

Gente de lugar nenhum – reflexão sobre a animação sociocultural em contexto institucional para terceira idade

Alexandra M.^a Pereira Carneiro¹

RESUMO: As respostas sociais para terceira idade, nomeadamente os Lares, têm sido orientadas sobretudo para o cuidado geriátrico aos seus residentes, por vezes relegando para segundo plano outras necessidades e interesses que completam a existência afetiva e espiritual dessas pessoas. Como se pode posicionar a Animação Sociocultural quer no contexto interno de Lar, na resposta imediata aos residentes, quer (re)criando o Lar como instituição socioeducativa no contexto sociogeográfico? Pensar o envelhecimento não é tarefa apenas para os especialistas ou para os que estão mais perto de serem velhos; bem longe disso, deve ser cada vez mais um assunto do dia-a-dia, debatido nas escolas, no metro, à mesa das refeições com as crianças... Uma vez que envelhecer é o que nos acontece todos os dias e ser idoso é tão natural como ser jovem ou adulto, as inquietações não devem ser maiores do que as alegrias e as aprendizagens com os idosos das nossas vidas devem ser equivalentes às surpresas que as crianças das nossas vidas nos reservam.

ABSTRACT: Social responses to the elderly, including nursing homes, have been primarily oriented to geriatric care to residents, sometimes overshadowing other needs and interests of a complete emotional and spiritual existence. How should Socialcultural intervention be positioned either in the institutional context by giving immediate response to residents, either (re)creating elderly homes as pedagogic institutions in the sociogeographic context? To think about aging is not only for experts or for those who are closer to being old – far

¹ Professora do Ensino Secundário – Filosofia. Membro do Serviço de Apoio à Melhoria das Escolas da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa.

from it, should be increasingly a matter of everyday life, discussed in schools, in public transports, at lunch hour with one's children... As aging is what happens to us every day and being old is as natural as being young or adult, the concerns should not be greater than the joys, and learning with the elderly in our lives should give us as many surprises as the children in our lives reserve us.

Ser velho – como ser jovem – é plenamente humano.

Adalberto Dias de Carvalho

Introdução

No momento em que a “crise” decreta cortes no chamado “Estado Social”, coloca-se à reflexão qual o impacto que eles terão no exercício de gestão corrente das instituições particulares de solidariedade social. Se por um lado, o apoio a crianças e jovens está assegurado por técnicos especializados que cobrem todas as necessidades desta população, o mesmo poderá ser questionado no que diz respeito aos idosos institucionalizados – cujas necessidades socioculturais e educativas poderão ser relevadas para segundo plano, dando primazia, inquestionável, aos cuidados de saúde. Mas o que estamos a oferecer aos idosos? Um espaço de saúde e longevidade mas de onde a vida se ausenta? Que desafios se colocam a esse espaço do “Lar”, que deveria assegurar a existência em plenitude, mas onde todos somos muitas vezes confrontados com a antecâmara da morte? A Animação Socio-cultural continua a apresentar-se como uma aposta que nem todos estão dispostos a fazer, em nome da prevalência do paradigma geriátrico dos cuidados aos idosos...

1. Velhos são os trapos

É do conhecimento geral, quase senso comum: os *idosos* são um grupo populacional cada vez mais significativo dada a evolução demográfica do séc. XX e aquela que se prevê para o séc. XXI; em termos sociais, são cada vez mais *pesados*; todos nós temos de nos preocupar cada vez mais com a terceira idade, pois a esperança média de vida continua a aumentar (o que quer dizer que, um dia, vamos ser idosos durante

a maior parte das nossas vidas!); e é também do conhecimento geral que, felizmente, hoje Portugal já tem políticas sociais dirigidas a este grupo.

