



UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA
CENTRO REGIONAL DE BRAGA
FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS

Promoção das relações intergeracionais
entre mulheres jovens e idosas residentes no
Instituto Monsenhor Airosa

II Ciclo de Estudos em Gerontologia Social Aplicada

Isabel da Conceição Barbosa da Silva Costa

Orientador

Professor Doutor António Fonseca

Braga, 2014



UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA
CENTRO REGIONAL DE BRAGA
FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS

Promoção das relações intergeracionais
entre mulheres jovens e idosas residentes no
Instituto Monsenhor Airosa

II Ciclo de Estudos em Gerontologia Social Aplicada

Isabel da Conceição Barbosa da Silva Costa

Orientador

Professor Doutor António Fonseca

Braga, 2014



DECLARAÇÃO DE HONRA

Entrega de dissertação ou relatório

Isabel da Conceição Barbosa da Silva Costa número: 232612116 do II Ciclo de Estudos em Gerontologia Social Aplicada, declara por sua honra que o trabalho apresentado é de sua exclusiva autoria, é original, e todas as fontes utilizadas estão devidamente citadas e referenciadas, que tem conhecimento das normas e regulamentos em vigor¹ na Faculdade de Ciências Sociais e que tem consciência de que a prática voluntária de plágio, auto-plágio, cópia e permissão de cópia por outros constituem fraude académica.

Braga, 07/ 10/ 2014

(assinatura)

¹ Artigo 13º do Regulamento de Avaliação Fraude

1. A fraude em qualquer prova de avaliação implica uma classificação final de zero valores e impedirá o aluno de se apresentar a qualquer forma de avaliação na mesma unidade curricular na mesma época de exames em que a fraude ocorreu.
2. A ocorrência de fraude terá de ser comunicada, pelo docente responsável pela avaliação e respectivo vigilante, à Direcção da Faculdade com especificação das seguintes informações: tipo de prova de avaliação, data, nome e número do aluno em causa e descrição sumária da ocorrência anexando eventuais comprovativos da fraude.
3. A ocorrência destas fraudes será objecto de averbamento no processo do aluno.

Agradecimentos

Ao Professor Fonseca, meu orientador, por todo o apoio, rigor e disponibilidade demonstrados ao longo deste percurso. Particularmente, pela confiança que depositou em mim para alcançar este desafio e por todas as palavras de incentivo que muito me ajudaram a chegar ao fim.

Ao IMA, por me facultar a implementação deste projecto de investigação com total abertura e constante estímulo, e a todos os participantes na intervenção, pela adesão e pela riqueza da partilha.

À Gabriela, pela paciência diária e pela amizade.

Aos meus pais, que sempre me estimularam a tecer objectivos maiores na vida e me educaram na simplicidade e nos afectos. A sua presença discreta e suporte diário contribuíram muito para que pudesse concretizar esta ‘viagem’.

E por último, mas não menos importante, um agradecimento muito especial ao Zé, ao Tomás e à Maria, suportes e sustento da minha vida, presentes em todos os momentos de trabalho, euforia e desânimo, que sempre me ajudaram a manter o sorriso e a esperança!

ÍNDICE

RESUMO	6
ABSTRACT	7
INTRODUÇÃO.....	9
PARTE I – ENVELHECIMENTO E INTERGERACIONALIDADE.....	11
1. Definição de conceitos	11
2. Uma sociedade envelhecida	14
3. Mapa Histórico dos Programas Intergeracionais	21
4. Família e Intergeracionalidade.....	26
5. Outras redes sociais de apoio	27
6. Benefícios das Relações Intergeracionais	28
PARTE II – METODOLOGIA	32
1. Pertinência	32
2. Problema de Investigação	33
3. Objectivos	34
4. Investigação-Acção	35
5. Participantes	38
6. Procedimentos de Recolha de Dados	40
7. Procedimentos éticos e formais para a recolha de dados	41
PARTE III – DESENVOLVIMENTO DA INVESTIGAÇÃO	43
1. Breve análise da qualidade das interações existentes	43
2. A Intervenção	45
2.1 Reunião com jovens	45
2.2 Reunião com as idosas	47
2.3 Workshop de fotografia.....	49
2.4 Conversas Intergeracionais “As Conversas são como as cerejas...”	51
2.5 Expressão plástica	67

2.6 Workshop de Culinária.....	68
2.7 Actividade Física.....	69
2.8 Trabalhos manuais.....	71
2.9 Festa intergeracional “dos 8 aos 80”	72
PARTE IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS	82
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	87
Websites consultados.....	90
ANEXOS	91

RESUMO

O envelhecimento saudável pressupõe a valorização de todas as etapas da vida dos indivíduos, explorando as suas capacidades, aptidões e saberes numa lógica construtiva e enriquecedora para todos.

Este estudo versa sobre a problemática da intergeracionalidade, pretendendo confirmar o benefício que uma relação de qualidade entre pessoas de diferentes gerações pode constituir para a vida de cada um de nós.

Partimos da análise de uma realidade concreta de convivência entre dois grupos de mulheres, jovens e idosas, residentes numa instituição de acolhimento, com as quais implementamos um projecto de intervenção composto por um conjunto de dinâmicas intergeracionais, cujo objectivo foi verificar os benefícios destas relações para ambos os grupos.

A metodologia aplicada foi a investigação-acção, incidindo sobretudo numa avaliação qualitativa do conjunto de actividades e do nível de interacção das participantes.

Constatamos que esta acção planeada resultou no reforço dos laços afectivos entre todas as participantes, numa visão mais positiva da velhice e dos velhos, na valorização dos conhecimentos próprios de cada geração, na diminuição dos preconceitos existentes e no aumento do bem-estar e da satisfação retirada do convívio entre gerações com resultados positivos para todos os envolvidos.

Palavras-chave: envelhecimento; intergeracionalidade.

ABSTRACT

Healthy aging needs to integrate the appreciation of all life stages of individuals, exploring their capabilities, skills and knowledge in a constructive and enriching logic way.

This study focuses on the problem of intergenerationality, intending to confirm the benefit that a quality relationship between people of different generations can bring to their lives.

We started from the analysis of a concrete reality of coexistence between two groups of women, young and old, both living in a host institution, with whom we implemented an intervention project consisting of a set of intergenerational dynamics, whose aim was to verify the benefits of these relationships to both groups.

The applied methodology was action-research, focusing primarily on a qualitative assessment of all intergenerational activities and the level of inter-action of participants.

We found that this planned action resulted in the strengthening of affective ties between all participants, a more positive view of the ageing process and old people, the valuation of the knowledge of each generation, the reduction of existing prejudices and the increase of well-being and satisfaction withdrawal of interaction between generations with positive results for every participant.

Keywords: ageing; intergenerationality.

*E dizem que sou nova... A mocidade
Estará só, então, na nossa idade,
Ou está em nós e em nosso peito mora?!*

*Tenho a pior velhice, a que é mais triste,
Aquele onde nem sequer existe
Lembrança de ter sido nova... outrora...*

Excerto do poema *Pior Velhice*, de Florbela Espanca, in Livro de Mágoas

INTRODUÇÃO¹

Nas sociedades contemporâneas o envelhecimento da população é um fenómeno evidente. Torna-se necessário que os indivíduos se desfocalizem da sua visão comum da velhice como fase da vida destinada à degenerescência biológica e à doença e a renovem por uma nova visão que valoriza o velho e a velhice. Urge dar relevo e expressão às potencialidades dos mais velhos e à riqueza do contributo que os seus saberes representam para os mais novos.

Verificamos uma assunção de estereótipos menos positivos acerca da velhice, manifestados pelos mais novos. Entendemos que é necessário que os idosos construam uma auto-imagem mais valorizada. Por outro lado, é também importante que os mais novos aprendam desde muito cedo a olhar a velhice como uma fase da vida que pode enfrentar-se com qualidade e bem-estar, e particularmente sejam capazes de projectar a sua própria velhice.

Importa aferir da necessidade de se promoverem programas intergeracionais para que os envolvidos alcancem um maior bem-estar impulsionado pelo convívio entre diferentes gerações.

A investigação aqui apresentada visa, no quadro da Gerontologia Social e através de uma ação planeada de âmbito intergeracional, averiguar em que medida se poderá contribuir para a melhoria das relações entre gerações e potenciar os benefícios mútuos em diversos aspectos da vida das pessoas envolvidas, particularmente dos idosos.

Escolhemos como participantes no nosso estudo dois grupos de mulheres, idosas e jovens, que residem numa instituição de solidariedade social em Braga, o Instituto

¹ Esta dissertação de mestrado está consciente e intencionalmente escrita com o Antigo Acordo Ortográfico.

Monsenhor Airosa², adiante mencionado apenas com a sigla IMA. Com esta investigação pretendemos compreender o nível e a qualidade das suas interações dentro da instituição e avaliar os benefícios qualitativos destas mesmas relações após a implementação de um projecto de intervenção intergeracional composto por um conjunto de dinâmicas que tornem visíveis os benefícios destas relações para os dois grupos.

Este trabalho divide-se em quatro partes.

A primeira parte integra o enquadramento teórico que serve de referência ao projecto de intervenção desenvolvido. Procede-se à definição dos conceitos em torno da intergeracionalidade, explora-se a questão do envelhecimento e das redes sociais de apoio consistentes, apresenta-se o mapa histórico relativo aos programas intergeracionais a nível mundial e ainda alguns projectos concretos desenvolvidos em Portugal.

A segunda parte aborda as questões metodológicas, definindo o problema de investigação, apresentando os objectivos e o esquema de acção da metodologia seleccionada, caracterizando os participantes e descrevendo os instrumentos e técnicas usados para recolha de dados.

A terceira parte descreve o desenvolvimento da investigação, elencando todas as actividades e dinâmicas de grupo encetadas ao longo do projecto de intervenção. Paralelamente, procedeu-se também à discussão de resultados.

A quarta parte integra as considerações finais, evidenciando os constrangimentos e potencialidades deste estudo, procedendo à avaliação global da intervenção e retirando conclusões teóricas e práticas acerca dos benefícios identificados no grupo de participantes após a implementação deste projecto de intervenção.

² Foi autorizada a nomeação da instituição nesta dissertação de mestrado.

PARTE I – ENVELHECIMENTO E INTERGERACIONALIDADE

1. Definição de conceitos

Intergeneracional: entre duas ou mais gerações (De *inter-+geracional*)
Infopédia [Em linha]. Porto: Porto Editora, 2003-2013.³

Cada vez mais globalizado e complexo, o mundo vive hoje um momento de mudança e desafio: mudança no sentido do seu ajustamento e superação dos problemas que o seu desenvolvimento tecnológico tão acentuado das últimas décadas potenciou; desafio na procura das melhores soluções ambientais, sociais, culturais e económicas que permitam estabelecer um novo referencial de vida humana alicerçado em valores éticos e sociais mais consolidados com reflexo na construção de um território e sociedade mais sustentáveis e equilibrados.

Identificando-se múltiplas áreas de estudo que carecem de atenção particular – desde os modelos e opções macro económicas que estruturam e influenciam a vida de cada um de nós até à efectiva erradicação da pobreza, abordagem mais ecológica do território ou atitude eticamente mais responsável sobre fenómenos como a emigração – encontramos na demografia e sociologia (e seus efeitos conexos) áreas de estudo relevantes e que, não se duvida, largamente condicionam este mesmo mundo que construimos e usufruímos.

Se a demografia é ciência determinante para o entendimento do crescimento da população e sua variação etária (com todos os efeitos que daí advêm), a sociologia centra a reflexão e discussão nas pessoas, ou seja, seres humanos em contacto com outros seres humanos, independentemente da respectiva condição social, sexo ou idade.

³ [Consultado em 2013-11-26]. Disponível em <URL: <http://www.infopedia.pt/lingua-portuguesa/intergeracional>>.

Neste campo de estudo vasto e nesta complexa teia de relações que o ser humano vai estabelecendo, verifica-se que a relação entre os mais novos e os mais velhos, entre a criança, o adulto e o idoso é determinante para o pulsar do desenvolvimento da sociedade, assumindo, regra geral, um papel de equilíbrio e dinamização social que se julga incontornável e indisfarçável.

Feita da sedimentação de camadas etárias e geracionais, a sociedade vai-se construindo muito por força deste confronto entre gerações e dialéctica de diferentes visões do mundo, ora fruto da irreverência de quem desperta para a vida, ora resultado da experiência acumulada de quem muito já viveu.

Resulta assim a convicção de que o tema da intergeracionalidade é determinante para quem, nas limitações e condições de um trabalho académico, ambiciona contribuir para um melhor entendimento da complexa e multifacetada sociedade que hoje pontua o mundo cada vez mais globalizado e complexo.

Como tal surge, desde logo, a necessidade de balizar e explicar este mesmo conceito de intergeracionalidade.

O termo *intergeracional* remete para a convivência entre duas ou mais pessoas que estão em diferentes fases da sua vida, que se reconhecem e identificam, mas que são diversas e comportam saberes específicos inerentes à sua história e à sua experiência de vida.

Falar de relações intergeracionais é, pois, acordar que podem existir inúmeras interacções entre pessoas ou grupos de pessoas com idades diferentes, com diferentes graus de maturidade e capacidades diversas, e cuja troca de experiências pode constituir um contributo positivo para a vida de todos e de cada um, acreditando que o todo é maior que a soma das partes.

Ao longo dos últimos anos a *intergeracionalidade* assume particular importância, tendo sido objecto de numerosos estudos empíricos e científicos. No discurso mais comum, o conceito de intergeracionalidade surge muitas vezes associado à relação conflituosa entre indivíduos de diferentes gerações (*generation gap*). Mas abordar o conceito de intergeracionalidade apenas sob esta perspectiva é, obviamente, muito redutor. Na verdade, verificam-se atritos e dificuldades de relacionamento entre os indivíduos de diferentes gerações, sejam eles pais e filhos, avós e netos, ou apenas jovens e idosos, mas também se reconhece que estes se baseiam em problemas sociais de inter-relação e que podem ser atenuados através de uma adequada intervenção social entre gerações, que “cultivem relações mais harmoniosas e produtivas, favorecendo a dignidade humana, a paz e a justiça social” (Québec, 1999, p. 1).

Cada indivíduo é o produto de um longo processo de socialização, que resulta da sua relação com os outros e com o mundo e se desenvolve a partir de numerosas interacções nas diferentes dimensões da sua vida: familiar, escolar, laboral, amizade, vizinhança... Trata-se de um processo dinâmico e recíproco entre o indivíduo e todos os contextos em que este se movimenta no decurso da sua vida. Como refere Moragas (1997) 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 influencia” (p. 101).

Ou seja, existe um pressuposto inicial de influência recíproca entre um indivíduo e o outro, entre um grupo etário e o outro.

O conceito de intergeracionalidade baseia-se num pressuposto de equidade entre gerações (ISSA, 2010). Existe um compromisso de tradição social entre gerações que se fundamenta num sistema de reciprocidade intergeracional onde os adultos prestam apoio aos dependentes mais novos e, em troca, estes não-de tornar-se adultos que provêm aos

idosos dependentes. Este sistema verifica-se na maioria dos países europeus, quer ao nível familiar, onde os pais cuidam dos filhos e os filhos provêm aos idosos, quer ao nível social, através de transferências públicas decorrentes do trabalho dos indivíduos, sob a forma de contribuição ou imposto, provendo aos cuidados de saúde e educação das crianças e também aos cuidados de saúde e pensões de reforma dos mais velhos.

Assim, vem sendo recorrente o alerta das Nações Unidas para a necessidade das sociedades promoverem uma imagem positiva, mas realista, do fenómeno do envelhecimento e dos idosos para melhorar a qualidade das relações intergeracionais e todas as partes interessadas (sociedade civil, media, governo, comunidade científica, famílias...) desempenharem o seu papel de forma responsável.

As sociedades têm de ajustar as suas estruturas e funcionamento, bem como as suas políticas e planos de acção, às capacidades de todas as gerações, explorando o potencial de cada um para o maior benefício de todos.

2. Uma sociedade envelhecida

Nas últimas décadas, verifica-se um acentuado envelhecimento das sociedades a nível mundial e particularmente das sociedades europeias. Com o alcance de condições de higiene e de saúde cada vez melhores, reduz-se marcadamente a taxa de mortalidade infantil e regista-se um notável aumento da esperança média de vida à nascença, que passou de 67,1 anos em 1970 para 79,8 anos em 2011, segundo dados do INE/PORDATA. Paralelamente houve uma grande redução da taxa de natalidade, verificando-se que se protela o nascimento do primeiro filho para idade cada vez mais tardia, sendo que em muitos casos este primeiro filho nunca chega a ter um irmão.

Apesar do declínio da fertilidade em quase todas as sociedades, verifica-se que a população mundial continua a crescer em cerca de 60 milhões de habitantes em cada ano.

The early 21st century represents a period of unprecedented demographic change. From 2000, the number of people aged 60 years or more outnumbered the very young (0-4 years) for the first time in the human history. (Harper, 2012, p.15)

Ora, o acentuado crescimento da população associado a um cada vez maior consumo dos recursos do planeta evidencia de forma alarmante um conjunto de sinais cujo impacto é indesejável (como é o caso das alterações climáticas) e muitas vezes irreversível (aumento do número de espécies em vias de extinção).

