já tinha os meus filhos todos, tentei matar-me outra vez (risos) Por estupidez!

### **E ri-se?**

Eu rio-me. Foi uma estupidez! Muito revoltada com a vida, sem dinheiro na altura e o meu marido andava... não andava bem encaminhado e eu andava a sofrer com isso e saí de casa que era para me matar. Mas olhei para trás e achei que não...meditei e achei que não valia a pena e hoje estou arrependida de o ter feito, porque eu tentei fazê-lo. Sim isso foram situações.

### **Sabe esta pergunta é para perceber, em que idade isso acontece, se isso está preso às idades?**

Mas eu acho que não está preso porque eu era bem nova fui para me meter de baixo da linha do comboio e tudo isso, era bem novinha. As situações em qualquer idade.

### **Ultrapassou?**

Ultrapassei.

### **Como é que ultrapassou?**

Por mim mesma, não fui para lado nenhum, nem desabafei na altura com ninguém. Foi um irmão meu que me safou. Já morreu de cancro! Esse é que me salvou nessa altura. E depois dizia não vale a pena irmã, vamos levar a cruz ao calvário?! Então eu, pronto passei! E depois

de casada é que voltei a ter e isso não vem de idades. Não vem de idades, nem de nada disso... Isto é psicológicos que dão agente. Eu acho que isto não é da idade.

**Em que fase da sua vida, olhou para o espelho ou pensou “estou a envelhecer”?**

Ai,foi a seguir aos 60 anos!

**Porquê?**

Porque comecei a ver-me, foi quando começou a faltar-me as minhas forças, quando começou a faltar...Que vi que já não podia fazer o que fazia em nova. Queria subir para ir a um armário mais alto e já me custava. Foi a partir dos 60 anos que eu fui abaixo. Até aos 60 anos, ainda parecia uma menina nova.

**Psicologicamente?**

Isso não sofri.

**Não sentiu?**

Não. Eu parece que senti mais alegria! Graças a deus cheguei a esta idade! Há muitos que não chegam. Não, isso não me deitou abaixo...é de não poder. Agora de psicológico não.

**Então sente-se livre para escolher o que quer que seja da sua vida, neste momento?**

Sim, graças a deus.

**Não há ninguém que influencie as suas escolhas?**

Às vezes, às vezes tenho. As minhas filhas “*oh coitada já está velha, já está assim vais agora...e eu disse*“ aquilo que eu poder fazer faço, o que não poder não faço! Se eu faço as coisas de casa, não posso ir fazer uma coisa que me apetece ir fazer?! Eu vou!”

**Já ouviu falar de qualidade de vida? O que é que é para si ter qualidade de vida para si?**

Qualidade de vida era ter dinheiro para gastos e poder passear, qualidade de vida era poder andar a passear e não ando porque não há, não há dinheiro. Era porque nunca passei em nova, nunca passei umas férias...AS únicas férias que passei, foi por aqui pelo Centro, que nunca tinha passado umas férias e eu já não sei...Ia à minha irmã às vezes ao norte. Agora qualidade de vida? Cheguei a dizer no ano passado, quando fui de férias, quando cheguei aquele hotel, isto sim é qualidade de vida!

**Ao hotel SPA das termas de S. Pedro do sul?**

Sim.

**E acha que tem alguma doença que a impeça de ter qualidade de vida?**

Também teria melhor qualidade de vida se não fosse tão doente, porque eu fui muito doente, queria andar e não conseguia, porque fui com uma dor ciática para lá. Sofro bastante do reumático e isso custou-me bastante.

**Faz algum exercício físico?**

Faço aqui a dança mais nada. Só dançar e caminhar.

**Costuma ter cuidado com a sua alimentação?**

Não.

**Escolhe alimentos certos?**

Não, porque tenho muita gente para estar a fazer comeres separados para mim. Penso muita vez, eu grelhava isto, grelhava aquilo e depois os meus netos vêm e também querem e eu não tenho dinheiro...o dinheiro não chega!

**Então as suas possibilidades financeiras impedem-na de tratar da sua saúde?**

Ah, pois impedem! E muito!

**E de cuidar de si?**

Cuidar de mim cuido, graças a deus.

**Cuida não é?! Como é que acha que as pessoas da comunidade olham para si? As pessoas na rua, as pessoas que conhece, como é que olham para si?**

Ai eu acho que olham bem!

**As vezes comentam?**

Não.

**Nunca dizem...**

Às vezes, dizem “vais vaidosa” e eu respondo “*ainda bem é bom sinal*”.

**E a sua família como é que olha para si?**

Ai gostam de me ver arranjada. Tenho a minha filha a Rosário quando me vê bem vestida diz “**mãe que bom, estás tão bonita**” Até parece que se vê nos olhos dela a alegria de me ver bem arranjada. E a Marta também. A Susana nunca comenta.

**É a maneira dela ser?**

É.

**E os seus filhos?**

Os meus filhos também não comentam. Tanto faz eu estar assim como assado, que não comentam.

**E o seu marido?**

Oh! Esse ainda menos.

**Nunca comentou?**

Nunca comentou. Comentou hoje, vesti uma bata que ia tomar banho e ele disse que eu estava bonita. Perguntei-lhe se era por estar com uma bata (risos, gargalhadas) Nunca comentou, nunca disse que ia bonita, que ia feia, que estava arranjada que não estava. Para ele era tudo igual. Hoje, saiu-se com aquela, por eu estar com uma bata...

**Há quantos anos está casada?**

Vou fazer 50 já.

**Meio século!**

**Na sua opinião quando é que o ser humano devia deixar de ter um papel na comunidade em que vive? Quando é que a pessoa devia deixar de fazer algo pela comunidade?**

Acho que nunca tinha de deixar. Na minha opinião, enquanto tiver saúde, forças para fazer não devia de deixar. Quando houver força e se no lado um precisar, nunca deveria deixar de fazer.

**Pensa em ter sempre uma vida saudável?**

Queria.

**Tenta?**

Tento! Eu querer queria, mas ...(sorriu)

**Quando era criança pensava na sua velhice? Alguma vez pensou na sua velhice?**

Não, nunca pensei na minha velhice.

**E se fosse agora tinha pensado?**

Ai, agora eu acho que sim! Talvez não fizesse tanta asneira como aquela que fiz! Mas que isto de eu ser doente foi a vida que eu levei quando ia com o gado para o monte e chegava adormecer lá com o gado e a chuva a cair por cima de mim, e eu ali no meio do chão, adormecia no meio do chão, ia fazer 7 aninhos. É daí que talvez viesse a minha doença. Depois o gado fugia, chegava a casa e levava porrada dos patrões... Penso, pensava que tivesse possibilidades para isso, pois nessa altura não tinha possibilidades para isso! Vais e Vais. Era fome e porrada.

**E como é que acha que vai ser daqui a 15 anos?**

Ai, não chego lá!

**Então e se chegar lá?**

Se chegar lá, sei lá, talvez ande amarradinha a um pau, sem forças para me levantar.

**E como é que gostava de ser?**

Ai gostava de ser ativa, não gostava de andar caída (sorrisos)

**Como se tivesse que idade?**

Uns 90 sei lá. Também não queria passar muito por cima disso.

**Não?**

Não porque só damos trabalho.

**Acha?**

Mas eu ainda com 90 queria ser como uma Prazeres que ainda dançasse (sorriu)

**E neste momento que idade sente que tem?**

Às vezes sim, outras vezes não. Quando me sinto com mais dores, mais dorido não, mas quando me sinto, parece que, fisicamente posso ter, interiormente não.

**O espírito?**

O espírito não.

**É o espírito com que idade?**

Sei lá, para aí uns 30.

**Boa! (sorrisos)**

Sou ativa! (Sorrisos)

**Não conviveu com os seus avós, já me disse. Conviveu com a sua mãe?**

Tive muita pena de não conviver com os meus avós.

**Tem alguma memória boa da sua mãe?**

Não. Tenho mais más que boas.

**Então tem algum adulto que tenha passado pela sua vida, que tenha sido mais velho, pode ser família ou não, que tenha-lhe deixado uma memória?**

Tenho.

**Quem?**

Uma directora do colégio de Sta Zita para onde fui quando vim do Porto para cá. (emocionou-se, quase olhos lagrimados)

**Ela ensinou-lhe muita coisa?**

Muito. Deu-me muito apoio (emocionada).

**Ensinou-lhe o quê?**

Aquilo que sou hoje, a proceder como procedo e a ser aquilo que sou para os outros, a ela o devo (continuou já a chorar).

**Ela era directora de um?**

Da casa das empregadas que iam lá os patrões buscar para servir e ela era a directora.

**Foi ela que apoiou na integração em Lisboa?**

Em tudo.

**Que idade ela tinha?**

Ah! A senhora tinha para aí uns 60/50 e tal, 60 anos.

**Era muito carinhosa?**

Ui !(chorou) Foi a minha mãe! Que eu praticamente não tive mãe (chorou)

**E na vida adulta, já casada, já com filhos qual é outro adulto que se lembra?**

Ah, nada especial. A única pessoa, pois aqui era a Dra Paula.

**A Paula Morais?**

Sim.

**O que é que aprende com as gerações mais novas?**

Olha às vezes mais do que a gente está à espera. Às vezes eles ensinam-nos mais do que nós lhes ensinamos a eles. Já tenho tido, às vezes nós temos ouvido rapazes e raparigas a falar com idosos e idosos a falar para eles, que eles dizem muitas vezes, os idosos às vezes dizem, que os jovens são assim, são assado...E eu às vezes vejo, mais idosos a tratar mal jovens do que jovens a tratar mal idosos. Então eu penso que aí, a gente com eles aprende. Eu já tenho chamado atenção a um idoso, e aqui há atrasado e eu perguntei porquê, disse que ele tinha sido mais mal educado para o jovem, do que o jovem para ele. Chego a dizer isso. E depois por vezes os jovens....Pois falam de nós?! Está bem que há jovens mal criados, há sim senhor! Há jovens que não têm educação, mas talvez por estes que não os respeitam é que eles também não respeitam também. Penso eu, porque há famílias, de casa, pronto. Eu não tenho razão de queixa de jovem nenhum.

**Então acha que aprende com as gerações? E o fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite que as pessoas em qualquer idade têm capacidade para aprender? É porque convive com pessoas mais novas que acredita, que consegue aprender a fazer isso?**

Sim, eu acho que sim.

**Se convivesse com pessoas da sua geração?**

Não.

**Não?**

Pessoas da minha geração, muitos são caídos, começam muito... Há alguns idosos que a gente aprende muito com eles. Que já trazem coisas antigas... basta até nem saberem ler, mas têm a escola da vida e a gente aprende com eles muita coisa. Mas há outros que prontos! Mas coisas de agora, isso é mais com os jovens. Nós no nosso tempo sabíamos mexer em computadores e isso tudo? Não sabíamos! Por isso, com a geração que veio depois é que os idosos que estão nos computadores aprenderam. Por isso, eu acho que é uma mais valia os jovens e também os idosos, não é só os idosos para os jovens. Penso eu...

**E a senhora acha que o convívio entre as gerações mais novas faz-lhe acreditar que nesta fase da velhice ainda pode ter projectos futuros? Dão-lhe força e espírito para...**

Pois acho que sim, para mim acho que sim.

**Sempre conviveu com todas as idades? Sempre foi importante para si?**

Foi muito importante mesmo, desde bebés, jovens, adultos e de idade. Hoje estamos na 3ª idade, eu gosto lidar com a 3ª idade, acho que também precisam, mas também gosto da juventude. Acho que os jovens dão-nos juventude a nós. Quando eles entram, onde eles entram, se forem... Dão força!

**E então foi vivendo, foi envelhecendo deixando passar os anos?**

Sim.

**E passaram naturalmente?**

Sim, nem nunca olhei para trás, a dizer ai que estou... Para a frente é que é caminho!

**E quais são as actividades intergeracionais que participa neste momento, onde tem todas as idades?**

Olhe na escola onde vou dançar com eles, onde vou fazer actividades da páscoa, actividades de carnaval.

**Vai à escola primária e ao Jardim de Infância também?**

E na Associação de moradores também com as crianças do infantário.

**Se neste momento tivesse que escolher uma geração para conviver qual é que escolheria?**

Olhe, não sei, porque eu gostava delas todas! (sorriu).

**Dependeria da actividade?**

Pois. Eu gosto de bebes, das crianças que estão na primeira fase da vida delas gosto dos jovens, gosto dos idosos... Não escolheria nenhuma, escolhia uma para aquela que queria.

**Era?**

Era.

**Dependia da actividade?**

Era.

**Mas não tem preferências, dependeria da actividade é isso?**

É.

**E acha que o convívio intergeracional deveria existir só nos centros de dia ou só na família, só na comunidade, ou em todo o lado?**

Em todo o lado.

**Porquê?**

Porque era preciso! Era beneficio para todos. Era beneficio?! É! Desde que abriram aqui as actividades, este Centro, tem sido uma maravilha aqui para o Bairro.

**E conviver com as gerações mais novas faz-lhe sentir útil?**

Hum... sei lá.

**Quando é que se sente mais útil?**

Não sei, em qualquer lado que seja preciso. Se um jovem precisa sou útil para ele, se for um idoso que precise, acho que sou útil.

**Em que actividade se sente mais útil? É na dança? É a visitar hospitais? Apoiar os lanches? É... Onde é que se sente mais útil?**

Eu não sinto diferença.

**Sente-se mais útil desde que esteja...**

A fazer qualquer coisa que seja preciso, acho que não há diferença nisso.

**Já me disse como ocupava os tempos livres. E agora marca encontros com as pessoas que estão, por exemplo, nas actividades que faz?**

Marco.

**Fora daqui?**

Fora daqui não, isso nunca marquei!

**Só convive dentro das atividades?**

Sim, porque já me têm dito, não é preciso ir gastar dinheiro, não tenho passe...

**Mas gosta de pertencer a esses grupos?**

Gosto, gosto muito mesmo! Quem me tira isto, tira-me tudo. Às vezes venho para aqui a mancar, mas quando começo a dançar, parece que a manca passa!

**Na sua família existem encontros entre todas as gerações?**

Sim, sim.

**Muitas vezes?**

Não. Muitas vezes, não. Especialmente é no Natal, mas por vezes juntamo-nos, por exemplo, estou em casa de um estão os meus netos todos com a filha e genro. Outras vezes estou na casa da outra. Todos juntos não. Não há carros. É muita gente. É gente a mais!(sorriu)

**Quem toma a iniciativa desses encontros?**

Isso depende. Depende, umas vezes sou eu, outras vezes é a minha filha, depende, do que for para se fazer.

**Tem alguma responsabilidade de ir buscar netos à escola?**

Agora não graças a deus! Já tive. Durante um pouco de anos, ia a Xabregas buscar 4 e vinha.

**E até que idade fez isso?**

Fiz isso quase até aos 65 anos mais ou menos. Ia busca-los e levá-los lá abaixo, ficava com outros. Ficava com uns em casa e..

**E agora já não tem?**

Ai, graças a deus! Não porque agora já era muito. Então, não podia estar aqui nas actividades! (sorriu) Se fosse preciso, largava tudo e ia. Em primeiro lugar estão os meus meninos, não é?!

**Existe alguma função na família que seja só feita por si? Ou seja, está toda a gente lá em casa, mas aquela função é sempre senhora a fazer?**

É a cozinha. Tudo foge da cozinha.

**Existe alguma em que é feita por todos?**

Em geral fazem , fazem qualquer coisa, mas pouco fazem.

**Todos juntos?**

Não, era bom que houvesse por acaso!

**A sua família recorre a si para resolver problemas ou tomar grandes decisões?**

Não, agora não, já algum...

**E quando isso acabou?**

Já há muito tempo, quando eram mais novos chegavam e perguntavam. Uma ainda de vez em quando. Só tenho uma filha, a Rosário, que qualquer coisa que ela faça, não faz nada sem falar comigo, é comigo e com a Marta, fala com as duas.

**E sente-se uma peça importante na sua família?**

Já fui, acho que agora não sou tão precisa.

**Não?**

Não, acho que eles agora já se defendem melhor.

**Mas sente que é importante?**

Sinto pois!

**Sente-se acariciada por eles?**

Não por todos, mas está bem.

**Como gostaria?**

Pois!

**Apesar de não ter convivido com os seus avós, os seus pais, eram membros de algum...A sua mãe era membro de algum clube recreativo ou da Junta de freguesia?**

Não coitadinha, saia de manhã e vinha à noite, vender peixe, sustentar os filhos.

**Conheceu algum adulto que tenha feito parte de um grupo?**

Não nessa altura não havia nada.

**Enquanto tabalhava a senhora pertenceu a algum sindicato?**

Não, não.

**Mas sempre defendeu os direitos das pessoas?**

Sempre que podia!

**Sempre?**

Sempre.

**Refilava sempre que era preciso?**

Cheguei a sair de uma casa, pronto estava a trabalhar, e elas queriam que eu estivesse ali toda a noite e mesmo depois do jantar e eu respondi que a minha hora já acabou. E ela disse “*então manhã vai-te embora*” e eu disse-lhes “*é já!*” Ia preparar-me para ir embora e ela pediu-me para não sair, mas eu disse-lhe “*agora vou*”.

**E também sentiu necessidade de defender os direitos dos seus colegas?**

Não porque...

**Trabalhava muito mais sozinha?**

Era mais, embora tive em alguns lados, bastantes colegas comigo. Mas não, elas defendiam-se bem.

**E quando era jovem preocupou-se em fazer o bem pelo seu bairro? Trabalhou desde os 7 anos, mas não brincava, era sempre a trabalhar? Não havia momentos de brincadeira?**

Não, a não ser quando me juntava com alguns miúdos lá na província e que gostava e brincávamos aquele brinquedo com pedrinhas e coisas assim. Nunca tive grande... foi só a única coisa. Quando já estava aqui já em Lisboa, juntávamo-nos todas, era na casa da Sta Zita. Umas brincavam, outras iam para a cozinha. Era o género que aqui, fazíamos o mesmo que aqui.

**E participavam nas actividades?**

Sim.

**Organizavam actividades?**

Não, tínhamos uma organizadora sabe?

**Não tem mesmo memória de ninguém, quem é que lhe ensinou a ser assim a participar, a ter este espírito jovem?**

Isto já vai da pessoa, que ninguém nos ensina a ser...Eu penso que ninguém nos ensina a ir e fazer o bem. Pronto, ninguém nos ensina, isto vem de nós. Embora ache sempre que um empurrãozinho de uma pessoa que diga “*olha que assim fica mal, fica bem, fazes melhor assim*” mas caso contrário, isso já vem de dentro da pessoa.

**Sim?**

É.

**Nesta fase, acha que tem uma posição mobilizadora e ativa em relação a aspectos importantes para a comunidade onde está inserida? Acontece qualquer coisa aqui no Bairro a senhora entra?**

Entro, só se não poder entrar! Então não entro?! Quando foi aqui por causa da renda das casas eu entrei. Quando foi por causa de limpar o prédio, eu também entrei... Então não entro? Que remédio, é de todos, é para todos nós!

**É membro de algum órgão social de uma Associação?**

Não, sou sócia.

**Em todas as actividades intergeracionais a senhora envolve-se a dar opinião, compromete-se a fazer as coisas, depois avalia em conjunto, era melhor termos feito assim, envolve-se em todos os processos?**

Não, conforme as coisas.

**Faz tudo o que lhe mandam, é isso?**

Não, às vezes quando há uma coisa que não me agrada eu digo “ ai era melhor ser assim, era melhor ser assado”.

**Não dá opinião “olha podíamos fazer assim”?**

Dou, dou! Digo, digo!

**Em todos os sítios por onde a senhora passa é sempre assim, ou é só às vezes?**

Não, se estivermos a fazer uma coisa que não me agrada ser feita assim eu digo não, digo que eu acho que é melhor ser feita assim, e depois a maioria é que vence.

**Esteve envolvida em algum, algo importante que aconteceu no Bairro?**

Nas rendas, na pintura do prédio (ficou a porcaria na mesma).

**Não pertenceu a um sindicato?**

Não, não.

**Quando estava com as irmãs de Sta Zita, elas ouviam a vossa opinião?**

Ouvia, ouvia.

**E tinham em conta?**

Às vezes não, porque elas queriam ver tudo do lado da igreja e nós queríamos ver o lado de fora e aí elas não, não...

**Não deixavam muito?**

Não, não.

**Mas que memória trás de alguma educação...Quem é que a educou a ser o que é hoje?**

Já lhe disse, foi lá em casa.

**Mas o quê?**

Isso não lhe sei explicar!

**Não trás memória de nada, por exemplo algum valor que tenha trazido até agora?**

O valor que eu trouxe foi a educação delas, que me deram, que fizeram que fosse educada, que tivesse um porte como deve ser, mais do resto...

**Mais ao nível social é isso?**

Sim.

**Como é que se devia falar com as pessoas?**

Ai, elas faziam reunião para todas, mas aquela directora que está lá no outro mundo, essa é que às vezes me chamava –me, era muito minha amiga, pedia para conversar um bocadinho com ela, quando eu andava assim mais em baixo. Era ela! Era como a Dra Paula aqui, era outra mãe, que eu tenho muitas saudades dela.

**Era um espirito mobilizador não era?**

Era mas agora nem que a veja, mal lhe falo, desde que que o menino morreu, não tenho coragem para lhe falar.

**Sente a dor dela?**

Sim.

## Anexo X

Entrevista nº6

Rosa, tem 79 anos, só sabe assinar o nome, é natural de Povoá do Lanhoso, foi criada e empregada doméstica. Atualmente vive com uma filha, um genro e o Diogo. O marido faleceu, era analfabeto e foi encarregado da construção civil. Tem duas filhas, uma com a 4ª classe e outra com o 6º ano. Uma trabalha como administrativa num consultório médico, outra é auxiliar num colégio infantil. Tem duas netas, anda na preparatória e outra na creche. A mãe

era analfabeta e era padeira. Era filha de pai incógnito, apesar do conhecer e falar com ele nas feiras. Ele sabia ler e escrever. Casou aos 32 anos e teve a primeira filha aos 34 anos. Viveu até aos 7 anos, com a mãe, em Frades e depois foi servir para casa dos patrões até casar. Veio para a Quinta do Narigão – Alvalade quando casou aos 32 anos. Vive no Bairro há 32 anos.

**Em quantos locais viveu ao longo da vida? De pequenina, na adolescência...**

Eu nasci em Frades. De Frades fui para Travassos.

Com que idade?

Ia fazer 7 anos para aí. Depois de Travassos fui pra Sobradelo da “Gama” a servir, depois saí e fui para Travassos para uma casa à beira da minha mãe e depois dessa casa fui para a casa donde casei.

**E essa casa era onde, a que casou ?**

Era em Travassos.

**Tinha que idade quando casou?**

32 anos.

**Quando é que veio viver para Lisboa?**

Vim para Lisboa viver para as barracas ali à beira do liceu Padre António Vieira.

**Com que idade?**

Ora, casei com 32, vim para cá aos 33 ou 34anos.

**Já tinha as suas filhas?**

Não. Tive as minhas filhas na Quinta.

**Na Quinta?**

Sim, na Quinta do Narigão!

**Lembra-se da profissão dos seus avós?**

Ai, não Dra (voz baixinha)

**Não? E da escolaridade? Não se lembra de nada dos seus avós?**

Não, não. Não os conheci.

**E dos pais?**

A minha mãe que me teve era Maria de Jesus e trabalhava era padeira.

**E andou na escola a sua mãe?**

Não senhora.

**E o seu pai?**

O meu pai esse sabia ler, mas eu era filha de pai incógnito.

**De pai incógnito? Nunca conheceu o seu pai?**

Conheci sim senhora. Ele vivia longe, mas quando ia à feira da Povoia encontrava-me com ele. Ele falava para mim, e às vezes até me dava qualquer coisa.

**Então durante o dia quais são as actividades que a senhora realiza?**

Eu?!

**Sim.**

Eu tenho tantas Dra.

**Diga todas, as que puder.**

De manhã ponho-me a pé, lavo-me e vou tomar o pequeno-almoço e vou dar a insulina. Depois faço o comer para o meu genro e arrumo a casa, pronto! Depois venho para aqui e à noite vou para casa.

**E o que faz aqui?**

Faço tantas coisas! O que há para fazer.

**Participa em que actividades?**

Ora bem: ando na dança, à 5ªfeira. Na 2ª feira estou no teatro. À 3ªfeira estou nos cânticos. (parou para pensar falou baixinho de 2ª a 3ª ) À 4ª feira não há nada! À 5ªfeira estou na dança e à 6ªfeira estou no teatro. E ainda vou à escola, às 3ªfeiras e às vezes, à creche a fazer ginástica com os miúdos.

**E também participa noutra actividade?**

Umh...(parou para pensar) Ah!Também vou às visitas vou!Às visitas aos hospitais e a casa das pessoas.

**Quem são as pessoas que entra em contato? Quem são as pessoas com quem mais lida? São os amigos daqui?**

Sim.

**E porque é que são os amigos daqui?**

Porque eu como venho para aqui, venho conversar e jogar às cartas.

**Também joga às cartas?**

Pois, olhe!

Ao longo destes anos todos, destes 10 anos, que mudanças acha que existiram nessas actividades? Ou seja o que é que a senhora vê que durante estes 10 anos alterou, no que refere a fazer essas actividades e relação com os amigos?

A relação com os amigos é boa.

**E ao longo destes 10 anos tem sido sempre assim?**

Sim.

**E nas actividades, tem participado mais, tem participado menos?**

As actividades são as que nós temos aqui.

**Então não vê mudanças?**

Não, acho que não.

**Então acha que tem mais amigos agora ou quando era no passado?**

Eu acho que é agora.

**Porquê?**

No passado andava a servir, estava a lidar com os patrões. Agora estou aqui e lido com mais pessoas.

**E tem alguém especial a quem desabafa os seus problemas? Tem amigos especiais...com quem é que gosta de conversar?**

Falo coisa, mas não tenho coisa com mais ninguém...

**É a brincar é isso? Para quê para se entreter é isso?**

Sim.

**Então quando precisa de desabafar com alguém?**

Ai, eu não...

**Não precisa?**

Não.

**Porquê?**

Porque às vezes sou mal criada e dá-me pra falar mal...(riu-se) quando é com as minhas filhas.

**Ah! Então acha que perde a razão é isso?**

Sim.

**Acha que essa relação com a sua família é boa?**

É.

**Ao longo da educação que deu às suas filhas fez com que agora sinta uma relação forte?**

Sim. A educação que dei às minhas filhas, dei-la até hoje.

**Acha que a relação é boa. Apesar de tudo que as famílias possam ter acha que são unidas?**

Sim são unidas uma com a outra.

**E com a senhora?**

Também.

**A relação que tem com os seus colegas nas actividades é boa?**

É. Eu gosto deles , gosto!

**Já disse quem é que vivia consigo. A ver se eu percebi, a filha o neto e o genro. E dantes com quem vivia?**

Com o meu marido e com as minhas filhas.

**Nunca viveu com sogro, nora, com genro...**

Não tinha sogro.

**O que é que sentiu quando chegou à reforma? Lembra-se do que é que sentiu quando deixou de trabalhar, quando chegou à reforma?**

Oh, Dra quando cheguei à reforma?! Prontos! O meu marido faleceu e eu vim para aqui. E aqui estou!

**E depois o que é que sentiu?**

Não sei, não senti nada acho eu.

**Foi vivendo os dias?**

Sim.

**Quando a senhora precisa de decidir qualquer assunto, você decide qualquer assunto da sua vida? Por exemplo ir às compras, viagens, visitas prolongadas? Quem decide isso lá em casa?**

Ora, se é preciso comprar as coisas eu vou à rua e compro e levo para casa!

**A senhora é que decide?**

Sim.

**Ainda tem poder de decidir?**

Sim!

**E dantes tinha?**

Dantes também era eu que comprava tudo. Comprava para o mês.

**E para ir viajar, um passeio...A senhora decide sozinha, é livre?**

Sim! Decido sozinha. Quero ir, digo eu vou! É assim.

**E antigamente?**

Antigamente não porque tinha de dizer ao meu marido, e o meu marido não ia, eu também não ia.

**Mas tinha de lhe pedir?**

Claro! Mas ele não ia, eu também não ia.

**E quando foi a educação das suas filhas, quem é que decidia? Se elas participavam quem é que tinha o papel de decisão?**

O marido e eu, mas depois ele mandava.

**Mandavam os dois?**

Sim.

**Conversavam?**

Sim.

**Agora vai falar-me um bocadinho da sua saúde. Tem alguma doença que a impeça de ser autónoma?**

Ah! A minha doença é os diabetes.

**Mas isso impede-a de ser ativa, mexida, de participar em actividades, de ser independente?**

Ai! Gosto de fazer tudo, de participar nas actividades todas, sou muito, sou muito.

**Ativa?**

Sim. Eu ia dizer outra coisa mas...

**Diga, pode dizer. Eu tirei-lhe a palavra, não devia.**

Sou ativa pronto! (risos)

**Considera ser mais independente hoje ou antigamente?**

Quer dizer, hoje agente faz aquilo que quer e antigamente não podíamos fazer.

**Porquê?**

Porque tínhamos quem mandasse em nós e agente não podia fazer.

**Quem mandava?**

Então quando agente estava casada, eles é que decidiam, os maridos!

**Então agora sente-se mais independente?**

Sim, agente faz o que quer!

**Consegue tomar banho, comer, ir as compras passear, tudo sozinha sem apoio, não é?**

Sim.

**Em que fase da sua vida pensou que estava a envelhecer?**

Nunca pensei nisso.

**Não?**

Não.

**Deixou passar os anos é isso?**

Sim. Nunca pensei nisso.