O que na verdade nos inquieta é saber o que é “ser velho”. Atentemos no discurso de uma criança de 6 anos para com a sua mãe de 40 anos: “Tantos anos que tens, mamã! Já és um bocadinho velha...!”; ou como alunos de 15 ou 16 anos se posicionam: “A minha mãe é mais nova que a Professora!” E como reagimos perante a notícia de que alguém que conhecemos, com 40 anos, vai ser avô?... Somos velhos aos 40 anos? Quando é que, afinal, começamos a ser *velhos*? Será quando nos reformamos? Isso quer dizer que só somos novos enquanto trabalhamos – mas o trabalho envelhece-nos! Será quando atingimos os 65 anos? E nos países onde a expectativa de vida é de 39 anos, como na Suazilândia (dados ONU, média para o período 2005-2010)? Na I Assembleia da ONU sobre o Envelhecimento (Viena, 1982) definiu-se que a população idosa dos países em desenvolvimento é aquela que tem 60 ou mais anos, e nos países desenvolvidos considera-se idoso a pessoa com idade a partir dos 65 anos.

Talvez os olhares dos alunos, tão novinhos, se devam ao conhecimento dos dados da evolução/previsão demográfica... Se pensarmos duas vezes, os *trapos* têm grande valor na nossa vida. Quem, em criança, não transformou um lençol em capa de super-herói ou manto de princesa, tenda de índios ou vestido de rainha? Os trapos vestiram a nossa imaginação, as nossas brincadeiras e fantasias; hoje, o que os trapos vestem representa socialmente o que somos ou o que pretendemos ser – mascaram o corpo, protegem a alma.

2. Envelhecer é, afinal, um processo ao longo da vida

Outra constatação do senso comum: todos os dias nascem e morrem pessoas – umas mais velhas, outras nem por isso. Estes factos acrescentam tempo às nossas vidas e, por isso, ficamos todos um pouco mais envelhecidos. Mais *pesa* o tempo se pensarmos na forma como socialmente o nosso país se desenvolveu e, enquanto sociedade, como interiorizamos formas de pensar e agir e as naturalizamos ao ponto de – subitamente – sermos confrontados com a sua heteronomia... Trabalhamos todos os dias com técnicos sociais, com estudantes que realizam formação em contexto de trabalho, com funcionários de

instituições sociopedagógicas que fazem parte do quotidiano pessoal de muitos homens e mulheres. Os seus papéis e funções estão de tal forma enraizados que se torna, por vezes, difícil valorizar o impacto social que a existência de bens e serviços criados e desenvolvidos no âmbito das políticas sociais de segunda e terceira geração tiveram na promoção local de bem-estar social. Em particular no que diz respeito à forma de apoio à terceira idade.

Em 1993, o Conselho da União Europeia assinalou o Ano Europeu dos Idosos e da Solidariedade entre as Gerações, tendo os Estados-membros assinado uma Declaração em que, entre outros aspetos, reconheceram a plena cidadania dos idosos na liberdade e na igualdade de direitos e deveres, em todos os domínios da vida em sociedade. Além disso, na Declaração constavam as seguintes intenções: promoção da integração social dos idosos, “permitindo-lhes que se manifestem na sociedade ao nível da vida familiar, política, cultural, recreativa e educativa, [bem como] fomentar o respeito da individualidade da pessoa idosa, o seu direito à vida privada e à integridade física, e promover a possibilidade de que a pessoa idosa assuma as suas responsabilidades”. (Declaração de Princípio do Conselho da União Europeia e dos Ministros dos Assuntos Sociais, dezembro de 1993, encerramento do Ano Europeu dos Idosos e da Solidariedade entre as Gerações²). Ainda durante a década de 90 do século XX, em 1999, celebrou-se o Ano internacional do Idoso, sob a égide das Nações Unidas. Portugal, como membro das organizações referidas, adotou medidas que acompanharam os movimentos internacionais que deram relevo ao fenómeno demográfico e social. Foi no início da década de 2000 que surgiu o “Plano Avô”, no âmbito do Programa de Apoio Integrado aos Idosos (PAII) que albergava sob esta curiosa e apropriada designação a intenção política de conhecer as condições em que viviam os cidadãos portugueses com mais de 65 anos (idade a partir da qual em Portugal se considera que as pessoas são *idosas*), nomeadamente as que residiam em Lares para terceira idade e as que usufruíam de outras respostas sociais como Centro de Dia. Genericamente, pretendia saber-se como é que as instituições vocacionadas para o atendimento a esta faixa etária desenvolviam os seus serviços através de um conjunto de medidas de identificação dos utentes das redes de apoio a