Como salienta Harper (2012), quando falamos de aumento da população não falamos apenas do número de habitantes do planeta. Existe uma série de outras mudanças que lhe estão associadas: mudanças na estrutura e distribuição das idades, novos fluxos de migração, e o aumento do grau de urbanização da população. Todas estas alterações constituem simultaneamente oportunidades e desafios para a saúde e o bem-estar das pessoas e para a sustentabilidade do ambiente.

A relação entre população, consumo e ambiente assume assim uma importância acrescida por tudo o que implica ao nível das escolhas que fazemos em termos de estilo de vida e hábitos de consumo. Depende daquilo que usamos, da forma como usamos e do que consideramos essencial para o nosso bem-estar.

No mesmo estudo, Harper (2012) refere três desafios emergentes que resultam do aumento demográfico e dos padrões de consumo:

1. Há 1.3 biliões de pessoas que vivem nos países pobres e sub-desenvolvidos e que precisam de ser ajudados a abandonar a pobreza extrema.
2. As economias mais desenvolvidas e emergentes têm de reduzir o seu nível de consumo para valores que sejam sustentáveis.

3. O aumento da população global tem de ser mais lento e estabilizado, com um forte investimento na educação/formação. Pessoas com um bom nível de educação tendem a viver vidas mais longas e mais saudáveis, têm maior capacidade para decidir o número de filhos que querem e podem ter, e são mais resilientes às mudanças de estilo de vida.

Em Portugal, de acordo com o último registo demográfico, deixou de se fazer a renovação de gerações: morreram mais pessoas do que aquelas que nasceram, e por isso há cada vez menos filhos e netos na família alargada.

Dados estatísticos revelados pelos Censos de 2011 evidenciam que o número de habitantes em Portugal atingiu os 10.457.300, dos quais 14,7% são jovens com menos de 15 anos e 19,6% são idosos. Este diferencial ganha expressão quando comparado com dados de 1981, em que se verificou que 25,3% da população eram jovens e apenas 11,5% eram idosos. Esta quase total inversão da pirâmide demográfica em Portugal, aliás à semelhança com o resto da Europa, contribuiu de forma determinante para um acentuado envelhecimento da população.

Uma análise dos indicadores de envelhecimento em Portugal permite constatar um aumento muito acentuado do índice de envelhecimento⁴, que atingiu o valor de 133,5 indivíduos idosos por cada 100 jovens em 2013. Este valor vem aumentando de forma mais acelerada nos últimos 30 anos e no decorrer do ano 2000 ultrapassou os 100 idosos por cada 100 jovens.

⁴ Número de pessoas idosas (65 e mais anos) por cada 100 jovens (0-14 anos).

Indicadores de envelhecimento em Portugal

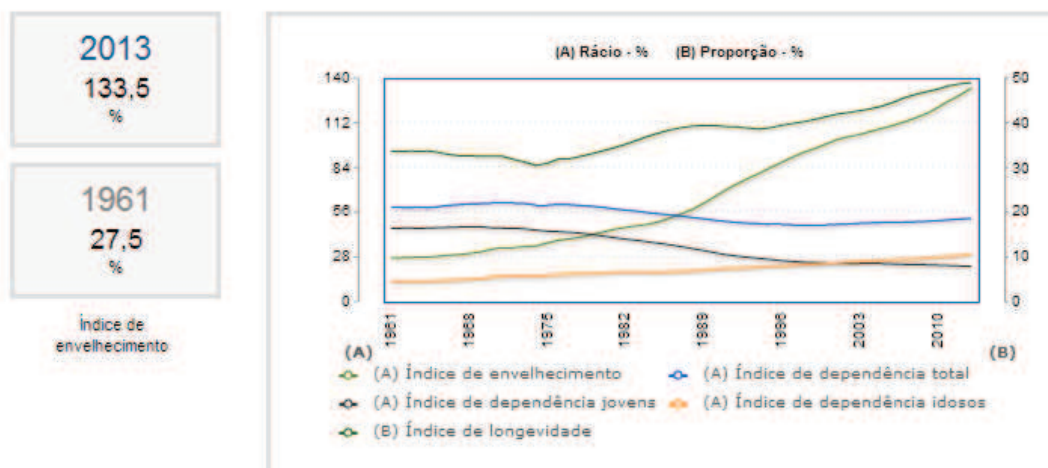


Figura 1 - Indicadores de envelhecimento (Fonte: PORDATA)

Esta transformação do desenho demográfico, em Portugal e no mundo, tem grandes implicações na perspectiva de trabalho e de vida dos indivíduos. Estima-se que em 2030 metade da população da Europa Ocidental terá mais de 50 anos e uma esperança média de vida⁵ que, nesse momento, será de ainda mais 40 anos (ISSA, 2010). A este incremento da esperança média de vida corresponderá também um índice de dependência de idosos (Harper, 2011) de mais de 70 por cento nos países do sul da Europa.

O envelhecimento da população terá grande impacto no sistema de segurança social, imputando grandes custos com cuidados de saúde e cuidados continuados, pensões de reforma, programas de apoio aos desempregados e nos próprios benefícios das estruturas familiares (ISSA, 2010).

Diante do exposto, falar do envelhecimento da população e da intergeracionalidade implica necessariamente reflectir sobre o sistema contributivo hoje desenhado e que prevê

⁵ Esperança de vida à nascença: Número médio de anos que uma pessoa à nascença pode esperar viver, mantendo-se as taxas de mortalidade por idades observadas no momento de referência (PORDATA).

que os trabalhadores, jovens e adultos, descontem uma parcela do seu salário para suportar as reformas dos idosos, pairando a incerteza sobre a capacidade do sistema vir a gerar receitas suficientes para assegurar as suas próprias reformas. Como sustenta Zaidi (2012),

“Taking the perspective of the older age generation, the social sustainability requirements include not only provisions of adequate pension incomes but also access to affordable and good quality health and social services. The younger age generation looks into the same issues by raising questions about who will pay for their own pensions in the future and about fairness in the distribution of social support services across generations” (p. 215).

E se esta realidade encerra em si mesmo um desafio de sustentabilidade financeira que importa atender e superar, não é menos verdade que esta mesma realidade potencia um conflito social e confronto geracional de repercussões ainda pouco estudadas mas previsíveis.

Defende-se pois, que as sociedades que enfrentam o envelhecimento assumam a necessidade de promover relações sociais satisfatórias e com mútuos benefícios para as diferentes gerações que a compõem (Zaidi, 2012).

Resulta assim que se impõe uma nova forma de equidade social, mais flexível e adaptada aos tempos que se vão vivendo, que será o elemento chave para se encontrar um equilíbrio entre a oferta e a procura no que respeita aos cuidados de qualidade e ao financiamento público dos mesmos. Por um lado, os indivíduos e as famílias deverão promover hábitos de poupança ao longo da vida, trabalhar com sentido de missão, assegurar os necessários apoios intergeracionais dentro da família e investir na educação e

no capital humano. Por outro lado, as instituições públicas deverão promover os mesmos hábitos e apoios ao nível do capital público.

A forma como algumas comunidades vão estruturando a sua acção com base num conjunto de princípios que preconizam a integração social dos idosos, particularmente depois da reforma, bem como a prestação de serviços de apoio aos mesmos para que durante mais tempo sejam mais autónomos e possam ainda sentir-se úteis e válidos para outros na sociedade em que se inserem, é bem o exemplo do potencial deste grupo cada vez mais numeroso e diverso.

No Fórum Económico Mundial em 2010, um grupo de trabalho elencou um conjunto de prioridades de investimento social para melhor enfrentarmos os desafios do envelhecimento (Harper, 2010).

Em primeiro lugar referem a importância de assegurar condições de saúde e promover a produtividade dos trabalhadores mais velhos. Se as pessoas mais velhas alcançarem a velhice com mais saúde, representam um encargo menor para a sociedade a esse nível e podem ainda gerar riqueza através da sua continuidade no mundo do trabalho. Por outro lado, se os idosos forem trabalhadores até uma idade mais avançada, a sociedade não necessita de prover tão alargadamente à sua ocupação enquanto reformados.

Em segundo lugar imprimem relevo ao necessário redesenho das instituições e comunidades, sejam rurais ou urbanas, removendo as barreiras que impedem os idosos de permanecer ativamente envolvidos nas suas comunidades.

Em terceiro lugar aponta-se a necessidade de melhorar as relações intergeracionais como forma de contrariar estereótipos, crenças e atitudes idadistas e de promover a inclusão social.

Reconhece-se também que um dos maiores desafios colocados às sociedades envelhecidas do mundo desenvolvido é o redesenho sustentável das políticas e programas públicos que foram criados quando a economia era mais robusta (Harper, 2010).

É urgente transformar o pensamento comum de que a velhice é um tempo de sofrimento, ensombrado pela doença e pela degenerescência do corpo e da mente, um tempo em que mais não somos do que um peso para os nossos filhos e familiares, em que já não servimos para coisa nenhuma nem temos nenhum préstimo.

“É importante reconhecer e contrariar o grande mito do envelhecimento – viver uma vida longa está apenas associado ao declínio, às perdas e à decrepitude” (Harper, 2010, p. 141).

Na verdade, os desafios do envelhecimento populacional vão muito além das alterações biológicas que ocorrem em cada indivíduo à medida que o tempo avança. Cada vez há mais pessoas que atingem idades muito avançadas com o seu corpo e mente ainda funcionais, registando-se que muitas delas experimentam elevados níveis de satisfação com a vida na velhice.

A evolução tecnológica e do conhecimento, nomeadamente na área da saúde, resultam em melhores condições de vida, pelo que é cada vez mais generalizado alcançar-se uma idade avançada em condições físicas e mentais muito favoráveis, que se traduzem numa capacidade para usufruir da vida de modo mais intenso e qualitativo.

Afigurando-se à partida uma realidade benéfica, esta situação reflecte uma dicotomia social que importa não esconder: se, por um lado, abre um leque de oportunidades e possibilidades de usufruto da vida muito alargado a quem reúna condições económicas, educacionais e familiares favoráveis, por outro lado, poderá acentuar sentimentos de tristeza e frustração para quem não encontra condições positivas ao

usufruto do tempo (em função da respectiva falta de meios económicos ou factores de socialização).

E se para o primeiro grupo, esta é uma “forma renovada de viver a vida”, ganhando muitas vezes uma qualidade não antes experimentada, para o segundo grupo é o acentuar de um sentimento de insatisfação que pode, muitas vezes, resultar em (mais) isolamento, esquecimento e marginalização da vida em sociedade, que as políticas sociais e programas de actuação devem atender e superar em nome de uma coesão intergeracional construtora de uma sociedade mais justa e atenta.

3. Mapa Histórico dos Programas Intergeracionais

Os primeiros programas educativos intergeracionais emergem nos anos 50 nos EUA, tendo sido progressivamente reforçados para combater os crescentes preconceitos negativos entre os mais velhos e os mais jovens.

Na Europa, só na década de 60 se registam os primeiros projetos devidamente consubstanciados e com uma intervenção planeada em função de objetivos concretos.

Nas sociedades modernas industrializadas, pautadas essencialmente pela produtividade, rapidamente o velho assume um lugar de inutilidade, nomeadamente quando passa à reforma e deixa de ser um indivíduo socialmente produtivo. Estes programas intergeracionais tinham como objetivo prioritário promover estratégias para melhorar e combater os problemas sociais das crianças e dos velhos.

Lopes (2008) enuncia os principais problemas dos mais jovens (alcoolismo, toxicodependência, gravidez precoce, baixo rendimento e abandono escolar) e dos velhos (solidão, isolamento, baixa auto-estima, alcoolismo e desemprego).

Em 1999 as Nações Unidas promovem o Ano Internacional da Pessoa Idosa, tendo por tema central “Uma sociedade para todas as idades”. No documento elaborado para explicar as preocupações inerentes a esta temática e os objectivos a alcançar com as muitas intervenções propostas, salienta-se a ideia de que uma sociedade para todas as idades deve possibilitar a todas as gerações o investimento mútuo e a partilha dos benefícios desse investimento, segundo princípios de reciprocidade e equidade. Reforça-se também a ideia de que a solidariedade e colaboração intergeracional são essenciais para se enfrentar os desafios de viver melhor disfrutando dos ganhos do aumento da esperança de vida.

O tema da intergeracionalidade assumiu novo impulso com a 2ª Assembleia Mundial para o Envelhecimento, que ocorreu em Madrid em 2002, uma vez que uma das conclusões retidas no Plano de Acção de Madrid, compromisso assumido pelos governos das nações presentes, foi a importância do investimento dos vários governos envolvidos, em políticas sociais integradoras que assegurem a equidade e a solidariedade entre gerações (ONU, 2003). A intergeracionalidade como potencial contributo para a aquisição do (re)equilíbrio social, com vista a tornar as sociedades mais justas, mais dignas e mais solidárias (Nunes, 2009).

Ainda segundo o Plano de Acção de Madrid, a cooperação entre gerações é fundamental para se alcançar uma sociedade para todas as idades, de modo a enaltecer os vínculos afetivos.

Mais recentemente, o Parlamento Europeu definiu 2012 como o Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações. Uma vez mais, e com nova força, o tema da intergeracionalidade ganha lugar entre as grandes preocupações estratégicas, nomeadamente dos governos europeus, diante de tão notório envelhecimento da população, do peso e importância da população idosa no contexto social, da fragilização

dos sistemas familiares e das relações entre gerações, decorrentes de um conjunto de características socioeconómicas em que a Europa mergulhou nos últimos anos.

Em Portugal este assunto tem ainda pouco desenvolvimento, apesar de constar de quase todos os programas sócio-educativos de qualquer município, de norte a sul do país. Na prática, assinala-se com um dia mais festivo de convívio entre crianças e idosos, uma visita dos meninos do infantário ao lar de idosos mais próximo, organiza-se um colóquio sobre o tema, promovem-se sessões de leitura feitas por jovens junto de grupos de idosos, sendo que poucos concelhos abraçam com rigor um trabalho sério sobre a intergeracionalidade e os muitos benefícios que dela podem advir.

Relativamente a estudos sobre o tema em Portugal, há a salientar que em 2009 foi elaborado um *scoping study* (Harper, 2009) pelo Oxford Institute of Ageing, da Universidade de Oxford, relativamente aos projectos intergeracionais existentes em Portugal e Inglaterra, tendo como objectivos: identificar boas práticas; identificar lacunas e oportunidades de introduzir melhorias nos procedimentos existentes; e ainda, assimilar práticas interessantes e inovadoras implementadas noutros países. A partir deste documento identificaram-se 33 programas e projectos intergeracionais em Portugal, dos quais 17 são eventos circunscritos a um dia de atividades dirigidas a populações de todas as idades (encontros de periodicidade anual), maioritariamente de iniciativa municipal ou associativa, 4 são programas de registo ou partilha de histórias de vida, e apenas 12 são projectos de médio/longo prazo, envolvendo agentes diversos, assentes na transmissão de conhecimentos e saberes dos mais velhos e dos mais jovens, revelando algum grau de sustentabilidade e garantia de resultados.

A partir deste estudo foi implementado entre 2009 e 2012 um programa de intervenção financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian, destinado a aprofundar

conhecimentos sobre práticas intergeracionais, a promover a coesão social e a diminuir a solidão dos idosos – o *IntergenerationALL*.

Salientem-se dois projectos integrados no programa Entre Gerações da Fundação Calouste Gulbenkian: a Aldeia Pedagógica da Portela, em Bragança, e o Arquivo da Memória, em Vila Nova de Foz Côa, que tivemos oportunidade de conhecer no próprio contexto e que muito nos ajudou a desenhar esta intervenção usando como orientação a sua própria experiência nos vários domínios a abranger.

A Aldeia Pedagógica da Portela⁶, no distrito de Bragança, é um projecto intergeracional que se baseia nos conhecimentos adquiridos ao longo dos anos pelos habitantes de uma aldeia, para os transformar em Mestres que estão dispostos a transmitir esses saberes a todos os visitantes interessados: crianças, adultos ou famílias. Actividades como fazer o pão, confeccionar compotas, recolher ervas e chás, conhecer o ciclo do ferro, visitar a horta e a capoeira, correspondem ao testemunho vivo de um conjunto de saberes que passaram de geração em geração até ao presente.

