



gerar identidades

REVISTA DO PROJETO CLDS 4G DO CONCELHO DE
ARRAIÓLOS

EDIÇÃO 3 . SETEMBRO 2023

ficha técnica

Autor e Editor: Monte - Desenvolvimento Alentejo Central, ACE

Título: Revista Gerar Identidades

Fotografia: Monte-ACE, Município de Arraiolos, Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos, ARPI de Igreja Nova.

Impressão: Município de Arraiolos

Tiragem: 1.000 exemplares

3ª Edição: Setembro 2023

Local de edição: Arraiolos



conteúdos

4 NOTA DE ABERTURA

6 GERAR IDENTIDADES, UM PROJETO LOCAL DE PROXIMIDADE

EQUIPA CLDS

10 A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO COMUNITÁRIA DAS PESSOAS MAIS VELHAS: EMPODERAR PARA INOVAR!

RAUL JORGE MARQUES

14 DESAFIOS DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO: A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA CUIDADA

SAD | SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ARRAIOLOS

18 A IMPORTÂNCIA DA PARTILHA ENTRE GERAÇÕES PARA AS COMUNIDADES JOANA SACRISTÃO

20 OS NOVOS DESAFIOS NAS INSTITUIÇÕES DE TERCEIRA IDADE: A TRANSFORMAÇÃO DAS ERPI'S EM UNIDADES DE SAÚDE

LILIANA RAINHA

24 EXPERIÊNCIAS, VIVÊNCIAS E MEMÓRIAS

26 POR ENTRE ALTOS E BAIXOS - BELMIRA GATO

28 RECORDAR É VIVER - ZELINDA VARELA

30 A ESCOLA DA VIDA - MARIA JOSÉ MIRADOR

32 HÁ SEMPRE QUEM CUIDE - JOAQUINA BRITO

34 CAMINHAR NA FELICIDADE - GENÉSIO PONTES

36 DEUS E UM CÃO POR COMPANHIA - ANTÓNIO SARAGOÇA

38 ...DE MEMÓRIA EM MEMÓRIA CRIARAM-SE 25 HISTÓRIAS

EQUIPA CLDS

40 TRANSFERÊNCIA DE COMPETÊNCIAS/AÇÃO SOCIAL - UMA

NOVA REALIDADE MUNICÍPIO DE ARRAIOLOS

42 FICHA DE PROJETO GERAR IDENTIDADES

siglas

CLDS 4G Contrato Local de Desenvolvimento Social 4ª Geração

IPSS Instituição Privada de Solidariedade Social

SAD Serviço de Apoio Domiciliário

Cofinanciado por:



agradecimentos

Agradecemos a todos os parceiros, entidades e aos públicos do projeto Gerar Identidades, que colaboraram e participaram nesta 3ª edição da Revista Gerar Identidades.

Agradecemos ao Município de Arraiolos pela colaboração na elaboração e impressão de todos os exemplares da Revista.

Um agradecimento especial às modelos que realizaram a capa da Revista!

nota de abertura

Chegamos ao fim do projeto “CLDS4G - Gerar Identidades”. Fica-nos um sorriso no rosto de satisfação pelo trabalho desenvolvido e em simultâneo uma marca de saudade dos participantes, dos técnicos, das atividades, dos momentos passados ao longo de todo o projeto.

Foi difícil começar! O Covid-19 apareceu e impediu que o projeto pudesse avançar mais cedo, felizmente conseguimos superar esta pandemia e ir para o terreno. Voltámos a estar junto de todos aqueles de quem tínhamos saudades, voltámos ao abraço e ao beijo que tanta falta faz ao bem estar de todos nós.

Não há dúvida que este projeto teve um papel fundamental neste regresso e que paralelamente com o “Projeto Viver Sénior”, do Município de Arraiolos, voltou a trazer a alegria do convívio e da confraternização aos seniores do concelho que são fundamentais para o bem estar e para a saúde mental do ser humano.

É o momento de agradecer a todos os envolvidos no projeto, a todos os que contribuíram para a elaboração das três edições da revista, de agradecer o facto de ter sido a madrinha desta revista que regista o trabalho desenvolvido e deixa memórias para o futuro.

Que o futuro nos traga mais projetos como este, e que a Associação Monte ACE continue a intervir no seu território e a desenvolver o nosso Alentejo Central.

O Município de Arraiolos, tal como tem sido seu apanágio continuará a trabalhar diária e afincadamente na resolução dos problemas do nosso concelho e da nossa população e a criar melhores condições para se viver e desfrutar no nosso concelho. É fundamental, o estabelecimento de parcerias e o trabalho entre instituições, acreditamos que juntos fazemos sempre mais.

“

“FICA UM ATÉ JÁ, POIS CERTAMENTE MAIS PROJETOS SURGIRÃO NO FUTURO!

”

Presidente da Câmara Municipal de Arraiolos
Sílvia Cristina Tirapicos Pinto



Gerar Identidades, um projeto local de proximidade

Em jeito de balanço, a equipa técnica do Gerar Identidades, apresenta os resultados alcançados nos três anos de execução do projeto, com destaque para os instrumentos que ficam disponíveis no território para o reforço da autonomia, da autoestima e melhoria do bem-estar da população idosa.

O “Gerar Identidades” CLDS 4G é um projeto dirigido à população idosa, a decorrer no concelho de Arraiolos, com o objetivo de promover o envelhecimento ativo e apoiar esta população. É um projeto coordenado pelo Monte ACE e promovido pela Câmara Municipal de Arraiolos, que visa combater a solidão e isolamento dos mais velhos, em todas as freguesias do concelho de Arraiolos.

O Gerar Identidades experimentou no concelho de Arraiolos, de modo descentralizado e com iniciativas em todas as localidades do concelho, um conjunto de ações que identificamos como uma boa prática, das quais destacamos três, quer pelos resultados alcançados, pela capacidade de disseminação e replicação noutros contextos e sistematização.

1. Plano Gerontológico Local/Municipal: corresponde à construção participada de um instrumento de planeamento à escala local sobre as necessidades e interesses da população idosa, com vista a melhorar o seu dia-a-dia, elaborado com as próprias pessoas mais velhas, o que permite ouvir, discutir, planear e decidir sobre as iniciativas a realizar, com os destinatários das mesmas.

2. Atelier da Memória: integra diferentes dinâmicas e promove a estimulação cognitiva e motora. Contribui para a preservação do bem-estar e da saúde mental, através da estimulação da memória, raciocínio, concentração e linguagem, essenciais para garantir um envelhecimento mais saudável.

3. Livro de Contos: recolha de contos, fábulas

e histórias tradicionais locais, que retratam os costumes, a cultura e o que de mais identitário existe nestas localidades, constituindo-se como um instrumento poderoso de comunicação de tradições junto da comunidade para futuras gerações.

No que diz respeito à sustentabilidade do Gerar Identidades, após o seu término destacam-se não só as boas práticas descritas acima, possíveis de replicar noutros contextos de intervenção social, mas também a proximidade criada entre as equipas e os participantes do projeto.

O Gerar Identidades manteve uma evolução muito significativa no que diz respeito ao aumento do número de participantes nas atividades, sendo, na grande maioria, mulheres. Por outro lado, verificou-se que os participantes inscritos



no projeto estiveram presentes de forma contínua nas várias atividades que foram sendo dinamizadas. Ao longo dos últimos anos, contamos com mais de 480 sessões realizadas nas várias localidades do concelho de Arraiolos e com cerca de 130 participantes, dos quais a maioria se tem concentrado na atividade 1 - Programa Animar Sénior e na atividade 4 - Linguagem dos Afetos. De forma mais detalhada, para cada uma das atividades, o número de participantes atingido alcançou a meta proposta inicialmente. Neste sentido, contabilizamos 110 participantes nas Oficinas do Animar Sénior; 88 participantes nas Tertúlias e Conversas; 94 participantes nas Ações Intergeracionais; 84 participantes no Atelier da Memória; 67 participantes nas Sessões de Sensibilização e Informação; 75 participantes nos Convívios e Visitas; e contámos ainda com 14 voluntários nas Ações de Voluntariado.