² Consultado em <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:41993X1221:PT:HTML>

idosos e das infraestruturas e respetivos equipamentos dos lares de idosos. Este quadro permitiu desenvolver um processo de certificação da qualidade das instituições prestadoras de serviços de apoio a idosos e simultaneamente apostar na formação de recursos humanos desenvolvidos. O Plano Avô é o guia interpretativo para aplicação da norma ISO DIS 9001:2000 a lares de idosos e faz parte das medidas políticas sociais de proteção a idosos, como o já referido Programa de Apoio Integrado aos Idosos (PAII), os Serviços de Apoio Domiciliário Integrado (SADI), as Unidades de Apoio Integrado (UAI), o Programa de Apoio à Iniciativa Privada Social, e debaixo de cuja jurisdição existem os lares, as residências, o sistema de acolhimento familiar de idosos, o acolhimento temporário de emergência para idosos, os centros de noite, os serviços de apoio domiciliário, os centros de dia...

Todas estas respostas sociais para pessoas idosas serão tão mais eficazes quanto contarem nos seus quadros de colaboradores com diferentes profissionais do trabalho social, contrariando a sobrevalorização das rotinas técnicas e clínicas e integrando práticas pedagógicas e culturais no seu quotidiano, enquanto parte das respostas sociais e culturais das instituições públicas e privadas ao envelhecimento ativo. Estamos agora, em 2012, a celebrar o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, conforme aprovado pelo Parlamento Europeu.

3. Lar, doce lar

E assim sendo, o que estamos a fazer para o nosso próprio envelhecimento ativo? Para o envelhecimento ativo dos que nos são próximos? E como é que o envelhecimento deve preocupar-nos? O envelhecimento faz emergir um conjunto de perceções, expectativas, sentimentos e comportamentos com diversas consequências ao nível da satisfação e do bem-estar psicológico, do relacionamento com os outros e dos hábitos de vida quotidiana (Fonseca, 2011). É precisamente ao nível da vida quotidiana que se nos colocam questões de *sobrevivência*...

Se há necessidade que todos temos e facilmente reconhecemos, velhos ou novos, é a de ter um lar. O tal “lar, doce lar” que é mais do que um teto e quatro paredes: é um *lugar*. Lugar, à maneira de Marc Augé, onde somos mais do que indivíduos, onde somos pessoas, onde pertencemos e temos quem nos pertença. O lugar, espaço-tempo de

todos os afetos e de todos os desejos, de todos os anseios e de todas as questões. O lugar, este secreto território sempre em mudança porque as pessoas que lá estão mudam, porque a pessoa que lá somos cresce... onde cada passo contém a memória do nosso passado e representa abertura para um futuro desejado; onde somos felizes só porque somos nós. E esta terna designação de lar transitou para as instituições de acolhimento residencial para idosos. Houve um tempo em que as instituições que recebiam velhos eram depósitos, verdadeiros armazéns humanos... os *asilos*. Os asilos eram locais brancos e frios, imaculados de limpeza... e de humanidade. A realidade dos Lares hoje é outra: são locais luminosos e agradáveis, igualmente imaculados de limpeza... e onde também há sorrisos porque o esforço é, agora, de humanizar o cuidado. Qual é o risco real que os idosos que dependem das instituições correm de verem as suas necessidades descuradas no que à humanidade diz respeito? É certo que os cuidados de saúde são importantes – mas a saúde é muito mais do que refeições, higiene e medicação. Quando formos nós os idosos, que cuidados desejaremos receber? Persiste teimosamente uma visão quase maniqueísta que nos obriga a olhar para a velhice à luz do paradigma da juventude, e como sabemos “As atitudes relativamente ao envelhecimento são o reflexo da sociedade em geral” (Palmeirão, 2003, 46). Como se a capacidade de andar depressa, estar de cócoras, chegar a uma prateleira mais alta, usar todas as articulações sem dores estivesse assegurado aos jovens e fosse um privilégio para toda a vida. Sabemos que há fatores físicos, psíquicos e biológicos que contribuem para o nosso bem-estar: rejeitar estilos de vida sedentários, regrar a alimentação, praticar exercício regularmente, manter atividades que nos deem prazer, conviver. Todos os dias ouvimos estes conselhos nos jornais, na televisão, nas revistas... Porque haveriam de mudar os conselhos quando muda a idade das pessoas? Ninguém pensa em pôr uma criança a correr a maratona... porque haveria de o fazer um velho? E se o velho o fizer, porque há de fazê-lo à velocidade do jovem? Todas as idades têm limites específicos e a questão está em procurar manter e estimular as potencialidades que temos, não ultrapassando a capacidade individual.

