



Inês Nazaré Luís

Relatório de Mestrado

A importância da memória e da animação
no envelhecimento ativo

Mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo

Dissertação orientada pelo Professor Doutor Ricardo Vieira

Leiria, 30 de Maio de 2013



O júri

Presidente

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Doutor/a _____

Agradecimentos

Dedico este trabalho à minha mãe, que ficará para sempre na minha memória e no meu coração, e que apesar da sua condição, durante o meu tempo de investigação e o seu de luta, desde o início me incentivou a lutar por aquilo em que acredito, com a sua frase: "tudo se faz", transmitindo a segurança e amor que só uma mãe sabe dar.

À minha irmã e ao meu irmão que me ajudaram num dos caminhos que percorri. À minha família dos 'Moleiros' porque se não fosse esta maravilhosa 'praça da alegria' de apoio seria difícil chegar ao final deste caminho.

A toda a dedicação que o Professor Doutor Ricardo Vieira, que sempre se mostrou disponível e me transmitiu toda a energia, segurança e confiança ao longo deste caminho.

À Helena Chamorro, Ana Barroseiro e ao Tó, os meus colos nestes dois anos. À Ana Fialho e Ângela Anfilóquio que deram um pouco do seu tempo na análise de toda a dissertação.

Como não pode deixar de ser, à dona Glória, dona Lurdes e dona Mena, que sempre me disponibilizaram tempo do seu tempo para partilhar as suas memórias e histórias de toda uma vida.

Às minhas colegas e colega de mestrado, com quem tive o prazer de partilhar este caminho.

Resumo

Segundo Óscar Ribeiro, o envelhecimento enfatiza a importância de as pessoas perceberem o seu potencial para promover o seu bem-estar e, sobretudo, a sua qualidade de vida (Ribeiro & Paúl, 2011, p. 2). A qualidade de vida é um processo complexo e abstrato que contém vários critérios biológicos, sociais e psicológicos que devem estar em equilíbrio entre si e com o meio ambiente (Serafim, 2007) e se devem ligar a um projeto de vida (Vieira, 2012a). É importante que a pessoa idosa seja ativa nesta etapa e tenha uma participação constante, contribuindo, assim, para o seu desenvolvimento pessoal e comunitário. Neste âmbito surge a animação sociocultural, conceito que exploraremos particularmente, distinguindo-o do da animação cultural clássica, em que o animador possui conhecimentos de formação cultural mas não está tão preocupado com a promoção do convívio e das relações interpessoais (Lopes, 2011).

Como poderá então o animador contribuir para o desenvolvimento da pessoa idosa e da comunidade e vice-versa? As histórias de vida são um caminho que o animador sociocultural poderá utilizar para intervir e promover o desenvolvimento comunitário numa forma humana, isto é, com sentido para os animandos. A pessoa tem de tomar a seu cargo o seu próprio projeto, se quer estar ativa. Assim, ter um projeto comunitário, ao domingo, que é reunir-se com os outros, é abraçar um projeto social que é, simultaneamente, um projeto de animação e de envelhecimento ativo. Assim sendo, aliar a animação sociocultural e ao desenvolvimento do património cultural e imaterial poderá permitir que as pessoas idosas valorizem a sua memória e identidade, sentindo-se úteis e ativas (Neri, 2001). Neste sentido, a animação sociocultural “situa o idoso num contexto comunitário amplo e diversificado, em que o sentido de «animar» se identifica com «dar vida social»” (Pinto, 2007, p. 65), contribuindo, assim, para o seu envelhecimento ativo.

Palavras Chave: Envelhecimento ativo, Património Cultural, Animação Sociocultural, Histórias de vida, Memória.