**Sente-se livre?**

Sim.

**Acha que alguém influencia as suas escolhas? É Maria vai com as outras? São as amigas que a influenciam a ir ao Teatro, às actividades?**

Não.

**Ou é a vontade de viver?**

É a vontade de ir fazer as coisas!

**De participar?**

Sim.

**Pratica algum exercício físico?**

Não. Ah a Dança.

**Nunca pensou que a dança era uma actividade física é isso?**

Sim.

**Quando pensa em exercício físico, pensava em quê? Ginástica?**

Sim.

**Exercício físico pode ser tudo o que movimenta o corpo. Já ouviu falar muito em qualidade de vida, não já?**

Sim.

**Nesta fase, o que significa para si ter boa qualidade de vida?**

É viver bem, é ter saúde! E graças a deus.

**E tem alguma doença que a impeça de ter qualidade de vida?**

A minha doença é o diabetes (falou baixinho)

**E isso impede-a de ter boa qualidade de vida?**

Às vezes.

**O que acha que é ter uma alimentação saudável? O que é para si ter uma alimentação saudável?**

Oh, Dra? Eu como aquilo que me apetece. O que me apetece eu como!

**E os diabetes?**

Os diabetes... não se pode comer muito de uma coisa, come-se menos.

**Acha que as suas possibilidades económicas, o dinheiro que tem ou que não tem faz com que quisesse viajar ,mas não pode? Ou seja, as suas possibilidades económicas impedem-na de tratar da sua saúde? Ou seja não vai ao médico porque não tem dinheiro?**

Não Dra, nunca me aconteceu.

**Não vai viajar porque não tem dinheiro?**

Isso quando penso em ir, vou.

**Por exemplo há sítios que gostava de viajar mas por não ter dinheiro para...**

Oh, Dra lá para fora não ia, andar de avião, nunca me metia! Mas por aqui, se me apetecer ir ,eu vou.

**E para cuidar do seu corpo e cuidar de si?**

Oh, Dra para cuidar do meu corpo... Eu lá me cuido!

**E tem dinheiro para isso? Recebe reforma?**

Sim.

**Tem a reforma e pensão do seu marido?**

Sim.

**Como é que acha que as pessoas que vivem no bairro, na comunidade, olham para si, nesta idade?**

Eles não têm que olhar para mim.

**Não? Porquê?**

Porque eu não devo nada a ninguém!

**Então como é que acha que os seus vizinhos olham para si?**

(susurrou) Não sei. Nunca pensei como é que o vizinho vai olhar para mim agora que sou mais velha.

E a sua família? A sua família como é que a vê?

Nunca me disseram nada.

**Na sua opinião, quando é o ser humano, devia de deixar ter um papel, ou seja, de exercer qualquer actividade na comunidade em que vive? Quando é que deve deixar de contribuir para o bem-estar comum em que vive? Quando é que acha que existe fim para o ser humano? Ou seja, só se pode participar quando se é jovem, quando se é mais velho...?**

Eu acho que em todas as idades.

**Porquê?**

Porque enquanto somos vivos, temos de fazer as coisas!

**E contribuir para a comunidade?**

Sim.

**Pensa em ter uma vida saudável?**

Oh, Dra? Agente pensa, mas o pensar às vezes não sai.

**Porquê?**

Por causa das doenças.

**Quando era criança, ou mais jovem, pensava como é que ia ser na velhice?**

Nunca pensei.

**Mas nunca?**

Nunca.

**Então como é que viveu os anos que passaram?**

Olha, viveu-se!

**Como?**

Um pouco a rir, um pouco a chorar, um pouco a cantar e lá íamos.

**E o que é que fez com que chegasse com este sorriso a esta idade, com esta alegria que está a transparecer ?**

(silencio)

**Os anos passaram o que é que a faz ser assim?**

Ser assim deve ser o nosso espirito, não?!

**Daqui a 15 anos, como é que acha que vai ser?**

(Grande sorriso) Oh, Dra se calhar daqui a 15 anos, agente não chega lá!

**E se chegar, gostava de ser como?**

Gostava de ser como sou agora.

**Como é que é agora?**

Agora sou um bocado rabina.

**O que quer dizer rabina para si?**

Rabina quer dizer mexida.

**Quando era criança não conviveu com os seus avós, então não tem memória deles?**

Não senhora.

**Mas teve alguma relação com pessoas mais velhas? Quem eram as pessoas mais velhas que conviviam consigo?**

Eram os meus patrões.

**E traz na memória algumas aprendizagens? O que aprendeu com o convívio com eles? Eles eram patrões, mas teve relacionamento com amigo da aldeia sem serem patrões?**

Ah! Tinha as minhas amigas na aldeia que andávamos na juventude, eramos “Jorzitas filhas de Maria”, andávamos com isso assim!

**E com as pessoas mais velhas o que aprendeu? Traz alguma memória? Com a sua mãe? E com o seu pai?**

Com a minha mãe convivi pouco fui andar a servir ia fazer 7 anos. Convivi mais com os meus patrões.

**O que é que aprendeu com os patrões?**

Ah! (encolheu os ombros) aprendi a ser mulher, a ser poupada e aprendi a trabalhar.

**E com as pessoas mais velhas vizinhas? Pessoas mais velhas que a senhora, não quer dizer que fossem avós, mas da idade dos pais das suas amigas...Não se lembra de nada? Não tem memória?**

Não.

**Nesta fase da sua vida, o que é que aprende coma as pessoas mais novas, mais jovens, ou com os miúdos, com as suas filhas? Ou seja com as pessoas mais novas que a senhora?**

Agente vai andando e aprendemos sempre, aprendemos até morrer.

**Então aprende-se até morrer mesmo no convívio?**

Sim.

**Acha que ao participar nas actividades intergercaionais e conviver com pessoas mais novas, com os seus netos, com as pessoas mais novas faz com que tenha mais capacidade para aprender mais?**

Sim.

**Acredita mais em si?**

Eu acho que sim Dra, que acredito em mim, se não acreditasse em mim, quem ia acreditar?

**E acha que pode aprender coisas novas?**

Não sei, a memória pode já não chegar para isso.

**Mas tem aprendido coisas novas com pessoas mais novas?**

Sim, às vezes.

**Acha que este convívio faz-lhe ter fé e acreditar que pode ter projectos para futuro?**

Eu acho que sim.

**E se convivesse com pessoas da sua idade? Quais são as pessoas que mais gosta de conviver?**

Com elas todas.

**De todas as gerações?**

Sim.

**O que é que a afasta das pessoas jovens? E o que é que a aproxima?**

(Silencio)

**Se é que afasta. Acha que não a afasta nada?**

Acho que não.

**Acha então que se aproxima mais?**

Sim.

**Então o que é que a faz aproximar?**

Então agente vai com as crianças à escola...

**E qual é a motivação que a leva a ir à escola?**

Então vamos ter com as crianças e vamos ter actividades com eles.

**E sente o quê ao fazer isso?**

Sente-se bem!

**Qual pessoa de que idade escolhia para conviver?**

Escolhia 20 anos.

**Porquê?**

Porque era uma jovem, assim sou velha!

**Não, a senhora com a idade que tem , escolhia quais pessoas para conviver? Neste momento, tinha à escolha pessoas de todas as idades e escolia qual?**

Escolhia as de 20 anos.

**Para quê? Porquê?**

Porque era uma jovem e tinha a vida para a frente.

**Acho que a senhora não está a entender. Já tem a idade que tem, e se tivesse que ir passear com um pessoa escolhia de qual idade?**

De 20 anos.

**Porque essa pessoa fazia-lhe uma companhia diferente do que uma pessoa mais velha é isso?**

Eu acho que sim, porque era jovem, sabia mais coisas dos que os de idade.

**Então os de idade não sabem nada?**

Sabem, eu não queria dizer que não sei, porque eu graças a deus ainda tenho raciocínio, se não tivesse não podia fazer nada, não era?

**E acha que esse convívio entre todas as idades devia surgir, na família, na comunidade, nos centros de dia?**

Eu acho que deveria ser em todos os lugares Dra!

**Porquê?**

Era bom que houvesse em todos os lugares.

**Acha que conviver com pessoas doutras idades, mais novas, faz-lhe sentir útil?**

(silencio)

**Faz-lhe sentir que tem algo para fazer e para dar?**

Eu acho que sim.

**Mas sente isso só quando está com pessoas da sua idade ou com os mais novos?**

Sinto isso com as pessoas de idade e com os mais novos.

**Quando é que se sente mais útil?**

Útil?! Acho que sempre me senti assim!

**A fazer o quê? Que sente isso? A fazer que actividades é que sente útil?**

(silencio) A fazer todas as coisas não é?

**A fazer todas as actividades?**

Sim.

**Gostava de saber se marca encontros com os seus amigos fora daqui do Centro?**

Não. Não tenho encontro com os meus amigos. Só tenho encontro com a minha cunhada, na igreja S. João de Brito, na missa.

**Gosta de fazer essas actividades é isso?**

Sim.

**Vai à missa?**

Vou à missa das 8h. Saio de casa às 7h10 e às 7h30, estou na igreja S. João de Brito.

**Faz algum tipo de voluntariado?**

(silencio) Não.

**Já sei que convive com todas as idades, e lá em casa convive com que pessoas?**

Com a minha filha.

**Então é com a filha, apesar de viver com o genro e neto?**

Sim.

**O que é que faz em conjunto com a sua família?**

Eu faço as coisas que sejam precisas!

**Mas faz actividades de casa é?**

Sim, faço as coisas da casa, arrumo a casa.

**E também passa férias com a sua família, vai passear com a sua família?**

Vou passear na Povia do Lanhoso e com a minha filha a Lamego.

**Quanto tempo?**

À volta de 15 dias.

**Tem alguma função na família de ir levar e buscar netos, tomar conta dos netos?**

A neta é a Lurdes que a traz para a creche.

**O que lá em casa é feito por si e é só a sua tarefa?**

Eu em casa faço, pronto já disse...

**Mas uma tarefa em que estão todos mas é só a senhora que faz?**

A minha filha faz também o comer e tudo.

**Então fazem tudo em conjunto?**

Sim.

**Nunca fica de parte?**

Não.

**A sua família pede a sua opinião para resolver problemas?**

Às vezes a minha família pede.

**É só a filha? É as duas filhas? A que vive consigo ou a outra?**

Quando a outra está lá em casa também pede, mas está lá pouco tempo.

**Com quem vive é que decidem alguns problemas é isso?**

Sim.

**Acha que é importante para na sua família?**

Sim.

**Porquê?**

Acho que sou bem tratada.

**E acha que é importante existir?**

Sim.

**Os seus pais eram membros de algum clube recreativo da aldeia?**

Não tinham nada, nenhuma coisa para andar.

**Nem faziam parte da Junta de Freguesia nem nada?**

Não senhora.

**Nem nunca participaram em sindicatos?**

Não, não me lembro de nada disso!

**E a senhora conviveu com alguma pessoa, teve contato com alguma pessoa, seja patrão ou alguém que tenha contribuído para alterar para melhor qualquer coisa na sua rua, no bairro onde vivia?**

Não, acho que não.

**E não conviveu com alguém que tenha sido lutadora dos direitos das pessoas, de tudo?**

Não senhora.

**E a senhora como foi na juventude?**

Oh, filha eu andava a trabalhar, era o que eu fazia!

**E participava? Dava a sua opinião aos seus patrões?**

Não. Eu andava na juventude e nas filhas de Maria.

**E o que faziam lá?**

Nós Jorzitas íamos assim para o monte e tínhamos reuniões e tudo para andar.

**Nessas reuniões decidiam o quê?**

Às vezes íamos brincar, assim para os campos e tudo.

**Organizavam atividades?**

Sim.

**Então a senhora participou num grupo de jovens que contribuísse para que os jovens tivessem actividades para não estarem desocupados?**

Mas eramos só raparigas, na juventude eramos só raparigas.

**Enquanto trabalhava foi membro de algum grupo de trabalhadores que defendiam direitos?**

Não.

**Nunca defendeu os direitos das pessoas, nunca teve uma posição ao longo da vida?**

Não senhora.

**Ouviu sempre tudo o que lhe diziam e não respondia?**

Às vezes respondia. Respondia! Respondia aos meus patrões.

**Porquê?**

Quando me ralhavam, respondia.

**E quando ralhavam às suas colegas também respondia?**

Não, quando era com elas eu calava-me.

**Nunca tinha necessidade de responder quando sentia alguma injustiça?**

Não senhora.

**Você tem um papel muito importante no bairro? Conseguir mobilizar muita gente?**

Sim, acho que sim Dra! Porque se é preciso alguma coisa, vou pedir.

**O que a leva a pedir?**

Quando foi aquilo para a quinta...

**Do orçamento participativo?**

Sim. Eu fiz umas 400 ou 500 pessoas.

**Para votar?**

Sim.

**É membro de alguma Associação? É sócia? Ou faz parte dos órgãos da Associação?**

Eu faço parte da Associação...(silêncio)

**De qual, desta da intergeracional?**

Sim.

**Das actividades que participa intergeracionais, sente que é envolvida na organização, a dizer o que se deve fazer ou não se deve fazer, avaliar se foi bem feito, não foi bem feito, amanhã vamos fazer doutra forma? A senhora é envolvida e sente que faz isso nas actividades?**

Sinto.

**Acha que é importante fazer isso nas actividades que participa intergeracionais?**

Eu acho que sim, é importante agente participar.

**A senhora está envolvida aqui no Bairro em algo que tenha sido bom para as pessoas. Exemplo, antigamente na loja 31 organizou pessoas que lutaram para o Bairro ter esgotos, a Rosa teve algum contributo, sem ser o orçamento participativo, que tenha feito parte desse grupo de pessoas?**

Eu acho que não.

**Pois, só neste do orçamento participativo?**

Sim.

## Anexo XI

Entrevista nº 7

Crisântemo, tem 69 anos, a 4ª classe com admissão aprovada no liceu, é natural de Lisboa, foi empregada fabril e doméstica. Atualmente vive com o marido que foi técnico de telecomunicações e tem o 5º ano industrial. Tem duas filhas, uma com 37 anos licenciada em relações públicas e trabalha no Centro Europeu de Línguas a outra tem 40anos e é licenciada em gestão de recursos humanos e direito. Tem dois netos da filha mais velha, o mais novo tem 9 anos, ainda no 4º ano e o mais velho tem 13 anos e anda no 8º. Os pais eram trabalhadores por conta própria, tinham uma sapataria e um lugar de frutas e hortaliças. O pai tinha o 2º ano da escola industrial, era sapateiro e tinha empregados na sapataria. A mãe tinha a 3ª classe e tomava conta da frutaria. Conviveu com uma avó paterna que era analfabeta e que também trabalhou por conta própria, tinha um quiosque de frutas e hortaliças. Casou-se aos 26 anos e teve a primeira filha aos 28 e a segunda aos 32 anos. Viveu 26 anos no Beato, depois viveu em Camarate, Sacavém e há 16 anos que vive no Bairro.

Casei aos 26 anos, namorei o meu marido com 21 e depois casei-me aos 26.

**E teve as primeiras filhas?**

A minha primeira filha aos 28 e a outra aos 32.

**Que atividades realiza durante o seu dia-a-dia? Como é que é o seu dia-a-dia?**

Portanto, faço a minha vida da casa que sempre fiz, normal e tudo, qualquer mulher faz, não é? A comida, limpeza da casa, as roupas.

**E sempre viveu em Lisboa?**

Quando eu me casei fui para fora de Lisboa para Camarate e vivi em Sacavém e já há 16 anos, mais ou menos, que vivo em Lisboa. Mas nasci mesmo em Lisboa.

**Qual era a profissão dos seus avós?**

Portanto, a minha avó materna penso que não trabalhava. Penso que não e o meu avô materno trabalhava, também tratava de cavalos era cocheiro numa empresa que hoje se chama Portugal e Colónias, na altura, não sei qual era o nome. E a minha avó paterna, trabalhava numa parte fabril, na sociedade de fósforos também. E o meu avô também trabalhava na Portugal e Colónias, mas na parte da serralharia. Portanto, era serralheiro.

**Eles andaram na escola os seus avós?**

Eu penso que não, mas não tenho assim a certeza. Não tenho a certeza pronto. Daquilo que eu...

**Eram analfabetos?**

Eu penso que sim.

**Todos?**

Pelo menos da parte da minha mãe eu penso que os meus avós eram analfabetos. A minha avó, da parte do meu pai, o meu avô não sei se teria algum grau de escolaridade para a altura, para a época. Eu nunca os conheci, só conheci uma avó paterna. Paterna. E penso que ela também não sabia ler, era uma pessoa bem conhecedora daquilo que dizia e tal, mas penso que não sabia ler.

**Qual era a profissão dos seus pais?**

O meu pai era sapateiro. Sapateiro, mas...

**Por conta própria?**

Sim, era sapateiro por conta própria mas era sapateiro, não era de fazer consertos, fazia também sapatos. Chegou a fazer botas de futebol para os clubes, fazia botas de mergulhador, daqueles que vão às Adragas, que vão ao fundo do mar e aquilo tem de ter muito peso e tal.

Chegou a fazer isso. E e ainda chegou a andar, como digamos, agora escola secundária, chegou a entrar, não fez nenhum ano de escolaridade, mas chegou a fazer. Pronto, tinha mais que a 4ª classe naquela época.

**E para ele na altura era muito não é?**

Exatamente.

**E a sua mãe?**

A minha mãe não, a minha mãe era analfabeta. A minha mãe não sabia ler era uma pessoa com bastante...

**E trabalhava?**

A minha mãe ajudava o meu pai, aprendeu a ser ajuntadeira, como se chamava pronto. No princípio de casada trabalharia em qualquer, se calhar empresa, fábrica. Mas depois que eu saiba, assim bem, bem da vida deles, a minha mãe aprendeu a juntar botas, era portanto ajuntadeira. E trabalhava com o meu pai, entretanto como tinha 4 filhos. O meu pai tinha uma sapataria, trabalhava, mas tinha a sapataria.

**Para vender os sapatos?**

Para vender e consertos. E para executar o trabalho dele.

**Ah Sim? Eu disse sapataria pensei que ele fazia os sapatos e depois era...**

Não, fazia os consertos e chegou, tinha pessoas a trabalhar com ele. Entretanto a minha mãe, ao lado da sapataria havia também um espaço, um estabelecimento. E a minha mãe com o meu pai arranjaram o estabelecimento para abrir um lugar de frutas e hortaliças. Estavam ao lado um do outro, mas a minha Mãe era uma pessoa, que não sabia ler e tinha tanta capacidade que fazia contas, pesagens, tudo sem problemas nenhum e sem dificuldade nenhuma.

**E também tinha empregados?**

Não, aí era só ela que estava com a ajuda do meu pai também, como estava ali ao lado.

**E essa zona era onde?**

No Beato, ainda lá estão os estabelecimentos.

**Sim?**

Ainda temos os estabelecimentos.

**Mas são vossos?**

Não.

**São da família?**

Não são da família, mas estão ligados a nós, mas estão fechados, porque aquilo é uma zona praticamente em degradação, pagamos a renda mas aquilo não está em actividade.

**Faz a sua lida da casa, estava a dizer.**

Faço a minha lida da casa. Faço a minha comida e trato da roupa. E tenho o meu neto a vir almoçar todos os dias, pronto! Faço depois em tempos livres, mais livres, faço yoga, faço 2 vezes por semana. Faço 2 vezes por semana tai chi, faço uma aula de teatro semanal de preparação, faço uma aula de dança preparação, faço uma aula de canto também durante a semana. Se faço tudo o que me for solicitado algumas coisas para entrar, que eu já tenho entrado aqui no centro !!

**E não está em nenhum projecto intergeracional, da Escola ou do Jardim de Infância ou em todos os projectos que existem cá no Bairro?**

Sim. Também tenho, na altura do Natal, ir cantar, agora estamos a ensinar a dança que estamos a fazer, aos meninos.

**Da escola?**

Da escola 9. E de momento olhe, não me lembro assim mais nada...

**Quem são as pessoas que estabelecem mais contato?**

A família?

**Fora o seu marido que vive consigo.**

O meu marido está sempre a tempo inteiro, em conjunto um com o outro. Com a minha irmã que mora ao meu lado, também estamos sempre muito em contato e depois aqui no centro quando venho às actividades com os colegas e também com vocês não é?! E com quem está a dirigir a actividade que eu estou a fazer. Tenho bom relacionamento com todas as pessoas!

**E com as suas filhas?**

Com as minhas filhas isso também, principalmente com a mais velha e também com a mais nova. Não há um dia único que a gente não fale, telefone, e se não as vejo, nunca estou um dia que não saiba das minhas filhas.

**Olhando para estes 10 anos da sua vida sente que houve alguma mudança a nível da sua participação nas atividades e a nível do contato com as pessoas? Houve alguma mudança nestes 10 anos?**

Sim, eu sinto que houve, e num aspecto houve para melhor e outro não. Havia um aspeto que eu vou focar que é este, eu sempre fui muito meticulosa, nas coisas que fazia em casa e sempre gostei de tudo bem feito, não sou mais nem menos que ninguém, mas sempre tive a preocupação de ter tudo como deve ser.

**Era uma dona de casa não é?**

Sim e não me custava de fazer as coisas e tinha paciência e isso tudo, neste momento eu costumo dizer que até vou dizer! Não sei, se faço bem se faço mal, que estou porca, não estou como eu era.

### **Mas porquê?**

Porque tenho mais dificuldade e não tenho tanto apetite de fazer as coisas, mas não quer dizer que não tenha tudo em ordem, mas não é aquele primor, aquela exigência, que eu tinha quando tinha as minhas filhas em casa e quando tinha menos esses digamos 10 anos. Na questão de convívio e de participar em certas coisas e isso tudo, estou melhor porque eu só via a casa, a educação das minhas filhas. O meu marido estava fora e eu queria ter quando ele viesse tudo em ordem, para eu estar livre e desimpedida, para eu estar com ele e para estar sempre, e desleixei-me mais em participar com outras pessoas e conviver com outras pessoas. E agora é o contrário, logo que possa, nem que tenho isto, nem que tenha aquilo para fazer (sorriu) às vezes revalo-me um bocadinho...

### **As actividades para si são a sua prioridade não é?**

Exato e cumprir aquilo que prometo fazer.

### **Em colaborar?**

Em colaborar no que é preciso.

### **Então acha que tem mais amigos agora ou no passado?**

Eu agora tenho mais convívio, tenho mais amigos, embora outro tipo de pessoas e diferente e mais recente, não é aquela coisa de há anos, como tenho amigos de há 30 /40 anos mas tenho mais, noto que tenho mais.

### **Conhece mais pessoas?**

Mais pessoas porque os amigos que por vezes tenho, embora não os esqueça, e é sempre uma grande amizade, mas estou tempos e tempos sem ver e estes aqui convivo miudadas vezes, praticamente quase todos os dias.

### **Quem são as pessoas com quem mais conversa? E se precisasse de desabafar, quem é que escolhe?**

Eu com a minha irmã temos uma ligação muito grande e falamos de tudo e se há uma preocupação ou alguma, não temos segredos. Digamos que não temos segredos! Portanto, talvez uma coisa mais íntima, mais que eu queira, será com ela e com as minhas filhas, não é! Mas também há pessoas aqui no centro que eu me dou muito bem e que goste de partilhar e desabafar alguma preocupação que tenha e alguma coisa que tenha, evidentemente não é com todas as pessoas, não dizer mal de ninguém nem nada disso, mas nem todas as pessoas se identificam connosco, não é?

Mas não por não me dar porque não tenho uma pessoa em particular que diga, não gosto desta pessoa, não me dou bem. Não. Mas há sempre aquela preferência que uma pessoa, que nos

ouve melhor, que nos aconselha nalguma coisa melhor e que agente, até por vezes, pensa assim, esta pessoa sabe mais do que eu, e outras, às vezes até me engano, mas a gente pensa que é a mais sabedora aquela pessoa e que não vale a pena estar a pôr-lhe o problema. Não sei, eu penso assim!

**Pois e às vezes, há pessoas que já passaram por esse problema e conseguem se calhar ajudar o outro a resolvê-lo.**

Exatamente ajudar a resolver e isso tudo. Por exemplo, isto do meu neto, eu gosto de, gostei de falar, de partilhar, de desabafar, senti-me bem, há pessoas que têm os problemas e fecham-se e não querem que as pessoas saibam. Para já eu sou transparente, toda a gente vê que eu estou triste e que não estou bem. E eu gosto de partilhar com as pessoas.

**A sua relação com a sua família como é que é? Como é que a caracteriza?**

Eu caracterizo-a bem.

**São unidos?**

Sim, sim, sim. Eu tenho, portanto, neste momento só tenho a minha irmã. Tive um irmão e continuo a ter a minha cunhada, como uma pessoa muito importante, ficou ligada a mim na mesma, como quando o meu irmão era vivo. Tenho duas sobrinhas que também me dou bem. Tenho uma sobrinha da parte da minha irmã que também me dou bem. A família do meu marido também gosta muito, também somos muitos. Tenho um bom relacionamento.

**E com as suas filhas?**

Isso com as minhas filhas é 5 estrelas! Não pode haver melhor! Não me zango com elas, nem elas comigo. Não há atritos. Não há problemas e se há a gente resolve! Não tenho problema nenhum. Não tenho ninguém na família que me dê mal, ou que não fale ou que esteja zangada.

**E com os colegas das actividades?**

Não, não. Posso por as minhas ideias. Se por acaso penso que fiz alguma coisa ou que fui chamar atenção, peço desculpa. Não! Nem nunca discuti com ninguém. Não, não!

**Já me disse que agora vive com o seu marido apenas, mas dantes com quem vivia? Dantes quando era criança e depois adolescente...**

Vive sempre com a minha mãe e o meu pai até aos 26 anos, até a data que fui casar. E com os meus irmãos. A minha irmã foi primeira a casar, fiquei eu e o meu irmão. O meu irmão foi o último a casar-se, eu casei primeiro do que ele, embora ele fosse mais velho. Sempre foi uma família muito feliz! O meu pai era uma pessoa excepcional, a minha mãe a mesma coisa, era uma pessoa que neste momento tinha cento, de momento não faço as contas, mas já passava dos cem anos. Mas há...Eu eu já vou fazer setenta não é? Ah! Ele para a época era uma pessoa altamente evoluída e actualizada. Eu em criança, enquanto que há pessoas que não podiam falar à mesa, porque tinham um certo respeito para falar com os pais, eu sempre falei

à mesa, eu e os meus irmãos! Sempre se discutiu tudo. Sempre falei tudo com o meu pai, inclusive, quando comecei a namorar, fui a primeira pessoa a quem eu disse, foi ao meu pai e à minha mãe. Mas não havia segredos! Nunca a minha mãe disse *isso não se diz ao pai*, como eu também nunca fiz às minhas filhas. *Isso não se diz ao pai ou o pai não sabe...* Não fui criada assim, não!

### **Depois casou aos 26?**

Casei aos 26 anos, namorei o meu marido com 21 e depois casei-me aos 26.

### **E teve as primeiras filhas?**

A minha primeira filha aos 28 e a outra aos 32.

### **E depois viveu com as suas filhas e o seu marido?**

Vivi com o meu marido dois anos sem ter filhos, sozinha com ele. Ah isso! O meu marido gostava que eu fosse viver com os pais dele eu fiz questão, de ir na altura pagar 1250 escudos de renda que era uma pequena fortuna e fora de Lisboa. E ele coitado, não era por querer me por ao pé do pai e da mãe, mas é que juntávamos mais dinheiro. Eu fiz sempre questão que não queria viver com os meus pais nem com os pais dele! Fomos viver sozinhos e graças a deus lá fomos felizmente correu tudo bem. Depois tive as minhas filhas, começamos a viver os 4 até altura delas se casarem.

### **E depois disse que ele trabalhava fora?**

Sim, o meu marido, uma grande parte dos anos de casados, até agora...

### **E quantos anos a senhora esteve a viver com as suas filhas?**

Muitos! Quando a minha filha nasceu, a mais velha, a que tem 40 anos, o meu marido, estava em Espanha a tirar um curso e a partir daí foi sempre...

### **Até à reforma?**

Sim, particamente. Era mais o tempo que estava fora...Mas como digo, ele vinha sempre que pudesse, nem que tivesse no país, nem que andasse fosse o que fosse, nem que entrasse às 5 da manhã, saísse às 4 ou 5 da manhã, vinha sempre ao fim de semana. Evidentemente, ele estava em Angola, não podia vir todos os fins-de-semana a casa. Mas eu fui ter com ele 9 meses.

### **Esteve também 9 meses em Angola?**

Com ele e com as minhas filhas, tinha a minha filha mais velha...ia fazer 6 anos.

### **Quando entrou para a reforma sentiu algo diferente?**

Eu vou ser muito sincera, a opção foi a dois, minha e do meu marido, para deixar de trabalhar. Mas que a mim me preocupou sempre porque eu tinha duas filhas para criar, queria o bem-estar delas e só com (que felizmente o meu marido sempre ganhou o suficiente com

moderação para educar as filhas e para me sustentar) mas foi sempre uma grande preocupação dele o futuro, e o meu também. E depois chegou a uma altura começava a pensar se viesse duas vezes que é impossível não é, mas se tivesse a oportunidade disso, não deixaria de trabalhar porque era uma segurança eu trabalhar. Portanto o meu marido fazia-me ver ao contrário, não tinha criado as minhas filhas, pronto...