O Arquivo de Memória do Vale do Côa⁷ tem como missão promover a coesão social e a diminuição do isolamento dos idosos, através do estreitamento das relações entre estes e os demais grupos etários. Segundo as mentoras do projecto, foi um objectivo central diminuir as assimetrias sociais e lutar contra os preconceitos associados à velhice. Uma característica singular deste projecto é a proteção, análise e registo do património imaterial da comunidade do Vale do Côa, envolvendo, na fase de projecto-piloto, grupos de trabalho com idosos de uma instituição em Vila Nova de Foz Côa e com alunos do 7º ano e do 12º ano da escola secundária da mesma comunidade. Envolveu um conjunto dedicado de investigadores e colaboradores que dinamizaram entrevistas, focus group, actividades intergeracionais e sessões de formação. A divulgação do projecto e do seu processo de

⁶ www.aldeiapedagogica.net

⁷ arquivodememoriadovaledocoa.blogspot.com

desenvolvimento foi feita através de vários canais, privilegiando-se as redes sociais e a internet. Após a implementação do projecto-piloto em Vila Nova de Foz Côa, o projecto foi expandido e replicado num conjunto de localidades do Vale do Côa⁸ e envolveu dois agrupamentos escolares. O potencial alcançado pelos resultados mostrou-se progressivamente mais valioso e justificou já, no presente ano, a sistematização de todos os registos configurando uma base de dados virtual denominada *In Patrimonium Premium* e a criação de um website que, além de alojar esta base de dados e permitir aos utilizadores a consulta e visualização dos testemunhos registados, contribui fortemente para a divulgação do projecto e de todas as dinâmicas desenvolvidas no âmbito do mesmo (Lima, Carvalho & Sottomayor, 2014).

Do relatório final de avaliação do projecto *IntergenerationALL* (Leeson & Fonseca, 2012) podem retirar-se importantes indicadores de sucesso deste tipo de programas de intervenção: obtenção de uma base sólida na comunidade local através do envolvimento de variados participantes; boa gestão e liderança; efectiva colaboração entre as organizações locais; avaliação e melhoria contínuas; pessoal qualificado, dedicado e designado para o tipo de intervenção; sentido de apropriação por parte de cada um dos participantes no projeto.

Importa ainda referir a importância de observar e medir resultados, como momento de auto-reflexão e nova projecção de metas. Como refere Leeson (2012), há uma certa lógica do senso comum no sentido de que os programas intergeracionais fomentam a coesão social e fortalecem as comunidades, mas com frequência a medição dos resultados não avança para além dos indivíduos envolvidos directamente no projeto.

⁸ Almeida, Figueira de Castelo Rodrigo, Pinhel, Torre de Moncorvo, Trancoso, Sabugal, Freixo de Espada à Cinta e Freixo de Numão.

4. Família e Intergeracionalidade

Nas sociedades modernas a família desempenhou sempre papéis de referência no que respeita à estabilização dos seus elementos, à protecção, defesa e valorização deste núcleo estrutural e à própria consolidação da sociedade, através da criação de uma cultura de relação com outras famílias e grupos. De todas estas sinergias ressalta uma forte componente de relação educativa que é muito própria da família, no estabelecimento de regras e condutas, valores e história de vida.

E se a família é chamada aqui ao seu papel preponderante, uma vez que é, normalmente, o núcleo de relações mais fortes que o indivíduo estabelece e constitui a sua rede principal de suporte social, não podemos alhear-nos do facto de esta existir sempre num contexto comunitário e cultural em que existem influências recíprocas (Moura, 2006).

O ser humano tende naturalmente a estabelecer e alimentar relações sociais ao longo da vida e as relações sociais constituem uma boa parte do bem-estar do indivíduo, com efeitos positivos múltiplos na fase da velhice.

Na tradição da cultura portuguesa a família reveste-se de grande primazia no apoio e suporte educativo dos mais novos e no acompanhamento dos mais velhos.

Os avós desempenham um papel cada vez mais expandido dentro da família. Como refere Harper (2010), pesquisas recentes têm comprovado a importância do papel dos mais velhos no seio das famílias europeias em termos de transferências familiares (Harper & Leeson, 2009; Brandt, Haberkern & Szydik, 2009; Hank, 2009; Hank & Darber, 2009). Muitos destes estudos salientam também o elevado grau de contacto entre avós e netos, com encontros presenciais que no mínimo uma vez por mês, em média, sempre suplementados por outras formas de comunicação (telefone, telemóvel, correio electrónico, e outros). A natureza destas relações entre avós e netos varia entre a partilha ocasional de interesses e actividades de lazer até ao cuidado regular. Harper (2004) identifica vários

papéis dos avós: avós (mulheres) como cuidadoras dos netos, avós que substituem companheiros, avós que substituem os pais (como ouvintes, professores e disciplinadores) e avós como âncora da família (transferindo valores, atitudes e história).

Para os avós, o nascimento de um neto é muito marcante. Normalmente, vivem a ambiguidade de se sentirem em fim de linha e de tomarem consciência do seu próprio envelhecimento, quase sempre ultrapassada depois pela nova relação de amor que desenvolvem com o neto (Sampaio, 2008).

Com o aumento do número de divórcios e diante da complexidade das famílias reconstituídas, os avós têm um papel fundamental na medida em que proporcionam uma considerável estabilidade emocional e apoio efectivo aos netos (Harper, 2010).

No entanto, apesar dos numerosos benefícios apontados no que respeita ao papel dos avós como facilitadores do processo de estruturação das famílias reconstituídas, estes também podem ter um efeito disruptivo muito significativo na relação entre avós e filhas ou noras, se esta participação não for desejada por ambas as partes.

É certo que existe sempre a possibilidade de ocorrerem conflitos, mas de um modo geral, os avós são considerados importantes redutores de *stress*, seja através de suporte emocional ou através de intervenção prática (Harper, 2010).

5. Outras redes sociais de apoio

Para além das relações sociais familiares devemos destacar as relações não familiares como fundamentais para o processo de envelhecimento, pois é através destas que os idosos vivenciam sentimentos de pertinência, de significado e de *status* social, valorizando mais a sua relação com a própria vida.

Quando falha o sistema familiar ou não funciona de forma adequada no que respeita ao seu papel de rede social de apoio do indivíduo, ganham projeção outras redes

sociais de apoio normalmente colocadas num plano secundário: os amigos, os vizinhos e até as várias respostas sociais resultantes de políticas integradoras da população idosa (centros de dia, lares de idosos, serviços de apoio domiciliário).

Os amigos, de forma especial, tornam-se num elemento fundamental na prestação de cuidados, na partilha de interesses e no estabelecimento de relações de confiança, constituindo uma fonte de auto-confirmação e de valorização dos sujeitos, funcionando até como protecção contra o mundo.

Por outro lado, o reforço das relações entre diferentes gerações tende a promover também a desmistificação dos estereótipos negativos construídos quer pelos mais velhos em relação aos mais jovens, quer pelos mais jovens em relação aos mais velhos.

As instituições de solidariedade social desempenham aqui um papel essencial na composição de uma resposta de apoio efectivo aos idosos, substituindo tantas vezes a função da família. Os idosos que vivem num lar ou compartilham boa parte do seu dia num centro de dia, tecem, necessariamente, relações de proximidade uns com os outros, pela identidade que sentem em termos de experiências de vida, de memórias, de profissões.

6. Benefícios das Relações Intergeracionais

Um inquérito realizado em 2009 a pessoas que viviam nos 27 estados-membros da União Europeia sobre o estado actual das relações entre os jovens e os idosos revelou que uns e outros dificilmente estão de acordo quanto ao que é melhor para a sociedade (Zaidi, Ashgar et al., 2012).

A maioria dos inquiridos concordou que a permanência dos idosos no mercado de trabalho retira oportunidade aos mais jovens, embora considerem também que as empresas

com funcionários de diversas faixas etárias têm um melhor desempenho do que as empresas que apenas empregam pessoas mais jovens.

Por outro lado, mais de 80% das pessoas inquiridas manifestou discordar da ideia de que os idosos são um fardo para a sociedade e mais de metade não consideraram que o facto de existir um maior número de votantes idosos signifique que os decisores políticos dediquem menor atenção às necessidades dos mais jovens.

Concluiu o referido estudo que é imperativo que as sociedades europeias promovam imagens positivas e realistas do envelhecimento e dos velhos. As interações sociais e económicas através de actividades intergeracionais podem contribuir para construir perspectivas mais positivas entre uns e outros, e terão por certo um papel fundamental nas suas vidas.

Já no ano 2000, a UNESCO elaborou um relatório sobre os benefícios individuais e sociais das trocas de experiências intergeracionais, salientando estes programas como instrumentos de inclusão social e desenvolvimento das sociedades. Neste relatório se expõem como objectivos principais para os mais velhos o retardamento dos efeitos do envelhecimento e minimização das perdas daí decorrentes, a promoção da sua inclusão e valorização, e o desenvolvimento de competências ao nível dos saberes, das habilidades e dos valores. Em contraponto, para os mais novos, os objectivos centram-se essencialmente na criação de uma nova perspectiva sobre as questões do envelhecimento, recuperando brincadeiras e jogos tradicionais, desenvolvendo novas aptidões e potenciando a aprendizagem ao longo da vida. O sucesso destas intervenções reside pois na manutenção de estruturas sociais capazes de responder às necessidades dos idosos e dos mais jovens.

É exactamente neste potencial enriquecimento mútuo resultante de relações intergeracionais, de intervenção planeada e com objectivos concretos, que assenta este

projecto de investigação. Tal como referimos na introdução, o propósito desta investigação é averiguar em que medida pode uma acção planeada de âmbito intergeracional contribuir para a melhoria das relações entre gerações, identificando os benefícios mútuos resultantes desta interacção.

Baseia-se na realidade concreta de uma instituição de acolhimento feminino que nasceu em 1869 por iniciativa do Padre Airoso com o intuito de “recuperar e reabilitar mulheres e jovens com condutas desviantes” (Português, 2011, p. 182), que evoluiu em 1874 para Colégio de Regeneração e que, por empenho e virtude do seu mentor conseguiu “...fazer de um convento em ruínas um edifício moderno e funcional, com amplas e adequadas instalações para o elevado número de internas que albergava, num processo longo de regeneração e formação para uma completa reintegração na sociedade” (Português, 2011, p. 188).

Não é de somenos importância referir que o lema que ao longo de 62 anos assistiu à obra e ao trabalho de Monsenhor Airoso, “pela religião, pela instrução e pelo trabalho”, está subjacente à relevância dada à instrução das internas, ao trabalho como ocupação fundamental, e à sua responsabilização na participação da comunidade em que viviam. As ‘oficinas’ de costura e bordados, de engomar, de tecelagem e de lavagem de roupa, representam uma tradição na vida da instituição.

Em 2014 intuimos a pertinência de recuperar interesses e aptidões antigas que se foram esbatendo sobretudo ao longo da última década, e que podem significar uma mais-valia com implicações no projecto pedagógico da instituição, na requalificação de espaços, no enriquecimento e aprendizagem entre as residentes de diversas idades e no fortalecimento dos laços afectivos entre todas.

No caso concreto em estudo, mais do que investir na transmissão ou relato das suas histórias de vida, interessa-nos pois perceber que tipo de conhecimentos / aptidões / saberes / habilidades possui o grupo das idosas que possa constituir uma mais-valia para as mais jovens, e vice-versa, ajudando-as a construir uma visão mais positiva e valiosa do seu próprio envelhecimento, a valorizar-se mais enquanto agentes ativos desse mesmo processo, e ainda a consolidar a sua satisfação com a vida. Acima de tudo, pretende-se assumir os resultados obtidos como integradores de uma intervenção subsequente, pretendendo para isso dar eco dos mesmos à comunidade.

PARTE II – METODOLOGIA

1. Pertinência

O tema proposto como objecto de estudo foi a intergeracionalidade e de que forma será possível promover interacções e relações entre diferentes gerações com repercussão directa e positiva para cada uma das pessoas envolvidas.

Num mundo cada vez mais contraditório onde a globalização e partilha de informação progride em simultâneo com a apologia do individualismo e autonomia; num continente que conhece hoje um grave problema de identidade e afirmação de objectivos e perspectivas comuns e solidárias, onde emerge uma dificuldade cada vez mais visível de dar corpo aos desejos e energia da juventude e, em simultâneo, de dar resposta à ambicionada estabilidade das gerações mais velhas; num país que não consegue esbater um processo de desertificação do interior do seu território e de incorporar as gerações mais idosas no processo de construção e afirmação do país no mundo (fazendo com que todos participem e partilhem opções, acções e decisões), o tema da intergeracionalidade é, progressiva e incontornavelmente, actual e central numa sociedade que se deseja capaz de promover valores como a partilha, a solidariedade, a equidade e o crescimento.

E se tal se afigura verdade, não é menos verdade que quando as duas partes, (jovens e idosas), aparentemente em oposição, se cruzam, convivem e actuam num mesmo espaço físico, constituem, embora com carácter institucional e, muitas vezes, imposto, uma mesma família.

Porque no IMA esta realidade intergeracional se encontra presente e é motivo de confronto diário perante os problemas, desafios, expectativas e vantagens que a intergeracionalidade revela; porque ao investigador é um tema central, pelo seu envolvimento profissional com a instituição, apresentou-se como natural e de relevante interesse a adopção do IMA como realidade física de suporte ao projecto de investigação.

Na certeza que este tema - intergeracionalidade – é cada vez mais abordado e tido como fundamental para a prossecução de um envelhecimento activo e bem-sucedido, entende-se que, nesta instituição, a intergeracionalidade é potencialmente enriquecedora da qualidade das relações sociais. Favorável à construção de relações de confiança e conforto, de amizade nos termos que refere Paúl (1990, p. 109) “as amizades são uma fonte de auto-confirmação, valorização do eu, auto-percepção, intimidade, aceitação e protecção contra o mundo”.

Mais ainda, é potencialmente favorável à desmistificação dos estereótipos negativos quer pelas mais velhas relativamente às mais jovens e vice-versa, esbatendo os estereótipos e preconceitos dos jovens como seres imaturos e pouco reflexivos e dos idosos como um “estorvo” ou “pessoas de pouca utilidade”.

Como resposta ao problema enunciado, este projeto de investigação-acção propõe-se **conceber, implementar e avaliar** um programa intergeracional entre as residentes do IMA, jovens e idosas.

2. Problema de Investigação

Mediante uma sociedade que tende a organizar os indivíduos por categorias, baseadas essencialmente na sua idade e no seu grau de produtividade, inquieta-nos perceber de que forma podem os mais velhos e os mais novos retirar benefícios de relações intergeracionais de qualidade, de proximidade e de partilha.

A certa altura, convém “reflectir sobre a forma como interagimos com os outros e ajustar as nossas estratégias de sociabilizar, de forma a estabelecer novas relações e/ou melhorar as que temos” (Araújo & Melo, 2011, p. 141).

Partindo do contexto concreto da instituição - que acolhe mulheres de várias idades sem retaguarda familiar ou em situações socioeconómicas desfavorecidas - e que constitui

o local de aplicação do estudo, pretende-se analisar as relações existentes entre as jovens e as idosas deste grupo de residentes, identificar possíveis estigmas recíprocos existentes, promover a melhoria das relações entre os dois grupos e aumentar os benefícios comuns retirados destas interações.

Assim, a questão de investigação pode enunciar-se da seguinte forma: que benefícios se poderão retirar das relações intergeracionais planeadas entre as idosas e as jovens acolhidas em permanência no Instituto Monsenhor Airosa?

3. Objectivos

Para o estudo presente estabeleceram-se pois como principais objectivos:

- ❖ Caracterizar o grupo de mulheres jovens e idosas, público-alvo do estudo, percepcionando as qualidades que, marcadamente, singularizam os dois grupos e geram situações de aproximação ou afastamento.
- ❖ Identificar o nível de participação das jovens e idosas nas actividades comunitárias existentes.
- ❖ Promover ações concretas de partilha de saberes entre as idosas e as mais jovens.
- ❖ Analisar os resultados alcançados em função das acções implementadas, nomeadamente ao nível do impacto das mesmas na qualidade da relação social entre os dois grupos em causa e da repercussão directa nas actividades do IMA.
- ❖ Identificar as motivações, expectativas e aprendizagens que surgem na participação em actividades intergeracionais.
- ❖ Avaliar o grau de interacção e aprendizagem das idosas e a sua auto-valorização no processo.

4. Investigação-Acção

Através de uma acção planeada e focalizada na percepção de relações entre gerações e do potencial de melhoria que as mesmas relações revelam, o estudo realizado visou a concretização efectiva de um cruzamento saudável entre gerações diferenciadas e, conseqüentemente, na viabilização da qualidade e optimismo que o diálogo e convívio intergeracional encerram.