Abstract

According to Óscar Ribeiro, aging emphasizes the importance of people recognizing their own potential to promote their well-being and, above all, their quality of life (Ribeiro, 2011: 2). Quality of life is a complex and abstract process that contains biological, social and psychological criteria that must strike a balance between themselves and the surrounding environment (Serafim 2007) while connecting to a life project (Vieira, 2012 a). It's important for the elderly to be active in this stage and to maintain a constant participation, thus contributing for their personal and communitarian development. Sociocultural animation arises from this context, a concept that will be particularly explored, distinguishing it from the classic cultural animation, in which the animator is knowledgeable of cultural education but lacks the concern to promote social and interpersonal relationships (Lopes, 2011).

How can an animator contribute to the development of the elderly towards the community and vice-versa? Life stories are a means the sociocultural animator can use to intervene and promote the community development in a human, meaningful way. The individual must take his own project upon himself, if he wants to be active. This way, having a communitarian project, on Sundays, to get together with others, is to embrace a social project that is simultaneously an animation and active aging project. Therefore, allying sociocultural animation with the cultural and immaterial patrimony development, will allow the elderly to value his memory and identity, making him feel useful and active (Neri, 2001). In this sense, sociocultural animation “situates the elderly in an ample and diverse communitarian context, where the meaning of <<animating>> identifies itself with <<giving social life>>” (Pinto, *et al*, 2007: 65), thus promoting active aging.

Keywords: Active Ageing, Cultural Heritage, Animation, Life Stories, Memory.

Índice

Introdução.....	1
A problemática.....	1
O caminho	3
A metodologia	6
A estrutura	10
Capítulo 1	11
Envelhecimento ativo, ânimo e memória: revisão da literatura	11
O Envelhecimento.....	11
Envelhecimento ativo e Qualidade de vida	15
Memória	18
Animação Sociocultural	23
Património	27
Desenvolvimento Comunitário	30
Capítulo 2	33
“Era uma vez”	33
Capítulo 3	46
Idosos, Memórias, Animação e Envelhecimento Ativo:.....	46
O tratamento dos dados.....	46
Relação com a Fonte Mariana	52
Evolução da Associação.....	56
Desenvolvimento comunitário.....	58
Encontro entre gerações	60
Relação da Fonte com o Envelhecimento ativo.....	62
Conclusão	66
Bibliografia.....	69
Webgrafia	73
Fontes	73
Fontes Oraís.....	74
Apêndices	75
Apêndice 1 - Caraterização Social e Familiar das Entrevistadas	
Apêndice 2 - Guião da primeira entrevista	
Apêndice 3 - Análise das primeiras entrevistas	
Apêndice 4 - Guião da segunda entrevista: <i>Focus Group</i>	
Apêndice 5 - Análise da segunda entrevista	



Índice de Figuras

Figura 1 – Elementos presentes em qualquer processo de intervenção social. Fonte: Hermano Carmo (2007).....	23
Figura 2 – Mapa de parte da freguesia da Benedita.....	34
Figura 3 – Fonte Mariana.....	43
Figura 4 – Edifício da Associação Amigos Fonte Mariana.....	56

Introdução

Ao longo dos dois primeiros semestres do “Mestrado em Intervenção para um Envelhecimento Ativo”, tentei procurar qual o melhor caminho a seguir depois de recolher toda a bagagem teórica. No início do terceiro semestre, colocaram-me três caminhos possíveis a percorrer: a organização de um projeto, fazer um estágio ou desenvolver uma dissertação de mestrado. Desta encruzilhada escolhi o caminho da dissertação. A escolha do tema foi simples. Desde sempre, gostei muito, enquanto animadora, de explorar as tradições, as memórias que estão bem guardadas em cada pessoa idosa e, sobretudo, de aprender e continuar com hábitos e rituais antigos, ou até mesmo reinventar essas tradições.

Ao desenvolver esta ideia, escolhi como tema/título da minha dissertação: “A importância da memória e da animação no envelhecimento ativo”. Neste documento, pretendo desenvolver e perceber de que forma a importância da memória, em pessoas com mais de 70 anos, pode promover o seu próprio envelhecimento ativo e, particularmente, saber qual a importância da animação sociocultural na valorização dessa memória.