### **Da forma como criou...**

Como criei, como as acompanhei, como as eduquei, felizmente que só tenho graças a deus que são umas filhas... Não há palavras! E aquilo tudo e eu ficava mais animada. Mas muitas vezes dizia assim ainda se eu tivesse alguma coisa, alguma reforma e tal. Quando fiz os 65 anos, meti os papéis porque como trabalhei 15 anos beneficiária e portanto procedi a minha reforma que são 280€, mas para mim foi uma grande alegria! Gostei imenso, não quer dizer que eu ficasse a viver melhor, ou que eu tivesse à espera daquele dinheiro, que nem sei que é feito dele, é em conjunto que eu nem dou... Está a perceber a minha ideia?!

### **Sim, sim, eu entendo!**

E de maneira que recebi de muito bom agrado, fiquei muito contente e satisfeita.

### **E em termos de actividade a reforma mudou o seu dia-a-dia? Com que idade então saiu, porque disse aqui nesta entrevista que houve uma fase, em que foi mais para fora, pensou mais em actividades, pensou mais em participar? Foi com que idade?**

Isso já depois dos meus netos terem nascido e estarem mais na escola, foi há relativamente poucos anos, porque como as minhas filhas... A minha missão, missão como quem diz, não foi missão nenhuma, foi uma honra, um prazer, ser mãe das minhas filhas, e das educar e das ajudar e das acompanhar. Entretanto depois tive os meus netos, também houve uma altura, que me era preciso acompanhá-los. Como ainda hoje, não é?! Entretanto eles foram para a escola e depois eu comecei a ter até um bocadinho mais de liberdade e comecei a criar outros hábitos, entretanto o meu marido também veio para casa. Começou a fazer as ocupações que a Dra já sabe e pronto eu dediquei-me mais aqui às actividades.

### **E pensar mais em si?**

E a pensar mais em mim e ocupar o meu tempo de uma outra maneira.

### **Em relação à sua saúde, tem alguma doença que a impeça de ser mais autónoma?**

Não, felizmente não. Dor aqui, dor ali, mas não é nada que me impeça de fazer tudo, a minha vida normal.

### **Considera-se ser mais independente agora ou no passado? É mais independente agora ou no passado?**

Portanto, eu sou uma pessoa que não me... talvez por estar muito tempo a viver sozinha com as minhas filhas, entre aspas, sempre tive que resolver vários assuntos e várias coisas e a nível de tudo.

### **Foi sempre independente?**

O meu marido não estava e eu nunca me liguei muito a ele, mas agora desde que ele está em casa há tarefas que ele é que resolve e faz como, dinheiros. E eu não ligo nenhuma a dinheiro, não mexo em dinheiro!

### **Mas tem poder de decidir qualquer assunto?**

Sim, sim, sim, tudo, compro tudo, independentemente de cada um ter assumido uma função não é?! Pronto, o meu marido trata das contas, dos pagamentos, de gerir o dinheiro. Mas eu cá dar-me dinheiro, eu tenho, eu até tenho cartão de multibanco, não o uso porque às vezes esqueço-me do código (sorrisos) como uso tão pouco! Mas de contrário sou autónoma de mexer, de comprar sem pedir ordem, sem nada. Evidentemente há sempre, porque fui habituada a, nunca comprei nada, falamos sempre em conjunto.

### **E cada um é independente de participar?**

De participar, de dar, de fazer dele o quiser, mas nunca o fazemos só estamos habituados sempre a conversar tudo e dizer olha estou a pensar em comprar isto para dar, ou aquilo para aqui ou para ali, ou vamos comprar um aparelho, um televisor...Ou vamos viajar, ou vamos de férias, é tudo em conjunto.

### **E sempre foi assim, mesmo que ele tivesse vivido fora?**

Sim, sim, sempre foi.

### **Já algumas vez sentiu alguma limitação física ou psicológica? Já teve alguma fase na sua vida que se sentiu limitada?**

Não, felizmente não! Às vezes os braços...sim tenho dores, derivado à idade!Mas assim que eu diga, ter alguém que me faz...nada! Nem as minhas filhas, que felizmente ainda, conforme posso...Posso considerar que ainda ninguém faz nada. O meu marido ajuda-me nas tarefas, em algumas, porque quer. E até se zanga de eu não solicitar mais! Mas eu como acho que tive sempre uma vida tão boa! Tão... o meu marido fez muitos mais sacrifícios do que eu! Enquanto eu ficava repingada na cama, ele coitado tinha que se levantar. Coitado! Às vezes 3h30 e 4 da manhã para chegar à hora no trabalho quando estava fora. E eu sempre fui muito privilegiada! Eu hoje tenho pena de o estar a interromper para lhe pedir coisas. De lhe estar a dar coisas porque ele está sempre entretido ou a pintar ou a escrever qualquer coisa, mas é uma pessoa impecável e quer sempre aspirar ou ajudar-me, ou a comer, que faz muito bem, faz muitas vezes as refeições. Toma conta dos netos como eu não tomo, e cuidados e tudo, e fazer o que eles gostam para comer. Compras?! Faz muito bem compras. Se eu digo, *olha vais lá ao supermercado, traz isto ou traz aquilo*, ele faz muito bem compras, e não faz mais porque eu como digo, evito de o solicitar.

### **Houve alguma vez, alguma fase da vida ou algum momento em que fizesse ver que estava a envelhecer?**

Eu não pelo contrário, eu acho que me cuido mais agora do que o que me cuidava quando era mais nova, porque estava sempre a pensar nas limpezas e nas minhas filhas, busca-las à escola e levá-las com medo que algum carro mas levasse ou que mas atropelasse ou alguma coisa! Em mim até pouca importância ligava. Arranjo-me mais agora, cuido-me mais, sou mais vaidosa, mais tudo...Não sei porquê!?

### **Então sente-se livre?**

Sim, sim.

### **Sente-se livre para escolher qualquer situação da sua vida, ou alguém que a influencia as suas escolhas?**

Não, não. Pelo contrário, o meu marido diz que eu estou sempre bem. Quando corto o cabelo quero que ele me diga se estou bonita ou assim e ele coitado, não me diz nada. Eu digo-lhe que cortei o cabelo e pintei e perguntou-lhe se estou bem. Ele responde-me que estou sempre bem. Eu às vezes fico aborrecida penso que ele não nota mas ele faz-me ver o contrário. Por isso posso cortar o cabelo, mudar de cor, e vou todas as semanas ao cabeleireiro, não há problema, se eu quiser pintar as unhas?! Pinto! Se eu quiser pintar os lábios?! Pinto. Ah se eu disser ao meu marido que vou comprar um baton, verniz, não tenho problema nenhum, absolutamente nenhum. Evidentemente que eu faço tudo com conta peso e medida. Sei até onde, apesar de eu não lidar com o dinheiro, sei até onde eu posso ir. Não faço coisas!

### **O que significa ter qualidade de vida nesta fase da velhice, nesta fase dos 70?**

Para mim os prazeres da vida são muito importantes. Não os carnavais, nem sexuais nem nada! Pois isso tudo faz parte da vida e está na mente de qualquer ser humano e que são necessidades fisiológicas e que a pessoa, pronto! Mas não é bem esse aspecto, são os prazeres de uma cama bem limpa, bem lavada, bem cheirosa, um banho bem tomado, a pessoa por uma colónia, um perfume, um lençol de banho limpo e que a gente se limpe e fique a cheirar a lavado. Ah!! Essas coisas para mim são muito importantes! embora não tenha a casa como queria tão bem, tudo tão limpo todos os dias como limpava...Mas eu entrar e sentir-me bem, sentir o conforto da casa, estar as coisas em condições...Esqueci-me...

### **Qualidade de vida...**

Para mim isso passa...

### **É uma das coisas principais?**

É uma das coisas principais e me faz sentir bem e que faz ser qualidade de vida, ainda mais do que viajar e passear! Por exemplo, eu neste momento, já saí bastante, tanto a nível do país como fora. Mas neste momento, não tenho assim grande preocupação de ir ali ou acolá. Muitas vezes vou, vou muitas vezes, mas isso para mim não é a coisa principal, gosto mais de estar bem, estar numa boa converseta, que eu gosto muito de conversas, vê-se logo! Não sei se estou a falar de mais.

Não! (sorrisos)

Gosto muito de conversar, gosto de estar com os amigos. Gosto de jantar em conjunto, de cantar...

### **Dançar?**

De dançar não gosto assim tanto porque, com pena minha, não sei! Mas gostava de saber dançar bem. Por isso às vezes fico assim um bocadinho inibida, mas pronto isso é para mim a qualidade de vida. Estar com as minhas filhas todos os fins-de-semana ao almoço ao domingo. Adoro! Por muito...não é muito, que me cansa, eu já...

### **Sim, sim o convívio cansa.**

Não, eu para fazer o comer para oito pessoas, neste momento é o meu agregado familiar, quando os meus filhos, minhas filhas, os meus genros e os meus netos. Evidentemente que não é um tachinho para duas pessoas. É um tachão! E eu já estou limitada porque tenho problemas nos braços e assim...e isso às vezes dificulta-me um bocadinho, mas com a ajuda do meu marido é tão bom! Nunca me lembro das minhas filhas chegarem e eu não ter boa vontade delas comerem e elas estarem. É como digo faço questão de, ao domingo almoçarmos todos juntos! Só se há algum compromisso de alguma, de contrário, isso para mim é o que me alegra, para mim é qualidade de vida.

### **E escolhe por fazer uma alimentação saudável?**

Sim, sim! Isso preocupa-me muito, tanto para mim e como para o meu marido. E também para os meus netos, procuro dentro do que sei, do que leio, do que avalio, fazer tudo do melhor que eu possa de saudável, poucas gorduras, pouco sal, equilibrar os alimentos...E também para não engordar porque eu não quero estar muito gorda. (sorriu)

### **Como é que acha que as pessoas que vivem no seu bairro, os seus vizinhos, a comunidade, onde está inserida olham para si, nesta idade?**

Nunca pensei, talvez pense porque eu sou vaidosa, gosto de aparecer bem, não gosto de aparecer de qualquer maneira. Ainda agora aquilo que aconteceu ao meu neto, fiquei muito desorientada (emocionou-se) perturbada, mas logo de momento pensei que ainda bem que eu estava vestida, porque às vezes a pessoa está assim...

### **Sim, de pijama?**

De pijama ou de qualquer maneira e na aflição a pessoa...Eu estava vestidinha e tive a noção que fui para o hospital e que não ia mal. Gosto de não estar assim abandonada com nódoas com mau cheiros. Isso para mim é impensável, não gosto.

### **E como é que acha que a sua família olha para si?**

Eu acho que bem. A minha cunhada, irmã do meu marido, costuma dizer para o Xico que eu sempre fui muito jeitosinha, sempre fui muito arranjadinha (sorriu). E para mim é uma honra fico contente!

**E na sua opinião, quando é que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade em que vive?**

Ai nunca! Só se a pessoa ficar assim meia “babeilhas” e que não sabe o que está a dizer.

**Balheilhas quer dizer?**

Balhilhas é uma coitada sem saber...tem algum problema que não saiba falar, exprimir e que esteja a incomodar, por vezes não é incómodo, porque a gente tem de saber aceitar todas as pessoas como são. Mas acho que a pessoa tem de ter sempre um papel na sociedade.

**E toda a gente tem de todas as idades?**

Com certeza, e pelo contrário eu acho mais experiente em ideias e em opiniões e coisas que eu sei que já vivi do que outra pessoa mais nova do que eu. Pois o grau de cultura pode ser maior mas a experiência! A Dra Sara não se compara com as experiências que eu tenho de vida!

**Ah é claro que não! Há uma cultura de experiência de vida!**

Pois claro, não tem uma filha de 40 anos, não tem 2 netos. Não passou... não tem essas vivências, por isso...Intelectualmente tem mais do que eu, sabe falar doutros assuntos que eu se calhar não estou à altura de falar.

**Se ler se calhar consegue!**

(Sorriu) Exatamente, mas a pessoa tem de ter limites e saber até onde pode chegar ou não pode. Sabe?! Eu limito-me a falar daquilo que sei ou me calo ou sei dizer que não estou bem dentro desse assunto, não me posso pronunciar, não é?!

**Quando era criança ou jovem, alguma vez pensou, como era a sua velhice?**

Não.

**Nunca preparou?**

Não, não, nunca preparei nada.

**Se fosse hoje tinha pensado como seria a sua velhice?**

Não.

**Não acha importante?**

Acho que não. Ou talvez!?! Eu também vivi o dia-a-dia sempre muito bem. Não é muito bem, aceitei tudo muito bem. Evidentemente lutei para isso e nestes anos todos fiz muita coisa na minha vida, muitas restrições, deixei de ir a muito lado, deixei de...a minha prioridade foi comprar uma casa digna e mais ou menos mas nunca ultrapassei os limites que não podia...

**Como é que se vê daqui a 15 anos? Está-se a preparar para daqui a 15 anos?**

Portanto, eu por vezes penso nisso! Quantos anos cá andarei!? O que é que será o que é que não será. Já fiz algumas alterações inclusive na casa de banho, para me poderem dar banho, que é a minha preocupação (sorriu). Ah e depois é o que será como é que será... mas a minha grande preocupação é eu pensar se eu faltar daqui a 15 anos os meus netos, começo a fazer as contas as idades que vão ter. Quem me dera ver!!!...Não era bem o que é que me vai acontecer a mim...está a ver?

### **Sim, sim. Olha mais para a família?**

Porque há uma coisa, eu se eu disser que vou fazer 70 anos, fico assim um bocadinho coisa... Mas eu não considero que tenho 70 anos! Acho que 70 anos é uma coisa...

### **É só um número?**

Pois, não me sinto com 70 anos.

### **Sente-se com que idade?**

Não sei, sei lá, quando comecei a ter as minhas filhas e a criá-las ...27 anos, 30 anos... Sinceramente! Quando eu penso ou que digo, tenho 69 anos, apavora-me assim um bocadinho. Ai credo, realmente!! Começo a ver aos anos que o meu pai faleceu, a minha mãe e o meu irmão.

### **Mas não se sente assim?**

Não de maneira nenhuma.

### **Se pudesse idealizar, como é que gostava de ser daqui a 15 anos?**

Daqui a 15 anos, talvez mais limitada com que sou agora, talvez não poder...

### **Mas poderá estar ou não estar, o que faz para não estar?**

Faço tudo aquilo que tenho direito agora (sorriu) e faço tudo, faço ginástica. Nem nunca fiz, porque eu no meu tempo não tinha educação física. Faço ginástica agora há uns bons anitos já, antes de vir para aqui, fazia. Como tenho problemas nas pernas e tal, fazia. Mas estas coisas todas que eu faço é precisamente para me...continuar ativa e com boa disposição. A mim o que me apavora?! Nem é bem as coisas em mim, é nos meus, porque eu estou bem e vivo com vivacidade, com alegria e bem disposta, se os meus estiverem bem. Se há alguma coisa, tenho muito medo porque perco tudo.

### **Quando era criança disse que viveu com a sua avó paterna?**

Foi quem conheci.

### **Que memória recorda do que aprendeu com ela?**

Sim, era uma senhora muito educada, com uma grande personalidade e de uma educação extrema, mas convivia muito com ela, via muitas vezes, mas nunca estive assim a tempo inteiro...

**Mas transmitiu-lhe alguns saberes que hoje ainda recorda e que transmitiu aos seus netos?**

Isso sinceramente não! Nunca assim aprendi... recorda-me bem dela. Quando a minha avó faleceu eu tinha 15 anos. Portanto já era bem crescadinha. Ensinou-me a rezar, porque eu não sou católica, sou católica, para todos os efeitos, mas não sou praticante. Sou casada, baptizada e as minhas filhas e os meus netos isso tudo, mas não sou praticante. E não sei ir à igreja e comportar-me como pessoas que praticam. A minha avó era bastante religiosa, e eu na altura quando a minha avó ficou sozinha porque criou um neto e depois o neto foi para Lourenço Marques, eu ia uns dias dormir com ela, noutros dias o meu irmão, noutros a minha irmã, para ela não estar sozinha. Então ensinou-me a jogar às cartas, assim aqueles entreténs. A minha avó quando morreu tinha 80 anos.

**Está a ver como ensinou algumas coisas?**

Sim, sim, eu avivei a memória. Ensinou-me a jogar às cartas, ensinou-me a rezar, que não podia deitar sem rezar com ela (se bem não dormia com ela, no mesmo quarto mas noutra cama). Lembro-me perfeitamente que ela tinha sempre peras secas, já agora neste tempo, era raríssimo umas peras secas e que ela tinha sempre guardadas religiosamente para a gente comer quando lá ia. Mas é assim, quando eu conheci a minha avó, já ela não fazia grandes comidas. Mas a minha avó cozinhava muito bem, mas já não fazia as refeições, uma filha é que levava as refeições. A minha mãe e assim, portanto eu não...

**E tem alguma memória de uma pessoa adulta que lhe tenha transmitido, lhe tenha dado algumas aprendizagens?**

Tive a minha madrinha, que era a irmã mais velha do meu pai, que era uma pessoa muito, pronto, cozinhava muito bem, e era uma pessoa com grandes conhecimentos, muito conversadora e aquilo tudo, e falava de tudo. Porque como digo na minha família, eu sempre fui habituada a falar de tudo, namoros ... Às vezes ia lá, ela estava a fazer as refeições e conversávamos e fazíamos o comer e ela explicávamos. Porque eu enquanto solteira vivia com a minha mãe, nunca tive necessidade de fazer comer, mas sabia porque ia vendo ela e à minha madrinha e como sou normal graças a deus (sorriu) sabia fazer! O meu marido é que pensava que eu não sabia cozinhar porque não me tinha visto cozinhar. Portanto, também aprendi assim algumas coisas com ela.

**E agora nesta fase, nesta idade, o que é que aprende com as gerações mais novas? Com os netos, nas actividades intergeracionais com a escola, na creche, o que é que aprende com a geração mais nova?**

Com os meus netos aprendo muita coisa, porque eu estou muito a quem daquilo que eles sabem. A nível do computador, até de entenderem as coisas logo à primeira, principalmente nas maquinetas, telemóveis e essas coisas todas e eu não percebo nada e eles ensinam-me isso tudo. Até em conversações, coisas da escola, que me perguntam e eu digo *oh filho tens de procurar ao teu avô, a avó já não se lembra muito bem disso*, nunca digo que não sei! (sorriu) Digo assim *oh filho tens de procurar o avô, a avó já não se lembra muito bem disso*.

De maneira que ele diz *assim oh avó anda cá* e depois eles explicam *ah se não te lembras isso, é assim*. E eu digo, *ah parece que sim*. Com as crianças quando vou à escola é um encanto!! Porque adoram, porque sou conhecida pelos miúdos todos! Quando me vêem na rua e dizem *ah a senhora é aquela que já foi à escola*, mesmo os da creche e tudo, pequeníssimos que nos conhecem, e a gente nem os conhece. Ontem tive a oportunidade de ensinar a dançar, que adorei, que tinha um estilo, era um menino de cor, que tem aquele ritmo diferente de nós, adorei, e gosto imenso.

**E o fato de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite que todas as pessoas a qualquer idade tem capacidade para aprender?**

Sim, sim.

**O fato de conviver com outras pessoas faz com que acredite que todas as pessoas a qualquer momento da idade, da vida, tem capacidade para aprender?**

Pronto, mais limitada evidentemente que eu não tenho a memória que até que tinha, que até fui uma pessoa privilegiada na memória, sempre fixei tudo e tenho muita...e se tiver calma e concentrada...

**E com o convívio entre todas as idades faz-lhe ter essa capacidade? Se só convivesse com pessoas da sua geração ou mais velhas, era igual?**

Eu faz-me muita confusão lidar com pessoas que não estão atentas às conversas! Por exemplo, a minha irmã e o meu marido, porque o meu marido, não me quero comparar a ele em nada, mas o meu marido é um bocadinho desatento. Isso a mim faz-me muita confusão! Isso irrita-me muito, e tenho logo por azar, a minha irmã, que é igual ou pior ainda.

**São distraídos quando estão a conversar?**

Exatamente, não dão uma para a caixa! A falar destrambelham tudo. E isso para mim, que eu sei tudo ao pormenor, tira-me do sério e fico louca!

**E quando é com pessoas mais novas, as suas filhas? Isso deles é feito é por causa da idade que eles são assim?**

Sempre foram assim. Com as minhas filhas, se há uma conversa que elas fogem um bocadinho do que foi dito, digo logo, vocês estão pior do que eu, eu é que sou a velha.

**Acha que conviver com as gerações mais novas faz-lhe acreditar que na velhice ainda se pode ter projectos para futuro?**

Ah, eu com essa pergunta dos projectos...Eu há uma coisa que sempre fui na minha vida, não sou pessoa do amanhã, não gosto de fazer...

**Previsões?**

Não. Vivo o dia-a-dia, mas sempre fui assim, não é agora por ser mais velha. Nunca fui de pensar, de programar, ia aqui, ia ali. Não gosto, por minha maneira de ser. Enquanto que o

meu marido tem de ser tudo bem estudado, bem programado, eu é o oposto. Na hora...bem não é na hora. Sim, amanhã!!!? Entre hoje e amanhã, não é?! Pronto eles falam tal dia, por exemplo, eu que faço as férias com a minha filha, vamos de férias, tal dia, não sei quê, vamos aqui, ou vamos ali. Eu não quero saber, não oiço nada, não ligo nenhuma. Não quero! Quero um dia ou dois, ou uma semana antes, que me digam vamos a tal sitio em tal dia. Eu dizer assim, eu tal dia ou tal mês ou daqui um ano, eu quero ir aos Açores ou ir à Madeira, não nunca foi...

### **Nunca foi assim?**

Nunca fui assim, portanto, eu ao pensar nos projectos, eu não tenho projectos.

### **Mas acredita?**

Mas acredito que há pessoas diferentes de mim e que os podem fazer e que os podem concretizar.

### **Em qualquer idade?**

Em qualquer idade e em qualquer altura.

### **Mas acredita em pequenos projectos diários?**

Sim, exactamente, por exemplo, a Dra dizer—me assim, *oh Conceição tinha ideias da gente agora na próxima semana ir aqui ou ir ali, o que é que acha, fazemos isto, fazemos aquilo?* Isso assim, sim, agora a longo prazo não!

### **Para si é importante conviver com diferentes gerações ao longo da vida?**

Sim.

### **Porquê?**

Porque gosto de ver as ideias das pessoas mais novas e das pessoas mais velhas.

### **E ajudaram-na a viver melhor?**

A eu entender como é que estou, entre os mais velhos e os mais novos (sorriu). Se eu estou bem preparada ou se já estou muito gagá, eu gosto dessa comparação.

### **E esse convívio que teve ao longo da vida, ou seja, chegou aos 70, mas antes achou sempre importante este convívio com todas as pessoas? E com todas as idades e foi envelhecendo desta forma?**

Claro, eu penso que sim, teve esta, eu considero-me que tenho uma velhice saudável! Não tenho ainda síndrome de velhice, que é o que eu digo!

### **Síndrome de velhice?**

Então não há? Então uma pessoa ter uma consulta às 8h e irem às 6h para o posto, o que é isso? Não é síndrome de velhice? Terem um horário de comerem às tantas horas, não pode faltar nem um minuto, o que é que é isso? É síndrome de velhice. Terem de se deitar às tantas...eu acho isso...eu tanto me deito à 1h como às 2h, tanto almoço...pronto por sistema tenho...

**Então a síndrome de velhice pode existir em qualquer idade?**

Exatamente...Não, é mais em mais velhos.

**Com que idade?**

Isso assim, não sei precisar.

**Tem 70 anos a senhora...**

Eu nem pensar...

**Não tem? Enganaram-se?**

Por exemplo eu comparo-me com os meus compadres, os pais do meu genro mais velho, isto não é dizer mal pronto, não vai servir porque eu não estou a dizer mal! Eles são velhíssimos, comparados comigo, aquilo!?

**São mais novos?**

Mais novos, ele é mais novo que o meu marido, a senhora também é mais nova do que eu. Olhe, ela dá-lhe a travadinha, mete-se na cama dias e dias, que lhe dói aqui, que lhe dói ali e acolá. Ele vai ao hospital para a consulta, vai às 5h da manhã e depois é que vai à consulta das 9h ou das 10h. Acha que isso não é síndrome de velhice? Eu acho que sim, quem é novo, coitado quer é dormir e estar descansado, não é estar a ir assim cedo, para os hospitais ou para as consultas.

**Na vida adulta teve actividades com outras gerações?**

Nenhumas. Só com as minhas filhas e com alguns amigos.

**Tinha amigos?**

Sáímos e isso assim. Mas eu por exemplo, eu sempre acolhi os amigos das minhas filhas em casa. Sempre preferi que as minhas filhas estudassem, fizessem o que tinham a fazer de trabalhos e assim em casa, fazer-lhes lanches, fazer até almoços, se for preciso, do que as ver ir (sorriso envergonhado)

**Preferia receber?**

Então eu dizia logo, abria-me toda que podiam vir que eu fazia o almoço ou o lanche, não sei o quê, não sei que mais! Por isso fui apreciando também.

**E sempre fez com que convivesse com os jovens?**

Sim, sim.

**Acompanhou as gerações?**

Eu conheço praticamente os amigos das minhas filhas e todos me conhecem a mim.

**Acha que as actividades intergeracionais nesta idade trazem benefícios?**

Si, sim.

**Para quem é que traz benefícios?**

Para eles acho que traz porque ganham certos conhecimentos, por vezes fala-se de coisas que para eles é impensável saberem e que a gente lhes explica ou que lhe diz e é importante. Mas para nós também é muito bom porque estamos a entrar no mundo deles que já é um pouco diferente do nosso.

**É uma nova experiência?**

E até o recentemente e até o antigamente. Porque há coisas que a Dra viveu e as minhas filhas viveram que eu nunca vivi. Só as conheço e posso falar delas mas só por me serem ditas.

**Não as viveu?**

Não as vivi, que é totalmente diferente, por isso eu acho que é muito importante.

**Neste momento, agora se tivesse que escolher uma geração para conviver, qual escolheria?**

As da minha idade, certas pessoas, não são todas, dizem-me mais porque estou mais à vontade, falo mais a minha linguagem. Mas também gosto muito dos jovens, e não sei muito bem qual é que escolheria, percebe?!

**Dependia do quê?**

Dos assuntos e do contexto.

**E da actividade?**

E da actividade. Se calhar se fosse alguma por conveniência como os mais jovens ajudavam, era capaz de os escolher a eles. (sorriu)

**Onde é acha que deve surgir o convívio intergeracional? Só na família, só na rua, na sociedade, na comunidade, só nos centros de dia, nos lares? Onde? Ou em todos os lados?**

Eu acho que, em regra geral, em todos os lados.

**O convívio entre todas as gerações faz com que se sinta mais útil?**

Sim, em princípio sim. Penso que posso, estou ali inserida naquele grupo mais novo e que também estão a olhar para mim ou eu estou a dizer qualquer coisa útil.

**E quando é que se sente mais útil, na sua vida?**

Talvez quando tomo conta dos meus netos (sorriso envergonhado) Pode ser pretensão minha mas é quando eu sinto-me bastante útil para a minha filha e para eles. Gosto de...e talvez pelo carinho deles por mim ser tanto que me sinto muito bem e que acho que eles me compensam e que me reconhecem como uma pessoa querida que eles têm.

**É bom, não é?**

É muito bom, ouvir o meu neto *oh vó ainda não tinha reparado, estás tão linda!* É a única pessoa que me diz isso.

**Programa encontros com os seus amigos das actividades fora daqui?**

Sinceramente nunca.

**Só incentivado pelo Centro?**

Exatamente, pois. Não portanto, já tenho ido ver certos concertos do Sr Lemos, que não tem nada a ver aqui com o centro.

**Então já marcou?**

Pois já tenho marcado assim. Outro dia saímos da missa cantada e fomos petiscar com a D. Francisca e a D. Cordália. Se eu tiver oportunidade de alguma coisa, não havendo aqui, fora também alinho e também gosto.

**Existe alguma função dentro da família que é só feita por si?**

(Silencio )Há coisas por exemplo se eu tiver de cuidar da roupa da minha filha que às vezes acontece, sou eu que faço, não é?

**Agora imaginemos que estão vocês em casa há alguma coisa que é só a senhora que faz?  
É só sua função?**

Não. Porque o meu marido não deixa isso, é preciso, levanta-se e vai buscar e não há nada que diga que estejam à espera que seja eu. Evidentemente quando as minhas filhas estão à mesa levanto-me eu, levanta-se o meu marido, mas elas também se levantam, mas eu faço questão, de lhes dizer para estar descansadas, que há tempo. Eu digo para a minha Elisabete, *lá em casa já tens tempo de te levantar e não sei o quê*, mas assim, obrigatoriamente que seja só eu não. São todos voluntários e tudo. O meu marido é uma pessoa altamente independente, sabe onde estão as coisas vai buscar.

**É voluntária em algum sítio?**

Não, mas é uma coisa que gostaria de ser. Gostaria de ser é como quem diz, ao longo destes anos de vida gostava de ir assim para um hospital ajudar, dar alimentos, não cá coisas que me perturbassem, mas gostava!

**Porque é que ainda não o fez?**

Olhe porque, portanto, enquanto tive a minha vida das minhas filhas e ssim, eu tinha pouco tempo, nunca o fiz. E agora como eu tive tanto tempo só, sem o meu marido, para eu ir, tenho que o deixar, que ele pronto, também não programamos, nem sei se estava disposto a isso...E acho que tenho de aproveitar tudo para estarmos sempre juntos. Porque eu gosto, gostamos de estar juntos.

**Juntos?**

Sempre.

**A sua família recorre a si para resolver problemas?**

Sim, sim.

**Grandes decisões?**

Sim, as minhas filhas tudo o que fazem.

**E os netos?**

E os netos também. E eu não faço nada em casa, uma obra ou compra ou isso que não consulte as minhas filhas. Assim por exemplo, mudei os meus estores de casa, pus térmico e estavam a ficar velhos, nós não fizemos sem...Não foi pedir autorização...