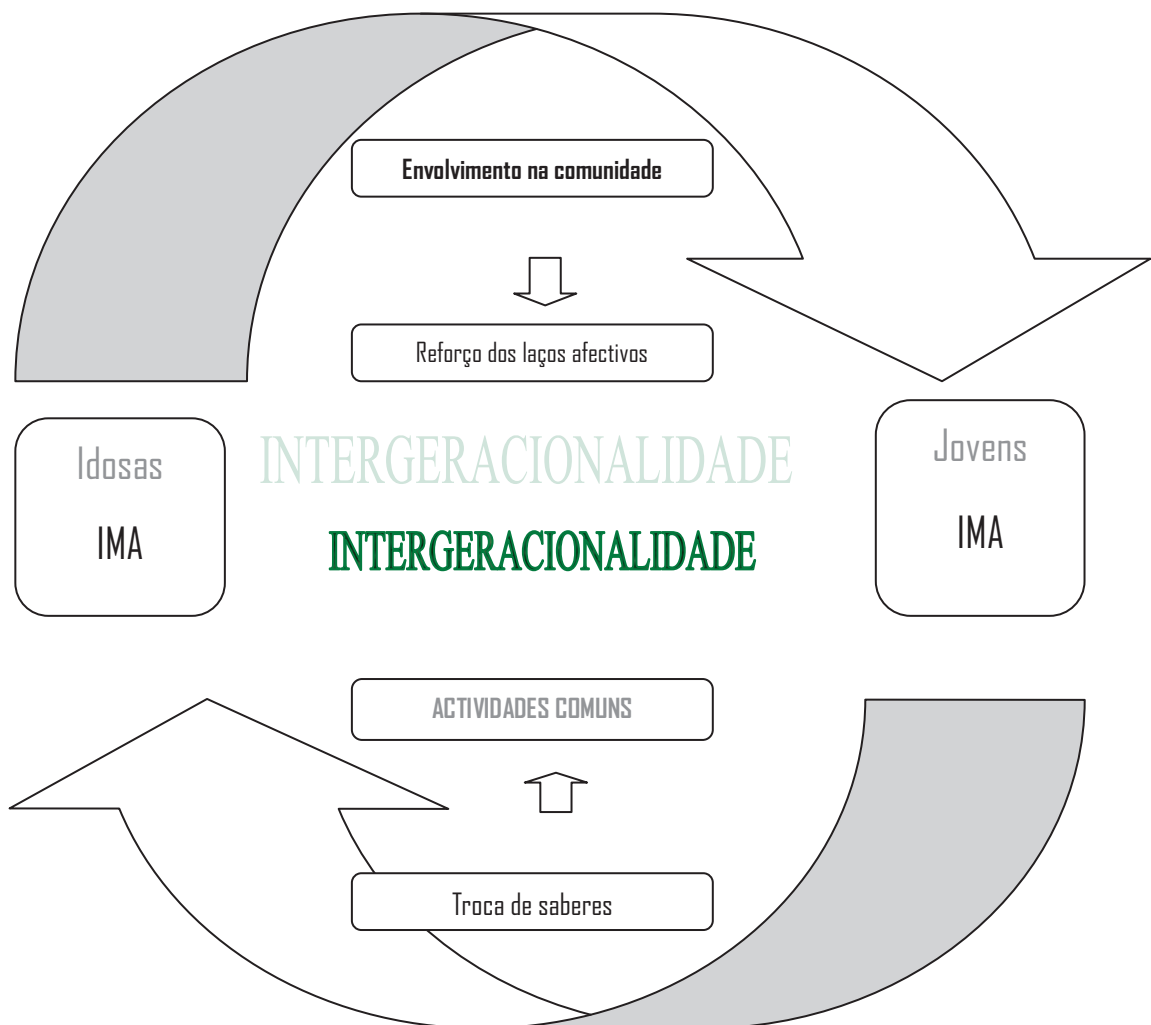


Figura 2- Esquema do Projecto de Intervenção

Recorrendo à metodologia de investigação–acção, assente numa permanente análise, implementação e reflexão crítica das práticas diárias nesta instituição, a investigação estruturou-se num modelo metodológico de investigação / acção / formação.

A escolha desta metodologia foi consequência direta da intenção de se fazer uma investigação aplicada (Coutinho, 2011), que possibilite a reflexão sobre as práticas da instituição e consequente melhoria, mais do que o estabelecimento de conhecimentos teóricos sobre o tema em estudo.

A metodologia de investigação-ação pode definir-se como o estudo de uma situação social que tem como objetivo melhorar a qualidade de ação dentro da mesma (Elliot, 1991) ou ainda como uma intervenção na prática profissional com a intenção de proporcionar uma melhoria. Trata-se de um processo dinâmico, em que os participantes analisam as suas próprias práticas de forma sistemática e aprofundada, num desenvolvimento cíclico de ação e reflexão crítica (Coutinho, 2011). Pode considerar-se que este processo mescla e interliga permanentemente a teoria e a prática.

Partindo de uma breve análise da situação inicial no que respeita ao tipo e qualidade das interações entre os dois grupos definidos, propusemo-nos identificar saberes das idosas potenciadores de uma melhor relação com as jovens, e vice-versa. Intuindo desde logo que umas e outras teriam contributos relevantes para a investigação, procuramos evidenciar a importância da integração destes saberes na melhor compreensão das características e problemas do outro.

Se por um lado acreditamos que seriam evidenciadas competências das idosas ao nível de tarefas domésticas como cozinhar e bordar, tratar da horta ou dos animais, por outro lado, acreditamos também que seriam evidenciadas competências das mais jovens ao nível do cuidado pessoal, da fotografia, da leitura ou do uso das novas tecnologias.

Na verdade, é com base numa convicção alicerçada na experiência profissional e na observação diária do quotidiano das mulheres envolvidas, que o problema de investigação emerge, na necessidade de estruturar, testar, potenciar e evidenciar resultados, num primeiro momento, a favor das mulheres envolvidas, e num segundo momento, a favor da própria instituição e da sociedade em que se insere.

A observação da convivência destas mulheres jovens e idosas em torno de um mesmo espaço residencial, permite antever reacções diferentes por parte de ambos os grupos: para as mulheres idosas, o edifício institucional, onde passaram e passam grande parte dos seus dias, foi e continuará a ser “a sua casa”, o lugar onde esperam passar o resto dos seus dias e um dia morrer; ao invés, para as jovens, o edifício afigura-se como um local onde residem temporariamente, não por opção própria mas porque lhes foi imposto por uma entidade externa. Sabem, no entanto, que um dia deixarão aquela casa para construir o seu projecto de vida de forma autónoma, livres dos constrangimentos que as regras da instituição muitas vezes representam.

É na ambivalência de ser um lar e uma família que o IMA se posiciona ao longo da sua história e missão social. Um lar enquanto casa onde habita um conjunto de pessoas, onde se desenvolvem laços de amizade, afecto e partilha; uma família enquanto grupo de pessoas que se relacionam entre si, com um conjunto de afinidades, sentimentos e ligações geradoras de uma solidariedade forte e de uma visão comum sobre e para a vida.

Até que ponto será a instituição capaz de gerar sinergias e cumplicidades de afectos entre estas mulheres? Será assim a instituição capaz de ser o suporte do encontro de gerações e da inserção destas na sociedade?

Ao formular estas questões, o problema da investigação complexificou-se na certeza de que esta condição humana (e a sua dependência de um edifício que poderá não

ser lar e um grupo de pessoas que poderá não formar uma família) é determinante para o afastamento e proximidade de relações e cumplicidades intergeracionais.

Em síntese, a formulação do problema inicial a investigar (“que benefícios se poderão retirar das relações intergeracionais planeadas entre as idosas e as jovens acolhidas em permanência no IMA?”) revelou-se ainda mais ambiciosa e complexa, abrangente e multitemática, tornando o trabalho a realizar, porventura, mais interessante, mais útil e pertinente.

Pareceu-nos também relevante que umas e outras partilhassem, de forma distinta mas equiparável, de um espaço habitacional comum, que era, durante alguns anos para as jovens e durante uma vida inteira para as idosas, a sua casa efetiva. O facto das duas estruturas residenciais (lar de jovens e lar de idosas) serem fisicamente contíguas, poderia também ser um factor promotor de uma melhor relação entre os grupos, e um aspecto que não poderia ser desconsiderado.

5. Participantes

A população residente no IMA é de 61 mulheres, sendo 10 idosas, 21 adultas e 30 jovens. O grupo de participantes deste estudo é constituído por 8 mulheres idosas e 14 mulheres jovens acolhidas nos lares do IMA, em Braga. Esta seleção de participantes resulta do facto de se pretender trabalhar de forma aprofundada com os dois grupos, e ainda de nos parecer uma amostra considerável, significativa e válida dada a metodologia que se pretende implementar.

As **idosas** têm idades entre os 66 e os 82 anos e vivem em permanência no IMA. Algumas delas vivem aqui há já várias décadas. É muito comum repetirem nas entrevistas *focus group* a expressão “eu vivi aqui quase toda a vida”. Chegaram à instituição fruto de situações de abandono familiar, graves carências económicas e usufruíram de uma

juventude num contexto social de pobreza do ponto de vista económico, resignação social, acessibilidade cultural muito reduzida, repressão política, liberdade de expressão diminuta, auto-percepção sobre a capacidade de “ser e fazer” das mulheres muito vinculada à submissão a uma figura masculina, normalmente o pai. Sendo muito marcada e visível a ruptura dos laços familiares (dir-se-á da família biológica – pais, irmãos, tios, sobrinhos), a perspectiva futura destas mulheres idosas é passar o resto dos seus dias na instituição, não esperando, ou ambicionando, grandes alterações à realidade que hoje vivem.

As **jovens** têm idades entre os 12 e os 21 anos e vivem transitoriamente no IMA. Chegam à instituição por falta de retaguarda familiar, comportamentos disruptivos e inadaptação social e escolar. Após algum tempo de permanência no IMA pretende-se que adquiram regras e padrões comportamentais adequados, fomentem a sua integração social, desenvolvam projetos de vida consistentes e possam assim autonomizar-se e exercerem a sua plena cidadania. O tempo médio de permanência das jovens na instituição é de três a quatro anos.

Para garantir a preservação da identidade de todas as participantes, optou-se por criar um código interno para esta investigação, recorrendo sempre a duas letras maiúsculas, que não coincidem com o nome e apelido, seguidas da idade da participante, elemento fundamental para melhor contextualizar muitas das referências feitas.

Todas as participantes prestaram o consentimento informado do estudo em causa, autorizando a publicação de dados recolhidos ao longo do projecto de intervenção.

6. Procedimentos de Recolha de Dados

Este projeto de investigação abordou o tema da intergeracionalidade através da metodologia de investigação/ação, contextualizando a intervenção numa instituição de acolhimento de mulheres - jovens, adultas e idosas - situada em Braga.

Para a recolha de dados da investigação privilegamos o recurso a técnicas qualitativas. Foram utilizados o inquérito *feed-back*, a conversação, o *focus group* e a observação direta.

A implementação do programa de intervenção foi baseada na observação participante e na aproximação de investigação/ação.

O inquérito *feed-back* constitui-se como uma técnica de recolha de dados exclusiva da metodologia de investigação/ação. Este inquérito aplica-se em duas fases: na fase de diagnóstico para sustentar a situação/problema; na fase de *feed-back*, os resultados obtidos são de novo injetados no grupo, discutidos e, depois de analisadas as soluções alternativas, são fixados novos objetivos e um plano de ação (Coutinho, 2011).

No que se refere às técnicas e instrumentos de recolha de dados, convém mencionar que, além do inquérito *feed-back*, que foi já explicitado, esta metodologia recorre essencialmente a três categorias distintas:

- i. Técnicas baseadas na observação – em que o enfoque principal é dado pelo próprio investigador enquanto observador direto do fenómeno em estudo;
- ii. Técnicas baseadas na conversação – centradas na auto-perceção dos participantes;
- iii. Análise de documentos – pesquisa e leitura de documentos escritos pelo investigador.

Assim, torna-se muito importante que exista uma boa articulação dos diversos instrumentos e técnicas utilizados, prevendo-se também o registo audiovisual das intervenções.

Nesta intervenção participaram efectivamente 8 idosas e 14 jovens, todas residentes no IMA, três voluntários e diversos elementos da equipa técnica e educativa da instituição, bem como elementos da própria Direcção Institucional.

Desenvolvemos assim um conjunto de actividades organizadas para o público-alvo, partilhando histórias de vida e opiniões sobre temas de discussão diversos, explorando a maestria de umas e outras em tarefas comuns, ampliando o conjunto de saberes essencialmente práticos que cada geração possui como identitários, estreitando relações e construindo afectos. O extenso conjunto de actividades foi implementado entre Janeiro e Maio de 2014, culminando com a Festa Intergeracional “dos 8 aos 80”.

No ponto 2 da III PARTE descrevem-se cronologicamente as diversas acções implementadas ao longo desta investigação, destacando os objectivos a alcançar, a planificação inicial, a forma de concretização e a respectiva avaliação.

7. Procedimentos éticos e formais para a recolha de dados

A opção de implementação do projecto de investigação no Instituto Monsenhor Airoso, em Braga, foi resultado da conveniência do investigador e da convicção de que o estudo representaria uma mais-valia considerável para os participantes e para a própria instituição.

A anuência do Presidente da Direcção e da Directora Técnica aquando da apresentação dos objectivos da investigação e dos seus potenciais resultados foi imediata, o que muito favoreceu todo o processo.

Após uma sessão inicial de sensibilização das participantes para a necessidade e a importância deste estudo e da sua colaboração, iniciamos a recolha de dados distribuída por várias sessões de diferentes naturezas, que decorreu entre Janeiro e Maio de 2014.

O estudo foi orientado desde o princípio para uma avaliação qualitativa e não quantitativa. Devido ao curto espaço de tempo destinado à intervenção e ao baixo grau de escolarização das idosas evitamos a aplicação de questionários ou entrevistas individuais que pudessem de alguma forma ser constrangedoras para elas, optando por realizar encontros semanais com a duração aproximada de duas horas, ao longo dos quais se distribuíram as diversas actividades.

Ao longo de todo o estudo respeitamos os princípios relativos à preservação da identidade, da intimidade e da protecção contra o desconforto por parte de todas as participantes, jovens e idosas. A substituição dos seus nomes por códigos de duas letras e da respectiva idade pretende exactamente corporizar esta intenção.

No entanto, em se tratando de um projecto de intervenção aplicado e tendo como remate final uma festa intergeracional aberta à comunidade envolvente e da qual resultaram registos fotográficos tão valiosos, assumimos incorporar imagens neste trabalho, procurando sempre mais a documentação e a validação das actividades do que a revelação da identidade dos intervenientes.

PARTE III – DESENVOLVIMENTO DA INVESTIGAÇÃO

1. Breve análise da qualidade das interações existentes

Previamente à descrição das acções desenvolvidas, ainda que de forma sucinta, julga-se reflectir sobre as interacções existentes entre estes dois grupos de mulheres, ou seja, sobre aquelas realidades que, de uma forma ou outra, participam ou influenciam o convívio e a prática intergeracional do IMA. São três as realidades que se afiguram centrais na actualidade: o edifício do IMA, o plano anual de actividades da instituição e os funcionários.

O primeiro, porque é o suporte físico central da vida destes grupos de mulheres. Hoje, sabe-se que a organização espacial, a qualidade arquitectónica, influencia, promove e condiciona o comportando de quem habita esse mesmo edifício. O segundo, porque traduz uma política de actuação da própria instituição e é reveladora da forma como a própria instituição vê e promove a intergeracionalidade. A terceira, porque os funcionários são os elementos fundamentais de intermediação e aproximação das pessoas às instituições e vice-versa. São o veículo operativo da instituição, são (ou poderão ser) um rosto amigo e próximo para estas mulheres.

O edifício onde se encontra sedado o IMA corresponde ao antigo convento de Nossa Senhora da Conceição, construído entre 1625 e 1629. Foram inicialmente as religiosas concepcionistas que ali se instalaram até finais do séc. XIX (em 1883 morre a última das religiosas). “Eram mendicantes, quer dizer, humildes, mínimas, modestas, mas aprendiam a viver dos seus labores manuais e de toda a espécie de trabalhos agrícolas e que não implicassem espírito de ganância” (Araújo, 2011).

No entanto, o edifício apresentava características muito específicas das estruturas destinadas à vida em clausura: celas pequenas, estreitas e cobertas de telha. Foi transformado no final do século XIX, “sob a determinação de Monsenhor Airosa, em instituto para acolhimento das mulheres mais desprotegidas do seu tempo” (Moreira da Rocha, 2011).

Actualmente caracteriza-se por ser um edifício de forte expressão física, ocupando uma extensa área de terreno de localização central relativamente à cidade. De área de construção muito elevada, superior a 9000 m², este edifício apresenta uma estrutura espacial que não se afigura de fácil legibilidade. Estruturado a partir do chamado ‘claustro sul’, uma espécie de coração do edifício, a construção toma conta do terreno disponível numa sucessão de pátios, corredores e pequenos compartimentos, desníveis e funções que não facilitam a sua apropriação por parte dos seus utilizadores. Acrescem a esta realidade características tão marcadas de uma época como o pé direito elevado dos pisos, as paredes espessas em granito, diversos desníveis de pavimento, pouca iluminação natural em muitos dos espaços de circulação, entre outros, o que, no final, transmite uma noção de frieza aparentemente incapaz de envolver as pessoas.

Pode assim afirmar-se que ao longo dos tempos, a assunção do edifício como sendo ‘de todos e para todos’ foi contribuindo, de forma intencional ou inerente, para a sua impessoalização, não possuindo, sobretudo os corredores de circulação e espaços comuns, o carácter pessoal e a participação de todos na sua manutenção, sendo afinal um espaço que percorrem todos os dias, várias vezes ao dia.

Todavia, a disposição interna dos diferentes lares é favorável a um convívio mais intenso e uma proximidade intergeracional mais forte já que, e a título de exemplo, ambos

os lares encontram-se à mesma cota de pavimento (ou seja, no mesmo piso e sem desnível) e as refeições são feitas num espaço comum no piso inferior.