Mais do que números, importa referir que durante os 36 meses de execução do “Gerar Identidades”, a população idosa apoiada pelo projeto contou com atividades diversificadas, de forma diária, que se tornaram parte da sua rotina, independentemente da temática ou dinâmica propostas. Tornou-se também cada vez mais frequente, a participação ativa dos idosos na planificação das várias ações, bem como a sua intervenção na tomada de decisão sobre as atividades a realizar, de acordo com os seus interesses e expectativas em relação ao projeto. Todos estes aspetos vêm reforçar a autoestima, autonomia e confiança



desta população, evidenciando o cumprimento dos objetivos propostos no início deste projeto.

A implementação deste projeto de forma descentralizada, nas várias localidades do concelho de Arraiolos, com o apoio dos parceiros e privilegiando a proximidade e a especificidade de cada local, permite reforçar os laços de afeto com a população idosa. Estando ainda em curso a avaliação de impacto do Gerar Identidades, conseguimos antecipar desde já as seguintes mudanças:

- Idosos mais autónomos, ativos, participativos e com menor sentimento de solidão e isolamento;
- Co-construção com as pessoas das políticas e práticas locais de bem-estar dos cidadãos mais velhos;
- Reforço da rede de afetos;
- Comunidade de Arraiolos mais informada e sensibilizada para a problemática do envelhecimento;
- Rede de parceiros locais mobilizados e alinhados no combate ao isolamento da pessoa idosa e na promoção do envelhecimento ativo;
- Reforço da participação e cidadania no concelho de Arraiolos.

As atividades, resultados alcançados e produtos do projeto estão disponíveis para consulta em: <https://www.monte-ace.pt/site/projetos/gerar-identidades/>.







A IMPORTÂNCIA DA PARTICIPAÇÃO COMUNITÁRIA DAS PESSOAS MAIS VELHAS: EMPODERAR PARA INOVAR!

O Professor Raul Marques, que colaborou no projeto Gerar Identidades, apresenta neste artigo as suas experiências e os resultados das atividades desenvolvidas com o público do projeto, e em particular sobre a importância da Construção Participada de um Plano Gerontológico no Concelho de Arraiolos.

Existem diferentes perspetivas sobre a intervenção local, agora e no futuro, por parte da população mais velha, cada vez mais exigente e consciente dos seus direitos, pelo que as atividades desenvolvidas para as pessoas mais velhas podem ter uma variedade de resultados positivos, tanto maiores quanto maior for a sua participação nas estratégias, medidas e ações que lhes são destinadas.

É um facto que a intervenção local por parte da população mais velha se está a tornar cada vez mais importante e significativa, assegurando a sua participação ativa na sociedade e nas decisões que afetam as suas vidas, não se sujeitando a ser «socialmente descartáveis». Esta participação pode trazer inovação, tanto para as pessoas mais velhas quanto para a comunidade em geral.

Os/As técnicos/as que trabalham com as pessoas mais velhas, independentemente da sua idade, têm de perceber que os seus destinatários/as não podem ser simplesmente consumidores, tendo também de estar na linha da frente, isto é, serem parceiros na conceção.

A presente abordagem integra a nossa experiência de terreno com o CLDS 4G para o concelho de Arraiolos - Gerar Identidades e irá focar-se em três questões fundamentais: i) Benefícios do trabalho desenvolvido com as pessoas mais velhas: olhares e práticas! ii) A importância de construir Planos Gerontológicos participados pelas pessoas mais velhas: uma visão! iii) O futuro das políticas gerontológicas: o que gostaria que houvesse!

i. Benefícios do trabalho desenvolvido com

as pessoas mais velhas: olhares e práticas!

De uma forma geral há três grandes benefícios de um trabalho adequado desenvolvido com as pessoas mais velhas:

i) Melhoria da qualidade de vida: as atividades podem promover a melhoria da qualidade de vida, fornecendo oportunidades de socialização, participação comunitária e envolvimento em atividades físicas, culturais e intelectuais, o que pode contribuir para a redução do isolamento social, para o aumento da autoestima e para promoção do bem-estar geral.

ii) Promoção da saúde e prevenção de doenças: as atividades podem ter um impacto significativo na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Programas de exercícios físicos adequados às necessidades, por exemplo, podem melhorar a força muscular, a flexibilidade e o equilíbrio, reduzindo o risco de quedas e promovendo a autonomia. Além disso, campanhas de conscientização sobre cuidados de saúde, alimentação saudável e prevenção de doenças específicas podem ajudar as pessoas mais velhas a adotarem estilos de vida mais saudáveis.

iii) Estímulo cognitivo e emocional: as atividades que envolvem estímulo cognitivo e emocional são fundamentais para as pessoas mais velhas. Oficinas de arte, grupos de leitura, aulas de música, ateliês de memória e outras atividades similares podem ajudar a manter a mente ativa, estimulando a memória, a criatividade e as habilidades cognitivas. Estas atividades proporcionam, ainda, um espaço de expressão emocional, permitindo que as pessoas

compartilhem experiências, sentimentos e desenvolvam relacionamentos significativos.

O trabalho colaborativo que desenvolvemos em 2022/2023 no seio do Projeto Gerar Identidades, executado pelo Monte-ACE, foi sustentado em todas as freguesias em «grupos de consciência multifocal», uma metodologia de «focus group», em que de forma estruturada se pretendeu levantar, juntamente com as pessoas mais velhas envolvidas, múltiplos focos na abordagem ao processo de envelhecimento e à gerontologia local, de forma a contribuir para a sua inclusão nos processos de decisão que envolvem a conceção das estratégias, medidas e ações que lhes são destinadas, tendo por princípio orientador que as “pessoas mais velhas devem ser atores das suas iniciativas e não apenas consumidoras das ofertas técnicas locais”.

Aos três desafios lançados (i. Construção de uma «ideia-chave», coletiva, do envelhecimento; ii. Construção de uma «estratégia-chave», coletiva, sobre “o que queremos para o nosso envelhecimento”; iii. Questões transversais à política gerontológica local) correspondeu uma grande dedicação/ participação nos trabalhos, cujos resultados foram comunicados em cada sessão pelos/as representantes eleitos/as pelos grupos a todos/as. Foi evidente a satisfação dos/as presentes por se estar a recolher a sua opinião! Dos resultados obtidos salientam-se algumas evidências identificadas pelas pessoas mais velhas:

a) Maior problema sentido no dia-a-dia: falta de médicos, de mobilidade, de transportes públicos, de participação, de recursos, a que se seguem questões relativas à saúde, ao afastamento da família/ isolamento/ solidão.

b) Melhor forma de ocupar os tempos livres: bordar, costurar, cozinhar, escrever, fazer caminhadas, fazer palavras cruzadas, fazer renda, jardinar, jogar, ler, passear, pintar, ouvir música, ver filmes, trabalhar na horta, conviver/ socializar, fazer ginástica, participar em atividades associativas, de projetos e políticas, «fazer o que apetece!».

c) Envolvimento na conceção das estratégias, medidas e ações: serem ouvidos/

as, darem ideias e opiniões, sugerirem opções de escolha, envolverem-se na dinamização de atividades, dinâmicas e divertidas.

d) Tornar localmente o processo de envelhecimento mais agradável e feliz: evidência clara do convívio, referindo-se a falta de espaços dedicados à vida comunitária e a falta de transportes como uma limitação aos contactos e à socialização.

No que concerne às questões sobre uma política gerontológica local, salientam-se:

a) Melhorar e reforçar a integração das pessoas mais velhas na vida da freguesia/ concelho: articulação de tempos livres com os mais jovens, promovendo a intergeracionalidade; promoção de um maior envolvimento na Associação de Reformados, em convívios e festas; maior auscultação por parte de quem decide.

b) “Ensinar a envelhecer” / “Construir um novo Plano de Vida” / “Plano B”: atividades intergeracionais, frequência de atividades antes da reforma, sessões de esclarecimento para ajudar a preparar a reforma, alertar para a necessidade



de haver um Plano B.

c) **Promover atividades que combatam a “discriminação sobre as pessoas mais velhas / idadismo”:** sessões anti-idadismo nas escolas para crianças e pais; promoção de atividades intergeracionais, de forma a mudar mentalidades.

d) **Bolsa de Cuidadores 24h00/dia na habitação. Bolsa de Ouvidores que fossem a casa conversar e levantar necessidades:** o SIM a esta nossa sugestão foi claro.

e) **Como atrair para a Aprendizagem ao Longo da Vida (ALV):** «gerar» força de vontade; haver mais divulgação e atividades chamativas.

f) **Atrair para a prática do voluntariado:** NÃO sabem quem ajudar; NÃO é divulgado; NÃO têm transportes.

ii. A importância de construir Planos Gerontológicos participados pelas pessoas mais velhas: uma visão!