**Sim, sim.**

Partilhar o que é que acham, vou pagar x, acham que mudaríamos os estores, e tal. E elas responderam *Claro então o que estás à espera?* E eu respondi *Olhe que gaste o dinheiro todo, um dia que eu morra não deixo cá nada.* Às vezes digo assim a brincar. Elas perguntam-me se o dinheiro não é meu. Eu digo que é, mas...E elas dizem para eu fazer o que me der prazer e o que eu quiser e que não tenho de estar com essas conversas. Às vezes até ficam assim milindradas de eu ter este comportamento. Mas não faço nada sem também lhes dizer.

**Sente-se uma peça importante na sua família?**

Sim, sim, tenho medo de faltar e pena de...

**Não ser eterna?**

Eterna!? Não queria ser eterna! Mas penso que elas vão sentir muito a minha falta. Não é por nada, nem monetário, nem...pelo sentimento, pela presença, pelo aconselhamento...Portanto, e a minha filha está na mesma, não faz nada nem com os filhos e tudo sem dizer ao pai. Sem perguntar a opinião do pai onde deve matricular os filhos.

**Os seus avós ou os seus pais foram membros de algum clube recreativo na altura?**

(Olhar de recordar) Que eu me recorde assim acho que não.

**Nem pertenceram à Junta de Freguesia?**

Penso que não.

**Ou a um sindicato?**

Não, penso que não.

**Mas tem memória ou conviveu com algum adulto que tenha contribuído para a mudança social do bairro ou que tenha lutado pela igualdade de direitos? Ou que tenha tido essa posição sempre na vida? Que a senhora tivesse assistido?**

Ah sabe que no meu tempo as pessoas era muito difícil tomarem posições quer fosse do que fosse, não é? A pessoa não podia definir nem podia...

**Mas em casa?**

O meu pai foi sempre uma pessoa altamente pela igualdade e pelo bem estar de todos, era uma pessoa muito humana, muito...tanto se dava com uma pessoa grande importância como de pequena...ele chegava ... Às vezes os amigos estavam reunidos, aparecia um pobre a pedir esmola e às vezes com o ranho no nariz e o meu pai tirava o lenço e assoava-os, porque a pessoa estava suja e tal que...Eu dizia assim, quando era miúda *Oh pai e agora o lenço?* E ele respondia *Oh filha agora isto leva-se não tem problema nenhum.* Sempre foi uma pessoa bastante humana assim. Mas agora pertencer ou fazer assim. Ah ! Ele participava nos eventos, nas marchas, o meu pai fazia os versos para as marchas, para cantar e isso assim, a nível...

**Então ele participava na comunidade para as marchas, confeccionava...**

Sim, exactamente ajudava a fazer os arcos.

**E a senhora sempre assistiu?**

Convivi de miúda. Sempre assisti.

**Ia com ele?**

Sim. E aquilo com os meus pais, era quase como eu e com o meu marido. A minha mãe era 24h sobre 24h com o meu pai, portanto aquilo era tudo feito em conjunto. O meu pai mascarava-se, a minha mãe também se mascarava. Só que o meu pai, por exemplo, mascarava-se de noivo e havia uma noiva, a minha mãe ia servir de madrinha ou outra coisa. E eu e a minha irmã, nós andávamos naquela brincadeira também.

**Sempre assistiu a toda essa participação que eles tiveram?**

Sim, sim. E havia as marchas, que era a Marcha do Beato, que o meu pai é que era o ensaiador, andava lá com aqueles arcos e balões. Fazia as marchas e tudo, as letras, pronto!

**E a senhora, preocupou-se em fazer algo pelos jovens do seu bairro, em alguma fase?**

Não, nunca fiz assim nada.

**Envolvia-se em qualquer actividade um grupo, tinha algum grupo?**

Não, lá no meu bairro as coisas começaram a...Eu morei no Beato como já disse, as pessoas começaram a envelhecer e a deixar certas coisas e os novos, não continuaram, e portanto eu poucas actividades ou nenhuma... E também há uma coisa, eu sempre desde miúda, que até é vergonha eu dizer, sempre só gostei de...não gostava de brincar, não brincava, só queria limpar a casa, arrumar as coisas, porque a minha mãe tinha a vida muito ocupada. Tinha o estabelecimento, ia ao mercado comprar as coisas para vender, não é como agora que se encomenda. Ia ao mercado comprar as coisas, saía de manhã muito cedo e aquilo tudo...E eu sempre fui o braço direito da casa, a fazer as coisas e assim...Enquanto a minha irmã andava sempre a brincar, eu não, queria sempre fazer as coisas de casa e aquilo tudo. Por isso poucas actividades assim eu tive.

**E quando trabalhava, teve 15 anos a trabalhar, quando trabalhava foi membro de algum grupo de trabalhadores que defendia os direitos?**

Não.

**Mas nunca teve necessidade de responder ou de falar quando sentiu alguma injustiça?**

Ai sim, sim! Que eu sempre fui muito frontal e sem medo de falar. Mas no tempo em que eu trabalhava também não havia assim grupos, nem grandes...

**Sim, mas existia, não se chamavam sindicatos.**

Exatamente, nós também tínhamos, eu nunca fiz parte disso, mas se havia algum direito que eu achava que era...ia falar com aquela pessoa e explicava-lhe o que era e o que realmente era necessário fazer, porque eu sou assim “pica pica” até fazer sangue, enquanto não vejo o meu...o que quero resolver também sou assim um bocadinho...

**É até resolver a situação?**

É ,é.

**Nesta fase, nesta idade, tem uma posição mobilizadora e ativa em relação a aspectos importantes para a comunidade onde está inserida? Ou seja, a comunidade ou local ou o grupo onde está inserido ou no bairro com os vizinhos no prédio. Acha que mobiliza? Tem uma posição ativa face ao bem-estar da comunidade?**

Mobilizar, não sei se mobilizo, mas que eu fico calada!?! Não fico. Eu ontem estava muito triste, muito chorosa, mas tive de dar o meu apoio sobre o que se passou no Sábado, percebe? Agora eu acho que as pessoas que ouviram estiveram de acordo e ninguém disse o contrário. Mas assim, fazer movimentos, mobilizar pessoas, isso assim, não é muito o meu hábito. Mas se eu vejo, uma coisa não deve ser assim, digo e sem medo, sem ser com segredos, nem nada.

Digo na frente da pessoa. Peço desculpa, digo que não me leve a mal, nem me interprete mal, mas eu acho assim, assim o que foi. Mas agora assim.

**Então nunca foi responsável por uma organização social que tivesse mudado algo no Bairro?**

Não.

**Mas consegue votar, dar opinião, é participativa? Sempre foi?**

Sim, e se vejo alguma coisa que está mal... Por exemplo, o porteiro de lá, querem mandá-lo embora, e eu já disse à minha irmã, nem que eu tenha de andar de porta em porta para me assinarem em como aquela pessoa que querem meter eu não quero, porque mexeu em dinheiros etc! Nem que eu tenha de andar de porta em porta, a pedir assinaturas, faço de boa vontade...

**Isso é um bem para a comunidade!**

E sou capaz de fazer percebe, agora assim, meter-me em grandes coisas, movimentos não.

**É membro de algum órgão social da Associação?**

Não.

**É sócia?**

Sou sócia aqui do Bar.

**Da intergeracional?**

Exato.

**Do Grupo In?**

Sim, exactamente, só.

**Das actividades intergeracionais que participa, está sempre envolvida na programação, na execução, na avaliação, pensa em conjunto o que se vai fazer? Faz e depois avalia o que correu bem, e o que não correu bem? Em tudo o que faz, incluindo as intergeracionais, envolve-se?**

Agora, deram-me, incumbiram-me de representar o grupo Cante e Dance, evidentemente que eu até aqui já refileva e já falava e já me manifestava e agora talvez tenha um bocadinho de preocupação de ver o que está bem, o que está mal, para depois eu por a minha ideia.

**Na reunião do grupo de gestão? Está sempre envolvida em todo o processo de pensar o que se vai fazer, dá opinião?**

Sim, eu dou sempre a minha opinião.

**Envolve-se a fazer?**

Tudo o que me for solicitado. Não por minha iniciativa, fazia-se isto fazia-se aquilo, mas se me solicitarem...

**Então vamos pensar assim, temos esta actividade, o que é que vamos fazer, a senhora participa na opinião do que se vai fazer?**

Sim.

**Depois fica programado o que se vai fazer e faz? É proactiva ou precisa que lhe mandem fazer o que ficou programado?**

Não, não! Se eu disser que faço seja o que for, como já fizemos as saias, as coisas para as marchas, aquelas todas as actividades. Eu não preciso, se me comprometo eu venho e faço, às vezes há coisas que eu não sei executar, tenho de pedir ajuda, mas de contrário, faço sempre e colaboro.

**E depois as actividades na avaliação dá a sua opinião?**

Sim, sim.

**Tem uma atitude de dar uma opinião?**

Sim, sim.

**Acha que isso é importante?**

Acho que sim, mas que nem todas as pessoas recebem bem. Por isso, na minha opinião em todas as actividades que a gente participa que havia de haver uma pessoa responsável pela actividade. Suponhamos agora a dança, falamos da dança, quem é responsável é a Gina. Eu acho importante, embora não fazemos o que temos a fazer e não precisamos que nos mandem, mas uma pessoa estar na actividade que estamos a fazer porque se houver uma coisa que cai mal... Se for a Dra a dizer ou a Gina ou até a Marta ou até qualquer empregada daqui, diga assim não pode fazer...

**Está a falar do grupo das pessoas que participam também?**

Tem que haver controlo, tem de haver regras, estou a falar do Canto... Portanto, se não houver regras numa coisa, não quer dizer que agente queira fazer um grande figurão e tudo, mas se não houver regras, se for tudo à balda, passa a não ter credibilidade, aquilo que a gente está a fazer, não é?! Se for eu a chamar uma senhora atenção, por vezes sou mal interpretada, tenho a mania que mando, tenho a mania de ser mais que as outras, tenho a mania que é mais esperta, que é mais importante, mas se for um elemento do centro que diga, a pessoa acata de outra maneira. E o convívio entre nós todas é muito melhor porque eu estar a chamar atenção de A de B ou de C, só vai gerar conflitos e ficar a pessoa sobre má impressão da outra que a chamou atenção. O que por vezes nem é por mal. E que eu sou um bocadinho autoritária, eu quando falo a alguém digo assim, *desculpe, não leve a mal, mas não há-de ser assim, faça assim, ou ponha-se ali*. Mas que isso por acaso eu tenho sorte, nunca se manifesta à minha

frente não é, mas já tenho visto atitudes muito tristes “tens a mania que mandas” “lá está você a embirrar comigo” é estas coisas assim que me...

### **É a sua geração a fazer isso não é?**

A nossa geração.

### **O que é que a fez ser como é nesta idade? O que é que faz ser assim?**

Olhe, vou- lhe responder! Não sei se a infância que eu tive, que foi muito feliz, com os meus pais e ter uma infância muito boa. Ao longo da minha vida fui muito feliz com o casamento, com o marido que arranjei, tive a sorte de ter as minhas filhas espectaculares, que nunca tive problemas e nunca tive nada, foram aquilo que quiseram, namoraram quem quiseram, casaram quem quiseram, eu goste ou não goste, felizmente gosto, mas corre tudo às mil maravilhas. Eu também penso como mãe, também sei comportar-me no meu lugar, telefono às minhas filhas, não lhes pergunto onde estão, não isso não me interessa. Só quero saber se está tudo bem. E toda essa vivência que eu tive e isso tudo e que não sou muito exigente penso eu, e isso dá-me uma alegria muito grande de viver e gosto de viver! E sou muito feliz!

### **Quem é que lhe ensinou a ser assim?**

Ah, talvez o meu pai. A minha mãe era uma pessoa excepcional mas talvez um bocadinho mais dorida, não sei porquê!? Não era tão, tão...Era feliz,que ela adorava o meu pai. Nunca tratou mal nem pensar, nem nada disso se põe, mas não era uma pessoa tão...não era tão de ligar mais às coisas...

### **Mais fria?**

Não, não, não era fria, que a minha mãe era uma amorosa, nem eu sei definir bem. Era uma pessoa que eu adorava! Já morreu, já morreu o meu pai, o meu irmão. Foi a pessoa que mais me marcou e deu pena, foi a minha mãe isso, eu não estou...

Mas o meu pai era uma pessoa muito positiva, muito bem disposta, muito passiva, muito diferente. A minha mãe já não era tão bem disposta, já era mais impulsiva, mas aquilo era só de boca, o coração era doce percebe? E talvez no conjunto deles os dois, tenha sido esta prenda que eu sou. (grande sorriso)

## **Anexo XII**

Entrevista nº 8

Orquídea, tem 85 anos, a 4ª classe, é natural de Portimão, foi doméstica. Atualmente vive sozinha, mas o marido tinha a 4ª classe com admissão no liceu e era maquinista de guindaste do Porto Lisboa. Teve dois filhos, a filha que já faleceu era licenciada em economia e o filho tem o 3º da universidade da área de finanças. Tem quatro netos, uma é licenciada em

jornalismo, outro é licenciado em Marketing. Os outros dois têm o 3º ano da universidade, um em engenharia e outra em gestão. Tem uma bisneta. A mãe tinha a 3ª classe era cozinheira e costureira. Nunca viveu com o pai, que era cabo do mar, apesar de o conhecer. Viveu com a avó materna que era analfabeta e doméstica. Viveu em Faro até aos 21 anos. Veio para casa das tias paternas em Lisboa tinha 20 anos. Casou aos 21 anos e voltou para Faro. Foi mãe pela primeira vez aos 21 anos. Vive há 30 anos no Bairro.

Nasci em Portimão, mas fui morar para Faro, ainda não tinha um ano. A minha mãe é que trabalhava, porque eu não! À frente é que conheci, porque eu não fui criada com pai, a minha mãe é que trabalhava e uma avó, que deixou a casa dela para vir para o pé de mim para me criar e fui criada...Tinha para aí...andei na escola até à 4ª classe, fiz o exame tinha 10 anos, fui aprender costura.

### **Aprender costura?**

Sim, aprender costura. E aprendi, mas nunca, só tinha aí 17 anos, ou coisa assim, como tinha ainda uma roupinha, mas não foi para ganhar muito.

### **Entretia-se na costura?**

Sim, foi sempre costura.

### **E em casa?**

Sim, sim,sim. Mas ainda andei aprender a bordar.

### **E depois veio com que idade?**

Espera aí, depois entretanto casei, vim a Lisboa passear.

### **Com que idade casou?**

21, fiz em Agosto e em Janeiro casei. Vim cá passear nessa altura para a família do meu pai esta a perceber? E depois quando vim passear conheci um rapaz e casei! Conheci-o em Julho e em Janeiro, casei!

Mas nunca trabalhei para fora por isto, ainda comecei a trabalhar, mas depois entendi, com o feitio do meu marido, não merecia a pena eu estar a trabalhar, porque ele tinha um feitio muito esquisito. O que ele ganhava dava muito bem para sustentar a casa e para todos, para os gastos da casa. Entretanto...Quer mais? Vou seguir (sorrisos)

### **Sim, sim Primavera. Entretanto veio para Lisboa com 21, sempre viveu em Lisboa?**

Eu vim em Julho para Lisboa ainda com 20, fiz 21 em Agosto.

### **E depois sempre viveu cá em Lisboa?**

Sim, sim.

### **Nunca foi para fora? Nem o marido nem nada?**

Não.

**O seu marido sempre trabalhou e viveu consigo, nunca foi trabalhar para fora?**

Não, não, nunca trabalhou fora. Entretanto, ao fim de 11 meses tive um filho! Não, não, 9 meses, o parto é 9 meses! Não, não, casei em Janeiro e em Outubro nasceu ele. Portanto, é os 9 meses.

**Engravidou logo?**

Logo.

**E lembra-se dos seus avós?**

A,i houve uma avó minha da parte da minha mãe que foi quem me criou, porque a minha mãe estava a trabalhar.

**E que escolaridade ela tinha?**

Não. Até a minha mãe só tinha a 3ª classe, mas foi cozinheira do hospital e teve que fazer a 3ª classe para estar lá a trabalhar.

**A sua mãe?**

Sim, a minha mãe.

**E a sua avó?**

A minha avó não deveria ter nada, naquele tempo...

**E o seu pai?**

O meu pai deveria ter a 4ª classe, porque eu não tive essas perguntas com ele, mas era uma pessoa muito inteligente.Na família do meu pai havia pessoas muito inteligentes e muito...Senhora!

**E que profissão tinha?**

Ele...chamava-se, agora não me lembra! Ele era Cabo do Mar, daqueles estão orientar...

**Era marinheiro? Trabalhava na marinha?**

Sim, devia ser. Não sei se isso se chama na marinha. Era Cabo do mar, em Lagos.

**Ao longo do dia, faz que atividades?**

Oh, Sara! Olha, já sabe que nunca fiquei parada. Quer dizer, quando atingi uma certa idade, não é? Ainda era casada, comecei a vir para aqui para a loja 31.

**Pertence ao Centro é isso?**

Sim. A loja 31, foi onde eu comecei.

**Tinha que idade quando começou?**

Tinha para aí uns 50 e picos, 51 ou 52.

**Fazia que actividades quando começou a pertencer?**

Nessa altura não fazíamos assim quase actividades nenhuma.

**Era só o quê?**

Era só um grupo que à tarde se juntava, lanchávamos e depois cada uma ia para sua casa. Com o tempo é que foi evoluindo. Aprendi vitral, aprendi porcelana (silencio)

**E depois?**

Ah! E depois não estava parada, quando era preciso, jogava a mão a qualquer coisa!

**Era colaboradora?**

Fazia bolos, ia para a cozinha e gostava sempre de ajudar, nunca gostei de ficar parada.

**Nunca? Desde sempre, apesar de ter trabalhado em casa, na lida da casa, ou nem isso porque tinha empregada?**

Não, nunca tive empregada.

**Além disso, depois aos 50, começou nas actividades da comunidade?**

Sim, sim.

**E agora com esta idade quais são as actividades que faz?**

O que posso.

**Diga-me o quê?**

Olhe, lavo a loiça, os copos e as chávenas.

**Aonde?**

No Centro.

Onde lava a loiça é do Centro ?

Sim.

**Aonde?**

No Bar.

**E o Bar é o quê?**

O Bar é uma Associação.

**E a Associação é nova?**

É tudo voluntário.

**E só é para pessoas mais velhas ou é intergeracional?**

É intergeracional porque há pessoas muito mais novas do que eu.

**E para além dessa actividade participa em mais quê?**

Ia muito para a piscina, agora não. Ia muito para a piscina. Sempre, sempre frequentei muito desporto. Sempre fui muito de desporto. Muito piscina!

**E agora faz piscina?**

Agora não, infelizmente não.

**Há quanto tempo não faz piscina?**

Desde que aconteceu isto aos olhos.

**Um ano, dois anos?**

Três anos. E fazia sempre ginástica.

**E agora, o que é que faz?**

Era muito, quando era nova, ia muito no desporto, e não só do centro, pela Junta ia muito à festa do desporto e isso tudo, sempre fui. Ia às corridas da avozinha, e dos netos e isso tudo. Sempre fui muito...do desporto!

**E agora apoia, é colaboradora da Associação Intergeracional?**

Sim, sim.

**E também faz parte dos órgãos sociais ou é sócia?**

Sou sócia voluntária. Sou sócia.

**E o que faz mais para além dessas actividades?**

Ai, já convivi com mais jovens, aqui...bem o posso fazer dentro das minhas possibilidades, qualquer coisa, que tenha que ir aqui ou que tenha que ir ali, mal ou bem lá vou.

**E actividades promovidas pelo...**

Não fazia o Tai Chi, mas deixei disso.

**Deixou há quanto tempo?**

Porque não vejo nada, como não vejo bem, nem oiço bem.

**Já tem ali uma grande tarefa. E em casa, que mais tarefas desempenha? É autónoma?**

Um bocado.

**Ainda se veste?**

Sim, ainda me visto. Ao Sábado e ao Domingo ainda faço alguma coisinha que me apeteça. Ah entretanto, à semana, vou comer ao refeitório do centro. E ao sábado e ao Domingo ainda faço alguma coisinha, mal ou bem, que não seja muito complicado.

**Mas ainda toma banho sozinha?**

Sim,sim, sim. Agora tenho uma pessoa para me limpar a casa. Uma senhora que apoia a limpar a casa.

**Sente que houve alguma mudança nestes 10 anos, ao nível de fazer e participar nas atividades? Sentiu algumas mudanças?**

Eu senti por causa da dificuldade da vista, porque eu, como fui sempre uma senhora muito dona do meu nariz. Isto é mesmo assim, não é, nunca...sou um bocado orgulhosa não é, ou sempre fiz de tudo, então agora custa-me muito...

**Só desde que tem este problema da visão?**

Sim, só da visão mais nada.

**Que me disse há 3 anos. Considera que tem mais amigos hoje ou no passado?**

Eu nunca fui pessoa que tivesse muitos contactos, como eu gosto de estar isolada, eu sou um bocadinho isolada sou!

**Então, mas se tivesse de desabafar com alguém, tem alguém especial, que desabafa?**

Não.

**Não?**

Não.

**Então nunca desabafa?**

Calhando posso desabafar com aquele, depende...mas assim...

**Não é tudo, é isso?**

Pois, mas em todo o caso, não tenho assim ninguém para desabafar, sou muito para dentro, sou muito fechada.

**Mas sempre foi assim?**

Sim, sempre fui assim muito fechada.

**Muito?**

Muito.

**Então é maneira de ser?**

É.

**Mas nunca ficou fechada em casa? Gosta de conviver com pessoas?**

Gosto, mas no tempo do meu marido, não convivia muito.

**Não?**

Não.

**Começou a conviver quando?**

Depois disso.

**Quando? Com que idade?**

Com as idades iam passando, quando os meus filhos começaram a crescer, eles começaram a ir para a escola e ia dar uma voltinha até ao jardim da Estrela. Ou aqui ou ali, aí é que eu comecei a desenvolver mais. Íamos para o cinema, a mostrar a caderneta, porque nessa altura só iam aos 6 anos. Foi nesta vida que comecei. Mas o meu marido era uma pessoa que nunca, nunca... Também é muito fechado sempre.

**Mas então nesta idade, tem os amigos que tinha é isso? Os mesmos amigos, ou seja, as mesmas pessoas. Ou seja, quando os miúdos começaram a ir para a escola começou a lidar com outras pessoas, aqui nesta idade?**

Não sei, não sou uma pessoa, apesar de ter família, nem sou uma pessoa...Primeiro é isso, é que eu não gosto de ir fazer visitas, nem para a família vou, nem para casa da família vou.

**Mas gosta de passear?**

Gosto, isso gosto! Mas custa muito, às vezes estou em casa, mas não sou capaz de telefonar para a minha neta, olha quero ir dar uma voltinha ou qualquer coisa, não nada disso, sou muito fechada como digo.

**E a relação com a sua família é boa?**

É . Todos gostam muito de mim.

**Sente-se amada?**

Todos gostam muito de mim.

**Sente-se amada?**

Sim.

**Sente?**

Sim, mas cada qual no seu feitio, cada um está na sua casa.

**Eles são todos muito assim?**

Eu posso precisar, mas não estão a telefonar a toda a hora, a todo o instante, porque preciso disto ou preciso daquilo. Só em último caso.

**Então, mas entra em contato com eles, de vez em quando?**

Entram, telefonam-me sempre.

**E fazem programas em família, em que estejam todas as idades?**

Não, não. Quando há anos ou dias passagem de ano...passagem de ano não, mas natal, páscoa e anos, isso é que convidam. Têm de me vir buscar a casa.

**E a senhora também os convida?**

Não, agora não. Nunca mais convidei ninguém. Não posso fazer nada. Porque eu fui sempre uma pessoa...No tempo do meu marido, dávamos almoço, fazíamos almoço, até para o filho, até para a nora e para os netos que eram pequenos nessa altura, iam almoçar todos juntos à minha casa. Sim! Mas depois foram crescendo, cada um a estudar e eles foram crescendo e então cada um foi-se separando, mas era assim, eramos muito chegados mesmo.

**A senhora recebe a sua pensão ou reforma, não é?**

Eu não tenho pensão nem reforma. Recebo a do meu marido.

**Então não sabe o que é ir para a reforma?**

Não. Do trabalho não.

**Mas quando chegou os 65 anos, que dizem que é a idade da reforma, mesmo não recebendo, sentiu alguma coisa?**

Senti, porque eu peguei nas minhas perninhas e fui à caixa porque ouvia dizer que quando chegássemos a certa idade tínhamos possibilidades de nos darem um “x” mesmo pouco...E eu fui lá e elas responderam-me “*não pode porque o seu marido ganha o suficiente para alimentar vocês, a casa*” Então era a pensão dele. Era, era o ordenado dele que era escapatório e que dava para a casa. Foi isso que me responderam lá. De maneira a que nunca tive, nunca ganhei nada.

**Neste momento tem poder para decidir tudo sobre a sua vida? As compras maiores e as viagens?**

As compras maiores e as viagens...Pera aí agora entretanto arranjei um voluntário ...

**E agora quer falar do voluntário para me dizer que ele é que faz as compras?**

Às vezes, porque tem ordem do meu filho.

### **Mas quem é que decide?**

O meu filho deu-lhe ordem que fosse ao frigorífico e como vai lá a casa, às vezes, se visse que eu tinha falta disto ou daquilo, que não me faltasse com coisa nenhuma.

### **Mas a senhora é que decide se quer bolacha de chocolate ou bolacha de baunilha ou não?**

Sim, sim. Outra coisa, eu vou receber o dinheiro, vou com ele e ele dá-me uma satisfação de quanto tenho e quanto não tenho e quanto devo levantar e isso tudo.

### **Ajuda-a?**

Ajuda-me no sentido, eu não peço opinião a ele, eu entendo que preciso daquilo, mas ele vê se lá há e não há!

### **Mas a senhora sente que tem poder para decidir?**

Tenho poder para decidir, mas infelizmente como tenho este problema na vista, tenho de pedir opinião às vezes. Está a perceber?

### **Porque não vê bem, sente-se um bocadinho dependente é isso?**

Sim, pois era isso que eu ia dizer.

### **Mas acha que há 10 anos atrás sentia isso? Era livre para poder decidir?**

Há 10 anos atrás quando ele morreu fiquei livre.

### **Quando ele morreu ficou livre!?**

No tempo dele, ele é que decidia as coisas todas, ele é que comprava as coisas todas, ele é que organizava o ordenado, nunca me deu o ordenado para a minha mão e nunca utilizava todo. O que eu precisasse não me faltava nada, nem para os filhos. Os filhos nunca trabalharam sequer!

### **Então sentiu mais independente quando ele faleceu?**

Quando ele faleceu senti-me mais independente, no sentido, mas senti-me mais oprimida porque o ordenado já era menos. Pronto! Está a perceber?

### **Sim, percebi.**

Porque ele ganhava razoável. Eu costumo dizer assim, olhe “eu nasci pobre, depois fui remediada e agora sou pobre outra vez”.

### **Quando é que a senhora olhou para si, olhou no espelho e pensou que estava a envelhecer? Quando é que isso aconteceu?**

Ah, nunca pensei nisso!

**Nunca sentiu isso também?**

Não. Tem é se ter saúde.

**Nunca pensou?**

Não.

**Então neste momento que idade é que tem?**

84.

**Mas acha que tem essa idade?**

Tenho.

**Sente que tem essa idade? Sente de espirito com 84?**

Não de espirito, mas por exemplo, se me sento no sofá, já me custa a levantar.

**Fisicamente sente que tem 84 anos e do espirito?**

Não isso sou, isso tenho...

**Tem que idade com o espirito?**

Talvez para aí uns 60, ou coisa assim...Sinto-me muito jovem!

**Sente-se livre na sua idade?**

Não porque eu sou muito pessimista.

**Então não se sente livre por ser pessimista?**

No sentido de precisar de auxilio de alguém.

**Pronto, por causa da dependência que está começar a entrar, mas sente-se livre se não tivesse essa pequena limitação?**

Sou, sou.

**Alguém influencia as suas escolhas?**

Não, não, não, ninguém.

**Ninguém?**

Ninguém.

**Acha que tem qualidade de vida?**

Acho que sim.

### **O que é para si qualidade de vida?**

Eu costumo dizer que o ordenado não é muito grande, mas vai dando. Eu também não ambiciono mais nada, não ambiciono muito, apesar de jogar no euromilhões, não me sinto grande. Naturalmente não era para mim, era para dar a quem precisasse, a alguém que me rodeiam.

### **E o que é para si ter qualidade de vida nesta idade?**

É ter saúde. O melhor é saúde. É sem comparação. Que eu também tenho as minhas crises Sara. Pois porque tenho algumas doenças para além destas. Sim, ainda há duas noites faltou-me o ar.

### **É asma?**

Pois.

Olhe, foi na 6ª feira, como o tempo estava muito quente eu senti muito aflita que eu até quis lá uma pessoa lá para dormir comigo, na casa. Mas falei com o senhor Fernando para ver a opinião dele, porque eu realmente não gosto de ninguém dentro da minha casa.

**Pois. É bom aqueles projectos universitários. Se houvesse alguma amigo da sua filha que quisesse e precisasse de dormir. Mas era, tinha de meter uma pessoa lá dentro, está a perceber?**

Pois é, eu até disse ao meu filho, para levar o número, e levou, o telefone da Rosário, mas ainda não foi preciso. Ou da senhora do Bico, que tenho ouvido dizer que aquelas irmãs, não são da escravidade, mas estão metidas na igreja, às vezes vão dormir a casa das pessoas que necessitam, só se fosse uma pessoa dessas. Que fosse só para dormir, que entrasse à meia noite e saísse às 8h ou 9h da manhã.