A possibilidade da criação de mais espaços partilhados, quer interiores, quer exteriores afigura-se uma oportunidade do reforço intergeracional que o edifício do IMA oferece.

Verificamos no início desta investigação que apesar de existir uma preocupação expressa no plano anual de actividades no sentido de fomentar actividades que sejam abrangentes em relação aos vários tipos de público-alvo dentro da instituição, na prática só se concretiza este encontro nos momentos festivos ou de convívio da comunidade (festa de Natal, festa de fim de ano lectivo, festa de S. João). Existe assim uma visível dificuldade de implementação regular de práticas intergeracionais. No entanto quase todos os intervenientes (residentes, educadoras, técnicas e outros colaboradores) concordam que é benéfico existir uma maior relação entre os mais jovens e os mais velhos, pela troca de experiências e saberes que são possíveis. Apenas uma escassa minoria dos colaboradores foi assumindo informalmente que esta partilha intergeracional constitui um obstáculo porque é muito difícil implementar actividades com pessoas de idades muito diferentes e com graus de mobilidade tão variados.

2. A Intervenção

2.1 Reunião com jovens

Num primeiro momento realizamos um encontro com as jovens que poderiam envolver-se no projecto como agentes da intervenção, procurando sensibilizá-las para a temática do envelhecimento, ajudá-las a reflectir sobre o tipo de relação que tinham com as idosas que viviam na mesma comunidade que elas, levá-las a partilhar quais as suas principais preocupações em relação aos mais velhos e à idealização da sua própria velhice.

A fluência da conversa teve inicialmente alguns obstáculos por considerarem que é um tema sobre o qual evitam pensar muito, de tal forma sentem longínqua a velhice. Por outro lado, tal como esperado, também foram revelando alguns preconceitos em relação aos mais velhos, como serem muito chatos, fazerem as coisas muito devagar, serem muito doentes, precisarem de muitos cuidados, ou ainda de cheirarem mal.

Por outro lado, ao falar em velhice referem com frequência a relação com os seus avós e algumas ainda com os seus bisavós. Expressam muito carinho ao falar deles. Recordam as suas cumplicidades e alguns episódios de ternura, mas está sempre latente o tema da morte e a dor da perda associada às suas histórias pessoais com os mais velhos com quem tiveram maior contacto e relação, normalmente os avós.

Referiram que a relação que mantêm com as idosas com quem partilham o lar é uma relação afectuosa, de respeito, mas muito circunscrita, até porque só fazem as refeições juntas ao fim de semana, e mesmo aí há habitualmente um desfasamento de cerca de 30 minutos, porque as idosas acham que elas fazem muito ruído durante a refeição e gostam de estar mais sossegadas.

Quando questionadas sobre o tipo de actividades que gostariam de realizar juntas ou de que forma poderiam partilhar com as idosas os seus saberes, as jovens evidenciaram uma enorme falta de confiança nas suas próprias capacidades, o que resulta, entendemos nós, da sua baixa auto-estima. Orientamos a conversa para os potenciais benefícios desta relação mais próxima com as idosas e para o facto de não ser necessário fazer coisas grandiosas mas valorizando pequenos gestos diários como uma conversa, uma visita, o acompanhamento de uma saída à rua para realizar uma tarefa simples ou um passeio a pé.

Diante das sugestões que lhes foram apresentadas, as jovens manifestaram grande interesse em participar em conversas porque “as idosas devem ter muitas histórias para contar” e “gostam de falar de coisas do antigamente” e em acompanhar saídas e passeios.

Sugeriram também que se fizesse algum registo fotográfico ou vídeo das actividades, que lhes permitisse manusear as respectivas máquinas e aprender a trabalhar a técnica da fotografia. Confirmaríamos mais tarde que este interesse é mútuo (das jovens e das idosas).

O projecto de intervenção foi-lhes apresentado como algo dinâmico cujo tema central é a intergeracionalidade e os benefícios das relações intergeracionais, em que a participação das jovens e idosas se faria apenas mediante o seu consentimento, e em que se preservaria sempre a identidade e a privacidade de cada pessoa.

Nenhuma das jovens tem uma relação especial com qualquer das idosas, embora refiram sentir um grande carinho e respeito pelas mais velhas. Das 14 jovens envolvidas no projecto, apenas uma vivia com a avó. As demais têm uma boa relação com os avós, dos quais relembram histórias e episódios relatados vezes sem conta. Afirmam que têm medo de ficar velhas e que não conseguem imaginar-se a depender dos outros para tudo. Assustam-se particularmente a solidão, a doença e a morte, que são as palavras que de imediato associam à velhice.

No final desta reunião tínhamos conseguido a adesão de 14 jovens ao projecto, com o seu compromisso de participar nas actividades, sempre que não colidissem com o seu horário escolar, e reforçando a vontade de irem apresentando sugestões e ideias que valorizassem o próprio projecto.

2.2 Reunião com as idosas

Num segundo momento realizámos um encontro com as idosas para apresentação do projecto de intervenção e dos objectivos a alcançar: a intenção fundamental de obter registos sobre a visão das jovens sobre as idosas e das idosas sobre as jovens, a realização de actividades conjuntas cujo resultado fosse uma partilha do tempo e do espaço comum,

mas também o reforço dos laços afectivos entre todas. Foi ainda anunciado que todas estas intervenções teriam como objectivo último a realização de uma festa intergeracional aberta à comunidade, onde pudéssemos mostrar os benefícios das trocas entre gerações e também alguns resultados das actividades através de uma exposição de trabalhos e fotografias.

A recepção da ideia foi de grande frieza inicial, de alguma desconfiança, de recusa peremptória de qualquer partilha por medo de invasão da sua privacidade ou intimidade. Após o reforço do respeito pela identidade, privacidade e até intimidade de cada pessoa, houve alguma quebra do gelo inicial e foi então possível explorar algumas ideias sobre as partilhas de saberes que as idosas concentravam em si e que consideravam que podiam ser ferramentas úteis para as mais jovens enquanto mulheres e cidadãos. A sua baixa auto-estima levou-as a considerar inicialmente que não tinham nada a ensinar às mais novas. Não valorizam suficientemente a sua experiencia de vida para considerarem que esta pode servir a outros como exemplo ou mais-valia.

Desmistificada a ideia de que apenas os sábios podem ensinar algo aos outros e que todos temos saberes e aptidões que podemos partilhar com quem não os tem, foram surgindo as sugestões tímidas de cada uma delas: ensinar alguma jovem a bordar ponto de cruz ou a costurar uma bainha de umas calças, a cozinhar algum petisco ou a tratar da casa (engomar a roupa, arrumar e limpar), a tratar da horta ou dos animais. Curiosamente as tarefas que mencionam são maioritariamente do foro de ocupação doméstica. Essas foram as tarefas que ao longo da vida sempre desempenharam. Na infância ajudaram os pais em casa, no campo ou no negócio local, na juventude, já no ‘colégio’, com as religiosas dominicanas, que as reeducavam de acordo com os verdadeiros valores humanos e cristãos, e ensinavam-lhes a ler, escrever, música, teatro, canto, desenho, tecelagem, bordados, costura, fabrico de hóstias e actividades domésticas (Faustino, 2011), tendo depois na idade adulta continuado estas actividades.

Ao mesmo tempo foram verbalizando as dificuldades que agora sentem já por força da idade: as mãos tremem e já não conseguem enfiar uma agulha, os olhos não ajudam, os ossos doem ao fazer determinados movimentos, os músculos estão ‘tolhidos’. E todo este conjunto de factores as desmoraliza mais ainda e as faz sentir que nada têm para ensinar ou dar às mais novas.

Assim, ao fim deste primeiro encontro, contámos com 8 idosas entusiasmadas e ávidas de novidades e novos encontros.

Sugeriu-se que para o primeiro encontro com as jovens trouxessem algumas fotografias antigas para podermos comentar. Rapidamente percebemos, porém, que elas quase não possuíam registos fotográficos da sua infância e juventude, apesar de verbalizarem que gostam muito de ver e ter ‘retratos’.

2.3 Workshop de fotografia

Atendendo ao que haviam solicitado as jovens no que respeita à possibilidade de registo fotográfico das actividades, entendemos que seria útil promover um workshop de iniciação à fotografia num formato teórico-prático que lhes permitisse adquirir ou reforçar algumas competências neste domínio.

O formador organizou uma sessão de 3 horas em que abordou alguns princípios básicos da fotografia: tipos de máquinas fotográficas, componentes da máquina, iluminação, *flash*, sensibilidade e composição (figura/fundo, enquadramento, destaque por contraste).

Nesta sessão estiveram presentes 9 jovens e tiveram a oportunidade de ficar a conhecer melhor o funcionamento da máquina fotográfica, percebendo que a fotografia nos possibilita uma nova forma de olhar e interpretar a realidade. O formador lançou então o desafio de executarem uma tarefa prática individual em que as participantes utilizariam a

fotografia como meio de exploração do seu próprio quotidiano, fotografando os seus espaços favoritos na instituição mediante directrizes estéticas apreendidas nesta sessão. Depois da revelação das fotografias haveria uma sessão de análise dos resultados.

Esta tarefa foi distribuída pelas jovens recorrendo apenas a máquinas fotográficas descartáveis de modo que o disparo fotográfico fosse feito de forma pensada e não aleatória.



Figura 3 e 4 - Workshop de Fotografia

Na sessão seguinte, que decorreu quatro semanas depois, revelaram-se as fotografias obtidas através das máquinas fotográficas descartáveis e fez-se a análise das mesmas. As jovens foram convidadas a tecer também um comentário às fotografias umas das outras, tendo sido surpreendente a capacidade de crítica construtiva elaborada, o nível de argumentação de cada uma das intervenientes e a constatação geral de que a fotografia é muito mais do que um disparo inconsciente.

Dum modo geral, as jovens mostraram gosto pela fotografia, mas um interesse particular em aprender a fazer retratos fotográficos. Este apelo surge inegavelmente associado ao crescente interesse pelas *selfies*, mas justificam-no também com a vontade de poder fotografar outras pessoas. Como foi abordado ao longo das conversas intergeracionais que as idosas gostavam muito de retratos delas próprias para colocar em

molduras, as jovens sugeriram fazer uma sessão fotográfica com elas, assumindo toda a sua produção.

Mais tarde as idosas viriam a sugerir que a identificação existente na porta de cada quarto fosse feita usando essa imagem.

2.4 Conversas Intergeracionais “As Conversas são como as cerejas...”

A promoção de relações de partilha e confiança reforça o valor do encontro entre os indivíduos de diferentes gerações, potencia a valorização de si mesmos e fortalece o sentido de comunidade.

“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” (Lopes, 2008).

Quando nos sentimos num ambiente de confiança tendemos a partilhar com os outros as nossas histórias, as memórias do passado, as nossas sensações do presente e os nossos projectos de futuro. E assim, de forma quase natural, a um assunto somamos outro, que nos relembra outro ainda e quando nos apercebemos a conversa eterniza-se e vamos recriando laços. Como quem se senta tranquilamente a saborear uma taça de cerejas e uma após outra as emenda e devora a taça por inteiro... Daí ter surgido o título “As conversas são como as cerejas...” para dar nome a estes encontros.



Figura 5 - Cartaz de divulgação das Conversas Intergeracionais

Sem intenção de criar um espaço de conversa demasiado formatado ou condicionado, criamos um encontro semanal de conversas intergeracionais orientadas em torno de um grande tema central. As conversas decorreram na sala de estar do lar de idosas, um espaço familiar para as mais velhas, mas quase nunca visitado pelas jovens. Trata-se de uma sala com cerca de 25 m², bem iluminada e arejada, com um pé-direito superior a 3 metros, onde existe, além dos sofás em torno da televisão, um recanto junto da janela mobilado com uma mesa e cadeirões. A sala foi sempre preparada antecipadamente para as conversas, colocando-se os cadeirões das idosas e acrescentando algumas cadeiras em torno da mesa.

As várias sessões tiveram diferentes participantes, estando sempre presentes 4 jovens e 6 idosas, acompanhadas pela voluntária que orientou as conversas, os temas e alguns jogos pedagógicos. As idosas estiveram sempre presentes, empenhadas e pontuais.

Já a presença das mais jovens, em virtude dos horários e actividades escolares foi mais rotativa e alternada. Decorreram três sessões às sextas-feiras depois do almoço.



Figuras 6 e 7 – Exploração dos temas nas Conversas Intergeracionais



Figura 8 – O lanche no final de uma sessão das Conversas Intergeracionais

Apesar do investigador estar pontualmente presente, a dinamização das sessões foi feita por uma voluntária com formação em gerontologia, o que muito contribui para uma boa condução da conversa e dos pontos fulcrais de cada tema.

Embora existisse sempre um tema dominante, fomos admitindo as divergências ao tema naturais de uma conversa fluente que se pretendia fosse também mais participada.

Cedo percebemos que as abordagens dos temas de conversa não deveriam incidir especificamente na história de vida de cada uma das intervenientes, uma vez que quase todas, jovens e idosas, faziam alguma reserva sobre determinados assuntos que não

queriam mesmo partilhar pela memória de sofrimento que associam a alguns acontecimentos do passado. Decidimos, pois, abordar temas gerais da vida quotidiana, deixando que, pontualmente, alguma delas fizesse uma partilha mais profunda ou mais exploratória das suas recordações do passado, sem que se expusesse diante do grupo.

O conjunto de temas abordados foi sugerido pelas idosas e jovens intervenientes nas sessões iniciais de trabalho e resultou na seguinte atribuição:

#1 Origens, família, jogos e brincadeiras

#2 Trabalho, profissões, escola

#3 Juventude e velhice, educação e relação com os pais

No anexo I encontra-se o registo áudio das conversas realizadas. Apesar de inicialmente termos pensado realizar o registo vídeo, quisemos prudentemente proceder a um momento de teste aquando da sessão de trabalho inicial e percebemos que, apesar de ninguém se opor a que se fizesse esta gravação, a presença de uma câmara de vídeo não era confortável e exercia algum constrangimento e sobretudo distração nas intervenientes, pelo que optamos por reduzir o registo a algumas fotografias e à gravação áudio.

Sem pretendermos elaborar uma análise de conteúdo intensiva, podemos no entanto tecer algumas considerações que resultam da observação atenta das interações, das reacções e da exploração dos temas por parte das intervenientes.

#1 Origens, família, jogos e brincadeiras

Para as idosas institucionalizadas no IMA, a relação com os familiares, quando existe, é ténue e distante. Esta desvinculação deve-se à distância a que vivem da sua terra de origem⁹ ou à quebra de relação com a família em consequência de comportamentos desviantes na juventude.

⁹ Proveniência das utentes idosas: CF (Rio Mau, Vila Verde); MA (Mirandela); CS (Braga); AR (Taipas, Guimarães); LZ (Castelo Mendo, Almeida); JC (Alentejo); NP (Paranhos, Porto); TP (Braga).

A relação das jovens residentes no IMA com a sua família nuclear é pontuada, na generalidade, por situações de orfandade de pai ou mãe, progenitores sem capacidade de exercício do controlo parental, carências sócio-económicas, desajuste funcional dos papéis de pais e filhos, abusos sexuais, violência doméstica, consumo de álcool ou estupefacientes. Daí que, as suas percepções da própria família resultem tantas vezes de uma idealização que em nada corresponde à realidade. A deslocalização propositada destas jovens para afastamento do seu grupo de pares ou familiares, resulta, para muitas delas, numa separação física do seu meio familiar, onde apenas vão de visita um ou outro fim-de-semana ou no período de férias, quando há condições para o seu acolhimento.

Questionadas sobre o desenho da sua família e da relação entre os diversos elementos que a compõem, traçam, umas e outras, com alguma facilidade a sua árvore genealógica.

LZ (75 anos) descreve assim a sua família: “Éramos quatro irmãos, dois rapazes e duas raparigas. Primeiro morreu o mais novo, depois o mais velho. Agora só tenho uma irmã viva. E eu. Quando perdi os meus pais, os meus irmãos quiseram-me pôr num colégio mas eu só tinha treze anos e ninguém me aceitava. Foi um amigo dos meus pais que me trouxe aqui ao colégio para me apresentar às Irmãs¹⁰. Elas queriam ver se eu não era tolinha. Gostaram tanto de mim que já não me deixaram ir embora.”

CF (68 anos) tem um filho e até um neto. Por ter engravidado na adolescência foi encaminhada para o colégio e afastada depois do filho, de quem perdeu o rastro durante muitos anos. Recentemente foi localizado em Lisboa, casado e com um filho bebé e ela vai anualmente visitá-los pelo Natal. A restante família, irmãos e tios, vive em Vila Verde, a vinte minutos de Braga. O seu contacto é ainda assim, muito esporádico. “Só vou lá nos santos, a casa dos meus primos. E mais à casa da minha irmã. Eu de três em três semanas

¹⁰ Religiosas Dominicanas que foram as responsáveis pedagógicas do Colégio de Regeneração durante 126 anos, concretamente entre 1877 e 2003.

ligo para eles e eles atendem-me. Às vezes eles vêm visitar-me. Se vêm aqui pagar a conta do telefone ou outra coisa qualquer, passam cá para me visitar.” Do filho e do neto não fala muito. Refere apenas que lhes leva sempre prendas quando lá vai.