De acordo com o Plano para a Década do Envelhecimento Saudável 2020-2030 da Organização Mundial de Saúde, os próximos anos têm de ser de colaboração concertada, catalisadora e sustentada, de forma a colocar os mais velhos no centro das preocupações, o que implica um esforço conjugado de governos (nacionais, regionais e locais), sociedade civil, cidadãos mais velhos, associações de pensionistas, instituições académicas, meios de comunicação, organismos internacionais, profissionais e setor privado, de forma a melhorar a vida destas pessoas, suas famílias e comunidades. Neste documento defende-se, ainda:

a) Que o envelhecimento saudável pode ser uma realidade para todos, desde que se deixe de o ver como a mera ausência de doenças e se promovam mudanças na capacidade funcional que permita às pessoas mais velhas fazerem o que preferirem.

b) Que é necessário combater as desigualdades, de forma a não se prejudicar o envelhecimento saudável, devido a circunstâncias pessoais, tais como o género, a etnia, o nível de

educação, o estado civil, o lugar de residência ou a situação sanitária.

c) Que as sociedades devem ter em conta as necessidades presentes e futuras das pessoas mais velhas e estar preparadas para lhes responder, de forma a ser alcançado um desenvolvimento sustentável e os objetivos da Agenda 2030.

Olhando para estas metas e recorrendo à nossa experiência de três décadas de análise territorial e avaliação de projetos e políticas, é clara a importância de um Plano Gerontológico para o Concelho de Arraiolos, como para os demais concelhos (até agora houve cerca de duas dezenas), razão pela qual elaborámos, para a ANIMAR- Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Local, um Modelo de Plano Gerontológico Local, participado pelas pessoas mais velhas.

A pertinência do Plano Gerontológico Local está sustentada em quatro aspetos fundamentais:

i) Construir uma intervenção gerontológica local sustentada na cooperação e colaboração entre as diferentes entidades que intervêm no apoio ao processo de envelhecimento: associativas, cooperativas, públicas e privadas;

ii) Construir uma política gerontológica local participada, em que para além das entidades que intervêm no apoio ao processo de envelhecimento, estão também envolvidas as pessoas mais velhas, no desenho das ações e medidas estratégicas para o envelhecimento à escala local;

iii) Não ignorar o conhecimento prático que as pessoas mais velhas têm do processo de envelhecimento;



iv) Não promover estratégias de «top down» (“de cima para baixo”), sustentadas na falsa premissa de que se sabe quais as necessidades dos destinatários, sem trabalhar com eles, sem os ouvir, sem ter a sua experiência prática do processo de envelhecimento.

iii. O futuro das políticas gerontológicas: o que gostaria que houvesse!

As visões de futuro são sempre atrevidas, por vezes ingénuas e na maior parte dos casos improcedentes. Todavia, acreditamos que não faltarão muitos anos para termos uma população mais velha que exigirá estar envolvida ativamente no planeamento e na implementação de políticas públicas voltadas para o envelhecimento saudável e para a inclusão social.

É evidente que a experiência das pessoas mais velhas, ainda pouco aproveitada (fomos, de uma forma geral, educados para uma sociedade idadista) e, por norma, acomodada em jogos e atividades de sala diversas, pode ser uma mais-valia nas comissões locais que debatem questões relacionadas com direitos, acessibilidades, cuidados de saúde, habitação adequada, habitação colaborativa, ofertas de trabalho, transportes, voluntariado, entre outros. Ao contribuir com as suas perspetivas e experiência, bem como com as suas ambições, as pessoas mais velhas «têm» de influenciar as decisões gerontológicas tomadas à escala local e garantir que as suas necessidades serão atendidas.

Além disso, as pessoas mais velhas podem também envolver-se em ações de “advocacy” e conscientização. Efetivamente, por meio de campanhas e iniciativas locais/regionais/nacionais, podem chamar a si a defesa dos direitos dos/as mais velhos/as, o combate ao preconceito e ao estigma associados ao envelhecimento (idadismo) e educar a comunidade sobre questões relacionadas com saúde e bem-estar quando a idade avança e as transformações se fazem sentir. Em termos de estratégias, considera-se útil a

organização de palestras em escolas locais, a participação em programas de rádio ou a escrita de artigos para jornais locais.

Em síntese, a participação ativa das pessoas mais velhas nas estratégias, medidas e ações que lhes são destinadas pode trazer uma série de resultados positivos, através do seu envolvimento em grupos e organizações, no planeamento de políticas públicas e na conscientização, contribuindo para a promoção do envelhecimento saudável, da inclusão social e da valorização dos seus direitos. Uma participação que não só beneficia os/as mais velhos/as, mas também enriquece a comunidade em geral, ao aproveitar o conhecimento, a experiência e as contribuições únicas da realidade do «envelhecimento vivido» e que ultrapassa claramente o que consta dos manuais. Basta estar atento para o valorizar e potenciar!

O Autor



Raul Jorge Marques

Geógrafo. Pós-graduado em Gerontologia Clínica e em Gerontologia Social. Consultor em Desenvolvimento Local-Regional. Coordenador do Grupo de Trabalho “Envelhecimento e Desenvolvimento Local” da ANIMAR.

“Desafios do Serviço de Apoio Domiciliário: a importância da participação da pessoa cuidada”

A Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos aceitou o desafio de partilhar uma reflexão sobre o envelhecimento, em particular sobre os desafios inerentes ao Serviço de Apoio Domiciliário uma das suas áreas de intervenção

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) teve origem na necessidade de fornecer cuidados e assistência a pessoas que desejam permanecer na sua casa, mesmo quando enfrentam dificuldades físicas, cognitivas ou de saúde. A ideia principal que está na base do SAD é, portanto, permitir que os indivíduos idosos e/ou com necessidades especiais recebam atenção e cuidados adequados no seu ambiente, em vez de serem transferidos para instituições de cuidados de longo prazo e/ou definitivos.

Embora seja difícil determinar uma origem precisa do SAD, pode atribuir-se as suas raízes a uma série de fatores históricos e sociais. Alguns desses fatores incluem o envelhecimento da população, as alterações na estrutura familiar, os avanços na medicina e tecnologia, as mudanças nas políticas de saúde, entre outros.

Hoje, o Serviço de Apoio Domiciliário não só é amplamente reconhecido e adotado em vários países, como desempenha um papel decisivo na promoção da independência, dignidade e qualidade de vida das pessoas que necessitam de cuidados, permitindo-lhes permanecer num ambiente seguro e familiar.

Ao considerar os desafios locais na área da intervenção social, relacionados com o serviço de apoio domiciliário, existem algumas questões específicas que podem ser destacadas:

a) o acesso limitado aos serviços: em algumas áreas, especialmente em regiões remotas ou com infraestrutura deficiente, o acesso aos serviços de apoio domiciliário pode ser limitado. Isso pode ser um desafio para garantir que as pessoas que necessitam de cuidados recebam o suporte



adequado no seu domicílio;

b) os recursos financeiros e a sustentabilidade: a disponibilidade de recursos financeiros adequados para manter e expandir os serviços de apoio domiciliário. Os orçamentos limitados e as restrições financeiras podem afetar a qualidade e a disponibilidade dos serviços, bem como a capacidade de atrair e reter profissionais qualificados;

c) a carência de profissionais qualificados: a falta de profissionais capacitados na área de apoio domiciliário é um desafio comum em muitas regiões. Esta importante questão pode dificultar a prestação de cuidados adequados e individualizados aos beneficiários, bem como a oferta de serviços especializados para grupos específicos, tais como idosos ou pessoas com necessidades médicas complexas (p.ex. utentes com demência);

d) a cooperação e coordenação interinstitucional: a comunhão efetiva entre os diferentes serviços e instituições envolvidas na prestação de apoio domiciliário. A coordenação entre organizações

governamentais, não governamentais e de saúde é fundamental para garantir uma abordagem integrada e holística ao cuidado no domicílio;

e) a carga emocional e exaustão para os cuidadores: os cuidadores que prestam serviços de apoio domiciliário podem enfrentar altos níveis de stress e carga emocional. O trabalho contínuo com pessoas em situações de vulnerabilidade pode ter impacto na saúde mental e física dos profissionais, exigindo a implementação de medidas de suporte e cuidado para os cuidadores.