### **Ligada à igreja?**

Sim, uma coisa assim. Ele até levou o número de telefone da Rosário para isso, mas por enquanto ainda não foi preciso. Eu tenho muito medo das noites.

### **Tem medo das noites?**

Tenho, tenho muito medo!

### **Sempre teve medo das noites?**

Não. Eu não tenho medo dos ladrões.

### **Tem medo é da noite?**

Tenho medo é da respiração. Tenho medo do que é que possa vir acontecer.

Não tenho medo das noites, nunca tive. Não, ainda esta noite só fechei a porta no trinco.

**Tem cuidado com alimentação?**

Sim.

**Acha que tem uma alimentação saudável?**

Eu acho que sim.

**Quais são os alimentos que escolhe diariamente?**

Eu não escolhe assim nada, eu como de tudo um pouco. Eu nunca comi enchidos, nunca comi chispe, nunca comi nada dessas coisas.

**Então acha que tem, que escolhe sempre ter uma alimentação saudável?**

Sim, nunca abusei muito nem de comidas, nem de bebidas.

**E tem possibilidades financeiras para tratar de si? E da sua saúde?**

(silencio) Eu não tenho muitas é isso o meu problema.

**Já alguma vez lhe faltou dinheiro para ir ao médico?**

Não.

**Pronto, se calhar a senhora gostava de ter mais dinheiro para tratar mais de si?**

Não.

**Não? Nunca foi preciso, é isso?**

Não, quando precisei do dentista, tinha seguro, fui ao dentista. Também só paguei 14€. Quando me apareceu aquela mancha na vista, fui ao Dra também.

**Através do seguro?**

Da ordem 3ª, era mesmo Dr Diamantino e fui, mas também porque foi pouco. Se for preciso, tenho aqui, pago.

**E de viajar, também nunca teve problemas?**

Ai não, eu não tenho ambição para viajar.

**Mas antes?**

Ah, sempre viajei. Mas viagens mesmo que seja de um dia. Sempre fui a muitos passeios, fui aos Açores, fui à Madeira, fui a Paris. E sempre fui uma pessoa...

**Foi com o seu marido?**

Olhe, a Paris, a primeira vez que fui a Paris fui sozinha com o meu filho, porque ele não quis ir.

**Então deixava-a ir sozinha?**

Sozinha. Quando mais tarde fui ele disse ai também vou, também vou, já foi comigo. Agora à Madeira e aos Açores, tenho a impressão que ele ainda era vivo, já fui na escola onde andava nas pinturas e também com as professoras da Eça de Queirós.

**Como é que acha que a comunidade olha para si?**

Normal. Não me sinto inferiorizada.

**Mas como é que acha que ela olha para si, nesta fase? Nunca lhe dão comentários, ai a Primavera? Positivo ou negativo?**

Quando vejo pessoas conhecidas, ainda ontem telefonou uma amiga que mora em Queluz. Aos anos, às vezes, está muito tempo sem me telefonar e disse “*Primavera estás boa?*” “Só ela é que me telefona porque eu por causa da vista. E toda a gente me diz que estou boa. Não me sinto inferiorizada de nada. Pronto.

**E nunca sentiu dos outros por causa da idade? Pense na sua idade?**

Não, é natural que eu tenha esta mania que sou jovem! Quando vou a qualquer lado ou assim não me sinto ou fico aconchegada a um canto de pessoa desta idade.

**Pronto, a senhora também não se marginaliza. E a sua família já alguma vez comentou? A sua neta como é que olha para si?**

Acham bem, acho que me tratam bem nesse sentido.

**Na sua opinião quando é que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade em que vive?**

Idade?! Não tem idade filha!

**Porquê?**

É preciso é ter saúde para a pessoa intervir na sua comunidade. E você sabe perfeitamente que aqui há gente muito mais nova que eu e ali estão sentadas numa cadeira o dia todo, e eu não! Eu se não me ponho a fazer qualquer coisa até fico doente!

**Quando era criança ou jovem, pensava na sua velhice?**

Não.

**Nunca pensou?**

Não. Não.

**E se fosse agora pensava? Agora que chegou a esta idade arrepende-se não ter pensado?**

Naquele tempo não havia, nem Centros, nem trinta nem trinta por uma linha, que a minha mãe foi da Santa Casa da Misericórdia de Faro, foi funcionária dessa.

**Quem é que era funcionária?**

A minha mãe era cozinheira no hospital pertencente à Santa Casa.

**Ah! A sua mãe era cozinheira lá?**

**Ainda tenho lá os cartões dela. Mas não havia estas ajudas que há agora, nem pensar nisso.**

**Agora pense assim, eu cheguei aos 84 anos deveria ter pensado que eu iria chegar a esta idade? Deveria ter-me preparado? Pensou nisso?**

Não.

**Não se arrependeu?**

Não.

**Como viveu os anos? Deixou passar os anos então?**

Normal. Nunca pensei. Não.

**Nunca pensou no envelhecimento foi o que disse?**

Não.

**Nem se arrepende de não ter pensado?**

Não, conforme vão passando os anos, vão com o vento e como se pode.

**Como é que se vê daqui a 15 anos?**

Ai não! Bem, eu penso muito no dia de amanhã, que deus me der qualquer coisa nas pernas, que eu não possa andar, vai ser um problema, porque não tenho posses de ir para um lar a pagar isso tudo.

**E se não lhe der nada, como pensa que vai ser? Como gostava de ser daqui a 15 anos?**

Deus me dê uma morte de repente.

**Então daqui a 15 na os está a pensar que está morta?**

Estou.

**Mas então não pense que está morta, imagine que está viva, como é que gostava de ser?**

Enquanto poder, serei a mesma!

**Estar a lavar os copos?**

Sim, enquanto poder, mas não chego lá.

**Quando era criança conviveu com os seus avós?**

Não. Com nenhum?

Só da parte da minha mãe, convivi com aquela avó. Os outros só quase na altura que tinha 20anos, quando vim para Lisboa é que os conheci, que eles moravam cá.

**E qual é a memória que trás dos seus avós?**

Mas tem uma história muito engraçada que eu vim passear para casa de uns tios, irmãos do meu pai, que não conhecia e depois, por exemplo, você não sabe, a minha tia morava na rua 1º de maio ao Calvário e a minha avó morava na rua dos jeronimos, passa a igreja dos jeronimos ia muito ter com eles conviver. Nessa altura, convivemos muito com eles, o que é que foi pouquinho tempo. Sim, foi quando os anos passaram, que lá roeu a consciência e lá me procurou, mas eu nunca o procurei a ele, mas ele procurou. Os meus dois irmãos vieram ao meu casamento e tudo. Mas eu nunca procurei porque a minha mãe era solteira e o meu pai era solteiro, foi aqueles namoros que fazem um jeitinho um ao outro, está a perceber?! (sorriu)

**Então a sua mãe só a teve a si? Foi sempre solteira, mas só a teve a si, não teve mais filhos?**

Não, a minha mãe foi sempre solteira. Solteira até me ter a mim, nunca teve mais ninguém.

**Então a Primavera foi criada como filha única?**

Sim, sim, como filha única com essa avó e com mais uma tia que tinha 2 filhas que também era divorciada.

**Foi só mulheres em casa?**

Sim.

**Era só mulheres a viver juntas?**

Sim.

**Que memória trás da sua avó?**

Ai da minha avó não digo, mas da minha mocidade foi boa.

**Então da sua avó que vivia consigo, o que é que ela lhe ensinou?**

Não, não ensinava assim nada.

**Nada?**

Não, não havia assim essa convivência como há agora. Mas nunca me faltou com coisa nenhuma a minha mãe.

**E da sua mãe lembra-se o quê?**

Lembro-me muito bem dela, que nunca me faltou com coisa nenhuma. Tanto de vestir, porque ela era costureira! Porque antes de ir para a cozinha, então como era costureira, era daquelas costureiras que vão a casa, arranjar as roupas.

**Sim, modistas?**

Sim, destas que vão a casa. Então eu tive dessas próprias patroas, não se pode chamar patroas, gostavam muito de mim. Eu fui sempre muito acarinhada.

**Ai andava sempre com ela?**

Fui sempre muito acarinhada, essa tal de Queluz, a minha mãe trabalhou muito tempo para a casa da mãe dela e tinha filhos e conviviam comigo normal, não me distinguiam nem nada disso.

**E com a sua mãe, nessas...**

Fui sempre. Não que ela não era muito amiga de sair.

**Mas a trabalhar ela levava-a?**

Não.

**Não?**

O que é que me apresentava, aquilo eram meios pequenitos, não eram assim tão grandes, que ela não era muito de sair para lado nenhum. Agora eu tinha muitas amigas e depois as mães das amigas que me acompanharam.

**A mãe?**

Sim, a mãe nessa altura! Não íamos aos Bailes sozinhas, por exemplo, como vão agora. Iam acompanhadas mas toda a gente me acarinhava muito.

**E a Primavera lembra-se de alguma pessoa mais velha...**

Muito, muito mimada!

**Foi sempre mimada?**

Sim, fui sempre muito mimada.

**Então lembra-se de uma pessoa mais velha que tenha ficado na memória e que tenha aprendido alguma coisa que depois ensinou aos seus filhos?**

Aprendido não, mas tenho uma tia que o marido era... Quando eu nasci até vim para casa dela para Faro, que era da CP na altura e era a minha madrinha e acarinhada como se fosse filha dela.

**O que é que aprendeu, não consegue dizer o que é que aprendeu? Você tem uma memória tão grande, 84 anos? Aprendeu a costurar?**

Sim, qualquer coisa que fosse, fosse um casaco, um vestido, fosse o que fosse.

**Aos 13 anos foi para a costura e depois foi trabalhar aos 18?**

Trabalhei sempre na costura como aprendiz.

**Mas não ganhava dinheiro?**

Oh, 25 tostões por dia, não dava para nada.

**Então aquilo que aprendeu com os mais velhos da sua família foi costura?**

Foi, foi costura.

**E cozinha também?**

Não, na cozinha não. Foi depois de casa, porque na casa como não havia homens, não havia assim grandes cozinheiros.

**O que é que a senhora aprende com as gerações mais novas? O que é que aprende?**

Mas no entanto, espere aí...No entanto, quando eu tinha para aí 14/15 anos ia para casa dessa tia e lá convivi de tudo.

**De todas as idades?**

Sim, ninguém me distinguiu de nada, então aí é que eu ia desenvolvendo. Com essa tia é que aprendia.

**Essa tia era mais velha que a sua mãe?**

Não, era mais nova.

**O que é que a senhora acha, nesta fase da velhice, quando lida com os mais jovens aprende?**

Eu não aprendo nada é preciso é ter um bocadinho de paciência e de calma, porque esta juventude tem um pensamento diferente do nosso.

**É? Basta...então aprende a ter calma e paciência?**

Sim. Peço muito, até pela doença, peço muito a calma. E você sabe perfeitamente que esta juventude de agora é preciso ter muita calma porque, basta não terem respeito uns para os outros.

**Mas acha que é respeitada pelos jovens daqui?**

Não, ninguém me trata mal.

**E no Bairro?**

Não, ninguém.

**Sempre teve jovens que gostavam muito de si?**

Antigamente, havia um que ia tão longe e já estava a chamar pelo meu nome...Nunca ninguém me tratou mal, nunca ninguém me chamou de velha até agora.

**E acha que por conviver com todas as idades...**

Eu gosto!

**E acha que tem capacidade para aprender?**

Não me sinto inferiorizada em sentido nenhum.

**Mas se só lidasse com pessoas da sua idade, tinha o mesmo espírito?**

Não, não gosto de certas pessoas da minha idade porque olhe tão doentes sou eu como é outra, como é outra, mas elas pensam que têm sempre mais doenças que elas todas. E eu como sou uma pessoa que nunca me queixo, às vezes aborrece-me essa conversa.

**Quando fala com pessoas mais novas isso acontece?**

Com mais novas até você sabe perfeitamente que há muita gente aí que tem a mania que são as mais doentes que todas, eu como não me queixo fico calada.

**Então se tivesse que escolher uma geração para conviver, convivia com que idades?**

Eu nunca gostei muito, eu nunca tive muita paciência para as velhices, para as pessoas idosas.

**Não?**

Não.

**Então quer dizer, que na idade que tem, tem mais paciência para os jovens?**

Tenho, tenho.

**Do que pessoas da sua idade?**

Tenho .

**Mas é por causa da maneira de ser ou porque...**

Não sei, porque acho que as pessoas chegam uma certa idade tem a mania que não podem e já trabalhou e não faço agora nada e tenho isto e tem aquilo.

**Então não se identifica com a sua geração?**

Não, não.

**E acha que o fato de conviver com pessoas mais novas...**

E gosto de conviver.

**Faz com que a senhora tenha projectos para o futuro?**

Projetos !? Não tenho.

**Futuro, ou seja daqui a um mês?**

Não. Projectos não tenho. Eu sou uma pessoa muito, penso à retaguarda! Porque hoje em dia, não se pode ter muito caso com pessoas novas, do sexo oposto, porque começam logo...

**Espera lá, está a dizer que não pode ter muito relacionamento com pessoas sem serem mulheres?**

Olhe eu dou-me muito bem com o Jaime, mas às vezes até tenho medo de certas coisas. Porque às vezes ele fala e tem aquele jeito que tem mas (falou baixinho) há muitas más línguas aqui.

**Mas quem é que tem essas más línguas, são as pessoas da sua geração?**

Sim, sim.

**O Jaime, estava falar-me do Jaime, que idade tem? É jovem?**

Tem 42 anos.

**Mas então esse é o peso da sociedade, não é?**

Sim, é da sociedade é.

**Não é da sua cabeça? Mas influencia, não é?**

Sim, porque a minha avó, a minha mãe, a minha neta aqui uma vez falei assim uma coisa e ela diz assim *“oh vó tu não tinhas esses pensamentos antes, não te rales nada com isso, dissessem o que dissessem, e agora estás a pensar porquê?”*

**Ganhou isso com o quê? Com o tempo?**

Não, talvez seja o meu pensar, porque sou muito pessimista, penso muito.

**É uma pessimista ativa?**

Ai , sou. Sou!

**Acha que é importante o convívio de todas as gerações ao longo da vida?**

Gosto.

**Acha que faz bem e acha, que trás benefícios para quem mais, para os jovens ou para os mais velhos? Os mais velhos não tiram benefícios, não ganham nada?**

Não filha.

**Não ganham nada com os mais jovens?**

Não aprendo nada com os mais velhos.

**Já percebi. Mas quando está a conviver com os mais novos aprende?**

Aprendo porque agente sente-se mais jovem, talvez nesse sentido.

**Mas acha que eles aprendem consigo?**

Eu acho que sim, eles tratam-me todos bem, não tenho razão de queixa.

**Se neste momento, escolhesse uma geração para passear, por exemplo, escolheria pessoas mais novas, já disse?**

Sim, mas não muito jovens.

**Então com que idade?**

Sem maldade, a partir dos 50/ 60.

**Nós estamos a falar de amizade senhora.**

Sei lá, isto hoje em dia está tudo...

**Então se fossem raparigas ou mulheres, de que idade?**

Nunca gostei muito de convivências com mulheres. Isto hoje em dia está tudo muito mal.

**Antigamente não era assim?**

Eu também não tive grandes amizades. Tive antes de casar, duas amigas no Algarve por acaso andávamos sempre umas com as outras, mas nunca...

**O que é que faziam no Algarve? Passeavam?**

Ah íamos para festas quando haviam! Não andava no liceu, mas ia ao liceu, até muitos rapazes filhos de doutores, pensavam que eu andava na escola do comércio.

**Então entrava e sentava-se?**

O Tomaz Cabreira, o Cavaco e isso tudo, eu conhecia isso tudo. Iamos já conhecíamos, por exemplo, havia aqueles bailaricos... dançávamos com este e com aquele...E eu andei na igreja muito tempo, tinha para aí 15 anos/ 16 anos e tínhamos um grupinho de fazer teatro, cantar e ir para as aldeias para aquele sítios mais desviados da cidade. Era com o padre.

**Preocupava-se em se entreter e entreter e envolver as amigas em actividades?**

Tínhamos um grupinho que eram filhos do Dr Calado e companhia e havia a prima do padre, havia as meninas que trabalhavam na igreja e andávamos de noite e tudo. E iam-me levar a casa umas das outras. Fui assim muito...

**De conviver?**

Sim, nessa altura fui.

**Foi feliz?**

Fui ,graças a deus, fui!

**Foi sempre feliz?**

Fui sempre feliz graças a deus . Tenho muitas saudades às vezes.

**Então o que recorda mais com saudade da sua infância? Foi sempre ativa?**

Nessa idade não, já era mais crescida, até uma vez zanguei-me com a minha mãe, mas a minha tia não gostou. Não me hei-de esquecer , que eu estava aborrecida com a vida, tenho impressão que já era casada, e disse à minha mãe que ela é que tinha culpa de eu estar a passar o que passei . Porque se não tivesse mandado vir buscar, nada daquilo tinha acontecido comigo.

**Porque estava arrependida do casamento?**

Ao princípio estive, ao princípio passei muito, porque ele não ia para lado nenhum e não me deixa ir nem nada disso.

**Pois gostava de passear e ele não lhe deixava?**

Sim, por isso eu digo, os miúdos cresceram, aos 7 anos ou coisa assim, quando foram para a escola, também nunca andaram no infantário nem nada disso, foi só para a escola primária.

**E a senhora acha que as actividades com todas as idades deveriam existir só na família, só na comunidade, só nos Centros de Dia ou em todos os lados?**

Mas eu acho bem esta comunidade aqui. Há muita gente e você sabe, há muitas pessoas da minha idade que dizem “*ai aqueles rapazes estão aqui ali vão para casa, não estão sossegados*” Eu não, é mocidade é impossível, que se há-de fazer.

**É próprio da idade é isso?**

Às vezes não param sossegados gritam para ali e tudo.

**Se não estiverem cá sente-se a falta?**

Ah pois sente-se!

**Mas acha que o convívio deve existir em todo o lado, naturalmente ou deve ser forçado?**

Eu acho que não. Assim como aqui, não é forçado nada!

**Sente-se útil?**

Não hoje não me sinto útil. O que é que eu faço hoje?

**Não faz nada?**

Eu não.

**Não se sente útil?**

Não.

**Quando é que se sentia útil?**

Só no tempo do meu marido, porque tinha de o aturar a ele e os filhos.

**E agora eles cresceram e não é útil?**

Eu hoje sou um estorvo.

**É um estorvo para quem?**

Para todos.

**Para todos quem?**

Para todos, um estorvo neste sentido, estão sempre preocupados. O meu filho dantes só me telefonava uma vez por semana e agora dia sim, dia não, está sempre a telefonar preocupado comigo.

**Mas porque é que acha que é um estorvo? É sinal que também já tem 84 anos, pode ser um sinal de respeito.**

É natural que sim. Mas eu sou, não é um estorvo, eu ainda tenho dinheiro para comer percebe?

**Sim, acha que está a dar preocupação à família?**

Tou, tou.

**Aqui nesta actividade sente-se útil?**

Eu sinto-me.

**Como é que se sente quando está a fazer uma actividade?**

Estou muito à vontade.

**A senhora programa encontros com amigos daqui fora? Faz actividades fora?**

Não. Até quando agente às vezes vamos fora, elas querem que agente conviva com outros grupos, mas eu não sou pessoa, nem nada disso.

**E com os amigos de cá de dentro, vocês fora daqui do centro, encontram-se? Não fazem actividades, não vão à missa, não vão de férias?**

Vamos caminhar! Vou caminhar, quando posso ir vou. Já estou farta de dizer à Marta para fazer mais pois quando fui ao Vale Fundão gostei. Agora Sábado é que não gosto. Eu ia,

agora para ir às 9h, ter de levar almoço pique nique isso é que eu nunca gostei andar com comida atrás. Já disse que nem que agente tivesse que pagar alguma coisa, almoçávamos lá. Ela diz que não. Eu isso, não vou, até já tinha dito a ela que ia.

**A senhora é voluntária?**

Sim sou voluntária.

**O que é para si ser voluntária?**

É ser prestável. Alguém tem de fazer aquele serviço (sorriu). Eu já tenho dito muitas vezes até a elas, muita gente censura. E eu já tenho dito, se não for eu é outra.

**Não tem nenhuma responsabilidade de ir buscar neto, nem bisneto nada?**

Nada, nada. Já tive com minha neta Joana. Era nova, era bebé teve na minha casa, eu morava em Alcântara e antes de ir para o serviço deixavam a menina e depois ao almoço vinham almoçar a minha casa e depois a menina ficava na mesma e depois à tarde quando fossem para casa é que a levava, nunca ficava de noite. Mas ainda andou muito tempo assim.

**E a senhora tinha que idade?**

Ai eu não me lembro, talvez eu deveria ter 40, 40 e picos, porque a miúda deve ter ou 38 ou 39.

Entretanto a miúda foi para o colégio. O miúdo quando nasceu ainda foi uns dias para minha casa, mas nessa altura eu mudei-me para mais longe, já veio para aqui. Agora tenho uma bisneta, mas não tenho idade para estar com ela, nem tinha, nem podia. Agora anda no infantário desde os 3 meses, desde os 3 meses que anda no infantário.

**A sua família recorre a si para resolver problemas?**

Não.

**Ou para tomar decisões?**

Não. Não me pedem opiniões de nada.

**Antigamente pediam?**

Não, sempre fomos pessoas assim muito.

**Independentes?**

Independentes.

**Sente-se uma peça importante na sua família?**

Eu sinto-me bem, por enquanto não me sinto muito inferiorizada, nem pesada. A minha neta...está sempre a dizer:”ai vó (geralmente passam-se meses que não a vejo) mas o trabalho é muito não te posso ir buscar, mais isto, mais aquilo. Está bem quando calhar logo

*vens.* Mas sabes deus o que fica cá dentro. Mas em todo o caso... nós queremos estar sempre ao pé... eu encaro bem. O meu neto agora mora numa casa, já foi em Abril, agora ainda não fui ver a casa. “Ai avó logo vou buscar um domingo aí” E há sempre o que fazer mas eu encaro como deve ser.

**Recorda-se de uma avó, recorda-se dos seus pais, eles eram membros de algum clube recreativo?**

Não, nessa altura não.

**Nem da Junta de Freguesia?**

O meu pai era muito malandro para essas coisas, mas a minha mãe não.

**Malandro em que sentido? Quando veio com 20 anos conhecê-lo ele fazia parte de algum clube?**

O meu pai... Eu nasci, já agora fica completa. Eu nasci, o meu pai era solteiro, a minha mãe era solteira. Passado tempos o meu pai casou. A minha mãe sempre solteira, quando às vezes, entretanto ele não foi muito feliz com a mulher. Tive um filho, esse filho morreu-lhe depois mais tarde morreu a mulher e ficaram, cá um filho e uma filha ainda. Sim, mas ele nunca teve muita sorte. Sentiu-se mal . Entretanto quando havia, ele estava em Faro e eu estava em Lagos, faz de conta que estamos assim, e quando chegava, tenho a impressão que era o sporting, quando ele vinha ver os jogos, ele ia-me sempre procurar, ia sempre perguntar o que se passava. Não, nunca me deu dinheiro nem para comer, nem para beber, mas ia sempre saber de mim. Sempre foi.

**E dava-lhe um beijinho, falava consigo?**

Sim, falava comigo.

**A senhora gostava desses momentos?**

Mas depois quando ele enviou passado tempos, ele depois ainda tinha uma irmã que veio para casa da tia, que vinha estudar na escola Ave maria, ao pé dos Lusíadas, ao Calvário e o meu irmão ficou lá. Entretanto, quando o meu filho nasceu, lembro-me tão bem! Ele já tem 61 anos, eu estava de parto na casa da minha mãe. Os meus filhos nasceram no Algarve, na casa da minha mãe, porque nós tínhamos uns doutores que conhecem. E houve um senhor, que conhecia bem o meu pai e a minha mãe, que veio dar a notícia que o meu pai tinha morrido, mas eu nunca fui ao funeral dele. Essa tal minha tia. Ainda pensei ir, mas eu tinha ficado em Faro, por causa do parto e com o feitio do meu marido eu não podia deixar. Ia fazer uma viagem, deixar tudo com ele e ir para Lisboa. Nessa altura o meu irmão mandou-me uma carta a pedir porque eles eram pequenitos e ficaram com uma tia (com uma irmã da mãe) a pedir para eu mandar uma carta a dizer que não queria nada deles, do pai e então foi assim. Entretanto quando eu casei o meu pai veio cá ao meu casamento. Não, não ele não veio ao meu casamento. Quando mandaram aquela carta para eu dizer que não queria nada de bens do meu pai ele já tinha morrido.

**Mas ele já tinha filhos?**

Tinha um casal. Esse casal é que me telefonou. Tenho fotografias e tudo, mas eles eram novitos. Ele estava nesta tia e a minha irmã na escola Ave maria. Convivíamos muito. Entretanto quando ele veio, um dia depois do meu casamento, acho que ele falou à minha mãe para casarem. Mas a minha mãe não quis.

**Ah o seu pai queria casar de novo com a sua mãe?**

Quando já era viúvo, mas a minha mãe não queria. Ainda era viúvo, passado pouquinho de anos, morreu, porque ele não morreu de morte natural.

**Não?**

Não.

**Morreu de doença?**

Matou-se, deu um tiro.

**A sua mãe pertencia a algum grupo de trabalhadores que defendiam os direitos?**

Não, não!

**Está bem. Oíça o que eu queria perguntar era se defendeu sempre os seus direitos?**

Nessa altura não se falava disso. Há 60 ou 70 e tal anos, alguma vez!!! Não se falava disso, era o Salazar, era o Salazar.

**Mas quando estavam em salas fechadas, não?**

Não, nunca tivemos! Não havia estes convívios que há agora. Nem nunca me lembra, de haver estas coisas que há agora.

**Neste momento, se houvesse necessidade de mobilizar a população para resolver uma situação do Bairro, a senhora acha que tomava uma posição, pelo Bairro?**

Eu tomava uma posição no sentido de arranjar mais lares para meter as pessoas que precisam mesmo porque há muita desgraça por este mundo fora, neste sentido.

**Então a senhora acha...**

Eu até já estou farta de, se eu arranjassem era capaz de não querer ir por estar presa, porque sempre fui uma pessoa assim, mas gostava de ter uma casa, quando me sentisse assim pior ia para lá.

**Uma residência?**

De ir para lá pelo menos dormir descansada naquela noite. Isso é o que deveria de haver mais aqui.

**Então se fosse preciso fazer um baixo assinado você fazia de tudo para que houvesse esses lares?**

Não é para exigirem pois uma vez ouvi uma conversa quando estava no hospital também não sei a que pertencia...Sei que estava lá uma senhora idosa, na minha frente, depois chegaram 3 ou 4 pessoas estiveram a falar com ela. A falar, também para a meterem num lar e a senhora acho que não tinha ninguém, tinha um filho, mas o filho naturalmente, ou era drogado ou coisa assim, porque acho que o filho tinha a caderneta dela, mas depois ela não sabia o que havia de fazer. O que é certo, é que elas fizeram tanta pergunta à mulher que eu fiquei tão revoltada. Se ela tinha bens, se estavam em nome dela, aquela trapalhada toda e depois uma dizia assim para a outra 2 não, ela de certeza que vai para um lar” porque não tinha ninguém.

**Então a senhora não gostou de vivenciar isso no hospital?**

Não, não.

**Achava que deveria de ser de que forma?**

Você sabe isso perfeitamente Sara. Hoje em dia quando é preciso, uma pessoa precisa de auxílio de qualquer coisa, eles vão buscar esses pormenores todos.

**E acha que não deveriam de fazer isso?**

Eu acho que não era preciso assim tanto. Basta uma pessoa já se sentir inferiorizada.

**Isso é quando a pessoa está dependente?**

Mas só quando uma pessoa está pela corda pelo pescoço, você sabe perfeitamente... Só assim é que é ouvida. Isso é que eu tenho muito medo.

**Então está a dizer que é ouvida no sentido de dar resposta social é isso?**

Sim.

**Mas acha que é a idade que faz com que a senhora pense assim?**

Talvez, talvez.

**Antigamente não pensava?**

Não.

**Mas é porque viu o que fazem a outros mais velhos?**

Pois é isso, penso muito no dia de amanhã.

**Então se tivesse de contribuir para que não fizessem isso aos mais velhos fazia parte desse grupo para deixar de...**

Quando chegasse a minha vez de ser atendida?

**Imagine que agora vocês todos juntam-se e dizem assim “nós precisamos de ter um lar aqui no Bairro” Qual era a sua posição que tomava? Deixava que o lar crescesse ou fazia alguma coisa para que o lar viesse para cá?**

Eu se tivesse alguma coisa, eu não me importava, não me importava de dar alguma coisa.

**Dinheiro, está a falar de dinheiro?**

Sim.

**Mas se não tivesse dinheiro o que é que a senhora fazia?**

O que é que eu fazia? A reforma é uma bagatela!

**O que é que a senhora fazia no sentido de havia um grupo que tomava decisões, era necessário fazer manifestações...**

Nunca gostei de manifestações!

**Como é que a senhora fazia para dizer para participar nas coisas do Bairro...Participou alguma vez?**

Não, nunca gostei muito de certas coisas.

**E nas actividades você envolve-se?**

Isso faço, quando era mais nova, não lhe disse que corria, ali para a estrada, para a Junqueira, com todas as pessoas sem serem conhecidas, como me sentia bem!