Quanto a JC (70 anos) podemos ouvi-la com amargura dizer: “Eu já só tenho uma irmã que vive lá no Alentejo. De resto já morreu tudo.” No entanto, sabemos que também ela teve um filho, que há quatro anos a descobriu e a quis levar com ele para o Alentejo. Quando as coisas correram mal, porque acabou sendo muito maltratada, conseguiu fugir de lá e voltar ao IMA, a sua casa. “Vim pra aqui era muito magra. Muito magrinha e mal vestida. Não trouxe nada para aqui. (...) Agora eles querem-me levar daqui, mas eu não quero ir. Prá miséria?! (...) Gosto muito de Braga, gosto muito desta casa.”

AM (15 anos) vivia com a avó na margem sul. Diz gostar da cidade de Braga, apesar de ainda não conhecer muito. “Só posso contar com a minha avó. Não me resta mais ninguém. Mas ela é muito doente e às vezes não pode ficar comigo.”

JT (15 anos) afirma que as outras participantes “nem sabem a sorte que têm mesmo assim” porque, explica, “eu não tenho ninguém! Ou melhor, eu não conheço a minha mãe, tenho pai mas é como se não tivesse.”

Quanto a relacionamentos amorosos, as idosas referem alguns namoricos na juventude, umas ‘piscadelas’ aos rapazes, alguns devaneios. As jovens são mais contidas nas revelações, aparentemente mais tímidas e reservadas.

AD (17 anos) aponta precisamente o namoro como uma diferença fulcral entre os jovens de hoje e os de outrora. “No namoro, por exemplo, não era nada como agora. Namorava-se à janela ou por carta. Acho que devia ser difícil, mas era muito mais bonito e verdadeiro.”

As idosas recordam histórias de adolescentes e jovens do seu tempo que, em virtude de relacionamentos precoces com indivíduos do sexo oposto, se expuseram a uma gravidez

não desejada ou contraíram doenças sexualmente transmissíveis, vendo ainda difamada a sua reputação em termos sociais.

LZ (75 anos) conta que quando era pequena “ia para casa dumas meninas órfãs de mãe. Uma delas engravidou e teve um filho. Mas parece que ela não tinha o juízo todo, coitadinha, até saía de noite para a rua.”

Indagadas sobre as brincadeiras e jogos que se lembram de fazer na infância, destacamos claramente os dois grupos com diferentes descrições.

As idosas falam em saltar à corda, jogar ao pião, ao galo, ao botão, ao berlinde, à bola com os rapazes ou à joguinha¹¹ e vão explicando alguns dos jogos às jovens, curiosas, porque nunca tinham ouvido falar em algumas das brincadeiras. Regras simples, brincadeiras sem recurso a grandes artefactos além das pedras da rua, um arco, uma corda ou um lencinho.

Detêm-se aqui e ali em cantilenas com que acompanhavam os jogos como o barqueiro “passarão, passarão, mas alguns ficarão...” ou o jogo do lencinho “O lencinho vai na mão, ele vai cair ao chão...”

Talvez por crescer numa família com mais recursos que as outras, AR (68 anos) conta com orgulho que se lembra de andar de triciclo: “A minha mãe ia connosco para a praia e eu andava de triciclo. De bicicleta não conseguia, não me equilibrava e estava sempre a cair e a dar cabo das bicicletas todas aos meus irmãos.”

SN (17 anos) contrapõe que gosta muito de “andar de bicicleta e de passear lá pelos caminhos da aldeia”.

As mais jovens vão reconhecendo alguns dos jogos que foram elencados pelas mais velhas, explicam outros jogos semelhantes da sua infância, acrescentam o jogo do burro, o

¹¹ Este jogo “era com um saquinho de pano que se enchia com areia depois tinha de se atirar ao ar e ir fazendo coisas: bater palmas e apanhar o saquinho, bater palmas debaixo da perna, dar uma volta...” CS (84anos).

da cabra-cega, o das escondidas ou o da sardinha, mas focalizam-se contudo nos jogos ligados às tecnologias: consolas, computadores, telemóveis.

MM (16 anos) menciona que já nem se lembra de brincar com outras coisas que não sejam essas, que até fica “ansiosa quando não pode ter o telemóvel”. AD (17 anos) acrescenta que consegue passar horas só na internet, no *e-mail*, no *facebook* e nos jogos do telemóvel.

As idosas parecem não compreender bem do que estamos a falar e logo CS (84 anos) se adianta a explicar às demais que “isto agora com a internet é muito diferente de antigamente. Até há umas câmaras que se ligam ao computador e podemos ver a casa de outra pessoa que está em Angola, por exemplo. Eu não sei como é que acontece isso, mas eu já vi.”

BS (20 anos) descreve o correio electrónico como “uma caixa de correio virtual onde se recebe mensagens escritas como se fossem cartas”.

De seguida, AM (15 anos) tenta explicar às idosas o que é o *facebook*: “é assim como um jornal da nossa vida, onde colocamos fotografias, escrevemos coisas que pensamos ou sentimos, conseguimos falar com pessoas em qualquer parte do mundo através dum computador, dum telemóvel ou dum *tablet*.”

Por fim, procuramos que reflectissem sobre as diferenças e semelhanças entre as brincadeiras actuais e as de outrora.

Se por um lado as idosas consideraram que as suas brincadeiras eram mais saudáveis, porque passavam mais tempo ao ar livre e como não tinham muitos brinquedos tinham de inventar coisas para brincar, por outro, as jovens reconheceram que os jogos de antigamente permitiam mais convívio entre as pessoas, eram jogos de grupo, e até deviam ser mais divertidos. Sobre si próprias disseram ainda que têm noção de que se isolam muito e se tornam demasiado sedentárias.

Contudo, concluímos que algumas brincadeiras e jogos perduram no tempo e provavelmente nunca estarão fora de moda (o jogo do elástico, o 1-2-3 macaquinho do chinês, o pedra-papel-tesoura, o verdade ou consequência, entre tantos outros). Foi também unânime a opinião de que os jogos do faz-de-conta como brincar às casinhas, às bonecas ou aos pais e às mães, farão sempre parte do imaginário de qualquer criança. Porém, a tendência de hoje é para os mais novos brincarem mais sozinhos, sentados diante de um ecrã de televisão ou de um computador.

#2 Trabalho, profissões, escola

O nosso crescimento enquanto pessoas é composto por várias dimensões e nesta sessão procurámos tecer considerações sobre a dimensão do trabalho nas várias fases da vida: a aprendizagem, a oportunidade de ir à escola, de exercer uma profissão.

Da conversa destacamos a constatação de todas as participantes de que é muito importante a satisfação que retiramos do trabalho que fazemos: “Devemos fazer uma coisa que gostemos muito”, “eu gosto de dar de comer às galinhas”, “qualquer pessoa que seja um bom profissional, eu admiro”, “eu até gosto de ir à escola e aprender!”.

As mais jovens perceberam como é valiosa a oportunidade que têm todas de frequentar a escola e poder aprender, construindo um percurso formativo que se pretende possa dotá-las de ferramentas essenciais para virem a exercer uma profissão com dignidade e satisfação. Em contrapartida, as idosas lamentam não ter tido essa oportunidade, não terem aprendido a ler, não terem conseguido ter uma profissão importante. JC (70 anos) é peremptória: “Eu nunca fui à escola. Não sei ler nem escrever.”.

AR (68 anos) refere que foi à escola “lá na terra. Gostava de ir, mas era muito distraída. Aprendia agora e passados cinco minutos já não sabia nada. E era muito vagarosa a escrever. Mas aprendi a ler e fiz a 4ª classe.” Aliás, como refere várias vezes ao longo destas conversas, já na sua infância gostava muito de ler tudo o que encontrava, fosse o

jornal ou um livro. Lembra com alguma graça que a mãe lhe pedia sucessivamente ajuda em pequenas tarefas domésticas e ela respondia sempre “Estou só a acabar de ler, já vou!”. Porém, prosseguia sempre a leitura até ao limite.

A jovem MG (16 anos) observa com espanto que a sua avó lhe contava que quando “os alunos se comportavam mal ou não sabiam a lição, a professora estendia a régua e lhes batia na mão.” Havia muito respeito pelos professores mas era frequente aplicarem castigos físicos aos seus alunos.

Em contrapartida, CT (18 anos) considera que actualmente os professores não batem aos alunos, mas também “ não há respeito pelos professores na sala de aula e os alunos fazem barulho, andam a pé pela sala, mexem no telemóvel, falam todos ao mesmo tempo, discutem dentro da sala”.

Enquanto as jovens projectam no futuro vir a ser médicas, psicólogas, educadoras de infância ou até agentes policiais, as idosas não recordam qualquer projecção profissional que tivessem tecido para o seu futuro enquanto crianças ou jovens. Toda a sua vida se dedicaram a tarefas domésticas e apenas uma delas trabalhou por conta de outrem, tendo sido ‘criada de dentro’ numa casa de família em Lisboa durante mais de 40 anos. “Aos 21 anos fui para Lisboa servir. Era criada de dentro. Também encerava o chão de joelhos quando era preciso, mas era eu quem fazia companhia à patroa, acompanhava as refeições, recebia as pessoas à porta, saía com a senhora, cuidava dos meninos, assistia às festas, limpava as pratas.”

As outras idosas, ao contrário desta, terão passado a maior parte da sua vida no ‘colégio’, onde aprenderam com as religiosas, além da disciplina e do rigor, todo um conjunto de tarefas como engomar a roupa, cozinhar, fazer o pão, tratar dos animais da quinta, cultivar a horta, limpar e arrumar a casa. Todas as idosas deste grupo passaram também pelas oficinas que, além de constituírem uma ocupação terapêutica para as internas

e servirem para assegurar a sustentabilidade económica da instituição, as instruíam como profissionais de várias áreas: tecelagem, bordados, costura ou fabrico de hóstias. No entanto, nenhuma destas mulheres conseguiu autonomizar-se, constituir família ou exercer uma profissão no exterior.

As idosas apontam ainda a dureza da vida de antigamente, pela extrema necessidade que passavam as famílias. “Trabalhava-se até morrer. Alguns ainda conseguiam uma reforma da Casa do Povo, mas tinham que trabalhar para comer e para dar de comer aos filhos” AR (68 anos). “Havia sempre pouco dinheiro. Eu ia para uma quinta apanhar bolota para vender para os porcos. Era assim que ajudava a minha família.” LZ (75 anos)

#3 Juventude e velhice, educação e relação com os pais

No que respeita ao tipo de relacionamento que tinham com os seus pais e aos valores que norteavam essa relação, consideram que antigamente entre pais e filhos havia muito respeito, que o carinho dividia espaço com a disciplina e a ordem, e que nos dias de hoje a relação dos pais com os filhos, e vice-versa, é mais aberta, mais ternurenta, mais dialogante.

Há uma grande incidência de depoimentos que referem a aplicação de castigos físicos aos filhos por não respeitarem uma regra ou uma ordem dos pais.

LZ (75 anos) refere que a relação com os seus pais era por vezes atribulada e que estes lhe batiam com frequência: “Passava muito tempo fechada em casa, não me deixavam ir para onde eu queria e então eu fazia muitas macacadas. A minha mãe gritava comigo: Tu vais cair, vais-te aleijar e ainda vais apanhar porrada! (...) Cada vez que eu andava com companhias que não agradavam ao meu pai ele batia-me com a muleta. Mas com força!”

CS (84 anos) revela que “Havia pais que davam umas correadas de cinto...” e TP (85 anos) comenta que “Os pais de antigamente eram mais severos. Não nos deixavam fazer tudo, havia respeitinho!”.

Apesar da vivência da maioria das jovens ser bastante diferente deste cenário descrito pelas idosas, também referem episódios de violência por parte dos seus progenitores ou educadores: “Eu não tenho relação com a minha mãe. Mas tenho a experiência de viver com a minha tia e a minha avó, e cada vez que eu fazia alguma asneira elas davam-me na cabeça, metiam-me de castigo ou davam-me porrada... dar castigos não é bom... é preciso conversar!” JT (15 anos).

Por outro lado uma jovem menciona ainda outro tipo de violência, que considera um fenómeno novo resultante da sociedade moderna e pelo qual culpabiliza a tecnologia: “Antigamente não se ouvia dizer, por exemplo, que os netos agrediam os avós. A tecnologia veio estragar muita coisa.” AD (17 anos).

AR (68 anos) acrescenta que nunca lhe “bateram, mas também na infância ajudava muito a mãe nas tarefas da casa e ia com ela à feira na cidade entregar as encomendas de garfos que o pai e os irmãos fabricavam.”

Reflectindo de forma particular sobre os conceitos de juventude e velhice, foi pedido às participantes que expressassem a sua visão sobre cada um destes paradigmas.

Pretendíamos que abordassem os conceitos de juventude e velhice como definições latas, sem personalizar ou concretizar em si mesmas como são os jovens ou como são os velhos. As idosas caracterizaram os jovens como pessoas dinâmicas e cheias de energia, muito alegres e bonitas, solidárias e em crescimento. As ideias que associam à juventude focalizam-se principalmente nas suas características e aptidões físicas, na sua capacidade de relacionamento social com os outros.

Quando descrevem os velhos, detêm-se mais na doença, nas limitações físicas e psicológicas que vão sofrendo, na solidão, no abandono e na morte. A degenerescência e a perda de autonomia são factores do envelhecimento que assustam muito as mais novas e as fazem temer a sua própria velhice. “Quando eu chegar à velhice vou ter muito medo da morte. Vou pensar muito mais nisso.” JP (16 anos).

“Assusta-me a solidão. Os velhos saem do centro de dia, vão para casa e não têm ninguém. Ficam entregues à solidão!”, refere CT (18 anos) que frequenta um curso de Apoio à Família e Comunidade e tem estado em contacto com idosos no estágio num centro de dia.

As idosas compreendem que actualmente, os filhos adultos, porque precisam de trabalhar, não conseguem em muitos casos tomar conta dos pais velhos e apontam como fatalidade que tenham de ser colocados num lar. Apesar disto, consideram diferente a sua condição de residentes num lar de idosos, porque para elas esta realidade já faz parte da sua vida desde a juventude longínqua. CS (84 anos) comenta: “ Há pais que podem ficar a viver com os filhos mesmo quando ficam velhos, mas é raro!”.

Por outro lado, deixam transparecer ao longo da conversa a percepção de que o número de idosos que existem actualmente é muito grande, contrapondo que antigamente não havia tantos velhos, porque as pessoas adoeciam com frequência, o acesso a cuidados de saúde era muito limitado e as pessoas acabavam por morrer ainda novas. CS (84 anos) afirma que “Agora há muitos mais velhos. (...) A minha mãe morreu mas ainda era muito nova. Ficou muito doente, ficou de cama, não havia dinheiro para chamar o doutor nem havia medicamentos como agora. Uma vizinha ainda levou uma camisa dela e uma fotografia a uma bruxa para ver se ela ficava boa, mas acabou por morrer.”

Quanto às características que mais admiram nos velhos, as jovens referem a sua experiência de vida transformada em sabedoria, a forma tranquila como conseguem

enfrentar os obstáculos e controlar as suas reações. “Aprecio muito os mais velhos pela sabedoria que lhes dão as histórias que já passaram na vida.” SM (16 anos).

“Os velhos têm outra maneira de ver as coisas. Resolvem as coisas a bem, não partem logo para a agressividade como nós. Acho que não são tão impulsivos.” AD (17 anos). CS (84 anos) concorda e acrescenta que “Como são mais maduros [os velhos] conseguem reagir às coisas com mais calma.”

Verificamos assim, ao fim de algumas sessões de trabalho, que desta interacção mais regular, resultou o reforço dos laços afectivos entre jovens e idosas, o aumento muito significativo das visitas não programadas das mais novas às mais velhas, a preocupação revelada por umas e outras quando o seu estado de saúde sofria alterações, a vontade de se visitarem, uma maior participação e empenho nos dias de aniversário celebrados em comunidade, a partilha de fotografias através do telemóvel.

Como testemunho enunciam-se de seguida alguns exemplos de interacções entre jovens e idosas participantes neste projecto que merecem ser salientadas entre tantas outras que não foram registadas ou conscientizadas, e que contribuíram também para um resultado final muito positivo.

CF (68 anos) enfrentou recentemente um cancro da mama e durante o tempo da intervenção foi sujeita a diversos tratamentos de quimioterapia e duas cirurgias. Durante um dos internamentos mais prolongados, a AN (16 anos), apesar de não lidar nada bem com o ambiente hospitalar, pediu para ir visitá-la e quis levar-lhe um presente simbólico. Não queria que se sentisse sozinha, e segundo ela, as pessoas no hospital sentem sempre solidão. De referir que ao longo das semanas em que ocorreram as conversas às sextas-feiras CF (68 anos) conseguiu estar sempre presente, mesmo que combalida, porque queria ouvir e contar histórias como as outras idosas.