Estes desafios exigem a colaboração entre as partes interessadas, incluindo governos, prestadores de serviços, organizações comunitárias e familiares dos beneficiários. É fundamental procurar soluções inovadoras, investir na formação e valorização dos profissionais, além de promover a consciencialização e a participação da comunidade para os superar.

É imperativo que o SAD, como qualquer outra resposta, acompanhe as transformações sociais e exigências do universo a quem se dirige: utentes, famílias e cuidadores. O Serviço de Apoio Domiciliário da Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos tenta acompanhar estas transformações, respeitando e promovendo a individualidade

e especificidade de cada um dos seus utentes. Acreditamos que um dos desafios é a participação do utente em todo o processo. Este aspeto torna-se vital na promoção da autonomia, bem-estar e qualidade de vida da pessoa cuidada. Assim, a participação ativa do utente pode contribuir para uma experiência mais positiva e satisfatória. Existem várias formas pelas quais o utente pode envolver-se no Serviço de Apoio Domiciliário, pelo menos segundo a nossa perceção, intenção e prática:

a) a participação nas decisões: é essencial envolver o utente nas decisões relacionadas com o seu próprio cuidado. Dar a oportunidade de expressar as suas preferências e necessidades, ajudando a moldar o plano de cuidados e a escolher os serviços adequados às suas condições;

b) a comunicação aberta: estabelecer uma comunicação aberta e transparente é fundamental. O utente deve sentir-se à vontade para expressar as suas preocupações, partilhar feedback e fazer perguntas. Isso ajuda a construir um relacionamento de confiança entre o utente e a nossa equipa de SAD;

c) a participação em atividades: o utente deve





participar em atividades específicas oferecidas pelo serviço de apoio domiciliário, desde exercícios físicos, jogos de memória, leitura de livros, assistência em tarefas domésticas leves ou envolvimento em programas sociais organizados. Estas atividades não apenas fornecem estímulo e entretenimento, como promovem também a interação social e o envolvimento que se pretende;

d) o auto-cuidado: encorajar e apoiar a autonomia do utente é essencial. Os profissionais de apoio domiciliário podem auxiliar o utente a realizar tarefas de auto-cuidado, como higiene pessoal, vestir-se, alimentação saudável e gestão medicamentosa. O objetivo é capacitar o utente a manter o maior nível possível de independência e autoestima;

e) o feedback e a avaliação contínua: é importante que o serviço de apoio domiciliário solicite regularmente o feedback do utente sobre a qualidade dos serviços prestados. Isso pode ser feito por meio de pesquisas, entrevistas ou reuniões de acompanhamento. Ouvir a perspectiva

do utente ajuda a identificar áreas de melhoria e a adaptar o plano de cuidados de acordo com suas necessidades em evolução.

A participação do utente no SAD é um processo colaborativo que visa atender às necessidades individuais e promover um envelhecimento saudável e digno. Ao envolver o utente na planificação e na prestação dos cuidados, é possível proporcionar uma experiência mais personalizada e satisfatória, além de fortalecer a autonomia e a sensação de controle sobre a própria vida.

O Autor



O Serviço de Apoio Domiciliário da Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos foi implementado a 13 de setembro de 1993 com 4 utentes. Hoje conta com 60. Ao longo destes 30 anos, o SAD cresceu e alargou a sua atuação para lá dos quatro serviços base característicos - Alimentação, Tratamento de Roupas, Higiene Pessoal e Higiene Habitacional. Tem hoje um conjunto variado de ofertas baseadas em duas “crenças” que orientam a atuação de toda a Equipa: Prevenção e Participação. Prevenção como estratégia para travar o processo de declínio físico e mental do utente. Participação (do utente) para promover a autonomia, logo a qualidade de vida (como se explora no presente artigo).



A Importância da Partilha entre Gerações para as Comunidades

Nesta 3ª Edição da revista Gerar Identidades, apresentamos um artigo, elaborado por Joana Sacristão, sobre diferentes experiências no que respeita à intervenção local na promoção da intergeracionalidade que, demonstram a importância da interação e diálogo entre gerações.

No horizonte de 2030, emerge um conjunto de desafios locais na área da intervenção social, exigindo uma abordagem abrangente e inovadora, articulada com diferentes áreas de intervenção. Neste artigo, exploro as minhas experiências sobre a intervenção local na promoção da intergeracionalidade, considerando tanto as mudanças atuais como as necessidades futuras.

A sociedade tem enfrentado uma mudança demográfica significativa, com o envelhecimento populacional ganhando destaque, especialmente em zonas rurais. Vários são os intervenientes que têm criado e implementado estratégias para alterar a forma como nos relacionamos com o processo de envelhecimento e como quebramos estereótipos e preconceitos, contrariando a ideia socialmente construída na maioria das culturas, de que a velhice é uma doença.

Enquanto socióloga com um espírito inquieto, tenho ambicionado uma sociedade mais inclusiva e solidária e, por isso, implementei projetos e iniciativas que demonstraram a importância da interação e diálogo entre gerações enquanto catalisadores para a construção de uma comunidade mais coesa e para a desconstrução de preconceitos que são intrínsecos às gerações mais jovens e mais velhas.

No meu percurso, destaco o projeto “**Tempos Cruzados / Diálogos Partilhados**” que teve como objetivo trabalhar o processo de envelhecimento e mudar mentalidades sobre o mesmo, através da

criação de espaços de diálogo e troca de experiências entre gerações, recorrendo a metodologias de educação não formal e de estimulação cognitiva que favoreceram o enriquecimento mútuo. Resultou no envolvimento de 11 idosos e 22 jovens. Também destaco a iniciativa **Showcase: Encontros Improváveis**, que, através da cultura e das artes, desafiou diferentes gerações para que, em conjunto, com total autonomia e liberdade criativa, criassem uma peça artística dentro das suas áreas de interesse.



Na implementação destes e outros projetos, observei que os saberes e conhecimentos que ambas as gerações possuem, bem como os vários modos de pensar e visões sobre o mundo em que vivemos, tornam-se pontos de interesse e reforçam a partilha de valores e experiências entre as mesmas, criando um ambiente dinâmico com uma atmosfera de curiosidade e entusiasmo, cheio de momentos que devolvem o sentimento de respeito comum, mas também de pertença à comunidade por parte da geração mais velha.

Numa perspetiva de futuro, considero fundamental antecipar um investimento contínuo em programas intergeracionais que acompanhem os espaços coletivos de convivência entre as diferentes gerações em zonas rurais. Tendo em conta a necessidade de apostar na educação não formal, na estimulação cognitiva e em atividades conjuntas que possam aproximar, de forma real, os diferentes grupos etários e contribuir para a construção de relações significativas.

“Acreditamos que é a cultura que permanece depois de se esquecer tudo o resto, sendo o dinamismo cultural de uma região proporcional à dinâmica dos seus habitantes.”

Make Noise

Atualmente, enquanto membro ativo da AC Make Noise, reconheço a importância de estabelecer parcerias com as instituições locais e regionais, consolidar a relação com as comunidades, de forma a colocar em prática uma estratégia de aproximação com os idosos, jovens e outras partes interessadas para desenvolver iniciativas que fomentem a inclusão intergeracional e promovam o envelhecimento ativo, dentro das nossas áreas de intervenção.

A Associação Cultural Make Noise, sediada em Montemor-o-Novo, tem como missão e fim institucional apoiar e desenvolver diversas iniciativas que promovam o desenvolvimento do tecido artístico, cultural e social das comunidades rurais, articulando sempre que possível com outras áreas de atuação, tais como o empreendedorismo

juvenil, o desporto e bem-estar, a inclusão social e a sustentabilidade e economia circular.

Para alcançar este objetivo, a Make Noise tem planeado diferentes iniciativas, nomeadamente oficinas, eventos culturais, projetos colaborativos e programas de voluntariado, que promovem a criação artística e a fruição cultural e preservem as tradições e a cultura local.