Ao longo desta dissertação serão enunciados os postulados sobre o envelhecimento ativo, quer nesta introdução, quer no capítulo 1, sobre a animação, não apenas enquanto técnica mas enquanto processo de envolvimento e de criação de projetos pessoais e sociais, sobre a importância da memória na identidade dos idosos e sobre a valorização do património material e imaterial como promotor de envelhecimento ativo. Apresento agora o problema central desta investigação.

A problemática

Entendo que promover o envelhecimento ativo é buscar caminhos para a pessoa querer viver mais, mas com qualidade de vida e envolvimento comunitário. Neste sentido, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define, em 2002, envelhecimento ativo como um “processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança para melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem” (OMS, 2002, p. 12). Isto implica contar com as pessoas na promoção do seu próprio envelhecimento ativo. O papel do animador ou mesmo do educador social não é propriamente usar técnicas de diversão mas antes, promover o “*empowerment*” dessas pessoas recorrendo a estratégias diversas.

Enquanto animadora sociocultural, formada na Escola Superior de Educação de Beja, pertencente ao Instituto Politécnico de Beja, sempre procurei não cair no paradigma do animador enquanto artista capaz de divertir o público animando. A este propósito, Ventosa (1993) afirma que a animação cultural tenta “fazer chegar, da forma mais ampla possível, a todas as pessoas os bens culturais” (Lopes, 2011, p. 188). Em Portugal, revejo-me nas perspetivas deste autor e, em França, de Trilla (2004), que defendem que a animação, além de cultural tem de ser social para envolver as pessoas e as populações, juntamente com o animador, na própria animação. Trilla (2004) define animação como um

“conjunto de acções realizadas por indivíduos, grupos ou instituições numa comunidade (ou num sector da mesma) e dentro do âmbito de um território concreto, com o objectivo principal de promover, nos seus membros, uma atitude de participação activa no processo do seu próprio desenvolvimento quer social quer cultural”. (p. 26).

Na mesma linha, um dos grandes pensadores nesta área e consultor das Nações Unidas em planificação nacional e local e da UNESCO em política local e animação sociocultural, Ezequiel Ander-Egg, (1999), no seu livro intitulado “*O léxico do animador*” afirma que a animação “não tem tanto a finalidade de espalhar cultura – isto também o faz -, senão a de promover um contacto de práticas e de actividades destinadas a gerar os processos da participação cultural no maior número possível de pessoas” (p. 12).

Assim sendo, aliar a animação sociocultural e ao desenvolvimento do património cultural material e imaterial poderá permitir que as pessoas idosas valorizem a sua memória e identidade. Importa salientar que o conceito de património, na sociedade, é relativamente recente. Na Conferência Mundial Sobre Políticas Culturais, em 1985, organizada pelo Conselho Internacional de Monumentos e Sítios (ICOMOS), foi criada uma definição mais abrangente de património cultural. Segundo esta conferência o:

“Património Cultural de um povo compreende as obras dos seus artistas, arquitectos, músicos, escritores e sábios, assim como as criações anónimas surgidas da alma popular e o conjunto de valores que dão sentido à vida, ou seja, as obras materiais e não materiais que expressam a criatividade desse povo: a língua, as crenças, os lugares e monumentos históricos, a cultura, as obras e os arquivos e bibliotecas” (Fontes, 2011, p. 203).

É através de lugares, de marcas, inscrições que vão sendo evocadas memórias que o ancião, segundo Bosi (1994):

“desempenha uma função para a qual está maduro, a religiosa função de unir o começo ao fim, de tranquilizar as águas revoltas do presente alargando suas margens: [...] Ele, nas tribos antigas, tem um lugar de honra como guardião do tesouro espiritual da comunidade, a tradição” (p. 82).

Sanches-Justo e Vasconcelos, citados por Bezerra e Lebedeff, numa oficina de fotografia desenvolvida com idosos perceberam que “as pesquisas com memórias, além de valorizarem o idoso como detentor de experiência e conhecimento devem, [...] impulsionar à percepção de si e da própria história como um percurso que não se finda aqui e agora, mas que continua no futuro” (Bezerra & Lebedeff, 2012, p. 1294).