Mas de facto todos sabemos – novamente o senso comum! – que algumas coisas vão ficando pelo caminho ao mesmo tempo que vamos acrescentando outras àquilo que somos. Que importância é efetivamente dada aos fatores afetivos e espirituais? Que sentido tem uma vida vazia de conversas e de risos, de afetos e de emoções? Que

vida há onde não há sentido de vida? O ambiente familiar dos Lares é determinante e depende sobretudo das lideranças dos Lares (técnicas e outras); assim sendo, como é que essas lideranças fomentam ou criam condições para a participação na vida social (da instituição e fora dela)? Como são criados os encontros e a solidariedade intergeracional?

4. Animação: lugar aos idosos

Aprendia-se, na licenciatura em Filosofia, que há duas figuras iniludíveis quando se pensa o humano. Não o ser humano, ou o Homem ou a humanidade. O humano, esta condição, ao que sabemos, única no Universo. Essas figuras são Eros e Thanatos. Amor e Morte. Como duas pulsões, ao jeito freudiano, ou como dois espíritos, de inspiração nietzschiana, Eros e Thanatos estão presentes em todas as dimensões do nosso quotidiano, inflamando o nosso dia-a-dia rotineiro sem que deles demos conta... Eros anima e Thanatos impulsiona – movimentos próprios da alma. Alma, do latim *anima*, *animare*. A própria etimologia do conceito *animação* é por si mesma altamente esclarecedora. Centro de muitas questões, a alma é o que de mais íntimo temos. O lugar-eu, de todos o mais escondido e mais complexo, de onde brota todo o nosso ser. O que nos identifica como nada mais; o que nos faz ser. Esta é a essência da Animação Sociocultural.

Os Lares estão, hoje, obrigados a cumprir normas e regulamentos rigorosos com vista à prossecução de objectivos como “proporcionar serviços permanentes e adequados à satisfação das necessidades dos seus residentes” e “contribuir para o desenvolvimento normal do processo de envelhecimento e para evitar a sua degradação” (D. G. Acção Social, 1992, 1. Veja-se também Naciones Unidas, 2002, 2). Mas não só... Hoje em dia, a ação em torno da terceira idade passou para o espaço público e são vários os municípios com Planos Gerontológicos aprovados: Lisboa, Santarém, Castelo Branco, Santa Maria da Feira... O envelhecimento ativo, as dependências e segurança, capacitação e formação específica, surgem como grandes estratégias de intervenção que podem ser transversais a um projeto de animação sociocultural que ultrapasse a ocupação de tempos livres com atividades lúdicas. As atividades de caráter lúdico em contexto de Lar destinam-se a “manter as capacidades funcionais e cognitivas dos idosos, estimuladas