Trabalhar a intergeracionalidade é um caminho

A Autora



Joana Sacristão

Licenciada em Sociologia, trabalha como Gestora de Projetos desde 2018, é uma verdadeira entusiasta pelo desenvolvimento de projetos sociais e culturais que tenham verdadeiro impacto na comunidade. Conta com uma experiência profissional diversificada, dando destaque ao trabalho de Produção Cultural, Produção de Eventos e Assessoria na Elaboração de Candidaturas nas áreas em que atua. As experiências profissionais que acumula permitiram o desenvolvimento de conhecimentos diversificados como análise de políticas públicas, gestão de equipas, comunicação, e gestão de redes sociais.

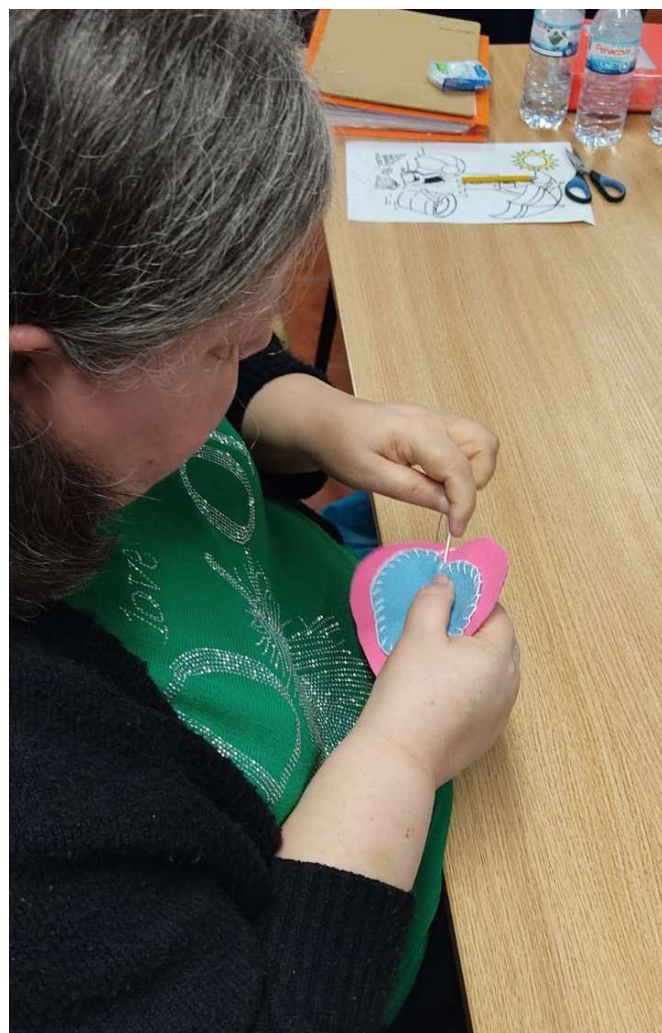
Acredita em comunidades resilientes e capazes de mudanças estruturais através do trabalho em equipa e participação ativa.

Os Novos Desafios nas Instituições de Terceira Idade: A transformação das ERPI's em Unidades de Saúde

Ao repto lançado pelo Gerar Identidades, o de elaborar um artigo para esta edição da Revista, a Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Igreja (ARPI) apresenta uma reflexão emotiva e realista sobre as preocupações e necessidades vividas atualmente por estas entidades, com apontamentos claros sobre

Os novos desafios nas instituições que desenvolvem a sua actividade com os idosos é um tema pertinente e é urgente reflectir sobre ele, antes que seja tarde de mais. Estas instituições estão à beira do colapso e é importante que se entenda o porquê. O objectivo deste artigo é dar a conhecer as dificuldades que enfrentamos diariamente na nossa Associação mas que sabemos que são transversais a todas as instituições que desenvolvem a sua actividade nesta área. As Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS's) dedicadas aos Idosos enfrentam, de momento, grandes desafios... A Covid-19 deixou sequelas! E muitas... Não só físicas e psicológicas nos utentes e trabalhadores, mas económicas, nas instituições dedicadas aos mais velhos. Deixou sequelas pelo aumento dos gastos com Equipamento de Protecção Individual e pela consequente diminuição da procura pelas respostas sociais do Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD). Com o aumento do número de óbitos na resposta social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (E.R.P.I., vulgo Lar), passaram a ocupar estas vagas os utentes das respostas sociais do Centro de Dia e SAD que, se até aqui não queriam ingressar em E.R.P.I., pois os serviços prestados em Centro de Dia e SAD eram suficientes para satisfazer as suas necessidades, com o encerramento dos Centros de Dia e porque viram o seu nível de dependência agravado, após quadros de infeção por Covid-19, passaram a necessitar de assistência e vigilância 24 horas por dia. Já pensou como seria a sua vida se não se conseguisse levantar sozinho para ir à casa de banho, tomar banho ou sequer para ir à cozinha comer uma peça

de fruta? É assim que se sente a grande maioria dos nossos utentes e por isso não podem usufruir das respostas de Centro de Dia, isto é, porque não têm apoio durante a noite nem SAD, uma vez que precisam de apoio permanente. As pessoas que nos procuram necessitam de apoio para actividades que para nós são básicas, mas impossíveis de realizar por quem está dependente e vulnerável.



E é por isso que o trabalho que as instituições ligadas ao envelhecimento desenvolvem é muito nobre e importante. Mais do que as atividades de animação, que são as que são divulgadas nas redes sociais, suprimos necessidades básicas dos nossos utentes. Fazemos higiene, mudamos fraldas, levamos à casa de banho, cozinhamos, limpamos, servimos comida, em muitos casos damos comida à boca, damos medicação, lavamos, estendemos, passamos roupa a ferro, prestamos cuidados de enfermagem e medicina, conversamos e damos amor e carinho...24 horas por dia, 365 dias por ano. É um trabalho árduo e desgastante física e psicologicamente que tem de ser reconhecido e não pode ser pago apenas com o salário mínimo. O aumento do nível de dependência dos utentes obriga à contratação de maior número de trabalhadores e, apesar da diminuição do número de utentes nas respostas sociais de Centro de Dia e SAD, não podemos dispensar trabalhadores, senão vejamos este exemplo: o motorista que vai recolher e entregar os 24 utentes para os quais temos vaga tem que continuar a prestar esse serviço aos 11 utentes que temos atualmente. Outro problema grave que estas instituições enfrentam está relacionado com o absentismo dos trabalhadores que, por doença ou assistência a familiares, faltam ao trabalho, mas cujas tarefas diárias que desempenham são as básicas para a

sobrevivência e dignidade da pessoa humana e, por isso, não podem ser deixadas para ser feitas no dia seguinte. Fazemos higiene só amanhã? Come só amanhã? Toma a medicação só amanhã? Tudo tem de ser desenvolvido hoje, agora. E por isso, durante a pandemia, muitas empresas fecharam, mas os “Lares” nunca puderam fechar. Também há cada vez mais dificuldade em encontrar pessoas que queiram trabalhar nestas instituições, uma vez que é um trabalho muito duro, muito mal pago e pouco reconhecido. Portanto, é fácil entender que as receitas diminuem porque o número de utentes diminuiu, o apoio do Estado também diminuiu, porque os acordos de cooperação pagam de acordo com o número de utentes, mas as despesas aumentam porque o número de trabalhadores não só não pode diminuir, como tem de aumentar pelas razões expostas e porque todas as despesas aumentaram devido à guerra e à inflação. E atenção: não temos falta de procura, temos uma lista de espera com mais de 170 pessoas, mas necessitam da resposta social de E.R.P.I., tendo em conta que o seu nível de dependência não lhes permite ser admitidos em Centro de Dia ou SAD, que são as respostas sociais em que existe vaga. As IPSS's ligadas à terceira idade têm como receitas o apoio do Estado, com os acordos de cooperação com a Segurança Social e as mensalidades pagas