Contudo, será este o papel, de ancião, que a sociedade atribui ao idoso? De que forma é que a memória poderá promover o envelhecimento ativo? Poderá a animação ajudar neste desenvolvimento pessoal e social? Qual é a ligação que existe entre património cultural e a história de vida da pessoa idosa? Estas foram as questões, entre outras, que ao longo das pesquisas bibliográficas me foram inquietando. Questões estas, entre outras, que tento responder, ao longo de todo o documento. Esta inquietação permanente, que mantive, ajudou-me a aprofundar ainda mais os conceitos e perceber que nesta área do envelhecimento ativo ainda existe muito caminho a trilhar e para abrir.

O caminho

Enquanto animadora de uma comunidade rural pertencente à freguesia da Benedita, concelho de Alcobaça, distrito de Leiria, fui percebendo a importância para as mulheres, com quem trabalhava, do ritual domingueiro à volta de uma fonte, de seu nome Fonte Mariana, que promovia o encontro entre gerações e de pessoas, essencialmente com mais de 70 anos. Fui percebendo a importância que este ritual reveste para o seu projeto de vida (Vieira, Gomes, Rocha, Mendes, & Soares, 2009) e para a sua própria auto animação e desenvolvimento comunitário. Como afirma Baptista, a “comunidade é o lugar humano onde se aprende a ser próximo do próximo. Um lugar feito de vizinhanças e de histórias comuns” (Baptista, 2006, p. 245). O ritual domingueiro atrás apontado constitui, justamente, um lugar físico e um lugar social, associado a memórias e a patrimónios comunitários vividos que pretendo estudar enquanto forma de construção da convivência que é, por si só, uma forma de animação e de envelhecimento ativo. Este ritual domingueiro consiste, resumidamente, no fabrico de fritos tradicionais da terra e posterior venda aos visitantes desta fonte que está ligada a uma associação – Associação Amigos Fonte Mariana. São estes dois elementos, fundamentais para o desenvolvimento da dissertação, que serão caracterizados nos próximos capítulos.

No acompanhamento destas atividades de animação, durante o mestrado, na parte curricular e no âmbito da própria disciplina de investigação, foram-se levantadas as primeiras dúvidas, se a minha tese iria por um caminho de investigação ação ou por um caminho de investigação mais clássica. A observação participante, que fiz enquanto animadora, permitiu-me ver que a comemoração deste ritual ao domingo, era essencialmente organizado por mulheres com mais de 70 anos.

Como diz o poeta António Machado, “o caminho faz-se caminhando...”. À medida que fui interagindo com as senhoras que são o universo de estudo desta dissertação, fui percebendo que estava a ficar envolvida num processo mais de trabalho de projeto do que de investigação-ação como admitira no início, em que as metodologias diversas iam emergindo como necessidades complementares. Citando Paul Thompson (2002), autor clássico da história oral,

“a história oral ajusta-se particularmente bem ao trabalho por projeto. Isso porque a natureza essencial do método é, ela mesma, criativa e cooperativa. [...]. O trabalho de campo, para ser bem sucedido, exige habilidades humanas e sociais ao trabalhar com os informantes, tanto quanto conhecimento profissional [...]. Os projetos de história oral podem ter lugar em muitos contextos diferentes, sob a forma de empreendimentos individuais ou em grupo” (p. 217).