pela atividade física, mental e de expressão artística ou artesanal, nomeadamente, entretenimento e animação (festas, feiras, passeios), das quais se organizam registos, tais como álbuns de fotografias, vídeos, filmes e outros”. (Plano Avô, 2001, 40). Contudo, a denominação “lúdica” pode retirar às atividades o seu verdadeiro impacto ou induzir a uma leitura restrita quanto ao papel que podem desempenhar num processo de animação sociocultural que vise a promoção do envelhecimento ativo. A Animação Sociocultural enquanto forma de intervenção com grupos funciona como um elemento aglutinador, organizador, e, por isso, confere aos participantes do processo o conforto que só se consegue quando somos plena e autenticamente membros de uma determinada comunidade, de um determinado lugar. O que por vezes acontece sob a designação de animação sociocultural é a oferta que os Lares têm de atividades para as pessoas residentes, procurando proporcionar uma *ocupação lúdica* do tempo, numa linha de pensamento que corresponde ao binómio vida ativa/reforma. Ou seja, um idoso (independentemente da sua existência pré-65 anos) é considerado como um reformado, logo um não-ativo, e por isso o seu *tempo* é, genericamente, considerado *livre* (cfr. Elizasu Miguens: 2002, 165 e seguintes). Neste caso, a utilização do adjetivo *livre* pode ser tão pejorativa para o idoso quanto considerar uma mulher (ou homem) dona de casa como *alguém que não trabalha*. E as “atividades lúdicas” que alguns Lares se esforçam por oferecer resultam muitas vezes na infantilização dos seus residentes e não na efetiva (re)construção e (re)elaboração de projetos de vida, alterados pelo facto de o idoso deixar o seu lar (doce lar) para entrar num outro Lar... O Plano Avô, com mais de 10 anos de existência, continua atual ao alertar-nos para que as “necessidades têm vindo a alterar-se com o tempo, pelo que têm de estar de acordo com os padrões da vida actual. São elas: alojamento, alimentação, vestuário, higiene pessoal e do meio ambiente, cuidados de saúde, conforto, comunicação, participação, entretenimento, ocupação e ainda as do foro cultural e espiritual.” (2001, 17 e 18).

Então, de que forma é que a animação sociocultural tem sido orientada para as suas verdadeiras finalidades? A edificação de um lar não passa apenas pelas excelentes condições que hoje as instituições proporcionam – passa pelo estabelecimento de laços afetivos, pela preservação da identidade, da individualidade, pelo direito à diferença e à opinião. Há idosos que podem (e querem...) participar no funcionamento do Lar, tal como participavam no quotidiano das suas

casas; há idosos que desejam não se preocupar com nada e pretendem dedicar-se a formas de arte popular ou artesanato. E todos falam das famílias, e desculpam-nas sempre por serem ausentes. Como é que as famílias não estão presentes nos Lares? E onde está a animação sociocultural que tem também como responsabilidade manter o elo de ligação entre as famílias, o idoso e o Lar?

As sugestões de atividades para fazer nos Lares, nos centros de dia, com os idosos em geral, são de vária ordem e constam de vários artigos e livros sobre terceira idade (cfr. Bize, P.R. e Vallier, C., 1985; Soares, A. e Antunes, G., 2001; Elizasu Miguens, C., 2002; Zimerman, G.I., 2000; Lima, M., 2005, Jacob, L., 2007, entre outros...): passear sozinho ou em grupo, a pé ou em excursão; visitar locais de interesse; ler; jogar (cartas, dominó, loto...); praticar desporto; dedicar-se a artes, artesanato ou *bricolage*; organizar álbuns de fotografias, dançar, cantar, escrever poemas e rimas, teatro... Inventem-se novas atividades! Em que lugar estão os idosos, já que a maior parte das vezes não têm voz ativa na determinação das atividades a realizar? Que lugar é este em que a animação é como pronto-a-vestir?

A animação, conforme nos diz Maria Ballesta Gérman (1993, 37), deve posicionar-se como um projeto de intervenção capaz de estimular a iniciativa numa determinado grupo com vista ao seu desenvolvimento sociocultural. Por isso, a animação sociocultural (também no seu uso como estratégia de motivação de intervenção para a Pedagogia Social) é mais, é muito mais do que dela tem sido feito. A enorme boa vontade e empenho dos técnicos e auxiliares tem colmatado muitos vazios, sobretudo no que diz respeito à construção de afetos que a animação envolve e que deveria passar sobretudo por estabelecer um clima de escuta ativa, confiança e valorização do idoso.