CS (84 anos) foi uma das mais assíduas em todas as actividades propostas, sempre com dores nas pernas a incomodá-la, mas nunca dispensando usufruir daquele tempo de conversa. Várias vezes manifestou que gostava muito de “ver por lá as pequenas”, que ficava curiosa por saber que planos elas tinham para a vida delas, admirava muito a facilidade com que elas dominavam as tecnologias, e dos dispositivos electrónicos. Expressou também a sua vontade de um dia saber usar um computador.

LZ (75 anos) indiciou há poucos meses os primeiros sinais de demência, mas o seu imaginário permitiu a todas as presentes uns bons momentos de descontração e diversão. Verbalizou muitas vezes que enquanto criança era muito indisciplinada e gostava de fazer tropelias, mas que ali no ‘colégio’ se tornou uma mulher responsável ao ponto de ter como encargo a supervisão de um dormitório onde viviam 35 raparigas. Era ela quem as acordava pelo nascer do sol, as acompanhava à oração obrigatória da manhã e às refeições e ainda nas oficinas onde trabalhavam muitas horas. Ao serão havia sempre tempo para o teatro e os ensaios do coro. Orgulha-se muito de ter engomado as roupas do Comendador Santos da Cunha, antigo presidente da Câmara de Braga e figura ilustre do seu tempo.

TP (85 anos) vive há mais de 60 no ‘colégio’. Cruzou quase todas as etapas da vida desta instituição e todas as mudanças associadas. Nunca deixou o seu trabalho na horta, que cuida ainda hoje, dentro do possível. Gosta de mexer na terra e tratar das galinhas, desconfia muito das moças novas porque no seu entender não sabem fazer nada.

AR (68 anos) é uma das idosas mais autónomas do grupo. Trabalhou toda a vida na engomadoria do colégio e nos bordados. Orgulha-se de saber fazer de tudo um pouco. Ensinou pacientemente muitas raparigas e algumas daquelas idosas com quem hoje partilha um lar já foram suas subordinadas. ‘Maria-rapaz’ na infância, cedo recolheria ao ‘colégio’ por vontade dos seus pais que não tinham condição para criar os sete filhos. É

sem dúvida, a figura do poder naquele conjunto de idosas. Aos domingos acompanha a passear e a lanchar um grupo de 12 meninas por quem se sente responsável.

Um dos resultados mais visíveis do crescendo de relações sociais entre as jovens e as idosas foi a assunção pelas mais novas da necessidade das idosas terem alguém disponível nas manhãs do fim-de-semana para outras tarefas que não as da rotina quotidiana da higiene e limpeza, para as quais está presente uma auxiliar de acção directa. Tratava-se de existir alguém presente que pudesse animar o grupo, acompanhar um jogo, um programa de televisão na sala de estar ou simplesmente fazer companhia. Algumas jovens mais maduras e responsáveis tomaram então a iniciativa de, rotativamente, estarem elas presentes nas manhãs de sábado e domingo, constituindo esta companhia que as idosas reclamavam. O *feed-back* desta presença jovem no lar de idosas foi inicialmente de alguma estranheza, mas depressa se tornou indispensável.

A avaliação global destes encontros semanais foi muito positiva, proporcionando momentos de partilha e descontração muito ricos e saboreados por todas as intervenientes com bastante agrado.



Figura 9 - Oficina de produção de papel reciclado no Museu D. Diogo de Sousa.

2.5 Expressão plástica

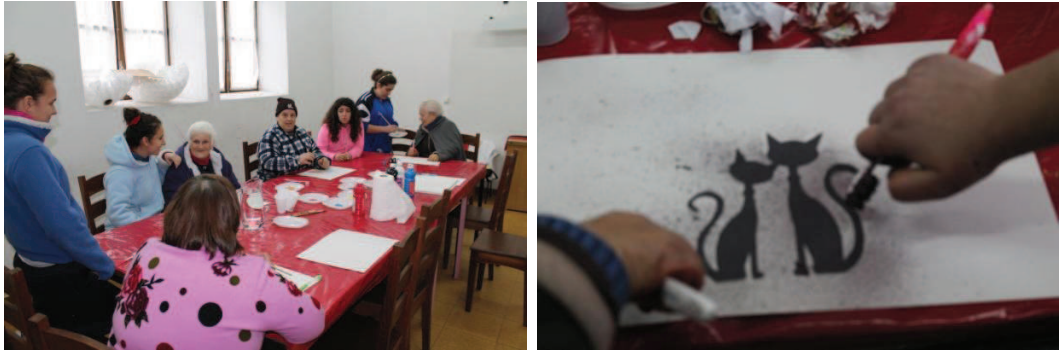
Uma vez que todas as intervenientes mostraram interesse em dedicar uma tarde à expressão plástica recorrendo a técnicas simples mais que fossem menos condicionadas do que as que faziam habitualmente, organizámos uma actividade de pintura por salpicos, usando escovas de dentes velhas e tintas de água, com folhas de tamanho A2, numa sala de actividades com mesas forradas em que podiam pintar sem a preocupação de estar a sujar.

Esta técnica permite, por saturação de salpicos, criar manchas de diferentes intensidades de cor. É bastante fácil e produz resultados rápidos. Usamos algumas silhuetas negras que recortaram para deixar o negativo na folha branca ao saturar o papel com salpicos de tinta.

O que se propôs às 4 jovens e 4 idosas participantes foi que trabalhassem sempre a pares, uma jovem com uma idosa, sobre a mesma folha de papel. A formação das duplas foi espontânea e não causou qualquer perturbação no grupo. A primeira dificuldade foi em começar a produzir salpicos sobre uma folha branca. Apesar de algum bloqueio inicial, após uma pequena demonstração, todas aderiram com entusiasmo.

No recorte das silhuetas foi notório o parco domínio que algumas idosas tinham já sobre um instrumento tão simples e vulgar como uma tesoura. LZ (75 anos) recusou mesmo usar a tesoura porque as tremuras das suas mãos não lhe permitiam fazê-lo com o necessário rigor. SN (17 anos) que trabalhava em conjunto com ela, prontamente se ofereceu para fazer o recorte da sua silhueta enquanto ela fazia a mistura das tintas para obtenção das cores desejadas.

Numa das equipas percebeu-se desde o princípio uma grande empatia e entreaajuda. Nas outras a evolução foi mais gradual, mas consideramos que a actividade foi bem sucedida. À inexperiência de umas e de outras, juntou-se a animação do grupo. O resultado foram algumas pinturas a quatro mãos que depois viríamos a usar na exposição final.



Figuras 10 e 11 – Pinturas a ‘quatro mãos’ no Atelier de Expressão Plástica



Figuras 12 e 13 – Partilha entre gerações no Atelier de Expressão Plástica

2.6 Workshop de Culinária

Realizamos também dois encontros dedicados à culinária, interesse comum de todas as participantes. Experiências como fazer sopas, saladas, salgados, tartes e sobremesas foram a ocupação de todas. As idosas manifestaram um gosto especial por terem a oportunidade de ensinar algumas técnicas e segredos da culinária às mais novas. Desta actividade surgiu a ideia de implementar mais tarde um curso de culinária em que todas pudessem aprender e partilhar saberes.



Figuras 14 e 15 – Entusiasmo no dia de Workshop de Culinária

2.7 Actividade Física

A actividade física tem reconhecidos benefícios para a nossa saúde e para o nosso melhor desempenho nas tarefas do quotidiano. Com os encontros de actividade física, dinamizados pela estagiária em animação sociocultural do IMA, procuramos romper com alguns preconceitos manifestados pelas participantes, que revelaram não estar à vontade com pessoas de idades diferentes quando fazem exercício físico, por recearem juízos sobre o seu corpo e a sua destreza.

Na avaliação da primeira sessão de actividade física registamos, de facto, algum desconforto das idosas em relação à sua auto-imagem. Consideravam que as mais novas poderiam troçar delas por não terem a sua destreza física e também referiram não saber o que vestir, uma vez que não tinham nem gostavam de fatos de treino.

Importa salientar que as 8 idosas participantes são pessoas que gozam ainda de um elevado grau de autonomia funcional, algumas com dificuldade de locomoção em virtude de sofrerem de artroses, mas sem necessitarem ainda de recorrer a qualquer auxiliar de marcha.

Preparando as sessões seguintes tivemos o cuidado de explicar às idosas que deveriam apenas vestir uma roupa confortável, mesmo que não fosse um fato de treino e que as mais novas sabiam das suas limitações físicas e não fariam por certo qualquer comentário desagradável. Superada esta questão inicial, o desempenho e satisfação revelado por todas as participantes foi elevado.



Figuras 16 e 17 – Actividade Física



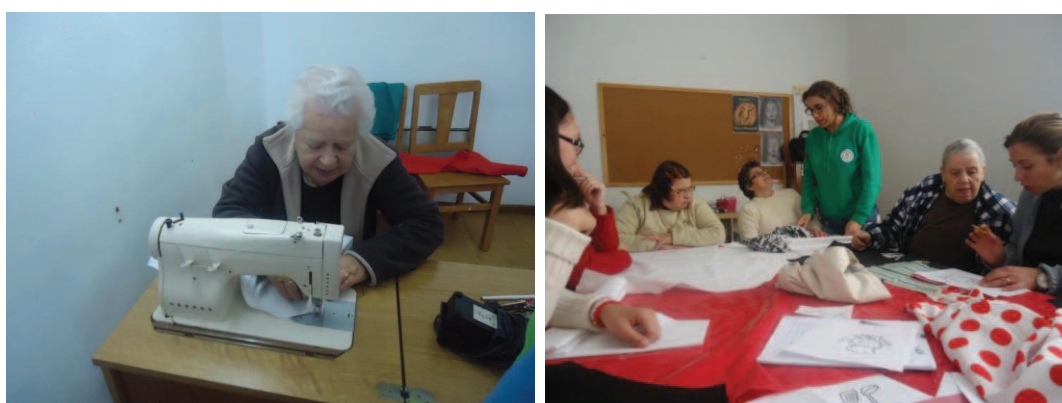
Figuras 18 e 19 – Satisfação em torno da Actividade Física

2.8 Trabalhos manuais

A transmissão de memórias e experiências permite que cada geração compreenda a sua linguagem e simbologia, diluindo os preconceitos. A partilha intergeracional de saberes e ofícios possibilita o processo recíproco de aprendizagens fomentando o respeito e a compreensão entre gerações.

Nas tardes de sexta-feira para além dos dias das conversas intergeracionais, pudemos realizar alguns *ateliers* de trabalhos manuais, ora na própria sala de trabalhos ora na sala de estar das idosas, onde produziram juntas alguns objectos que serviram também para a exposição final, mas que, acima de tudo, proporcionaram momentos de prazer em torno de tecidos, linhas e agulhas ou sabonetes, guardanapos e cola.

O tempo requerido para cada uma das tarefas foi naturalmente estendido para além do previsto na planificação. As ideias multiplicaram-se e em breve já se pensava em montar uma oficina, seguindo os padrões conceptuais de uma casa cuja subsistência durante tantos anos subsistiu com as oficinas. Independentemente do que possa vir ainda a ser criado neste sentido, e não nos parece de todo despropositado fazê-lo, a vontade e o engenho existem.



Figuras 20 e 21 - Construção e decoração de aventais de cozinha

2.9 Festa intergeracional “dos 8 aos 80”

O dia 10 de Maio de 2014 foi o ponto alto de todo o projecto de intervenção, uma vez que se reuniu num evento de grande escala cerca de 130 pessoas de todas as idades - daí a denominação “dos 8 aos 80” - com o objectivo principal de proporcionar algumas horas de convívio saudável com uma população de diversas idades, origens e ocupações, gerando trocas valiosas entre gerações diferentes e provocando interações orientadas em torno de jogos cooperativos.

A planificação previa uma inscrição, de forma a permitir saber com grande aproximação o número de pessoas que estariam presentes e a elaboração antecipada de equipas, garantindo a distribuição de crianças, jovens, adultos e idosos de forma equilibrada.

A identificação das sete equipas correspondia às sete cores do arco-íris, e cada participante recebia à entrada um crachá em forma de coração com a cor da sua equipa e onde constava o seu nome escrito.

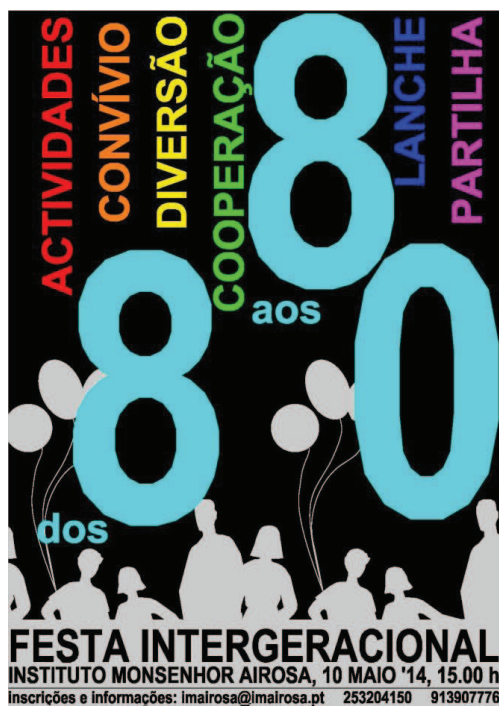
O recinto de recepção situava-se num pátio da instituição junto à entrada principal, sendo que, posteriormente, todas as provas se realizavam num outro pátio contíguo, junto ao refeitório. A este pátio se chama Terreiro de S. Bento e é um espaço habitualmente pouco usado, considerado de serviço, pois aí se faz o acesso às despensas e à lavandaria. Conta com cerca de 700 m² de área, contida entre fachadas de edificios a toda a volta, sendo que a utilizável livre era de cerca de 500m².



Figuras 22 e 23- Identificação dos participantes e ambiente das provas

A dinâmica planeada previa um conjunto de 10 provas inspiradas nos jogos tradicionais portugueses, com regras simples, que se assumiam como jogos cooperativos e não tanto como jogos competitivos, ou seja, todos sabiam de antemão que ninguém levaria dali um prémio que pudesse exhibir, mas que todos seriam beneficiados de igual modo com a destreza, a alegria e a boa disposição que colocassem no seu desempenho em cada prestação. Claro que o aspecto competitivo não ficou totalmente alheio ao jogo, até porque houve necessariamente alguma provocação da energia de cada equipa. No entanto, a equipa tinha sempre de fazer opções de jogo que envolviam o recurso a um facilitador para quem tivesse mais dificuldade em executar uma prova física e era sempre possível e valorizável que os elementos de cada equipa se ajudassem uns aos outros.

A divulgação do evento fez-se através do *facebook* da instituição e ainda da colocação de cartazes em locais estratégicos da comunidade envolvente, já que um dos propósitos, era abrir esta festa à participação do público. Recorremos às juntas de freguesia vizinhas, aos museus do centro da cidade, às escolas frequentadas pelas jovens, ao secretariado dos serviços arquidiocesanos e à recepção do IMA.



Figuras 24 e 25 – Cartaz de divulgação do evento

O cartaz, elaborado por um voluntário, apelava ao convívio intergeracional em ambiente de festa. A partir desta maquete foi também executada uma lona de grandes dimensões que serviu de cenário ao espaço de apresentação da festa no Terreiro de S. Bento.

O evento congregou 128 participantes distribuídos pelas sete equipas (vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta). Entre os participantes nos jogos estiveram 8 utentes do lar de idosas, 19 utentes do lar residencial e 15 utentes do lar de jovens do IMA, alguns familiares e amigos convidados pelas utentes, cerca de 10 colaboradores do IMA e familiares destes que os acompanharam, 5 elementos da direção institucional e seus familiares, e ainda alguns voluntários do IMA. A todos estes acrescem ainda 8 famílias (avós, pais e filhos) da comunidade envolvente que fizeram a sua inscrição via *facebook* ou na própria recepção do IMA. Importa referir que deste último conjunto de pessoas, apenas duas conheciam a instituição ou sabiam exactamente qual o seu papel social, pelo que, para

as restantes, foi também aliciante a oportunidade de conhecer a instituição tal como existe para lá da sua imensa fachada e dos seus muros antigos, mas tão altos que não deixam adivinhar o que existe do outro lado. Foi realmente importante conseguir promover esta abertura da instituição ao exterior e registar o interesse das pessoas da comunidade exterior em participarem activamente.

O evento contou ainda com 2 fotógrafos oficiais, uma apresentadora, e 12 júris de prova.

A função dos júris de prova era acolher cada equipa participante junto do seu local de prova, fornecer as instruções necessárias ao desempenho da prova, indicar os facilitadores do jogo, e por fim, avaliar a prestação da equipa e a qualidade da sua interação. Cada prova tinha assim destinado um ou dois júris, entre crianças, jovens, adultos e idosos.