pelos utentes. No nosso caso, contamos ainda com o apoio da Câmara Municipal de Arraiolos (através de um subsídio de apoio às IPSS's e de subsídios no âmbito do protocolo de fornecimento de refeições ao Jardim de Infância e Escola Básica do 1.º Ciclo de Igrejinha) e da Junta de Freguesia de Igrejinha (através do protocolo de fornecimento de refeições ao ATL de Igrejinha), entre outros apoios pontuais. As participações do Estado são claramente insuficientes, não suportam sequer os salários, quanto mais as restantes despesas que são tantas nestas instituições. Se já o sentimos todos nas nossas casas, imaginem numa “casa grande” como esta. As mensalidades dos utentes de Centro de Dia e SAD são proporcionais às suas pensões que, como todos sabem, no meio rural onde estamos inseridos, são muito baixas e por isso vivemos com extremas dificuldades económicas e estamos todos a chegar à beira da rutura. No entanto, muitos destes utentes e seus familiares não têm condições para suportar a mensalidade de ERPI, mas não queríamos chegar ao ponto de encerrar estas respostas sociais, uma vez que seria como abandoná-los e não podemos esquecer que somos instituições de cariz social. Se temos a solução? Sim! Já temos um projecto para ampliação da resposta social de ERPI (a aguardar abertura de candidatura a programa de financiamento) para dar resposta à elevada procura e para tornar a nossa instituição sustentável. No entanto, o primeiro passo para evitar que instituições como a nossa fechem tem de passar pelo aumento do montante mensal com que a Segurança Social contribui, mas essencialmente tem de duplicar nos meses de junho e novembro para fazer face aos pagamentos dos subsídios de férias e Natal dos trabalhadores. No final do ano de 2022, a Segurança Social deu um apoio extraordinário e o caminho passa por aí. Sentimo-nos uma espécie de heróis sem capa, mas com um coração gigante que acolhe todos os que convivem connosco diariamente... É preciso que todos entendam a nossa importância e que não deixem morrer estas instituições, não deixem que seja tarde demais, pois apesar de nenhum de nós querer pensar nisso, todos caminhamos para a velhice e é importante que

haja instituições que cuidem dos mais velhos. Porque continuamos com tantas dificuldades? Porque temos muito orgulho no trabalho que fazemos e porque temos como retorno e reconhecimento os sorrisos rasgados dos nossos utentes quando nos vêem, que faz transparecer o amor que recebem e que nos dão de volta. Porque eles sim, sentem todos os dias o quanto somos importantes e é por este amor que vamos continuar a lutar, enquanto conseguirmos sobreviver.

A Autora



Liliana Rainha

Liliana Rainha é licenciada em Sociologia e Mestre em Gestão (Especialização em Recursos Humanos) pela Universidade de Évora. Tem um MBA em Direção Técnica / Serviços nas Organizações Sociais pela Anges e Coimbra Business School. Foi Gestora de Projetos Nacionais e Internacionais, Coordenadora e Formadora da área social e do comportamento de 2002 a 2015, mas em 2015 iniciou o seu percurso na área da Terceira Idade, onde descobriu a sua verdadeira vocação. Desempenha funções de Diretora de Serviços e Diretora Técnica desde 2017 na Associação de Reformados, Pensionistas e Idosos de Igrejinha.



experiências, e memórias



vivências

Com a 3ª edição da Revista Gerar Identidades apresentamos 6 novas histórias, que são memórias e vivências gentilmente compartilhadas pelos idosos que participam no Gerar Identidades. A partilha e o registo de testemunhos e relatos de vida por parte da população idosa, tem sido uma constante no projeto, proporcionando uma aprendizagem permanente por parte de todos os que são *ouvidores*. Esta experiência permite construir conhecimento, com base em heranças de outras memórias, que apresentadas no singular, retratam os costumes, a cultura e as tradições de uma comunidade.





por entre altos e baixos

Nasci no Monte do Mal Drome nas Bardeiras, Vimieiro.
Nasci a 20 de janeiro de 1952.

Aos 7 anos fui para a escola. Morava na Caramioeira e ia a pé para o Vimieiro. Éramos oito crianças que iam para a escola. Uma bela tarde, vínhamos todos da escola, fomos a correr ao chaparro, às bolotas, e eu não tinha espaço para chegar às bolotas. Peguei na sombrinha que levava na mão e atirei-a ao chaparro, zangada, mas apanhou a cabeça da minha colega e ela chorou muito, porque tinha ficado com a cabeça partida. Eu também chorava com medo de apanhar da minha mãe, mas a minha colega curou o golpe com uns trapos e foi para casa. Dos 7 aos 11 anos, morámos em vários sítios.

Um belo dia, os meus irmãos andavam a brincar, um deles partiu a cabeça e a minha mãe teve de ir a pé com ele ao médico, no Vimieiro, mas antes de abalar a minha mãe disse-me: “Belmira, há uns espinafres para serem lavados ”. Depois, foi-se embora com o meu irmão e eu fiquei sozinha com os outros dois irmãos, então agarrei num alguidar dos espinafres e fui lavá-los. Calcei as botas de borracha e fui tirar água do poço. O chão estava escorregadio e por isso caí dentro do poço, que estava cheio de água. Os meus irmãos choravam e gritavam aos vizinhos a pedir ajuda, até que chegaram. Um deles disse que ia buscar uma corda e o outro disse que me dava a mão e me puxava. Assim foi e, mal me conseguiram tirar, viraram-me e cuspi muita água. Estive quase a morrer afogada.

Comecei a namorar aos 16 anos, a 10 de fevereiro de 1968. Namorei durante quatro anos e casei aos 20, em 1972. Começaram a vir os filhos e hoje tenho cinco lindos filhos, dois belos homens e três belas mulheres. Fiquei viúva, mas tenho 9 netos e já tenho bisnetos. Com altos e baixos, aqui estou eu, para contar as minhas histórias.

Beijo a todos.

“AQUI ESTOU EU PARA CONTAR”



Belmira Gato, aos 14 anos.



ZELINDA VARELA

recordar é viver

“

“BONS TEMPOS!”

”

Quando eu tinha 15 anos... Quem me dera tê-los agora!

Andava no trabalho do campo, na ceifa, na monda aos saragaços, mas cantando e brincando. Todo o trabalho se fazia na azeitona, colhíamos estevas que agora são as máquinas. Andei no monda dos avós. Ainda se debulhava, na erva parávamos, era uma paródia. Lá de cima do frascal, atirar um molho de arroz, que era bem pesado para o alimentador. Meter na máquina que era fixa, fazer a rebaixa com água até aos joelhos e tudo andava contente.

O primeiro trabalho que fiz, tinha 11 anos. Cantava para a burra, tirava água para regar um laranjal que havia na Quinta do Fuchal. Quem me dera esse tempo, mas já passou.

Despeço-me com saudades desses bons tempos!



Zelinda Varela, aos 18 anos.



MARIA JOSÉ MIRADOR

a escola da vida

Quero contar uma história da minha vida.

Comecei a trabalhar no campo muito nova. Não tive tempo para crescer nem tempo para brincar. Fui trabalhar para o campo com 11 anos, sem lamentos. Os casais, por norma, tinham muitos filhos, sendo que eu era a mais velha de sete irmãos. Cedo fui trabalhar para ajudar os meus pais a criar os meus irmãos.

Estive matriculada na escola apenas dois anos e metade do tempo não ia, para ficar com os manos de 9 e 10 anos. Sempre que aparecia trabalho para a mãe, eu não podia ir à escola para ficar com eles. No entanto, passei sempre com 18 valores. Tenho esse orgulho. Se me perguntar: “Gostava de ter estudado?”, claro que sim, mas a vida era assim.

Hoje, tenho a escola da vida, que nos ensina com o passar dos anos. Aproveito a ocasião e digo aos mais novos: aproveitem a vida, pela positiva, porque esta liberdade que hoje há, nem sempre foi assim.

Aos jovens da minha idade, abraços amigos, sem nunca esquecer o passado.



Maria José Mirador, aos 23 anos.

TEM A VIDA, PELA POSITIVA!”



JOAQUINA BRITO

há sempre quem cuide

“
“FUI BEM TRATADA”
”

Estive com o meu pai e com a minha mãe até aos 3 anos. Depois, fui viver com a minha avó e vivi com ela até aos 8, quando faleceu. Regressei a casa do meu pai com a minha madrinha. Fui bem tratada, fui para casa deles e deixei de ir à escola.