**E agora então nestes 10 anos, a senhora esteve envolvida na decisão, na execução e na avaliação das actividades onde passou? A senhora faz as coisas e nunca dá opinião?**

Não, também não gosto...Eu costumo dizer assim “*eu nunca ganhei um tostão, então agora também não vou trabalhar para ganhar dinheiro*”. Quando trabalhava, eu fazia aí pinturas ou isso, estou farta de dizer, eu nunca gostei e trabalhei para ganhar um tostão, portanto agora também não vou ter lucros do que faço.

**Mas a senhora acha que é importante estar envolvida nas actividades, a pensar no que vai fazer?**

Eu acho.

**Acha que é importante dizer faz-se assim, faz-se assado?**

Algumas coisas.

**A senhora avalia? Fica sempre calada?**

Não, nessa altura posso dar uma opinião que realmente é verdade, que faz falta isto, faz falta aquilo, vamos ali ou vamos além.

**Então envolve-se?**

Sim, agora manifestações, nunca gostei.

**Mas em termos de actividades de grupo sim?**

Sim.

**Quem é que a educou a ser a pessoa que é?**

Aprendi comigo mesma.

**Como é que chegou a esta idade e ser ativa?**

Não sei se é por ser do Algarve. O que é que nós no Algarve, tenho a impressão por agora estar coiso, nunca tivemos tanta maldade, como se vê agora. Sempre fomos pessoas mais paradas.

**E este espirito jovem vem de onde?**

Isso talvez seja do meu pai, da minha mãe não. Do meu pai diz que era terrível, isto costumavam as minhas tias dizer.

**Era ativo?**

A família do meu pai e as minhas tias diz que eram.

**O que é que elas eram?**

A minha tia que já morreu costuma dizer “*sais mesmo à família do teu pai*” lembro-me tão bem de ela dizer isso!

**E a família do seu pai como é que era?**

Eram alentejanas. Eram alentejanas e a posição deles...A minha tia onde eu estava na rua 1º de Maio ao Calvário, que era irmã do meu pai? Era irmã do meu pai, estava em casa, o marido é que trabalhava na Nacional, na fábrica.

**Eles eram membros de algum sindicato ou grupo?**

Não, não. A minha outra tia que também se chamava Primavera e morava à Junqueira não, essa trabalhava, mas não sei em quê.

**Eram muito independentes para a idade que tinham?**

Não, eram naturais.

**Então porque é que diziam que a senhora era parecida com a família do seu pai?**

Naturalmente da rabitesa.

**O quer dizer rabitesa?**

Como é que eu agora vou explicar, rabitesa é essas pessoas que não param, têm sempre ideias, para isto para aquilo. Ainda há dias o meu voluntário me disse que eu era muito...

### **Idiota?**

De ideias, de...se preciso de uma coisa arranjo solução para tudo, não sei porque foi, ele disse...

### **Idiota? Idiota é uma pessoa cheia de ideias, desenrascada.**

Ele disse qualquer coisa que eu não me lembro.

### **Sempre foi assim?**

Sempre fui assim. Eu calhando pegava numa chave de parafusos ia ver uma extensão, ou pregava um prego ali...Ah já sei porque foi isto, é que eu tenho lá uma coisa de por as facas, uma placa de por facas, na parede. Aquilo dantes tinha dois pergaminhos por dentro, mas um caiu, então como caiu um (aquilo apanha depois está por baixo do esquentador) a torneira do esquentador, um pergaminho e o outro assenta na parte e ele perguntou-me como é que aquilo assenta? Ah mas o prego já caiu. Já caiu mas eu já arranjou encaixe aqui, já fica bem. E Ele disse “*é muito engenhocas*”.

### **A idade não a impede de ser assim?**

Não, não, a vista é que me impede.

### **Então é só a vista? De resto não são os anos que passam que faz com que a senhora mude?**

Eu não tendo problemas da respiração ou da vista sou capaz de ir a este mundo e ao outro, como costume dizer.

### **De onde vem esse sorriso?**

Não sei filha!

### **A menina Orquídia?**

É verdade até a Dra Teresa “Olá menina...” Não esqueço do seu filho a dizer a menina ... Mas é assim.

### **A Primavera pertenceu ou vivenciou nalguma organização no Bairro? Viu crescer?**

Não, não. Quando a Augusta da escola que fazia o desfile dos vestidos, eu ia ajudar muito a ela. Ela levava-me para todo o lado.

### **Ajudou os eco-estilistas?**

No Parque das Nações, ia sempre a tudo.

### **Participou?**

Muitas vezes.

**E era intergeracional?**

Era, era. Eram fatos feitos de desperdícios, nós pregamos com alfinete, ao vestir as miúdas, era preciso apertar aqui ou ali e eu ajudava muito a Augusta.

**Quando a Associação nasceu é isso?**

Devia ter sido, ou muito antes, porque a Augusta é muito mais antiga que a Associação.

**Sim acho que só são agora Associação, há coisa de 2 anos, mas sempre foram um grupo organizado.**

Aqueles sempre foram.

**Eram um grupo de quê? Era composto por quem? Lembra-se?**

Não sei quem é que estava à frente daquilo, sei que a Augusta. A Augusta que dizia agente, e a Delfina chegou também a ir.

**E eram jovens sempre?**

Ela arranjava a miudagem da escola, uns mais crescidos outros mais pequeninos, aquela que trabalhava com ela, que tinha um filho e uma filha, vestida de noiva muito bonita.

**Quando era nova participou em coisas desse género?**

Na igreja participava. Não para cantar que nunca tive jeito para cantar.

**Desfilou alguma vez?**

Desfilei.

**Através de quê?**

Então quando fui rainha de beleza não tive de desfilar?

**Quantas vezes foi rainha?**

Uma de Dama de Onor e outra de Rainha e tínhamos de desfilar.

**Era onde?**

Numa sociedade. Não digo a desfilar sempre.

**A senhora era sócia?**

Não, eu não me associei. Eu ia a todo o lado.

**A senhora é que se inscreveu?**

Pois, eu era muito conhecida, então eu ia com essa tal minha amiga com a mãe, a mãe acompanhava-nos sempre, recordo-me muito bem disso! Desfilas não digo que fizesse como agora fazem, mas tínhamos que apresentar ali todas e até escolhessem. Lembro-me tão bem! Muitos bailes naquela altura. Naquele tempo não havia estas maldades como há agora.

**A maldade onde é que está?**

Oh Sara eu costumo dizer...Eu por exemplo sempre gostei de dançar mais apertado menos apertado é o mesmo, agente não fica mais inferiorizada por isso, mas hoje em dia há muito maldade, apesar de hoje não se dançarem agarrados, dançam assim separados uns dos outros. Ai vê como grande diferença nos bailes então!?

**Sim, sim. Mas gostava mais do que quando eram agarrados?**

Então um tango agarrado não é muito mais bonito? E uma valsa?

**Mas essas continuam a ser agarradas.**

Pois é, mas hoje em dia não. Eu estou sempre a pedir para tocarem uma valsa ou um tango e muito raro tocar, gostam é das outras.

**Tem de pedir mais.**

Mas eu gostava muito de dançar por acaso. Mas é assim filha, tive uma juventude muito boazita tive! Apesar de tudo!

**Viveu bem os anos que passaram?**

Sim.

**Teve cuidados com a pele?**

Não. E ia muito para a praia até, mas nunca gostei muito de sol, mas nunca tive esses cuidados.

## Anexo XIII

**Focus grupo**

A presente Dissertação *Envelhecer numa sociedade não Stop – O Território Multi-geracional de Lisboa Oriental* surge no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação de Lisboa, e tem como tema as relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas.

No sentido de saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres com mais de 60, residentes, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental, o presente estudo tem como objectivos gerais:

- analisar o papel social destas mulheres no território multigeracional onde estão inseridas;
- identificar o nível de participação destas mulheres nas actividades intergeracionais,
- Conhecer os benefícios da participação em actividades intergeracionais;
- Identificar o que as afasta ou aproxima das novas gerações;
- conhecer o processo de envelhecimento social de cada uma delas, ao longo da vida.

O focus group abordará um leque de questões em torno das relações intergeracionais nas sociedades envelhecidas e permitirá saber se a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo destas mulheres.

### **Vão-me dizer idade, naturalidade e escolaridade e há quantos anos vive no Bairro?**

Orquídia: Sou natural de Portimão, 84 anos e tenho a 4ª classe. Desde 1981, 1982, há 30 anos. Natural de Portimão.

Crisântemo: 69 anos, 4º anos. Há 16 anos. Lisboa.

Hibisco: 71 anos, escolaridade 6ºano. Vivo no Bairro há 18 anos. Lisboa.

Cravo: Tenho 70 anos , nunca andei na escola e vivo no Bairrro há 30anos. , Barcelos

Rosa: vivo no Bº há 32 anos, tenho 79 anos. De Frades, Pova do Lanhoso.

Flor: Tenho 67 anos, vivo no Bº há 31. Sou de Montalegre, concelho de Montalegre, distrito Vila Real.

Iris: Tenho 66 anos, vivo no Bairro há 32, e tenho o 6º ano. Sou de Vila Real Trás-os-Montes.

### **Então o que entendem por envelhecimento? O que significa envelhecer para vós? Alguma quer começar ou começamos...**

Iris: Eu, para ser sincera, o envelhecimento é os anos a passar. Desde a hora em que uma pessoa possa mexer e tenha saúde equilibrada e não parar.

Crisântemo: Eu não faço caso dos anos que tenho! Por mim o que entendo por envelhecimento, ao pensar que tenho 69 anos, parece que tenho muita idade, mas eu sentir-me velha não me sinto. Por consequente, eu já tenho algumas limitações, mas que eu posso

ultrapassar uma vez de fazer mais depressa, faço mais devagar. Mas até altura não há assim nada que eu fizesse e que não consiga fazer.

Hibisco: Eu tenho 71 anos, mas sinto-me jovem! Embora tivesse os meus problemas mas sinto-me bem comigo própria e com tudo à minha volta e não sinto que tenha 71 anos. Penso que tenho menos. Eu não me sinto velha não é, embora não tenha muita saúde mas não me sinto, tenho espírito...Embora tenha o corpo...Seja velha! Mas tenho espírito de nova, por si...

Está tudo muito bem mas eu perguntei-vos o que significa envelhecer?

Envelhecer é os anos a passar sem darmos conta.

Cravo:Eu apesar de 70 anos, não me sinto velha ainda me sinto com espírito novo. Apesar da minha doença sinto-me com espírito ainda novo!

Rosa: Ora bem, eu tenho 79 anos eu ainda não me sinto velha mas ainda bem que cheguei a essa idade.Porque sinto-me ainda bem, graças a deus.

### **O que significa envelhecer?**

Flor: Eu também não me sinto muito velha, tenho 67 anos, tenho um espírito ainda jovem. Gosto de conviver com as pessoas e pronto, é isso.

Iris: Ora bem, envelhecer é ver o tempo a passar. O corpo envelhece mas o espírito não envelhece. Vai envelhecendo consoante nós queremos. Se formos uma pessoa muito ativa, o espírito não envelhece, mas se não formos, deixamo-nos descair. Portanto, eu apesar dos meus 66 anos, sinto-me uma jovem com 30.

### **E a senhora sente-se com que idade Orquídea? Sente-se com essa idade? Sente que tem 84?**

Orquídea: Sei que tenho 84.

### **Então como é que se sente de espírito?**

Orquídea: Sinto-me bem graças a deus.

### **Com que idade?**

Orquídea: Olha como se tivesse 27 anos.(todos sorriram)

Crisântemo: Também não me sinto de maneira nenhuma.

### **Que idade tem?**

Crisântemo:69.

### **E qual a idade se sente?**

Crisântemo: Não me sinto com 69 anos nem pensar.

### **Quantos?**

Crisântemo: Sei lá, alguns 26 quando casei.

(sorriram todos) Ai não é nada muito velha (alguém disse) Sorriram.

### **E a Hibisco?**

**Hibisco** :Eu tenho 71 anos e sinto-me como se tivesse 30.

### **E a Cravo?**

**Cravo**: Já disse.

### **Não é como se sente. Que idade sente que tem?**

**Cravo**: Ai, eu olhe já para aí uns 50 já!Tenho 70 mas sinto uma jovem com peso de 50. Pronto!

### **E a Rosa?**

**Rosa**: Tenho 79, mas sinto que tenha para aí uns 50 ou 40 e tais (sorrisos)

### **E Flor?**

Flor:Eu também tenho 67, mas na minha ideia penso que tenho para aí uns 40 (sorriu).

E a Iris, já disse que era 30.

### **Então e agora vão dizer-me porque é que sentem quem têm essa idade? Para aí em média são 20 anos a menos, porquê?**

Orquídea: Posso? Porque eu fui uma pessoa apesar de nunca ter trabalhado por fora, mas tive sempre em casa, com os filhos e com o marido, mas fui uma pessoa que nunca parei. Andava em natação, ginástica e não parava mesmo...e de trabalho de mão. Sempre fui muito prestável para tudo. O que me aparecesse à frente eu fazia! E eu por exemplo, tenho a impressão que é por causa disso que tenha esta idade, mas continuo a ser o mesmo.

Crisântemo: Eu também pouco trabalhei fora, fiquei em casa doméstica a tratar das minhas filhas e do meu marido e mas...Sempre fui ativa e agora com os meus netos penso que ainda estou na idade de criar as minhas filhas. A criá-los a eles parece que estou a viver o momento que as criei a elas e talvez por isso me ajude a sentir jovem e sentir-me útil, porque faço falta e nem penso que tenho os 69 anos, nem pensar!

Hibisco: Eu tenho 71! Primeiro, ninguém me dá 71 anos, não é por mais nada, mas é verdade. Ninguém me dá 71 anos. Ainda agora fui ao médico e ele perguntou se eu tinha 71 anos e eu disse que sim. Ele perguntou se era verdade e se era possível, pois não parecia nada. Ele disse-me que eu era a pessoa mais jovem que ele viu com 71 anos. Portanto, eu sinto-me realmente jovem. Embora tivesse as minhas doenças, já tive algumas, mas sinto-me como...

### **E porquê? O que é que fez ao longo da vida?**

Porque tenho uma vida ativa, para já! Ativa...procuro ter uma vida ativa. Tenho um marido que é muito bom para mim, trata-me muito bem, isso também é capaz de ser...dá-me muito apoio...Dado que quando fui operada foi excepcional. Possivelmente será por isso, sinto-me realizada e com menos idade.

### **E a Cravo sente-se com 50 porquê?**

**Cravo:** Porque o meu corpo pesa-me às vezes, mas o meu espírito anda muito leve e gosto da juventude e parece que me quero comparar a eles. Tenho os meus netos e às vezes quero fazer as mesmas coisas que eles fazem...os jovens! Apesar do corpo não, mas do espírito sim.

### **E a Rosa?**

Rosa:O meu não me pesa. Sinto-me bem. Portanto não ando com ele às costas (sorrisos).

### **Então porque é que sente que tem esse espírito alegre e tão jovem?**

Rosa:Porque fui sempre muito rabina. Havia de ser tudo à minha maneira, se não fosse à minha maneira estava tudo estragado!

### **Mas então é porque sempre foi assim é isso?**

Sim senhora.

### **E a Flor?**

Flor: Sim?!Também, porque sempre trabalhei sempre fora de casa, vinha a altura das minhas filhas levava-as à creche, ia-as buscar, ia para o trabalho e voltava. Tive sempre uma vida muito ativa sempre.

### **E a Iris?**

Iris: É porque trabalhei sempre muito! Tive sempre uma vida ativa! Tive sempre trabalho fora e dentro. Sempre fiz muito desporto, desde os 8 anos, principalmente natação. Andei muito a pé. Andávamos muito na altura. E não paro! E faço por nunca parar! E isto faz-nos estar ativos para a vida.

### **Então para vocês quando é que se deve começar a pensar no envelhecimento ativo?**

Todas: Olhe não pensar, o melhor é não pensar. Não pensar!

### **Mas não pensam? Mas envelhecimento ativo...envelhecer...começa-se a envelhecer quando? Quando é que vocês sentiram que estavam a envelhecer?**

Cravo: Aos 50 anos eu senti isso! Quando já não conseguia fazer certos trabalhos, já me sentia mais cansada. Já comecei a sentir aos 48 anos, foi tudo muito bem, quando cheguei aos 50 comecei...

## **O corpo?**

Cravo: O corpo comecei a sentir.

## **Quem é que mais sentiu?**

Crisântemo: Eu sinceramente nunca senti! Evidentemente, não tenho as forças que tinha, nem talvez a vontade de certas coisas, como dantes. Faço um sacrificiosinho e não me limito a nada! Nem a fazer nada. E sinceramente sinto-me saudável! Procuo não pensar na idade. Um dia que houver uma limitação qualquer mais agravada e que realmente me impossibilite de ter ajuda, aí se calhar, já eu pensarei de outra maneira. Neste momento, ainda tenho autonomia para fazer, para mim e para ajudar quem possa, quem precisa de mim. Por isso não penso, sinceramente, não penso.

## **E a Orquídea?**

Orquídea: Eu cá para mim não penso muito. Porque tenho uns dias muito maus e tenho outros melhores e então compenso uma coisa com a outra. Eu costumo dizer, não sei o dia de amanhã, hoje sinto-me bem, mas de um momento para o outro. Mas não penso muito nisso.

## **Relembro a pergunta, qual foi o momento em que sentiram que estavam a envelhecer?**

Iris: Eu ainda não pensei nisso. Pensarei nisso quando for ao espelho e não gostar de me ver e quando não poder fazer aquilo que eu quero fazer.

Flor: Eu é a mesma coisa. Quando uma pessoa olhar e não nos vermos como deve ser, acho que aí já é um bocadinho...

E Rosa?

Rosa: Eu para não ver que sou velha, não me vou ver ao espelho! (sorrisos, risos)

## **Então é para não sentir, porque fisicamente vê...**

Flor: Que ainda está bem.

## **E sente-se assim?**

Sim.

## **Se por acaso tivessem que voltar atrás no tempo... Tinham-se preparado para a velhice? Ou para esta idade?**

Todas ao mesmo tempo logo de imediato: Não, não, eu acho que não.

## **Não se preparariam?**

Orquídea: Se eu pudesse com esta idade voltava aos 20...

**Sim, mas a pergunta é esta, vocês arrependem-se de não terem preparado a vossa vida, ou seja, vocês pensavam que iam chegar a esta idade?**

Imediatamente todas em conjunto: Não

### **E acham que se deve preparar?**

Iris: Quem nos deve preparar é logo no início os nossos pais, é da infância que vem. Da infância é que se deve encaminhar logo a pessoa para a velhice. Porque se nós levamos uma infância ali muito sedentária, que não tínhamos ginástica, não brincávamos no campo, não corremos, não saltamos, não trabalhamos, ficamos ali um bocadinho mais limitados. Agora sim, uma pessoa que aos 8 anos de idade começou nos mercados com a minha mãe e a pegar e a fazer almoços e a cozer o pão aos 12 anos, isso não dá para envelhecer... não dá para pensar. Dá para preparar a vida porque o esforço e os músculos e o espírito que se ganha, vale muito!

### **Concordam? Tem algo mais à acrescentar?**

Hibisco: Eu concordo mas não foi assim a minha vida por exemplo.

Iris: Mas também foi mexida ?

Hibisco: Sim, também foi mexida. Eu quando era miúda, gostava muito de brincar, como já tinha dito, os meus pais tinham um lugar de frutas e hortaliças e depois nós, eu e a minha irmã, íamos para lá e ajudávamos e pesávamos as coisas e “aviávamos”.

### **Com que idade mais ou menos?**

Hibisco: 14/15 anos. Fui trabalhar aos 17/18, e antes disso trabalhava com o meu pai, eu ficava lá a tomar conta da loja, do lugar de frutas e hortaliças. E pronto, preparei-me assim para a vida, é evidente. Agora não me sinto velha, é como já disse não me preparei para a velhice nem hei-de preparar. Há-de vir qualquer coisa com certeza de doença ou assim, possivelmente já não posso dizer certo nº de coisas, mas não me sinto inválida para dizer que eu estou velha.

Crisântemo: Eu nunca fui de grandes brincadeiras, nunca brinquei muito, por mim. Porque a educação que ela levou foi a que eu levei, só que eu nunca brinquei, tinha era outras ocupações de fazer coisas e não fui de brincar. Eu era diferente pronto, queria era mais ajudar a fazer as coisas em casa. Tínhamos temperamentos diferentes. E vivências diferentes. Ela tinha muitos amigos e gostava andar a brincar muito na rua a jogar à malha, a saltar, à pedra, à corda... coisas que eu não aprendi, nem fiz, porque eu não gostava.

### **Mas tinha outras?**

Crisântemo: Tinha ocupação da casa, que ela sabe muito bem que logo de miúda eu tive sempre a noção de fazer, de limpar, de ajudar a minha mãe não é?! Há pessoas que eu conheço quase que nunca viveram, estão sempre mortas! Entregam-se a um desalento tal da vida, que nunca viveram, que nunca gozaram dos filhos até, dos netos, das coisas importantes da nossa vida. Há pessoas que não gozaram e tem vidas boas e eu falo por experiência que conheço. Eu para mim acho que essas pessoas estão sempre mortas. Morreram! Não chegaram a viver. Tão sempre mortas. Essas possivelmente estarão sempre a pensar na velhice. Eu apesar de não ter brincado em miúda, nem ter essas vivências de grande brincadeira na rua, tive as minhas à minha maneira, era o que eu gostava de fazer. Como ainda hoje, mas sempre

fui feliz e gostei de viver e gosto de viver e sou muito feliz! E deus me deixe viver muitos anos, e me deixe viver. E quero viver! Nem nunca se põe na ideia partir.

### **E da Cravo?**

Cravo: Eu nunca fui feliz! Saí de casa, a minha mãe vivia ali sozinha, ficamos todos, 6 filhos...eu não nunca fui feliz. Aos 7 anos fui servir, era para levar o gado e levar porrada, por isso não posso dizer...

### **Mas aprendeu a ser assim?**

Cravo. Aprendi comigo própria, não tive quem me ensinasse nada. Eu andava era pelos montes, andava com o gado e levava porrada e tudo isso. Felicidade?! Felicidade, tive depois de ter os meus primeiros filhos. Nasceram e foi a maior felicidade...Quando nasceram os primeiros, mais de resto, nunca fui feliz! Depois de casada também tive uma vida atribulada, de maneira que não.

### **Mas estávamos a falar de envelhecimento ativo não é?**

Cravo: Mas, eu sentia-me com força para isto e para aquilo e sempre ativa! A maior brincadeira que eu fiz foi com os meus filhos, quando tive os meus filhos. Com eles é que eu brinquei! Nunca tive alguém para brincar praticamente, não sabia o que era brincar! Depois com os meus filhos, parece quando tinha algum tostão, era comprar brinquedos para os meus filhos, mas parece-me que era para brincar mais eu do que eles. E nunca pensei na velhice. E agora tenho os meus netos não é. Também brinquei muito com eles e andei com eles, levava-os à escola e trazia-os da escola. Mas agora nunca me preparei mais para a velhice. Sabia lá o que era a velhice?

E a Rosa?

Rosa: A Rosa foi a servir quando tinha 6 anos, ia fazer 7. Também andei ali a guardar gado e às vezes levava tarefa porque eu também era um bocadito mazinha e adormecia no campo e deixavas vacas ir ao milho.

### **Eram pequeninas**

Rosa: Então eramos pequeninas, eramos a servir pequeninas.

Cravo: Com 7 anos o que é que a gente era?

### **Mas houve alguma coisa que vos fez chegar a esta idade e sentirem-se assim? Aprenderam com alguém? Alguém vos ensinou a terem esse papel sempre ativo e social? Alguém vos ensinou ou a vida?**

Cravo:Eu sou alegre por natureza, sou alegre por mim, sou alegre! Gostava de andar sempre de cara alegre. A minha mãe até dizia que eu ia ser uma desgraçada por andar sempre a rir. O meu feitio era esse e continua a ser. Eu hoje posso estar muito doente, mas sou sempre...às vezes a minha cara nota-se bem que eu que estou doente, mas estou sempre com vontade de brincar e estou sempre alegre.

Hibisco: Quanto a mim, o meu pai era uma pessoa muito brincalhona. Lembro-me do meu pai se mascarar de noiva e a outra senhora se mascarar de noivo e fazer as marchas e versos. Muito ativo, muito brincalhão, e com ele, aprendi muita coisa! Aprendi muita coisa, fez muitos versos, ainda os tenho como recordação e era uma pessoa extraordinária. A minha mãe era um bocadinho mais apagada, mas o meu pai era muito brincalhão, uma pessoa cheia de vida, também não devia pensar na velhice! Embora fosse uma pessoa muito doente, morreu com a minha idade, aos 71 anos, mas era uma pessoa extraordinária, muito dura de nos ensinar o que era bom na vida e de brincar connosco e de ser uma pessoa extraordinária. E que com ele aprendi certas coisas.

Crisântemo: Portanto as nossas vivências são as mesmas também tivemos bons motivos com eles, da parte da minha mãe como do meu pai. O meu pai era uma pessoa excepcional, nunca nos batia, nunca nos levantou a mão, como já disse e mantenho, nós à mesa podíamos falar de tudo, naquele tempo não se falava! Na minha casa falava-se de tudo, era eu, a minha irmã e o meu irmão. A gente falava como estamos agora aqui a conversar. O meu pai contava anedotas, tudo com respeito. O meu pai não dizia um palavrão, mas anedota de sal não era de má interpretação. E portanto era muito bem disposto, dava-nos muita abertura, muita... A minha mãe é que era um bocadinho mais reservada e não era tão positiva, tão brincalhona, mas também tinha as suas graças e também... E talvez a ela pertencesse o papel mais de impor respeito, uma vez que o meu pai era uma pessoa, que a minha mãe às vezes dizia-lhe para nos bater porque então nos batia nunca e ele perguntava o que queria que ele e ele ia buscar a vassoura e punha-se assim a bater com ela no chão. Mas não era a gente, só batia no chão.

Hibisco: Ele dizia assim, eu não lhes posso bater, se eu estiver a bater nelas, estou a bater em mim!

Crisântemo: Dizia ele, *Olha lá como é que queres que eu lhes bata, estar a bater nelas é como eu estar a bater em mi.* Por isso talvez, por essa situação, a minha mãe se torna-se mais rígida para impor respeito, se não..

### **E a Orquídea?**

Orquídea: Eu tive uma juventude muito alegre, sempre fui... sempre gostei muito de bailaricos! Dançar!? Não parava, tinha um grupo de raparigas naquele tempo, tinha 15/16/ 18 anos, 19. Só quando cheguei aos 20 é que abrandei um bocadinho porque o meu marido assim o fez. Depois veio os filhos, abrandei uns quantos anos, fui levantando a cabeça e assim foi passando tempo.

### **Quem ensinou?**

Orquídea: Ninguém filha, foi o tempo!... Foi o tempo e a força de vontade, talvez e a vida! A vida, porque o meu marido era... tinha um feitio muito diferente do meu...

### **Sim, mas estou a falar dos seus pais, da sua mãe.**

Orquídea: Não, não. Não tinha muito convívio com a minha mãe. Era uma pessoa muito boa, mas tinha que trabalhar para mim e não tive muita confiança nem com o meu pai, nem com

ela. Naquele tempo eramos obedientes, respeitadores. Sempre e até aos 20 anos, fui uma pessoa sempre assim e depois fui aprendendo com o tempo. Com o tempo.

### **E o espirito?**

Orquídea: Sim, sim, apesar de ter abrandado um bocadinho nessa altura quando vieram os filhos mas o espirito continuava cá, quando ele pôde sair saiu.

### **E quando é que foi?**

Orquídea: Tinha eu para ai 70 e tal anos, quando me vi sozinha, quando me vi sozinha!

### **É bonito aos 70 ter...**

Orquídea: Quando me vi sozinha é que o espirito soltou mais.

Hibisco: Eu queria dizer uma coisa que eu queria acrescentar, depois disto na infância. Também depois tive a sorte de encontrar uma pessoa alegre e bem disposta e que é muito minha amiga e que me trata muito bem, e que me faz ser feliz, e que me faz tudo do melhor que pode haver na vida e tudo isso conjuga que agente se sinta feliz e tenha vontade de viver. Automaticamente a pessoa tendo vontade de viver não pensa na velhice, não pensa no resto. E a minha maneira de estar na vida é esta.

### **E a Rosa...**

Rosa: Filha eu...

### **Quem é que lhe ensinou?**

Rosa: A mim não me ensinou ninguém, aprendi com o tempo. Sozinha, ninguém me ensinou.

### **Então esse espirito vem de dentro desde que nasceu? Já nasceu consigo?**

Rosa: Sim, nasceu comigo.

### **A Flor pode falar...**

Flor: Olhe, eu também aprendi comigo! Porque eu com a minha mãe não aprendi nada. Criei as minhas filhas, a minha mãe nunca teve, nunca foi assim uma pessoa de ajudar nem nada. Aprendi mesmo com a vida também.

### **E depois quem lhe ensinou a ser assim?**

Flor: Ninguém me ensinou, aprendi com a vida, ia com o meu pai trabalhar para o campo, tive que ajudar a criar os meus irmãos, e eu era a mais velha deles todos. E felizmente reagi à minha maneira, ia fazer! E foi assim.