5. Mas os velhos, Senhor, porque lhes dais tanta dor?!... Porque padecem assim?!...

Augusto Gil perdoará a paráfrase do seu verso, mas é talvez altura de falar um pouco dos velhos. No caso das árvores, perde-se de vista a floresta; no caso da terceira idade, talvez aconteça o contrário. Os velhos (sim, chamados por esta palavra que nos ofende mais a nós que a eles!), esses depositários da memória coletiva em episódios únicos e irrepetíveis (cfr. Naciones Unidas, 2002: 3). Experimentem convidar

um velho a falar da sua vida e verão quão facilmente o tempo voa nas asas das aventuras e desventuras de uma época tão longe e tão perto. Os velhos não são “desgraçadinhos”, nem “antiquados”. São e sentem o mesmo que todos nós: nostalgia de um tempo passado – seja o dia anterior, o ano que findou, uma década atrás... Todos nós gostamos de falar das nossas vidas – as roupas que vestimos nos anos 80, as músicas que ouvimos, os filmes que vimos, as festas que fizemos na garagem, as escapadelas para as discotecas... Não é preciso chegar a velho para ter prazer em recordar! Ser velho, tal como ser criança ou jovem, é ser-se especial. Será natural a evolução das mentalidades nesta direção. Durante vários anos o *Jornal de Notícias* tituló uma secção como Sénior; o conteúdo dessa secção interessava a todos e não apenas aos idosos – que impacto teve esta decisão editorial na mudança de mentalidades (sabendo nós que este diário é um dos mais lidos em Portugal)? Outras publicações (entretanto descontinuadas) revelam o esforço desta transformação, como foi o caso da revista trimestral do Montepio Geral e a sua secção Montepio Sénior e a revista *Sénior Fórum Magazine* (lançada em 2004) e a revista gratuita *Idade Maior* (lançada em 2005 e relançada em 2007), um projeto editorial da farmacêutica Pfizer com a Faculdade de Motricidade Humana de Lisboa e a Direção-Geral de Saúde. *Idade Maior* é também o nome do portal Sapo que pretende ser uma “publicação de informação geral, independente, pluralista e multimédia acessível na World Wide Web através dos endereços www.idademaior.com e www.idademaior.sapo.pt” (in http://idademaior.sapo.pt/_nao_editorial/estatuto-editorial/ consultado em 28/12/2011). Também na rede social Facebook existem várias páginas em língua portuguesa dedicadas à terceira idade – umas, dinamizadas por técnicos interessados no tema; outras, por pessoas idosas.

O que diz isto sobre os idosos? Que são pessoas. Que são como todas as pessoas. Que, tendo oportunidade, farão tudo aquilo que querem fazer – importa perguntar-lhes e, sobretudo, dar-lhes tempo para responder.

6. Quando deixamos de ser jovens?

A cada ano letivo, as turmas de finalistas repetem os sorrisos misturados com as despedidas e as promessas, os mesmos abraços aos pais e familiares orgulhosos, as mesmas lágrimas já saudosas dos tempos de

estudante... os gestos revelam as suas dores de crescimento, angústias e dúvidas sobre o futuro. Alguns ainda adolescentes, outros jovens adultos, sempre diferentes nas suas vivências, na alegria com que falam do seu percurso, de como contam as aventuras nos corredores da Escola ou da Universidade. Afinal, os finalistas são velhos de uma vida inteira, ao mesmo tempo que neles vemos a personificação do futuro. Diz-nos Fonseca (2006) que envelhecer pode constituir, à semelhança de qualquer outra etapa da vida humana, uma oportunidade de bem-estar e de felicidade; por isso, quanto aos idosos, aceitemos não apenas o direito ao seu passado, reconheçamos o seu direito ao futuro.

7. O meu tempo é este

A sociedade é de todas as idades e todas as idades nos exigem a capacidade de ser social. E não falamos só de cidadania e de participação. Mas também é disso que se trata. Fala-se de sermos mais educados. De termos melhores escolas e melhores famílias. De construirmos cidades melhores e otimizarmos os transportes públicos e plantarmos mais espaços verdes e... de estabelecermos a sociedade educativa. Esta é a esperança, este é o projeto. É o que quero para os filhos que ainda não nasceram e para os filhos desses filhos que hão de ser. Esse tempo futuro que antecipamos e que ainda não existe, onde nos vemos como outro que ainda não é. É outro-eu que está em nós e que há de ser: velho. Este é o nosso presente porque nele existimos agora e é nosso porque nele vivemos a antecipação. Nosso também porque são estes os olhos que olham em frente. E à nossa frente não está só o futuro onde seremos idosos; está este presente onde estão os nossos idosos. Possamos aprender a querer para eles o que queremos hoje para nós: é também seu este tempo. Por isso fazer políticas sociais para a terceira idade é um assunto delicado. Quem elabora as políticas está perto dos idosos, trabalha com os idosos, conhece bem os idosos... mas não é idoso! Ou seja, as políticas são construídas com base numa diferença que é, à partida, excluída. Quem são os idosos que participam nas decisões institucionais face aos cortes orçamentais? Quem são os idosos que participam nos grupos de trabalho? Não podemos fazer da terceira idade um *não-lugar*. Quando eu for velha, quero ainda ser eu.