Figuras 26 e 27 – Ambiente da festa intergeracional





Figuras 30 e 31 – Jogo da fonte dos desejos e jogo do balão

O conjunto de provas funcionou em simultâneo e as equipas foram rodando ordenadamente todo o conjunto de provas, pelos que se gerou um ambiente animado e de grande actividade em simultâneo. A planificação da festa intergeracional, com os objectivos, recursos físicos e humanos afectos, distribuição no espaço e tempo de realização de todas as suas partes constitui o Anexo II.

Apenas a título de exemplo, refere-se o funcionamento de algumas das provas para melhor se compreender a dinâmica e a estratégia implementada pelas equipas.

❖ Prova 2 “levar a água ao moinho”

Nesta prova a equipa tem de transportar a máxima quantidade de água entre dois pontos. Na partida está uma bacia com água, na chegada um garrafão graduado com um funil. Todos os elementos da equipa têm de fazer transportes e fazem-no um de cada vez e sempre com o mesmo recipiente.

Dificuldade: *Todos os recipientes estão furados ou rasgados, muito ou pouco, mas vertem água.*



Figuras 32 e 33 – Jogos de cooperação

❖ **Prova 8 “travessia perigosa”**

Nesta prova a equipa tem de fazer um trajecto de um ponto A a um ponto B, saltando de círculo em círculo. Não podem colocar os pés fora dos círculos.

Dificuldade: Uma das etapas implica um salto “maior”.

Facilitador: É permitido que os mais jovens ajudem os mais velhos a dar este salto de maior dificuldade.



Figuras 34 e 35 – Jogos de destreza física

❖ **Prova 11 “fazer contas à vida”**

Nesta prova a equipa tem de executar algumas operações matemáticas apresentadas numa folha A2, usando um marcador grosso.

Dificuldade: não é permitido usar calculadora nem no telemóvel.



Figuras 36 e 37 – Jogo de cálculo matemático



Figuras 38 e 39 – Cooperação em tarefas domésticas e exploração dos sentidos



Figuras 40 e 41 – Jogo de Tiro ao Alvo e prova de dança



Figura 42 – Pinhata com guloseimas no remate das provas

A animação musical ficou a cargo do grupo de percussão Imasound's, composto por jovens e adultas dos lares do IMA e dirigida pelo professor responsável. Além do momento musical de abertura da festa, que pontuou com grande impacto o momento, este grupo assinalou sempre o início de realização das provas com um arrufar de tambores.



Figuras 43 e 44 – Abertura da festa e arranque das provas com o grupo de percussão Imasound's

O envolvimento registado por parte dos dirigentes da instituição foi, sem dúvida, o reconhecimento do trabalho realizado não só nesta festa mas em todo o projecto de intervenção, que acompanharam de forma regular.

No final das provas houve ainda uma pinhata com guloseimas e farinha, que juntou todos os participantes e gerou um conjunto magníficas imagens de colaboração entre os mais novos e os mais velhos.

A festa foi rematada com um lanche partilhado preparado com a colaboração das utentes. No espaço do refeitório, onde decorreu o lanche, tinha sido reservado o espaço de exposição, visitado por todos, e que foi alvo da admiração dos presentes pelos magníficos resultados das actividades realizadas ao longo de toda a intervenção: 72 registos fotográficos constituíam um painel, 12 desenhos/pinturas a quatro mãos feitas por jovens e idosas, um painel com frases recolhidas das conversas intergeracionais, além de dezenas de trabalhos manuais realizados nas sessões conjuntas com jovens e idosas.



Figuras 45 e 46 – Exposição de trabalhos elaborados pelas participantes



Importa salientar a grande adesão obtida por este evento, quer pelo entusiasmo com que decorreu a prestação de todos os elementos das equipas, quer pela animação que se gerou e pelo ambiente positivo e congregador que se viveu.

Todas as pessoas presentes, independentemente do seu grau de participação, manifestaram o seu contentamento com o ambiente vivido nesta festa intergeracional. Além de considerarem que gastaram muito bem a sua tarde, revelaram grande satisfação na partilha de competências e habilidades entre todos, na entreaajuda existente em todas as equipas e no reforço de laços afectivos que ali se gerou.

PARTE IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do contexto concreto do IMA, instituição de acolhimento feminino situada em Braga, propusemo-nos estudar o tipo de interacções existentes entre um grupo de jovens e idosas ali residentes, para averiguar até que ponto poderíamos melhorar substancialmente estas relações entre diferentes gerações, através de um conjunto de actividades intergeracionais orientadoras.

Resultou num projecto de intervenção prática que foi implementado em 2014, ao longo de 5 meses, recorrendo à metodologia de investigação-acção. Desta intervenção constaram 17 sessões de trabalho com os dois grupos de participantes, jovens e idosas, conforme elencado no Anexo III. Perfazendo mais de 84 horas de implementação, este projecto envolveu directamente 14 jovens, 8 idosas, 3 voluntários, diversos elementos da equipa técnica e educativa do IMA e ainda elementos da própria Direcção Institucional.

Como é próprio da metodologia de investigação-acção, fomos acrescentando novos *inputs* ao projecto à medida que se concretizaram as actividades e procedemos à avaliação, não só da satisfação das participantes (*focus group*), mas também das suas sugestões concretas, que constituíam novo foco de interesse e desenvolvimento, para assim alcançarmos os resultados esperados.

Partimos de uma realidade de interacção intergeracional pouco organizada, ténue e dispersa, para um nível de qualidade de relações organizado, mais forte e coeso. Actividades como expressão plástica e culinária, que não faziam parte do plano de acção inicial, integraram este conjunto de práticas com naturalidade, por sugestão das participantes e por se reunirem facilmente as condições para as explorarmos.

Se no início estas jovens e idosas se encontravam apenas por casualidade ou por imposição de circunstâncias festivas, no fim da intervenção verificamos a existência de visitas regulares de umas às outras, a preocupação com o estado de saúde, o interesse por factos da vida diária, o gosto em fazer companhia ou organizar em conjunto alguma actividade de ocupação.

Consideramos assim que se constata um notório aumento da auto-confiança, da motivação e do afecto desenvolvido entre as participantes deste estudo.

A simples abertura física de uma porta, que dá acesso do claustro à sala de estar das idosas, é um sinal evidente e concreto desta confiança mais estruturada. Não porque tenha sido imposto que assim se fizesse, mas por iniciativa das próprias idosas, que antes olhavam com desconfiança e estranheza a presença de estranhos no seu espaço. Hoje, pelo contrário, simboliza o seu convite permanente para que as mais novas as visitem e partilhem um pouco do seu tempo e energia com elas. A circulação de uma ou outra jovem pelo espaço do lar de idosas passou a ser vista como positiva e deixou de ter a conotação do receio de invasão da sua privacidade.

Registamos ainda a colaboração regular de 4 jovens no lar de idosas, incidindo nas manhãs do fim-de-semana, acompanhando tarefas da rotina diária (como ir à missa, sair para carregar o telemóvel, ir às compras) ou organizando em conjunto algumas ocupações de lazer (jogar às cartas, assistir a um programa de televisão, ler um livro, ver fotografias num computador, ler o jornal ou escrever uma carta). Estas jovens encontram-se num nível de pré-autonomia dentro da instituição, que prevê, entre outras coisas, trabalhar a sua responsabilização numa óptica de transição para a vida activa.

No fim de cada actividade foi realizada uma avaliação informal através de *focus group* com as participantes e a investigadora. Apenas na primeira sessão de actividade

física se registou algum desconforto das idosas em relação à sua auto-imagem. Consideravam que as outras participantes as veriam como pessoas diminuídas pelos constrangimentos físicos próprios da idade e também referiram não saber o que vestir. Para as sessões seguintes foi explicado de forma mais atenta que deveriam vestir uma roupa confortável, mesmo que não fosse um fato de treino e que as mais novas sabiam das suas limitações físicas e não fariam por certo qualquer comentário desagradável.

No final deste projecto de intervenção realizamos um *focus group* com todas as jovens e idosas participantes para proceder à avaliação destes encontros e dos benefícios que recolheram da sua participação neste projecto. Todas referiram uma grande satisfação pela possibilidade de encetarem actividades conjuntas e do interesse de todas, o reforço dos laços afectivos entre as mais novas e as mais velhas, a compreensão de que as jovens não são mal-educadas ou violentas, a percepção das limitações dos mais velhos em função da sua condição física, uma maior atenção aos gestos do quotidiano que marcam a diferença e sustentam relações mais estruturadas e saudáveis.

O nível de adesão e participação de todos os envolvidos foi muito satisfatório, sendo de referir que, mesmo uma idosa que nunca quis estar presente nas actividades propostas¹², não só fez questão de estar presente na festa intergeracional “dos 8 aos 80”, no papel de espectadora apenas, como convidou amigos para assistirem à festa.

De um modo geral consideramos que o nível de satisfação dos participantes nas diversas actividades do projecto de intervenção foi elevado, conforme se pode constatar, essencialmente, a partir dos registos fotográficos.

Das mais relevantes potencialidades que este projecto evidenciou foi a possibilidade das idosas interagirem com muitas e diferentes jovens já que a probabilidade das primeiras permanecerem no IMA um tempo longo é muito grande. E as jovens, apesar

¹² Esta idosa não participa em nenhuma actividade da comunidade do IMA.

da sua mais que provável estadia temporária, encontrarem um conjunto estável de pessoas mais velhas, que não sendo funcionários ou dirigentes institucionais, são capazes de as acolher e acompanhar num processo inter-relacional que a todos beneficia, como aliás este projecto bem demonstrou.

Para as idosas, acompanhar e ajudar no crescimento das jovens é uma oportunidade de partilha do saber acumulado ao longo da vida e de conferir ao mesmo valorização e reconhecimento. É uma oportunidade que estimula o sentimento de conforto e utilidade que o avanço da idade associado a uma vida recheada de dificuldades muitas vezes nega. É uma oportunidade de dinamismo e animação do seu dia-a-dia.

Para as jovens, é uma forma de receber atenção e cuidados muitas vezes negados ou negligenciados pela família biológica, é uma forma de partilhar experiências, uma forma de crescimento e amadurecimento tão útil ao equilíbrio da irreverência e espontaneidade da juventude.

Mas, se tal é verdade, não é menos que este projecto evidencia uma realidade tantas vezes desvalorizada: todos sem excepção, jovens e idosas, se encontram sedentas de atenção e interesse, sendo muitas vezes factores exógenos e estranhos às relações que inibem ou dificultam essas mesmas relações.

De facto, descobre-se, e confirma-se neste projecto, que a montante da intergeracionalidade activa está um conjunto de preconceitos que importa eliminar e combater. Ideias como “irreverentes e mal-educadas” associadas às jovens ou “inúteis e desinteressantes” associadas às idosas, são ideias pré-concebidas (que dificultam ou mesmo impedem o contacto natural) que caem por terra quando promovido o contacto salutar e estruturado entre todas e se criam espaços de confiança e de abertura ao conhecimento do outro.

E esta parece ser, mais do que uma conclusão, uma “lição de vida”: muitas vezes, a dificuldade ou a barreira só existe no imaginário de cada um de nós e daquilo que vamos construindo mentalmente e absorvendo sem critério, na vida comunitária. Abertas as portas, estabelecida a relação, nada mais é preciso do que ajudar e melhorar a que esta relação seja fluente, cresça e se alimente naturalmente.

Como conclusão do trabalho, poderíamos salientar o aumento do bem-estar adquirido pelas idosas e o crescimento da sua auto-estima, poderíamos referir o carinho demonstrado pelas jovens e o prazer da companhia, poderíamos destacar o esforço de todos os envolvidos para que o trabalho e as atividades resultassem bem, quase como prova de vida e de vitalidade, na medida de cada um. Todavia, é convicção que a falta de relação entre diferentes gerações é, antes de mais, um problema de construção mental prévia que dificulta e contamina o processo relacional que, afinal, se mostra suficientemente fácil e rápido de motivar, claramente rico, dinâmico e benéfico para todos.

Mais do que um programa de actuação ou objectivo de políticas sectoriais, a intergeracionalidade é algo inato ao ser humano e à vida humana. Apenas necessita de ser um processo acarinhado e orientado, porque, na realidade as pessoas – seres humanos em relação com outros seres humanos – constroem laços profundos que, na vida de cada um, perdurarão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACÔA (2012). *Projecto Arquivo de Memória do Vale do Côa - Memória descritiva*. Clube UNESCO EntreGerações.
- American Psychological Association. (2006). *Manual de estilo da APA – regras básicas* (Lopes, M., trad.). Porto Alegre: ArtMed. (original publicado em 2005).
- Araújo, A. (2011). *O Papel das Concecionistas (Ordem da Conceição)*, Português, E. (2011). *Portas para a Vida*. Braga: Instituto Monsenhor Airoso. pp. 65-96
- Araújo, L. & Melo, S. (2001). *Relacione-se com os outros*. Paúl, C. & Ribeiro, O. (2001) *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa: Lidel.
- Bell, Judith (1993). *Como realizar um projecto de investigação* (3ª edição). Lisboa: Gradiva.
- Carvalho, B. & Sottomayor, M. (2011). *Arquivo de memória do Vale do Côa*. *Côavisão, Cultura e Ciência*, nº 13, pp. 57-68.
- Coutinho, C. (2011). *Metodologia de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: teoria e prática*. Coimbra: Almedina.
- Elliot, J. (1991). *Action Research for Educational Change*. Open University Press.
- Estrela, E., Soares, M. & Leitão, M. (2013). *Como escrever uma tese e outros textos* (9ª edição). Lisboa: Dom Quixote.
- Faustino, M. A. (2011). *As Dominicanas na Obra de Monsenhor Airoso*, Português, E. (2011) *Portas para a Vida*. Braga: Instituto Monsenhor Airoso. pp. 333-353

- Harper (2011) *Living longer and prospering*. Oxford: The Oxford Institute of Ageing.
- Harper, S. (2009). *Gulbenkian Programme on Innovative Approaches in Intergenerational Interaction and Learning – scoping study*. University of Oxford.
- Harper, S. (2010). *Grandmothers as Replacement Parents and Partners: The Role of Grandmotherhood in Single Parent Families*. Journal of Intergenerational Relationships. Oxford Institute of Ageing, University of Oxford, England.
- Harper, S. (2012). *People and the planet*. The Royal Society Policy Centre report 01/12.
- Harper, S. (2010). *Future Risk and Demographic Change*. Global Agenda Council Reports, World Economic Forum.
- ISSA, 2010. *Social Security in an ageing world: Adapting to demographic challenges*. Social Policy Highlight 12. Geneva, International Social Security Association.
- Leeson, G. & Fonseca, A. (2012). *“I think Joan is just an older version of me!” An evaluation of the Calouste Gulbenkian Programme Innovative Approaches in Intergenerational Interaction and Learning – IntergenerationALL – in the United Kingdom and Portugal*. Relatório final do Programa EntreGerações da Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa.
- Lima, A., Carvalho, B. & Sottomayor, M. (2014). *O Projecto Arquivo de Memória do Vale do Côa inserido na Estratégia de Eficiência Colectiva Turismo e Património do Vale do Côa – Provere do Côa*. Côavisão, Economia, Ciência e Cultura, nº 16, pp. 95-99.
- Lopes, L. (2008). *Encontros intergeracionais e a representação social. O que as crianças pensam dos velhos e da velhice*. Holambra – S.P.: Setembro Editora.

- Moragas, R. M. (1997). *Gerontologia social: envelhecimento e qualidade de vida*. Tradução Nara C. Rodrigues. São Paulo: Paulinas.
- Moreira da Rocha, M. (2011). *O convento de Nossa Senhora da Conceição: Arquitectura e Arte*. Português, E. (2011). *Portas para a Vida*. Braga: Instituto Monsenhor Airosa. pp. 97-118
- Moura, C. (2006). *Século XXI: século do envelhecimento*. Loures: Lusociência. p. 57
- Nunes, L. (2009). *Promoção do Bem-Estar subjectivo 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.
- Organização das Nações Unidas, (2002). *Plano de ação internacional contra o envelhecimento*. Tradução de Arlene Santos. – Brasília : Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2003. p. 43 – (Série Institucional em Direitos Humanos; v. 1).
- Paúl, C. & Ribeiro, O., (2012). *Manual de Gerontologia. Aspectos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: Lidel.
- Português, E., (2011). *Portas para a Vida*. Braga: Instituto Monsenhor Airosa.
- Québec (1999). *A solidariedade intergeracional*. Declaração de Québec, 23 de maio. Depósito Legal da Biblioteca Nacional do Québec.
- Sampaio, D. (2008). *A razão dos avós* (6ª edição). Lisboa: Editorial Caminho. p. 61
- Zaidi, Asghar et. Al (2012). *Population ageing and intergenerational Policy Frameworks and European Public Opinion*, Journal of Intergenerational Relationships, 10:3, 215, DOI: 10.1080/15350770.2012.697845

Websites consultados

arquivodememoriadoaledocoa.blogspot.com

Programa Gulbenkian de Desenvolvimento Humano – Entre Gerações: (2009). Consultado em 12 de Janeiro de 2014.

<http://www.gulbenkian.pt/section154artId2196langId1.html>

www.aldeiapedagogica.net

www.facebook.com/arquivodememoriadoaledocoa

ANEXOS