## **E a Iris?**

Iris: Eu tive uma infância muito feliz, muito feliz mesmo! E porquê? O meu pai teve a sorte de...eram 13 irmãos e teve a sorte de ser criado pelo conde Mateus, da Casa de Mateus. Portanto, ele ali já teve uma vida diferente. Tivemos uma educação muito rígida, que o meu pai era muito rígido, nesse aspecto, mas aprendi muito com ele e com a minha mãe. A minha mãe era uma pessoa, que parecia que no além, noutra mundo, tinha sido uma princesa! Era uma pessoa muito religiosa, não ouvia uma asneira da boca dela. E festas? Não me deixavam ir para festas sozinha, nem para os bailaricos. Mas ensinaram-me tudo o que eu sei, eu aos 8 anos de idade já trabalhava, mas foi por opção própria, porque eu adorava. Eu é que ia ninguém me mandava fazer nada. Eu é que gostava de fazer, de ver o que a minha mãe estava a fazer, queria aprender e aprendi muita coisa com ela. Até casar, casei e fiquei em casa dos meus pais, até ir para Angola.

**Vocês ao longo da vida tiveram alguns contactos intergeracionais? Com outras pessoas de todas as idades? Quando eram crianças lembram-se de alguma pessoa mais velha que vos tenha marcado, que vos tenha ensinado alguma coisa, que vos permitiu ser quem são hoje?**

Orquídea: Olha eu tenho uma coisa significativa, mas eu morava numa casa num 2º andar e morava por baixo da minha casa, uma senhora mais velha que o marido tinha sido embarcado. Ela tinha 4 filhos ou 5 e ela dizia sempre assim, porque ela sabia dos problemazitos que eu passava com o meu marido, e ela dizia assim, *olha filha eles façam lá o que fizerem, que o meu marido também fazia muita partida, 4 e 5 meses lá fora e eu é que tinha de trabalhar para dar de comer aos filhos, mas não há nada como os nossos maridos*. E e eu aguentei, suportei 53 anos isso. Porque ela sempre disse isso, não há nada como nem é os nossos filhos que nos aturam, os maridos é que são o nosso viver, portanto a gente tem de perdoar. E ela era assim.

## **E ela tinha que idade?**

Orquídea: Nessa altura tinha 70 e tal anos e eu tinha para aí 30 e tal.

## **Alguém tem mais uma memória?**

Iris: Eu tenho memória de uma tia que foi que nos criou, que nos ajudou a criar também para os meus pais poderem ir com o pessoal para o campo e tudo. E ela aos 10 anos ficou paralítica. Apanhou, teve uma meningite e ficou com os dedos assim presos e as pernas e ficou sempre com a minha mãe e foi com um cordel, com cordãozinho, naqueles berços que havia antigamente, ela puxava e foi o que nos ajudou a criar! E foi também quem nos ensinou muita coisa, ensinou-me muita coisa, mesmo sendo ela solteira, nunca casou, e ela foi quem me pôs ocorrente de tudo, do casamento e tudo. A minha mãe falava connosco, falávamos de namorados, falávamos de tudo, mas certas coisas a minha mãe ainda se acanhava um bocadinho. Mas a minha tia não! Aprendi muito com ela nesse aspecto. Dormi muito com ela, que ela era a minha companhia, a minha tia era muito mais velha do que eu.

## **A Cravo?**

Cravo: Eu tive uma, que era mãe da madrinha da minha irmã mais nova, a minha mãe saía e nós ficávamos ali sozinhos e essa senhora, de vez em quando, se a gente chorasse é que ia lá ver (emocionou-se). Tadinha, tão velhinha, tão pobrezinha e ainda nos matou a fome algumas vezes (emocionou-se) e essa coitadinha é que deu olhos pela gente.

### **Deu carinho?**

Deu mais carinho que a minha mãe.

A Crisântemo?

Crisântemo: Portanto eu tenho alguma referencias de pessoas mais velhas que também gostei muito. Vizinhos que tinha que com eles já partiram. Sinto tanta saudade e tanto desgosto quase como família. Tínhamos então um casal que era marido e mulher que serviu de alguma diferença de algumas coisas, que pronto que hoje ainda recordo... Também era mais velhota, era mais velha que a minha mãe e que o meu pai. Ao ponto de haver uma intimidade tão grande com os mais velhos, tratávamos por tu e era uma pessoa muito...

### **E a Hibisco teve quem?**

Hibisco: Também tive esses vizinhos que eram como família ou mais ainda, quando eles faleceram. Faziam-nos tas tranças para irmos para a escola, ajudavam-nos nos trabalhos de casa, ela a senhora. Era como se fosse família chegada. Era nossa amiga, ela e o marido. O marido era sub-chefe da Guarda Nacional Republicana e tratávamos por tu...E temos uma vizinha, ainda hoje a viver com 103 anos que essa vizinha que nós gostamos muito que também nos ajudava. Portanto, não era ajudar monetariamente nem nada, mas ajudava-nos a despachar para ir para a escola, a estarmos com ela, conversar connosco, cantar cantigas etc. Essas pessoas para mim e para a minha irmã marcaram-nos muito, eram mesmo como família ou ainda mais. E ela ainda é viva, aqui há tempos fomos vê-la, com 103 anos, é a única que nós temos ainda viva, o resto já tudo faleceu.

### **E a Rosa tem alguma memória de uma pessoa adulta que lhe tenha ensinado? Uma coisa que foi importante para si?**

Rosa: Filha a única memória que me puseram a servir andava a guardar o gado e quando me tocava...Mas olhe...não tenho memória de ninguém de me ensinar nada.

### **Não? Não houve nunca ninguém? Não houve nenhum senhor que lhe tenha ensinado qualquer coisa que a senhora se tenha lembrado de adulta?**

Rosa: Não, não me lembro de nada.

### **A Flor?**

Flor: Eu tinha uma tia que já faleceu também deu-nos uma mãozinha, também a minha mãe deixava-nos às vezes com ela, eu era pequenita e tinha o cabelo muito grande e dava cá para baixo, ora ela como era ela a arranjar-me, a minha mãe nunca me deixava, ela cortou-me o cabelo para poder pentear (risos). Eram ricas coisas que eu tenho !(risos)

**Acham que ao longo da vossa vida tiveram sempre contato com toas as idades? Ou eram mais com pessoas da vossa geração, ao longo da vida?**

Todas imediatamente ao mesmo tempo: Sim.

Iris: Com mais velhos, e talvez vivêssemos mais intergeracionalidade nessa altura que agora.

**E porquê?**

Iris: Porque vivemos. Nós brincamos com os jovens, íamos tínhamos o pessoal a trabalhar já com mais idade e nós íamos para junto deles. Fazíamos uma sementeira, por exemplo, íamos todos juntos, era velhos e novos. E havia mais respeito, uns pelos outros. Vivia-se mais portanto a geração, a intergeracionalidade, era mais vivida naquela altura do que nesta.

**Todas concordam?**

Sim (todas).

Crisântemo: Eu também, eu e a minha irmã, eu como tive menos contatos de miúdos para brincar, mas tinha mais com idosos, eram esses os meus amigos, vizinhos e assim, que eram muito mais velhos! Eram até mais velhos que a minha mãe e que, mas eram pessoas muito bem formadas, com muitos bons conselhos, sempre muitas vivências, sempre muitas coisas para contar. E o meu pai como já lhe disse que era sapateiro, tinha empregados e nós tínhamos uma ligação aos empregados que não há palavras, era uma família. Estava a chover e o meu pai mandava-os e eles iam buscar à escola e traziam-nos. Agente falava com eles como uma família pronto. Era...fazia parte do nosso dia-a-dia. E já eram pessoas muito mais velhas que nós.

**E agora nesta idade o que é que vocês acham, o que é que entendem por relações intergeracionais?**

Iris: Agora a diferença é muito grande, antigamente era o carinho, era o amor que a gente sentia por essas pessoas. Agora não, maior parte das vezes é por interesses. Porque andam os miúdos ai uns com os outros, eles não fogem muito para as pessoas mais idóneas. Mas se lhes oferecerem, já não quer dizer que lhes ofereça um pedaço de colo ou copo de sumo, não, se lhes oferecer qualquer coisa da vontade deles, eles sim senhora, aceitam!

**Oferecer o quê?**

Iris: Oferecer por exemplo. Como se sabe não tenho dificuldade em relacionar-me com os jovens, até porque me relaciono muito bem com eles. Mas se nós pusermos, um exemplo, eles têm um objectivo, se agente se ajudar a concretizar esse objectivo temos tudo deles, se não ajudarmos, não temos nada.

Flor: É por interesse.

Orquídea: Alguns .

Crisântemo, Hibisco, Cravo: Não são todos.

Flor: A maior parte.

Iris: Eu tenho aqui alguns mesmo de 10 anos para cima, se eu lhe pedir um favor para me ir buscar 1 l de leite ao Dia, ele não vai, ai agora tenho de fazer isto, tenho de fazer aquilo... Mas se me sobrar um bolo à noite e eu disser assim *olha quem quer um bocadinho de bolo?* Já me aparecem 7 ou 8, só aí vê-se que não fazem as coisas de livre vontade é por interesse.

Crisântemo: Eu acho portanto, os jovens no meu tempo, o idoso era tratado com respeito, mais carinho, era impensável, chamar um nome qualquer a um idoso, não o ouvir ou gozar de alguma coisa que ele dissesse ou que nós nos atrevêssemos a dizer está ultrapassado, por isso. Os jovens não são mais, não quer dizer, hoje em dia, o que não há é aquela educação, aquele respeito.

Flor: A educação vem de casa não é?

Crisântemo: Não há aquele respeito, aquela educação, aquele gostar dos idosos como era antigamente. Era impensável a gente levantar a voz para uma pessoas mais idónea ou chamar-lhe um nome, o dizer que não estava actualizado. Agora qualquer jovem diz *ah você é cota isso não é assim ou até*, talvez não tratar mal, mas alcunham-nos disto ou daquilo, que a gente está desactualizado ou não sabemos.

### **A Orquídea quer falar?**

**Orquídea** :Eu quero falar porque eu comecei a conviver mais neste grupo tanto com jovens com mais pessoas da minha idade, porque ele não gostou de muitas confianças, porque o meu marido foi sempre uma pessoa muito fechada. Mas à conclusão, eu tenho-me dado muito bem e não há ninguém que me falte ao respeito aqui. Eu recordo-me de há anos, rapazinho que andavam aí e que hoje são homens que eu nem, às vezes eu os conheço bem, mas ou vou no largo, vou ao pé da farmácia ou passeio, eles estão do outro lado e gritam pelo meu nome, até hoje nenhum me faltou ao respeito apesar desta idade.

Iris: Mas para ver, mesmo os jovens, até basta irmos no autocarro, antigamente mal entrava um idoso ou uma mãe com uma criança ao colo, ou uma senhora grávida, levantavam-se 2 ou 3 ou 4 ou 5 fossem ali para darem lugar à senhora. Agora viram a cara para o lado e ainda tratam mal a pessoa que lhe dão o lugar. Vai uma pessoa na rua se for carregada com dois sacos, não há um jovem que lhe deite a mão, para ajudar e levar o saco à pessoa. Antigamente, íamos à fonte, vínhamos carregadas com um caneco na cabeça e o regador na mão e tiravam-nos o regador e levavam a casa.

### **A Rosa acha o mesmo? Qual a diferença das relações intergeracionais do passado e de agora?**

Rosa: Acho que antigamente as pessoas eram mais educadas que agora.

### **Está a falar de todas as pessoas ou está a falar dos só dos jovens?**

Rosa: Dos jovens, antigamente era educada, agora já não vejo gente educada como eramos nós.

### **E a Cravo?**

Cravo: Mas eu lembro-me quando fui criada, antes de ir servir, havia lá uma velhinha que não tinha quem lhe fosse buscar água exemplo, ela apanhava a água das telhas, e eu de vez em quando, tinha lá outra rapariga íamos busca-la a água, não é com interesse porque ela não tinha nada para dar coitadinha. Ela apanhava a aguinha das telhas para ter água. Então eu de vez em quando, aparecia-lhe com cantarinho de água e ela *ai filha que deus te pague*. Era com o que ela pagava, com esse carinho. Então no dia seguinte aquela hora ia. E a minha mãe dizia perguntava onde eu tinha ido e eu respondia que tinha ido levar água à tia Maria. E ele só respondia *Ah tá bem*. Eu mal conhecia a mulher, era uma pessoa de idade, morava ali, que eu fiquei a saber que apanhava água das telhas que não tinha ninguém.

### **E agora já sentiu algum jovem que tenha feito também igual?**

Cravo: Há aqui jovens que muitas vezes encontram-me vem ter comigo e dizem quer que eu levo o seu saco a casa? Tenho disso.

### **A Flor estava a falar de educação...**

Flor: Sim, antigamente era outra educação, não é agora, de pais para filhos, de filhos para pais, é muito diferente de como é agora, não é?! Eu acho que agora os jovens é como diz a Iris é por interesse.

### **A Hibisco?**

Hibisco: Eu em parte estou de acordo, mas acho que há jovens educados, eu não tenho razão de queixa de ninguém, nem daqui nem de lado nenhum. Há miúdo rapazes que me vem cumprimentar, quase sem os conhecer, não tenho assim razão de queixa. Não tenho assim grande queixa dos jovens, acho que, não quer dizer que eles não sejam, como nós eramos antigamente. Talvez agora há mais abertura, há mais confidencialidade, há mais confiança, há mais isto, há aquilo e eles abusam mais um bocadinho. Mas bem, bem conversado e se nós mais velhos dermos uma certa abertura, falarmos com certo carinho e não sei quê, eles são capazes de ir lá. Eu penso assim, as pessoas mais novas, não é a nossa geração como a de hoje. Portanto, os pais, acho que não cultivam tanto os valores da educação e do bem tratar o próximo como era no nosso tempo.

### **Então é a sociedade?**

Hibisco: Os jovens são aquilo que lhes ensinam todos sabemos, e aquilo que lhes dizem por fim ao cabo são bons e maus como era no nosso tempo, só que nós tínhamos os nossos pais, tinham outra postura de vida, outra educação para...Agora maior parte dos pais vêm os filhos partir tudo, mexer tudo e não dizem nada.

### **Isso tudo que estão a falar afasta-vos das novas gerações?**

Disseram todas em conjunto: Não, de maneira nenhuma!

Flor: Tentamos chamá-los atenção.

Orquídea: Ontem comigo aconteceu, estava no almoço e estava um rapazinho a prestar auxílio à nossa mesa, eu não conheço o rapazinho de maneira nenhuma, mas que reparei que ele me conhecia porque ele estava sempre a citar o meu nome, quer mais isto, quer mais aquilo e perguntei ainda, não sei se ele é aqui do centro, mas é um rapazito assim crescidote altito, deve ser daqui, eu não o conheço, mas achei graça porque a maneira como ele me tratava e até ainda perguntei se ele era do Bairro, mas ninguém me soube dizer, até hoje não sei quem ele é.

**Vocês disseram que, de todo não, este motivo dos jovens serem assim, de terem interesse, da sociedade estar diferente, não vos afasta dos jovens?**

Hibisco: Absolutamente, antes pelo contrário. Temos é de saber levá-los como deve ser, com bons modos, com boas maneiras e vai do princípio não é?!

Iris: É verdade, costuma-se dizer que não é com vinagre que se apanham as moscas! Não, mas eu antes de vir aqui para o Espaço, eu não passava ali nos cor-de-rosa, não atravessava os cor-de-rosa do Dia aqui. Estava ali tudo cheio sempre de rapazes e tudo e eu tinha receio não passava. Nunca me fizeram mal nenhum. Não é como no meu Bairro lá de baixo, na minha zona, também eles, também estão lá e também não passam. Eu é que também não os conhecia e sentia-me assim um bocadinho acanhada. Depois que vim para aqui, podem estar ali, sei lá, os que estiverem, passo ali, todos os dias e são todos bem-educados para mim. Também sou para eles, porque eu também sou para eles, eles vem aqui todos e sabe que me tratam todos por avó, desde o mais pequenino ao maior eu sou avó, avó. Começou um, começaram todos uns atrás dos outros e não tenho uma relação má com eles, antes pelo contrário, tenho uma boa relação até. Mas eu ter dito que eles são um bocadinho interesseiros e assim são, agora que eu tenha má relação com eles, não. Tenho uma boa relação, mas muito boa com eles todos.

Orquídea: Mas também há aquela fase dos 13, 12, 14 anos muito maus. Tirando isso, passando aquela fase, eles são muito meigos, mas nessa altura é que eles são muito maus, tem que agente saber levá-los, nessa altura. E é difícil!

**Aqui a Flor em relação aos jovens, que de todo não afasta, porquê?**

Flor: Ah, porque agente também precisa de os acarinhar! Não é espezinhar, não é!? Temos de conviver com eles, também não tenho razão de queixa de nenhum.

Rosa: Nunca me faltou ao respeito nenhum, também não tenho queixa de ninguém, gosto deles.

A Cravo?

Cravo: Aqui a maior parte também me chama avó, olha avó, às vezes quando os meus netos me chamam avó, vem outro chama-me avo e eles dizem assim, *ela não é tua avó é minha avó*. (sorriu) E eu gosto deles, então quando há um jovem mais travesso agente não os pode afastar, temos é que os acarinhar...

Orquidea: É o que eles querem!

Cravo. Para que eles mudem sejam melhores e pronto!

Hibisco: Eu moro aqui há muitos anos e quando vim viver aqui ao principio ainda ela cá não estava, veio depois, eu tinha medo de passar na ponte e ir para aquele sitio ali, tinha medo, não sei porque, pronto! Tinha medo que alguém me fizesse mal ou assim ou não sei o que, não gostava. A minha irmã até dizia assim *ah és muito fina tem medo de que? Ninguém te come...* Depois comecei a ir até depois ela veio para cá, comecei a ir mais para ali assim e agora vou dali do largo, daqui e dali, de qualquer lado e não tenho medo nenhum! E toda a gente me trata bem e fala-me e nunca me disseram nada, nada, nada, falam-me bem e eu também falo, cumprimento as pessoas que não conheço, até boa tarde, bom dia e cumprimento toda a gente mas aconteceu-me isto.

Crisântemo: Nunca cheguei a chamar ninguém atenção mas se alguém me fizesse alguma coisa eu depois educadamente diria qual era a minha opinião, olhe não leve a mal, mas isto ou aquilo, não deve fazer ou assim, não tinha problema nenhum, sem ofender.

**Acham que a sociedade está aberta para todas as idades?**

**Para que as pessoas convivam naturalmente umas com as outras ou há preconceitos ou há algo que faz com que as pessoas voltem as costas umas às outras? Se como vocês disseram antigamente as relações entre todas as gerações eram diferentes, a sociedade mudou, não é? E neste momento vocês estão, são mais velhas, já passaram por jovens, neste momento como é que vocês olham para a sociedade? Ela está aberta a que vocês entrem e participem com todas as idades? Há alguns preconceitos por de trás?**

Orquídea: Eu digo que há muitos preconceitos filha, porque para dizer que há muita gente, ou porque estão atrasados ou porque não querem saber da evolução do tempo ou não têm educação para isso, porque muita gente que não quer saber. Há tanta gente que não quer saber o que se passa!

Iris: Agora está mais fechada ao diálogo! Antigamente, havia mais dialogo, havia conversas de quintal, juntávamo-nos todos ali à conversa, conversas de rua, convivíamos mais e agora não. Muitas mulheres naquela altura não trabalhavam porque eram os maridos que trabalhavam e elas tomavam conta dos filhos. Mas agora como toda a gente trabalha, saem de manhã, vêm à noite, não há diálogo. Eu estou ali no meu prédio, no prédio onde vivo, somos 7 habitações, eu tenho lá vizinhas nem aos fins-de-semana os vejo, porque nem à varanda vêm dar um bom dia ou não e somos uma família. Eu saio, não sabem para onde eu vou, só se virem lá o meu carro, que dizem está cá. Não há, e eu também como converso muito aqui, quando chego lá, não tenho mais para conversar. Mas vou daqui, varro a minha varandinha, lavo, rego os canteiros, meto-me dentro de casa, vou fazer as minhas coisas, porque durante a semana, não há tempo para fazer essas coisas e precisamente por causa disso, não há tempo para o diálogo.

Crisântemo: E também as habitações eram diferentes porque eram casas pequenas toda a gente se conhecia, tipo casas só de um andar, ou só de dois ou assim. Agora este inferno

destes prédios que a maior parte como eu, por exemplo não conheço nem metade das pessoas que moram, eu sei lá, conheço o meu piso e porque tenho sorte de ser a minha irmã ao meu lado, e eu que sou um bocadinho cusca e da janela conheço muita gente que lá mora. De contrário a esta passa-lhe tudo ao lado. (sorrisos)Eu de vista conheço toda a gente, sei que moram ali, mas não me perguntem o nome não me perguntem a letra onde elas moram, não sei. Eu sou cusca desculpe lá, isto vai ficar gravado eu gosto bem é assim sou cusca no bom sentido, o resto eu. Mas eu fixo, percebe e tenho atenção daquilo que estou a ver e pronto, não é por quere fazer quer saber se vai se não sai, preocupo-me em saber quem é que mora, e como é e como não é. E ela passa-lhe tudo assim mais ao lado e assim, mas a maior parte das pessoas, eu entro na escada, nem entro nem saio, passa uma pessoa no all da entrada por mim que eu não conheço e não cumprimente, mas a maior parte das pessoas não fala, não se dão ao trabalho de dizer bom dia, boa tarde que é uma coisa que é uma pessoa...exatamente, por exemplo, o filho do Sr Candeias que mora ali, no rés-do-chão passa, conhece-me há 16 anos e eu a ele, já fez parte da administração, se for preciso passa ali nem bom dia, nem boa tarde, agente fala é uma pessoa que nem bom dia, nem boa tarde...

E a Rosa?

Rosa: Eu gosto de falar para toda a gente.

**Mas acha que a sociedade, agora neste momento, está aberta ou há preconceitos, tem liberdade de fazer tudo o que quer com todas as idades ou pode?**

Rosa. Eu acho que sim, mas não quer dizer que se pode fazer tudo.

Cravo: Isto agora está tudo mudado, nem as próprias varandas, ao pé da gente, ligam nenhuma, nem querem saber se uma pessoa está bem, se está mal, se está, não há vizinhos, a gente às vezes, ai e falem ai eu quero lá saber, eu quero é saber de mim, não quero saber dos outros. É tudo falta de diálogo.

**E a Flor?**

Flor: Eu realmente moro no 4 ° andar, dou-me bem com todos. Há 31 anos que estou ali, são muitos bons vizinhos, estão sempre preocupados, se falta alguma coisa se é preciso, não tenho razão de queixa deles.

**E vocês ao longo da vida, foram envelhecendo socialmente, isso quer dizer que as relações que tiveram com amigos, com colegas de trabalho sempre cultivaram isso ao longo da vida ou isolaram-se ao longa da vida?**

Hibisco: Posso falar eu, eu trabalhei 30 anos, ainda hoje me dou com muita gente com quem me dou, isto é falo ao telefone, telefonam para mim. Até tenho uma amiga que é minha colega, que está no Gerês, telefona-me e eu telefono para ela. Outra está na Costa da Caparica, outra mora na Amadora e em vários sítios e falam-me e conservamos essa amizade, por alguns, eu gosto mesmo bastante. É evidente que há outros que eu não falo tanto e alguns já morreram eram mais velhos e...

### **Mas agora continua?**

Hisbisco: Continuo a conversar com eles ou por telefone ou falo.

### **E continua a ter novos amigos? Novos amigos, colegas para conviver, para conversar continua a ter?**

Hisbisco: Continuo a ter e o meu marido também, e às vezes vamos visitá-los e outras vezes vêm aqui visitar-nos a nós, mas pronto, não é como era antigamente, eu já não trabalho, sei lá trabalhei 30, já não trabalho já alguns 20 anos. Portanto, isso foi-se degradando. Algumas pessoas, é como digo, tenho muitos colegas que já morreram, mas tive colegas excepcionais, homens mesmo! Colegas excepcionais que me foram ver à maternidade.

Crisântemo: A minha experiência de trabalho foi pouca, só trabalhei 15 anos, enquanto solteira depois só trabalhei 8, mas ainda tenho algumas amigas em que contato com elas e a gente fala. Já fizeram até um jantar, já fui uma vez ou duas até um almoço que reuniam as pessoas daquele tempo em que eu trabalhei com elas e tal mas pronto. As amizades e realmente era como família eram no local onde nasci e fui criada, que aí é que era. Era e é as pessoas que ainda são vivas.

Iris: Mesmo as que morreram nós quando lá passamos *olha aqui morava a tia carolina*, por exemplo. *Olha aqui morava tia fulana*. Ainda nos dá um nó aqui por dentro quando falamos dessas pessoas.

Crisântemo: Eu recordo que quando eu me casei, fui morar para Sacavém e eu morava no Beato. E aquilo para mim foi uma coisa tão triste, tão medonha porque aquilo não me dizia nada. O que me dizia era onde eu morava, no Beato! Ali é que era, que eu conhecia, pedia e fazia e tudo como fazia com os meus familiares. Agora evidentemente desde que frequento aqui o Centro é outro género de amizades de que vivências, já doutra idade, doutra disposição de vida e diferente que também não quer dizer que sejam tão intimas como as que eu. Mas são as pessoas muito importantes, talvez mais importantes de que toda a vizinhança que eu conheci ao longo da minha vida, que me casei e que fiquei a morar porque agora aqui estas pessoas dizem-me mais que as pessoas do meu prédio. Não digo a minha vizinha do lado né? Pois não convém, mas de contrário tudo é estranho.

E a Rosa?

Rosa. Se eu tiver aqui alguma aflição é aqui que venho.

### **A Rosa sempre teve amigos ao longo da vida?**

Rosa: Sim, sempre tive amigos.

### **Sempre teve uma melhor amiga? Sempre teve nunca se isolou?**

Rosa: Eu gosto das minhas amigas e elas com certeza também gostam de mim, não sei.

**E Flor?**

Flor: Eu também sempre me dei bem com as pessoas. Ainda agora, telefonou-me ontem, eram 11h da noite, ainda me telefonou uma que encontrei, essa era da minha aldeia, da minha criação, andámos nos trabalhos juntas e ela na clinica de sto antonio encontrei-a lá em baixo, trocamos telefones, já há muitos anos que a gente não se via...

### **Nas noivas de Sto António?**

Flor: Não, nas festas de sto António. Então ela ontem à noite, eram 11h eu já estava na cama, toca-me o telefone lá fui eu, era ela (sorriu)! Nós tivemos para ali meia hora a falar. Colegas de trabalho ainda tenho muitas que me ligam. Tenho uma chamada de uma, ainda me dou bem com elas todas.

### **E Cravo?**

Cravo:Eu saí muito cedo da minha terra, eu tinha poucas amigas, mas fui criada em Sta Zita e lá arranjei muitas amigas, tinha lá muitas amigas. Mas a maior parte das amigas arranjei-as aqui, umas que já trazia quando vim para cá aqui no Centro. E outras, já arranjei aqui, talvez as minhas melhores amigas estão aqui no Centro.

**Vocês consideram que têm mais amigos hoje ou no passado? Só precisam de dizer sim ou não.**

Iris: Ai eu tenho hoje.

Rosa: Hoje.

Flor: Eu tenho hoje.

Hibisco: Mais no passado.

Orquídea: Sempre muito fechada.

Cravo: Não eu não posso dizer isso, eu tenho algumas do passado, uma até está aqui.

**Mas são mais amigos, costuma-se dizer os preconceitos, olhe para trás e vejo não tenho os amigos que tinha no passado, mas o que é que vocês que chegaram a essa idade, nem todos têm esse privilégio de chegar à vossa idade, vocês chegaram neste momento. Digam-me vocês se isso é verdade? Olham para trás e tiveram mais amigos no passado ou agora?**

Crisântemo:Eu acho que agora temos mais amigos que no passado.

Hibisco:Eu não.

Então agora Cravo?

Cravo: Eu tenho mais amigos agora que no passado, talvez por eu saído muito cedo, não ter muita convivência, tenho mais amigos agora.

Iris: Eu não, tinha mais no passado. Tinha mais porque tinha e tenho ainda hoje me relaciono com eles porque estão em França, Luxemburgo, estejam eles onde estiverem nós em Agosto juntamo-nos ainda para fazer o nosso passeio para fazer o nosso almoço. Aqui eu. Não... aqui tenho muitos amigos agora, inclusivamente destes que estão aqui no centro. Gosto muito das pessoas! É evidente que gosto mais de umas do que outras, aprecio mais ou qualquer coisa não sei. Mas que no passado eu tive muitos amigos. Tive muitos amigos da escola, de infância, de trabalho, fiz muito amigos, não tenho agora mais que tinha naquela altura, não posso considerar isso.

Crisântemo: Quando era miúda, quando era nova muitos amigos mesmo, que ainda hoje os conservo. Até tenho uma amiga que está no Canadá, minha amiga de infância. Eu tive muitos amigos, colegas e mas eu ao longo da minha...tenho amigos de há 40 anos, 40 e tal, já conheci depois de casada e que continuam a ser fiéis e mesmo amigos do peito. Mas hoje tenho mais porque tenho os amigos das minhas filhas, os amigos dos meus genros, os amigos dos meus netos, exactamente que me chamam avó...os meninos, eu vou, vai à bola com os meus netos sou avó...Por isso, eu hoje tenho pessoas, claro que amizades de infância, que a gente foi criada porta a porta isso assim. Isso são coisas únicas! Mas estas pessoas, os pais dos colegas dos meus netos, que me tratam tão bem e tudo isso, também considero meus amigos, porque me falam e respeitam.

Iris. Eu também tenho esse núcleo todo.

**Se calhar eu induzi-vos muito, podia ter perguntado os relacionamentos...**

Iris: Ah assim está melhor.