Nota da autora: Temo, justificadamente, que aquilo que escrevi seja um conjunto de lugares-comuns e ideias feitas que emanam do bom

senso (e do senso comum!). Mas o facto de ter lecionado na área científica da Pedagogia Social, de ser Diretora de Curso Profissional de Animador Sociocultural, de ter acompanhado e acompanhar os alunos nos seus Estágios e Formação em Contexto de Trabalho e da minha experiência de vida com os meus idosos, permitiu-me contactar com realidades institucionais diversas, bem como com as dificuldades da vida real. Que se saiba que este esforço foi o de pôr em perspetiva o meu próprio percurso de aprendizagem sobre a terceira idade e dar conta das maravilhas (e de algumas tristezas...) que tenho descoberto – e que estiveram sempre ao alcance do meu olhar

À imensa vida da minha mãe,

à sua luminosa pele branca e imaculada coroada por um sorriso inabalável.

À memória do meu pai,

orgulhosamente velho, nunca cedeu a mitos e ideias feitas.

À coragem dos dois:

depois de dois filhos crescidos, ainda foram pais tardios.

Referências bibliográficas

- Ander-Egg, E. (2009). Como envelhecer sem ser velho: a Animação Sociocultural como meio de dar anos à vida e vida aos anos. In J. Pereira e M. Lopes (Coords.) *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Amarante: Intervenção.
- Ballesta Gérman, M. (1993). Educación para el ocio y el tiempo libre: una faceta más de la educación de adultos. *Pedagogía Social: Revista Interuniversitaria*, n.º 8. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Bize, P., Vallier, C. (1985). *Uma vida nova: a terceira idade*. Lisboa: Verbo.
- Elizasu Miguens, C. (2002). *La Animación con personas mayores*. Madrid: Editorial CCS.
- Fonseca, A. (2006). *O Envelhecimento – Uma Abordagem Psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Fonseca, A. (2011). *Reforma e Reformados*. Coimbra: Almedina.
- Grupo de Trabalho (1992). *Lar para Idosos: uma perspectiva actualizada*. Lisboa: Direcção Geral da Acção Social.
- Jacob, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar
- Lima, M. (2005). *Posso participar? Actividades de desenvolvimento pessoal para idosos*.
- Naciones Unidas (2002). *Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento*. Nueva York: Naciones Unidas.

- Palmeirão, C. (2007). O esforço do nosso tempo... *Cadernos de Pedagogia Social*, n.º 1, Ano I, Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Palmeirão, C. (2008). A Educação Intergeracional no Horizonte da Educação Social: compromisso do nosso tempo. *Cadernos de Pedagogia Social*, n.º 2, Ano II, Lisboa: Universidade Católica Editora.
- Soares, A., Antunes, G. (2001). *Plano Avô*. Lisboa: Ministério do Trabalho e da Solidariedade e Ministério da Economia /Instituto Português da Qualidade. (disponível em http://www2.seg-social.pt/preview_documentos.asp?r=7306&m=PDF)
- Zimerman, G. (2000). *Velhice – Aspectos Biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed.
- _____ (2002). Homo Donator versus Homo oeconomicus. In Paulo Henrique Martins (Org.), *A Dádiva entre os Modernos, discussão sobre os fundamentos e as regras do social* (pp. 63-97). Petrópolis: Editora Vozes.
- Henaff, M. (2002). *Le prix de la vérité. Le don, l'argent, la philosophie*. Paris: Seuil.
- Ricoeur, P. (2006). *Percurso do Reconhecimento*. São Paulo: Edições Loyola.