Fiquei com o meu irmão para ele ir trabalhar, até aos 12 anos. Fui trabalhar e ele ia comigo para não ir sozinha. A seguir, foi ele para a escola. Eu ia com a minha madrinha e assim foi até aos 19 anos. Aí, viemos para Coelheiros e foi assim a minha vida.



Joaquina Brito, aos 17 anos.



“FOI CRIADA PELOS SEUS AVÓS
MATERNOS QUE, MESMO SENDO
POBRES, FIZERAM POR ELA.”

caminhar na felicidade

Genésio Pontes nasceu em 1934 na aldeia de Igrejinha. Aos 13 anos, concluiu o 3º ano de escolaridade, com 39 anos fez o 4º ano e terminou o ensino básico elementar em Évora. Até aos 39 anos foi operário agrícola, passando por todos os trabalhos rurais, ingressando depois na indústria alimentar como operário fabril.

Desempenhou funções de secretário da freguesia da Junta de Freguesia de Igrejinha de 1978 até 2001 e é decimeiro, fazedor de décimas improvisadas. Diz que com tais “palavras que nascem no sentido, mas docemente do nosso cérebro, nascem do pensamento como nascem as plantas nos campos e sem serem tratadas”. Aqui vos deixa um poema seu:

Vi minha mãe chorando
Chorava por uma razão
Pela estrada caminhando
Com um filho pela mão

Chegando à porta batia
A lágrima ali corria
A pessoa à sua frente
Essa dor tão ardente
Seu corpo ia sofrendo
O sentido ia pesando
Como seus filhos sustentar
Nada para os alimentar
Vi minha mãe chorando



Genésio Pontes, aos 19 anos.

Só ela é que sofria
Sem farinha nem azeite
Nem um copinho de leite
Só a roupa que vestia
E no monte a moradia
Ela cortava o casacão
Para arranjar solução
Tinha de andar a pedir
Tanta lágrima vi cair
Chorava por uma razão

Nessa vida solitária
Andava sempre a cismar
Tinha de aceitar
Essa dor que sofria
Se lhe davam agradecia
Por bens ia bradando
Para a mão vazia olhando
Ela pedia por caridade
Se lhe davam por piedade
Pela estrada caminhando

Seu pai um infeliz
Cinco anos esteve doente
A sofrer arduamente
Sua morte por um triz
Houve essa hora feliz
Doutor Barroso sua atenção
Tirou líquido do pulmão
E foi no seu consultório
Minha mãe tem relatório
Com um filho pela mão



ANTÓNIO SARAGOÇA

Deus e um cão por companhia

Nasci a 16 de outubro de 1941 na Igrejinha. Comecei a trabalhar como pastor aos 17 anos. Mudei-me para as Ilhas aos 26 e continuou a ser pastor. Com 40 anos, tornei-me comerciante e abri uma mercearia que tive até aos 72. Mas a minha vida tem sido dedicada à poesia:

“

“ATÉ UM DIA SER CHAMADO”

”



António Saragoça, aos 30 anos.

Eu nasci no Alentejo
No Alentejo fui criado
Tive o meu privilégio
No campo a guardar o gado

No campo a guardar o gado
À chuva e ao calor
Do mundo isolado
Sem ninguém me dar valor

Sem ninguém me dar valor
Sem ninguém me dar valia
Dia e noite ao rigor
Com meu cão por companhia

Com meu cão por companhia
Sozinho naquele deserto
Toda a noite e todo o dia
Só com o rebanho por perto

Só com o rebanho por perto
Envolto na solidão
Sem carinho nem afecto
Para consolar meu coração

Hoje sou velho reformado
Continuo sem valor
Até um dia ser chamado
Para dar contas ao Senhor

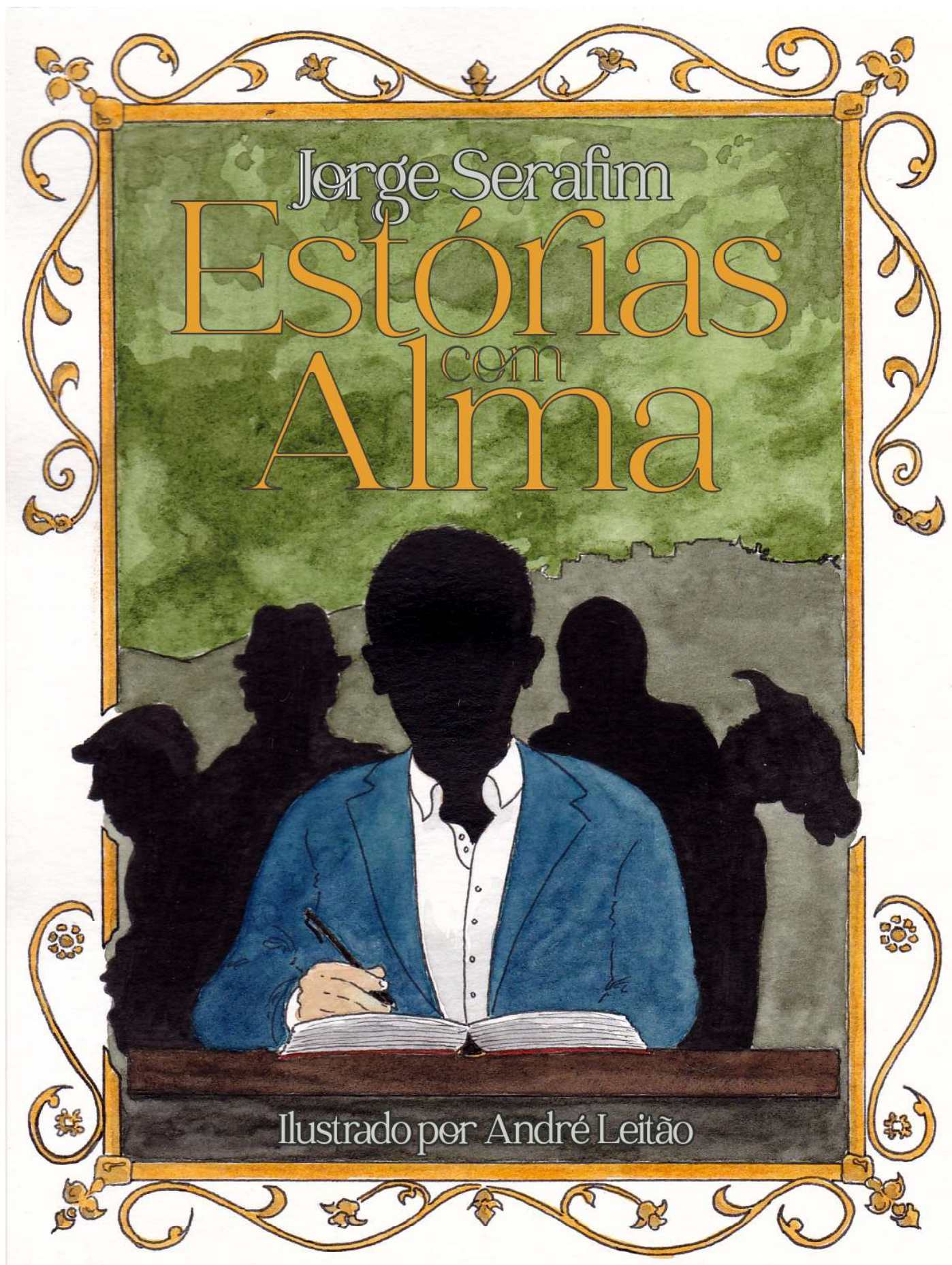
...de memória em memória criaram-se 25 histórias...

O Livro de Contos que editamos no final do nosso projeto Gerar Identidade é, para a equipa do Projeto, o produto que melhor caracteriza o desafio mais importante assumido desde o primeiro dia de atividades: saber ouvir e saber falar.