**Porque vocês são um grupo muito interessante e vocês remeteram logo para a amizade o que era amizade para vocês. Mas eu compreendi-vos, compreendi.**

**Quais os benefícios que vocês tiveram nas relações? Com quem é que vocês acham que as pessoas se deveriam relacionar?**

Iris: Relacionar-se com toda a geração, é saudável. Porque se aprende muito, tanto se aprende com os mais velhos como com os menos velhos, aprende-se muita coisa. Todas mais um bocadinho os mais velhos, aqueles que não têm mobilidade de resto, temos de nos relacionar com toda a gente. Mas pensar um bocadinho no relacionamento to com os mais idosos, ajudá-los mais, ajudá-los mais um bocadinho.

Flor: Sim, faço a minhas palavras dela.

**Escolheria para conviver pessoas mais velhas ou pessoas mais novas ou pessoas da sua geração?**

Flor: Acho que escolheria mais ou menos da minha geração.

**E para conviver, com as pessoas mais novas o quê?**

Flor: Para orientar e para ajudar em alguma coisa que fosse preciso.

### **A Rosa?**

Rosa: Conviver com as pessoas mais novas e com os mais velhos.

### **Porquê?**

Rosa. Porque era para estarmos bem nós todos.

### **E a Cravo?**

Cravo: Eu penso que o convívio deve ser geral, com todos, tanto faz ser jovem, ser idoso, como...Eu por exemplo, quando era mais nova, antes de me casar, eu dava-me bem, as minhas colegas eram pessoas assim mais idosas, mais de 30 e 40 eram as minhas companhias. Já quase todas morreram não é?! E agora? Agora dou-me com toda a gente. Tanto me dou com jovens a conviver numa festa dos jovens, como dos idosos, como com menos idosos.

### **E a Hibisco?**

Hibisco: Eu também portanto eu gosto de conviver com toda a gente tanto pode ser jovem, como ser mais idosos, como ser menos idoso! Gosto de conviver com toda a gente e acho que devemos conviver porque nós aprendemos com eles e eles aprendem connosco. Eu aprendo com os mais jovens, eu aprendo com o meu neto que tem 9 anos. E ele aprende comigo, digo eu *oh filho não é assim, não debes tratar o menino assim oh vou eu troquei isto com o menino, mas não debes trocar filho, tu tens as tuas coisas e o menino tem as dele, não debes trocar debes ficar com as tuas coisas.* Dou-lhe as minhas ideias e ele diz *pois é avó tens razão*, está bem (mas depois faz o mesmo mas enfim). Tenho com os meus sobrinhos netos, portanto eu aprendo com essa gente toda. E gosto muito de conviver com eles e com as pessoas mais jovens e com as pessoas mais velhas e não tenho diferença nenhuma de falar se eu fosse conviver com mais velhos com os mais novos. Eu aprendo, estou sempre aprender e eles também aprendem comigo algumas coisas, ando sempre aprender.

Crisântemo: Eu também sou da opinião que temos de conviver com todas as gerações. Evidentemente que há certas conversas minhas, antigas e recordações e tudo, dá-me muito mais prazer falar com uma pessoa da minha idade e que viveu e tenha as minhas vivências e as minhas ideias e as minhas maluqueiras e tudo meu!. Mas também com os jovens é muito importante falar e muito enriquecedor, sabem coisas que uma pessoa fica de queixo caído, dizem coisas e ideias e maneira de resolver as coisas e isso assim que a gente, por exemplo, fica de queixo caído. Com coisas que os jovens tem e agora, pois se for uma conversação da minha idade, da minha geração estou mais à vontade a falar com uma pessoa que fala a mesma língua que eu e as minhas vivências e a mesma idade, mas de aprendizagem de certas coisas, pois os jovens é 5 estrelas, agente até fica de queixo caído!

### **E a Orquídea?**

Orquídea: Eu não, como mais velha, como tenho esta idade, gosto de conviver com um bocadinho de mais novos do que eu, porque costumo dizer com os mais velhos não se aprende

nada (sorrisos). Mas lembrem-se que tenho 84 anos não é?! Mas como sou um bocado fechada gosto de ouvir os mais novos, um pouco! Não digo muito novinhos, mas gosto!...

**Vocês estão aqui porque vocês são as pessoas que mais participam em actividades intergeracionais. O que é que vos leva a estarem sempre envolvidas em todas as actividades intergeracionais que são promovidas ou pelo Centro, ou pela Escola primária, ou pela Associação Intergeracional ? Porque é que vocês acatam sempre o desafio de trabalhar e de se envolver nas actividades com as pessoas mais novas, com os jovens?**

Orquídea: Eu quero falar primeiro que tudo, eu já além com a São e a Maria, já tivemos um bocadinho sim, porque eu preciso de trabalhar e eu não posso tar parada! Não posso mesmo! Sinto-me melhor acabar de almoçar e mesmo bebo o café, posso me sentar nessa altura, mas desde logo fico ali, levantada até às 15h30 /16h a lavar a loiça.

Flor:Nós com pena de si, nós trabalhávamos e a Primavera descansava.

Orquídea: Mas eu já disse a vocês ,eu até corro com eles!

Iris: Agora já deixamos.

**O que é que vos motiva, porque é que estão sempre em todas as actividades intergeracionais? Vocês já perceberam, vocês já estão aqui há muitos anos, no mínimo 7 anos, vocês estão sempre em todas, participam em todas, convivem com jovens. Porquê?**

Iris:É saudável participar com os jovens em muitas actividades com eles.

Orquídea:Eu gosto muito de me tornar útil, seja lá para o que for. Infelizmente certas coisas já não posso fazer mas seja lá o que for não gosto de estar parada.

**O que é que a motiva...**

Iris: Motiva-me muito porque eu, eles motivam-me. Eu vou para ao pé deles com um gozo que não faz ideia. Olha eu vou agora explicar uma coisa, quando foi o almoço de aniversário do grupo, eu estava com um certo receio, porque não sabia como é que deveria fazer, se ia por tudo no prato na mão se ia por tudo sentado, se por tudo com tabuleiro, quer se dizer tinha que andar ali a ver o melhor e fiz duas reuniões. A primeira perguntei, convidei-os jovens que queriam ir mais ou menos aqueles que eram necessários, não eram precisos muitos, se não atrapalham-se. Nenhum me disse que não. Vieram todos, sentei-me à mesa com eles, tu vais? *Sim senhora*, disseram todos que iam. Fiquei ali a saber ali. Na próxima reunião e ultima, foi para saber o que iam fazer pois eles são inteligentes, que no preciso momento do almoço de servir as mesas, bastava olhar para eles, eles já sabiam o que é que uma pessoa queria dizer. Chegou a Dra Constança, o senhor da Junta, senhor Vitor, Dra Sónia e eu não tinha mesa para eles. Eu só disse assim para a gémea Teresa, disse e ela disse que já ia. Percebeu o que eu lhe queria dizer foi logo a correr atrás de mim, a buscar a mesa, cadeira pôr ali logo tudo. Havia um lixo no chão, bastava olhar para eles andavam ali... Olha, eu tive orgulho deles naquele dia! E continuo a ter, cada vez e já tenho, cada vez que olho para os

jovens tenho mais orgulho neles porque eles quando querem fazem tudo ali direitinho. Quando lido com pessoas que os entendem e sabem compreender isso também é muito importante para mim. Porque eu disse *olha meus amores se me deixarem ficar mal eu não faço mais festas nenhuma* e a neta da Cravo disse assim *esteja descansada*. A Inês, o que o Marco, o José, o Rafa, as gémeas, e não foi preciso muito, eles puseram ali as coisas um espectáculo! E eu antes não acreditava que eles fizessem.

### **A Rosa o que é que motiva a estar em todas as actividades com jovens?**

Rosa: Porque agente gosta e sente-se satisfeita. Sentimo-nos mais jovens.

### **Dá-vos algum prestígio estarem a conviver com pessoas mais novas? Dá-vos um prestígio no sentido, um prestígio na comunidade? Eu ao lidar com jovem eu ganho um estatuto, um sítio no Baiorro que eu não tinha?**

Todas ao mesmo tempo: Dá sim senhora !

Orquídea: Eu acho que sim, dá mais a vontade para caminhar nos prédios, nas ruas.

Crisântemo: Só nós nas rua, por exemplo eu, eu conheço alguns miúdos na escola que não fixo todos e quando vou à escola cantar ou assim e que dizem olha é avó do Tomás, alguns andam na bola com os meus netos vai lá cantar à escola. A miúda pequenina que mal falava do prédio e que cada vez que via o meu marido vai tocar à minha escola não é?! Só isso a gente fica encantada, de ser conhecida.

Cravo: Ando ou isso e aparecem e dizem o meu nome, miúdos, grandalhões que já não andam ali na creche passasse o mesmo quando a mim basta-me sair ali fora, olha a mãe da Susana.

Iris. Esses últimos que andaram agora a tirar um curso de formação, eu não sei o nome deles. Há lá dois ou três, que me encontravam, um era o Luis, me encontravam *Olá Vó Boa Tarde Bom dia*. Eles iam acompanhados de outros que nunca os conheci de lado nenhum. E foi engraçado que um dia destes, estava na feira, andava na Feira do Relógio, estava a comprar os ovos para aqui até, e aparece-me um moço, uma cara não me era estranha diz ele assim, *Olá* eu pus-me olhar para o miúdo e fiquei assustada, queres ver que é conversa para me limpar a carteira? A gente olha logo para isso. *Olá!* E eu digo assim, *filho eu conheço-te mas não sei de onde?* Sou seu neto, sou colega do Luis (todos riram). Sou seu neto sou colega do Luis, que eu não conheço de lado nenhum, se o vir noutra lado sou capaz de não o conhecer, não é de cá, andava com ele dois ou três dias que viu, eu ia para o Dia e eles vinham, sou seu neto colega do Luís! Conheço pessoas que falam *Olá* e eu não conheço *Bom Dia*, *Boa Tarde*, não conheço, não sei quem é, se é daqui ou dali.

### **E por se sentirem bem leva-vos a participar sempre?**

Crisântemo: Mais ainda porque como é evidente. E nós trabalharmos com os jovens, não me levem a mal o que vou dizer, não são tão críticos como os mais velhos! Porque os velhos

estão sempre... os miúdos coitadinhos estão sempre no ar e não são tão críticos. Uns não digas isto, isso, assim e eles não, dão-nos força para a gente ir para a frente!

**Essa pergunta era a seguir, era como é que vocês vêem as pessoas da vossa idade, que têm mesmo a vossa idade, porque vocês, não sentem que têm 70 e até...vocês têm 30 e ...mas como é que vocês vêem as pessoas da vossa idade? Vocês sentem-se diferentes da vossa geração?**

Iris: Eu tenho pena delas coitadas, algumas. Eu sei que sou mais velha que muitas até, muitas são uma tristeza chegarem ali e estarem uma tarde toda sentadas ou a dar à língua e não fazer, nem jogarem a nada.

**E a Rosa o que é que acha? Como é que é a sua geração? Você é diferente? Sente-se diferente?**

Rosa:Eu acho que não me sinto diferente, eu acho que me sinto como me sentia.

**Mas sim, quando olha para o seu colega da sua idade ele é igual a si?**

Rosa: Pode não ser igual a mim, nós não somos iguais uns aos outros, temos feitios diferentes uns dos outros.

**A Hibisco como é que vê as pessoas da sua idade?**

Hibisco: Algumas, vejo-as como eu. Outras mais velhas que eu. Pareço mais novas do que elas, sinto-me mais nova! Olha para as pessoas e vejo, eu estou melhor que aquela parece que estou melhor!

Crisântemo: Não te vêes pois não, tens a mania que estás muito nova!

Hibisco: Tenho colegas minhas todas brancas todas não sei o quê, cheias, eu como não estou branca, estou preta (sorriu) aquela que vi lá à minha vista com 67/68 anos, eu tenho 71 eu disse para o meu marido, eu pareço mais nova que ela.

**A Cravo como é que vê as pessoas da sua idade mesmo, as de 70?**

Cravo: Algumas são ativas como eu outras sentam-se realmente e criticam pela gente ir fazendo alguma coisa, brincar com os jovens, ou outra brincadeira qualquer, estão a criticar...Eu já tenho ido assistir ali e estarem a fazer qualquer coisa e elas de lá a criticarem. Podiam-se levantar e fazer qualquer coisa, participavam, fazia-lhes bem em vez de estarem ali sentadas o dia todo e não vêem. Não, ainda criticam o que a gente está a fazer, se agente vai assar, se fazemos teatro, sou criticada realmente.

Rosa: Sim eu acho que algumas são como eu, mas há outras que são más como as cobras.

Iris: Olha eu como sou muita ativa, olho para as pessoas que estão com uma mão em cima da outra e aquilo dá-me ai Jesus?! Se pudesse levantá-las e obriga-las a fazer alguma coisa elas faziam mas pronto! Já não têm aquele frenesim que agente tem. Mas estávamos a falar à bocado dos marido e das idades, eu vejo o meu marido, o meu marido é diferente de mim,

para já é mais sedentário, mas convive, mas não é capaz de andar um bocadinho a pé, não é capaz de fazer um bocadinho de ginástica, a não ser hidrogenástica, mas quando vamos a algum passeio, mas se eu quiser ir contar uma anedota, ele diz não vás, *e não tens vergonha?* E o Jaime, muito mais novo, *oh Aurora vá, vá, conta esta, conta aquela.* Portanto dá muito gozo viver com os mais jovens precisamente por causa disso. Os nossos prendem-nos, cortam-nos e os jovens incentivam-nos.

Orquídea: Eu quero dizer uma coisa, desculpe lá. Eu às vezes até me sinto envergonhada de certas coisas que faço e que digo com esta idade que tenho muita gente mais jovem deve dizer olha aquela tem a mania que é jovem.

**E em relação aos da sua idade, o que é que acha que os da sua idade dizem? Pois é isso que eu digo.**

Crisântemo: Há pessoa que eu vejo da minha idade que também estão muito bem de conversação e de cabeça e tudo e tão muito bem, mas há outros que eu olho e penso assim, aquilo é que eu vejo, dou-me por contente, estou um bocado melhor e o mal dos outros já nos dá alento.

**Vocês sentem que existem preconceitos em relação às pessoas mais velhas? Há mais preconceitos dos jovens para os mais velhos ou dos mais velhos para os mais jovens, ou dos mais velhos que são diferentes?**

Iris: É dos mais velhos para os mais velhos.

Flor:Eu também digo dos mais velhos para os mais velhos.

Crisântemo:Ai isso depende muito das pessoas. Há pessoas mais velhas que pronto, eles, uma pessoa não pode fazer nada que eles criticam-nos logo do princípio ao time, há outros que adoram aquilo que agente faz e sabem dar valor. Depende da pessoa. Depende da maneira de ser de cada um.

**Tiveram sempre um papel ativo na sociedade, na comunidade onde vivem, no bairro, no vosso prédio,? Também tiveram sempre essa posição de mobilizar, de acreditar nos vossos valores e transmitir?**

Cravo:Eu no meu prédio não, em nada. Nem à vizinha quase do lado.

**Então o que é que?**

Cravo:É comigo própria.

**E aonde teve um papel ativo?**

Cravo: Desde que vim para aqui a bem dizer. Desde que vim para aqui conviver com pessoas foi muito diferente. A min há vida mudou muito, muito mesmo, mudou muito mesmo.

Crisântemo: No meu prédio, se fosse preciso alguma coisa eu falo, eu disponibilizo-me para isso. Não é o caso porque o meu marido é que trata d ecertas coisas mas se for preciso eu não deixo nem pouco, quando não está bem, que eu a minha mentalidade, mas eu não deixo passar quando não está em condições, não. Nunca me mobilizei para nada, mas agora até dizia, houve lá em cima umas coisas que eu não estava assim muito de acordo que eu disponibilizava-me de andar de porta em porta para as pessoas assinarem e faria se fosse preciso, por acaso não foi, acabei por não fazer.

Iris: Eu no meu prédio fui sempre uma pessoa que gostava de tirar toda a gente de casa. Eu há 25 anos, dei uns cursos de costura, na loja 31. À conclusão então eu, a Dra Teresa Salema, era a Dra na altura que lá estava, pedia que os jovens viessem à ginástica, saíssem de casa, que viessem fazer, até para cursos que elas proporcionavam e tudo. E eu ouvi ela fazer aquilo, ela não me pediu e eu comecei no 9º andar, até ao rés-do-chão, em todas as portas, ainda ganhavam e pagavam-lhe o passe e pagavam-lhe o almoço aos jovens. Pois eu corri as portas todas com o papel na mão para ver quem queria vir, em 63 famílias, houve duas pessoas que quiseram trabalhar, nem assim quiseram ir trabalhar. Ficavam em casa, não saíam de lá para fora, a ganharem um ordenadozito. Olha uns era para ir lá para aquele hospital dos acidentes, dos ossos, não me lembro do nome...Alcoitão! Eram para ir para ali voluntários mandados pela Dra Teresa Salema mas recebiam pela CEE, aquele ordenado, alimentação e passe e nem assim saíram de casa. Pois o dinheiro ia lá parar sem fazerem nada.

**E vocês também sempre tiveram um papel ativo? Nunca tiveram uma atitude passiva, não falavam, acatavam as regras todas, como vocês as duas eram?**

Flor: Ai, eu no prédio, toda a gente tem os seus empregos, toda a gente ia trabalhar. Saíamos de manhã e entrávamos à noite.

**E no Trabalho como é que a senhora era?**

Flor: No trabalho tinha de fazer o que me mandassem.

**E fazia tudo o que mandavam?**

Flor: Tudo um pouco.

**Nunca teve de dizer não?**

Flor:Não.

**Mas nunca teve de dizer não, não é assim que se faz?**

Flor: Ai isso ainda houve algumas vezes que tive de dizer.Eu para os encarregados que não eram assim muito ... iam de novo e queriam fazer á maneira deles não é e agente estávamos ali há mais tempo e sabíamos melhor e elas às vezes respondiam torto. Ele dizia quem era o chefe e nós tínhamos de nos calar.

**E a Rosa é uma mobilizadora?**

Rosa:Eu também fazia o que me mandavam quando me apetecia, quando não me apetecia, não fazia.

**E agora como é que a senhora é neste momento?**

Rosa: Eu agora sou um bocadinho rabina, nem tudo me agrada.

**E quando não lhe agrada o que é que a senhora faz?**

Rosa:Se me dá para falar falo, se me dá para calar, calo-me.

**Cala-se sempre?**

Rosa: Não, às vezes.

### **E vocês gostavam de ser chamadas nesta idade de quê, idoso, velho ou sénior?**

Iris: A mim podem chamar-me de velha que eu não me importo.

Flor: Eu também não.

Rosa: Eu não me incomodo com isso.

Hibisco: Eu antes me chamem de velha e ter cara jovem, do que me chamarem de jovem e ter cara de velha. Assim não, sou velha sempre.

Cravo: Não me incomodo com isso.

### **Gostava mais da palavra idoso ou velho ou senior?**

Hibisco: Eu não gosto muito da palavra velha.

### **Então gostava de qual?**

Hibisco: Sei lá, senior!

Crisântemo: Sénior completamente. Velho não me considero velha nem idosa, sou senior, ao menos que nos chamem a palavra correta.

Orquídea: Velha não sou e idosa também não.

### **Então destas palavras a palavra senior é a mais correta? E a Cravo?**

Cravo: A mim tanto me faz, velha não gosto, como há aí uma senhora que é mais velha que eu diz olha aquela velha, acho mal, acho que isso fica feio. Agora se me dissessem já estás velha, já estou mesmo.

### **Não, mas é, na televisão, uma pessoa idosas, um velho, um senior...**

Iris: Assim senior é mais bonito, mas para chamar de brincadeira velho, velhota!

### **Para dar um nome?**

Crisântemo: Senior fica mais suave.

É ?

É (todas).

### **E a Rosa prefere o quê?**

Rosa: Eu para me chamar de velho, não é uma coisa muito boa, pode-se chamar outro nome sem ser velho. Pode-se chamar a senhora é uma idosa, agora velha acho que não se deve dizer!

### **Entre idosa e senior gostava mais de ser chamada como?**

Rosa: Idosa sim.

### **E a Flor?**

Flor: Senior também.

Iris: Eu em conjunto conosco que não seja para sair para fora não me importa que me chamem velha. Até gosto! Que o meu filho chama-me, o que está na França. Agora para dar um nome à idade...ai senior.

Orquídea: A mim ninguém me chama de velha dos meus.

Iris: O meu da França então velha, então velhota?

**Isto porque nós, os teóricos e na tv, vocês nunca ninguém se entende, o que se deve chamar, e nada mais do que vocês disserem o que é que gostavam de ser chamadas.**

**E foi com muito gosto!**







**Tema da Dissertação:** As relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas

## Construção do modelo de análise

**Pergunta de Partida:** Será que a participação em actividades intergeracionais promove o envelhecimento activo de 8 mulheres, com mais de 60 anos, residentes num território multigeracional de Lisboa Oriental?

**Conceitos:** envelhecimento, envelhecimento ativo, relações sociais intergeracionais, participação

Conceito	Dimensão	Indicadores	Guião de Entrevista
Envelhecimento	Social	<p>Progressiva diminuição dos contactos sociais</p> <p>Distanciamento social</p> <p>Progressivo esvaziamento dos papeis</p>	<p>Que actividades realiza durante o seu dia a dia ? Quem são as pessoas com quem estabelece mais vezes contactos? porque? Que mudanças considera terem existido nas suas actividades e contactos desde há 10 anos para cá?</p> <p>Considera que tem hoje mais amigos ou menos amigos que no passado? Porque?</p> <p>Quem são as pessoas com quem mais conversa. Quando precisa de desabafar com quem o faz? Porque?</p> <p>Como é a sua relação com a sua família. Descreva( se ainda trabalhar) Como a relação com colegas de trabalho.</p> <p>Quem vive consigo? Quem vivia antes? Ainda trabalha? Em que? ( se já se reformou, perguntar : como se sentiu depois da reforma?</p>

<p>envelhecimen to social activo</p>		<p>sociais</p> <p>Progressiva perda de decisão</p> <p>Possível perda de autonomia e independência</p> <p>Autonomia</p> <p>Independência</p>	<p>Quando é preciso decidir sobre algum assunto ( compras maiores, fazer uma viagem, visitas prolongadas ...) quem é que decide na sua casa? Porque? Como era há 10 anos atrás?</p> <p>Descreva-me como se encontra relativamente à sua saúde. Tem alguma doença que a impeça de ser mais autónoma? Considera hoje ser mais o menos independente que no passado? Porque?</p> <p>Retirar frase</p> <p>Consegue tomar banho, comer, ir às compras, arrumar a casa, passear, viajar sozinha sem apoio de terceiros? Já alguma vez sentiu alguma limitação física e/ou psicológica?</p> <p>Em que fase da sua vida vivenciou momentos que lhe fizessem ver que estava a envelhecer?</p> <p>Sente-se livre para escolher o que quer para a sua vida? Nesta fase, existe algo que a influencie nas escolhas?</p> <p>O que significa ter qualidade de vida nesta fase da sua vida? Tem alguma doença que a limite de ter qualidade de vida?</p> <p>Pratica algum exercício físico? Qual?</p> <p>PERGUNTAR O QUE CONSIDERA SER UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ?</p> <p>Escolhe sempre por fazer uma alimentação saudável? Quais os alimentos que</p>
--	--	---	--

		<p>Qualidade de vida</p> <p>Expectativa de uma vida saudável</p>	<p>costumas comer diariamente?</p> <p>PERGUNTA TENDENCIOSA</p> <p>As suas possibilidades financeiras impedem-na de tratar da sua saúde? E de viajar? E de cuidar de si?</p> <p>- Como acha que as pessoas que vivem na sua comunidade olham para si, nesta fase da vida? E a sua família? Na sua opinião quando é que o ser humano deveria deixar de ter um papel na comunidade em que vive?</p> <p>RETIRAR</p> <p>- Pensa em ter uma vida saudável? O que é ter uma vida saudável para si?</p> <p>- Quando era criança ou jovem pensava como seria a sua vida na velhice? O que pensava? E hoje é como tinha pensado? Como vê o seu futuro daqui a 15 anos?</p>
<b>Conceito</b>	<b>Dimensão</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Guião de Entrevista</b>

<p>Redes sociais intergeracionais</p>	<p>Educativa</p>	<p>-Aprendizagens assimiladas no convívio com diferentes gerações desde da infância à velhice</p> <p>- Importância dessas aprendizagens na vida social de cada mulher</p> <p>- Influência das relações intergeracionais na perspectiva de aprendizagem ao longo da vida</p> <p>- Influência das relações intergeracionais na construção do projecto de vida na velhice</p>	<p>- Quando era criança conviveu com os seus avós? Que memórias recorda do que aprendeu com eles?</p> <p>-Na vida adulta tem memória das aprendizagens que foi tendo e com quem de que idade?</p> <p>VELHICE ? o QUE APRENDE COM AS GERAÇÕES MAIS NOVAS ?</p> <p>- Nesta fase da velhice, ao conviver com as gerações mais novas aprende o quê?</p> <p>- O facto de conviver com pessoas mais novas faz com que acredite que todas as pessoas a qualquer idade têm capacidade para aprender coisas novas?</p> <p>- Ao conviver com as gerações mais novas faz-lhe acreditar que na velhice ainda pode ter projectos para o futuro?</p>
---------------------------------------	------------------	--	--

	Social	<p>- qualidade das interacções sociais</p> <p>Sensação de auto-estima</p> <p>Sentido de utilidade</p> <p>Sentido de pertença</p>	<p>- Para si foi importante conviver com diferentes gerações ao longo da sua vida? Porquê?</p> <p>- Pensa que as relações intergeracionais ajudaram-na a viver melhor os anos que passavam, ou seja ajudaram-na a viver o processo de envelhecimento de forma natural?</p> <p>- O que fez na infância e na juventude com outras pessoas mais velhas?</p> <p>- Na vida adulta, quais as actividades que fez com diferentes gerações?</p> <p>- Na velhice, diga quais as actividades intergeracionais que participa habitualmente?</p> <p>- As actividades intergeracionais na velhice trazem benefícios? Para quem? Quais benefícios?</p> <p>- Qual é a geração que, neste momento, escolheria conviver?</p> <p>- Nesta fase, onde acha que deve surgir o convívio intergeracional? Na família? Na comunidade? Nos Centros de Dia?</p> <p>Conviver com outras gerações faz com que se sinta mais útil? Quando é que se sente mais útil? Como é que se sente mais útil?</p> <p>Como ocupa os seus tempos livres? Programa encontros com os seus colegas dessas actividades? Que tipo de encontros? Gosta de pertencer ao grupo dessas</p>
--	--------	--	---

	Familiar	<p>Qualidade das interações familiares</p> <p>Sentido de utilidade</p>	<p>actividades?</p> <p>Desenvolve algum tipo de voluntariado? Onde? Explique-me o que significa o voluntariado para si? E porque é que o desenvolve?</p> <p>Na sua família existem encontros entre todas as gerações? Quem são e que idade têm os elementos da sua família com quem habitualmente costuma conviver?</p> <p>Quais as actividades que fazem em conjunto? Com que frequência existem encontros familiares? Quem toma iniciativa de marcar esses encontros? Quanto tempo dura esses encontros? COMO SE ENTE NESSES ENCONTROS Sente-se bem nesses encontros?</p> <p>Tem netos ou sobrinhos menores que tenha a função de ir buscar e levar à escola ou a outras actividades?</p> <p>Existe alguma função dentro da família que seja apenas só feita por si? E uma função é que feita em conjunto com outros?</p> <p>A sua família recorre a si para resolver problemas ou para tomar grandes decisões? Quem são esses elementos? Que idade têm?</p> <p>Sente-se uma peça importante na sua família?</p>
<b>Conceito</b>	<b>Dimensão</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Guião de Entrevista</b>

Participação	Social	<p>-Papel social dos avós e pais destas mulheres na comunidade em que estavam inseridos</p> <p>- Implicações que estas mulheres tiveram, desde a infância à velhice, que contribuíram para a coesão social ou mudança social da comunidade onde estava inseridas</p> <p>-Tipo de organização social impulsionadas por estas mulheres nas dinâmicas intergeracionais que estão inseridas</p> <p>- Natureza ou grau de incorporação destas mulheres nas dinâmicas intergeracionais da comunidade ou grupo, nesta nova fase da velhice</p>	<p>- Os seus avós ou pais eram membros de algum clube recreativo?</p> <p>- Os seus avós ou pais pertenceram de forma activa na dinâmica da Junta de Freguesia do local onde viviam?</p> <p>- Os seus avós ou pais pertenceram a algum sindicato?</p> <p>- Quando era criança conviveu com algum adulto que tenha contribuído para a mudança social do Bairro ou que tenha lutado pela igualdade de direitos?</p> <p>- Na juventude, preocupou-se em fazer algo pelos jovens do seu bairro?</p> <p>- No trabalho, foi membro de algum grupo que defende-se os direitos dos trabalhadores?</p> <p>- Na velhice, tem uma posição mobilizadora e activa em relação a aspectos importantes para a comunidade em que está inserida?</p> <p>- É membro dos órgãos sociais de alguma Associação?</p> <p>- Nas actividades intergeracionais que participa está no processo de tomadas de decisão, na execução e na avaliação das mesmas?</p> <p>- Qual o grau de envolvimento que tem nas actividades intergeracionais que participa? Limita-se a fazer o que outros decidem ou também procura dar ideias?</p> <p>- É responsável por alguma organização social que tenha surgido no Bairro onde vive?</p>
--------------	--------	---	---

**Guião de Entrevista também terá as seguintes perguntas de identificação:** Idade, género, estado civil, naturalidade, agregado familiar, profissão, locais onde viveu ao longo da vida, profissão/escolaridade do marido, profissão/escolaridade dos avós, profissão/escolaridade dos pais, profissão/escolaridade dos filhos e dos netos.