O Gerar Identidades, na sua atividade 2: “À conversa com...” dinamizou várias tertúlias, itinerantes, em diversas localidades do concelho de Arraiolos com vista a promover a partilha de experiências, vivências e memórias entre as pessoas idosas dessas localidades, como iniciativas de valorização de experiências de vida, conhecimento, tradições e um contribuindo efetivo para minimizar as fragilidades físicas e psicológicas sentidas pelo idoso. Nas várias iniciativas realizadas procurou-se estimular e surpreender esta população e acima de tudo promover a sua participação na construção das atividades que lhe são dirigidas, fazendo com que se desafiem a eles próprios, valorizem as suas opiniões e decisões e reforcem a sua autoestima. O Atelier do Conto realizado em 10 sessões diferentes, duas em cada localidade do concelho, com a participação de 76 idosos, permitiu concretizar todos estes objetivos e desígnios e muito mais. Jorge Serafim, um contador de histórias singular, ao aceitar o nosso desafio, tornou-se o responsável por todo o processo desenvolvido para a construção do livro e pela criatividade impressa no mesmo. A sua sabedoria e experiência na arte de contar e ouvir histórias foram instrumentos principais para tornar cada memória partilha pelos vários idosos e peças que ligadas fizeram existir as 25 histórias criadas. Ao Jorge Serafim associou-se de forma muito natural e espontânea o André Leitão, ilustrador que através das ilustrações realizadas para cada história, permitiu dar vida e cor a todas elas. Este contributo veio reforçar a importância deste livro e de cada história que o mesmo contém, na preservação dos saberes e da cultura

característica da nossa região e de modo muito particular, a existente no concelho de Arraiolos. Os ensinamentos desta experiência integram-se, na nossa perspetiva, naqueles que são os desafios locais na área da intervenção Social, no horizonte 2030, aprender a comunicar com as nossas tradições, comunicar entre gerações e fazer a passagem de conhecimento e tradições.





Transferência de Competências/ Ação Social – Uma Nova Realidade!

O Município de Arraiolos apresenta-nos o processo de transferência de competências no domínio da Ação Social, com destaque para o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social e o Rendimento Social de Inserção.

Na sequência da transferência de competências para os órgãos municipais e para as entidades intermunicipais, no domínio da Ação Social, o Município de Arraiolos passou a assumir o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS) e o Rendimento Social de Inserção (RSI), assumindo o papel de entidade responsável e coordenadora dos referidos serviços. A Câmara Municipal de Arraiolos celebrou protocolo de cooperação com a Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos, que já vinha a realizar este serviço com mérito, antes da efetivação de transferência de competências.

O Decreto-Lei n.º 55/2020 de 12 de agosto concretizou a transferência de competências em matéria de Ação Social e as Portarias n.º 63/2021 e n.º 65/2021, de 17 de março, asseguraram a regulamentação no que respeita à operacionalização, em matéria do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS) e o Rendimento Social de Inserção (RSI), respetivamente, de pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade e exclusão social.

A partir de 3 de abril de 2023, o Município de Arraiolos passou a coordenar as duas respostas sociais, através da celebração de protocolo de cooperação com uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) do concelho.

As novas competências têm duas dimensões fundamentais. Uma é a coordenação do atendimento, o acompanhamento e a atribuição de apoios pontuais e eventuais a pessoas em situação de vulnerabilidade, exclusão ou emergência social. A outra contempla a coordenação do Núcleo Local

de Inserção (NLI), que gere o Rendimento Social de Inserção (RSI), uma medida com o objetivo de proteger as pessoas e famílias que se encontrem em situação de pobreza e exclusão social.

Neste âmbito, a Câmara Municipal de Arraiolos, assumiu o serviço de atendimento e acompanhamento social (SAAS), diagnóstico técnico de acompanhamento e de atribuição de prestações pecuniárias de caráter eventual em situações de carência económica e de risco social e a celebração e acompanhamento dos contratos de inserção dos beneficiários do Rendimento Social de Inserção.

O Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social tem como principais objetivos:

- Informar, aconselhar e encaminhar para respostas, serviços ou prestações sociais adequadas a cada situação, em articulação com os competentes serviços e organismos da administração pública;
- Apoiar em situações de vulnerabilidade social;
- Prevenir situações de pobreza e de exclusão social;
- Contribuir para a aquisição e/ou fortalecimento das competências das pessoas e famílias, promovendo a sua autonomia e potenciando as redes de suporte familiar e social;
- Assegurar o acompanhamento social do percurso de inserção social;
- Mobilizar os recursos da comunidade adequados à progressiva autonomia pessoal, social e profissional.

O Rendimento Social de Inserção (RSI) é um apoio para indivíduos e famílias constituído por:

- Um contrato de inserção para os ajudar a integrar-se social e profissionalmente;
- Uma prestação em dinheiro para satisfação das suas necessidades básicas.

O pedido do Rendimento Social de Inserção continua a ser efetuado nos serviços de atendimento da Segurança Social.

Os beneficiários do Rendimento Social de Inserção celebram e assinam um contrato de inserção, do qual consta um conjunto de deveres e direitos, com vista à sua integração social e profissional. Ainda é prematuro avaliar o impacto desta transferência, mas a autarquia gostaria muito de acreditar que o processo de transferência

de competências configura uma oportunidade de reorganização de uma multiplicidade de serviços e interventores sociais em função das necessidades dos cidadãos, em prol da coesão e do desenvolvimento social. Mas, atendendo à diversidade dos problemas sociais que vão surgindo e ao montante financeiro transferido pelos órgãos centrais, tem em crer que não será fácil a referida gestão, por forma a fazer face a todas as necessidades.

Assim, aqui chegados e sem oportunidade de escolha, por certo realizaremos, como sempre, mais com menos, numa postura de convergência e com o foco de maximizar o bem estar na comunidade e principalmente nas famílias com maior vulnerabilidade, rumo às respostas sociais que todos pretendemos.



Câmara Municipal de Arraiolos



Santa Casa da Misericórdia de Arraiolos



Ficha do Projeto Gerar Identidades

Nome: Gerar Identidades

Execução: 1 de setembro de 2020 a 30 de setembro de 2023

Eixo de Intervenção do CLDS 4G: 3 - Promoção do envelhecimento ativo e apoio à população idosa

Destinatário: População idosa com mais de 65 anos e não institucionalizada

Entidade Coordenadora Local: Monte - ACE

Entidade Promotora: Município de Arraiolos

Parceiros não formais: Entidades que integram o Conselho Local de Ação Social de Arraiolos

Financiamento: 343.200,00 euros

Entidade Financiadora: Projeto Financiado pelo Instituto da Segurança Social, I.P., e pelo Programa Operacional de Inclusão Social e Emprego do Portugal 2020.

Resumo do Projeto:

Gerar Identidades, contribuiu para uma **cidadania positiva e inclusiva no que respeita ao envelhecimento populacional na região do Alentejo Central e reforçou a integração da população idosa no concelho de Arraiolos, com vista à promoção do envelhecimento ativo.**

Foram 7 as atividades realizadas, em três áreas que se complementam: o Programa Animar Senior com diversas Oficinas Socioculturais; a Recolha e partilha de memórias “À conversa com...”; Atividades entre Gerações; o Atelier da Memória, para a promoção do envelhecimento ativo e a autonomia das pessoas idosas; Sessões Informativas e de Co-construção de estratégias locais para o envelhecimento, como combate à solidão e ao isolamento e iniciativas de Voluntariado vocacionados para o trabalho com populações envelhecidas. A realização de forma descentralizada, nas várias localidades do concelho de Arraiolos, com o apoio dos parceiros e privilegiando a proximidade e a especificidade de cada local, permite reforçar os laços de afeto com a população idosa.



Vídeo com imagens e fotos das atividades do projeto e dos seus participantes



Plano Gerontológico Local para o Concelho de Arraiolos



Livro editado: Estórias com Alma



Folheto Informativo sobre
Prevenção de Quedas e
Acidentes na Terceira Idade



Folheto Informativo sobre
Alimentação Saudável na
Terceira Idade



Folheto Informativo sobre
Prevenção de Demência



Folheto Informativo sobre
Envelhecimento Ativo



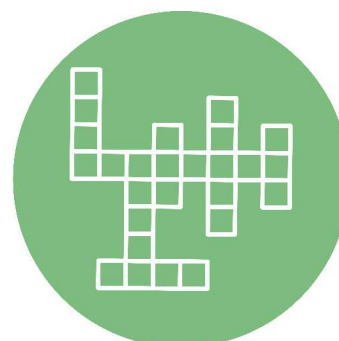
Calendário
Gerar Identidades
2022/2023



Exposição
Identidade Nossa



Performance Poética: Uma
Vida Inteira



Livro de Atividades de
Estímulo Cognition
6 Edições



Revista Gerar Identidades
3 Edições