No ato da investigação, fui percebendo que estava a ser animadora e que estava a (re)desenhar o projeto e, provavelmente, a tese seria mais rica se trabalhasse apenas com alguns casos e não com todas as mulheres da aldeia, ou com uma amostra representativa das mulheres. Fui-me identificando mais com os estudos de caso e com o trabalho mais compreensivo do que propriamente com o método estatístico, ou com as metodologias explicativas pois, o estudo de caso, proporciona ao investigador “uma oportunidade para estudar, e uma forma mais ou menos aprofundada, um determinado aspecto de um problema em pouco tempo” (Bell, 2010, p. 23), segundo Yin, o estudo de caso, “é uma investigação empírica que investiga um fenómeno e o contexto não são bem definidas ... (e)... em que múltiplas fontes de evidencia são usadas” (Yin, 1994, citado por Coutinho, 2011, p. 294). No âmbito deste trabalho de investigação, fui assumindo cada vez com mais convicção, uma investigação de cariz etnográfico dado que este método permite, ao investigador, partilhar as experiências dos indivíduos que constituem o objeto de estudo (Bell, 2010), segundo esta autora a abordagem etnográfica já não se limita aos estudos antropológicos tendo sido eficazmente em estudos de pequenos grupos, daí ter selecionado três mulheres, com mais de 70 anos, que há mais de 20 anos se encontram, ao domingo, junto de uma associação que

creceu em volta de uma fonte, com a finalidade de fazerem voluntariado e construírem um encontro de gerações e de memórias.

No âmbito da observação direta participante, desenvolvida inicialmente, percebi que estas três mulheres, que mais se aplicavam na organização regular, estão ligadas, ao espaço da fonte, desde tenra idade. Eis a forma de construir o meu universo de estudo. A amostra não se constituiu por acaso. A amostra teve em conta, como afirma Guerra, citando Pires, as “características específicas que o investigador quer pesquisar” (Gerra, 2006, p. 43), segundo este autor existem dois tipos de amostragem no método qualitativo: a amostragem por caso único e a amostragem por caso múltiplo. A investigação que aqui apresento insere-se na amostragem por caso único; nela a amostra não é representativa, contudo esta situação é adequada “a uma descrição em profundidade, dando lugar ao detalhe, à procura de sentidos escondidos, e abrindo pistas para exploração futura” (*Ibidem*), por homogeneização (*Idem*), mas somente um universo capaz de dar conta da importância desta atividade dominical das mulheres com mais de 70 anos de uma forma mais intensiva e aprofundada, pois pretendo “preservar e compreender o caso no seu todo e na sua unicidade” (Coutinho, 2011, p. 293).

Simultaneamente à escolha da amostra e do local, surgiram, quase de forma espontânea, os objetivos de investigação. Apesar de já ter uma ideia do caminho que queria seguir, os objetivos de investigação foram os grandes vetores de orientação e, para que não houvesse a possibilidade de me perder neste caminho tão vasto, que é o paradigma do envelhecimento ativo, da memória e da animação sociocultural, tive-os sempre de perto, quer na análise dos dados quer na conclusão da dissertação. Os objetivos iniciais a que me propus aprofundar foram os seguintes: conhecer os modos de vida de idosos de uma comunidade rural, com mais de 70 anos, e o valor atribuído ao património cultural; perceber de que forma as histórias de vida dos idosos estão relacionados com o desenvolvimento comunitário e a promoção de bem-estar e qualidade de vida subjetivo; compreender os projetos de vida desta população e o seu contributo para o desenvolvimento comunitário; entender de que maneira a animação sociocultural pode intervir numa comunidade usando o seu património cultural como estratégia de envelhecimento ativo.

Ao longo deste tempo de aprendizagem, particularmente nos dois primeiros semestres do mestrado, pude perceber quanto complexo é a “implementação” do envelhecimento ativo na terceira idade. Este conceito poderá ser simplificado se for diretamente ligado à qualidade de vida e bem-estar, que de acordo com Filomena Serafim (2007)

“a qualidade de vida, decorrente do bem-estar, representa um estado de equilíbrio entre o ambiente que rodeia o idoso, o seu meio interno e todos os outros fenómenos pessoais que lhe permitam dedicar-se a um nível normal de atividades físicas, mentais e sociais” (p. 134).

Ambos os conceitos, como afirma a autora, na sua tese de mestrado sobre a promoção do bem estar global na população sénior, são subjetivos dependendo de inúmeros fatores da vida da pessoa idosa.

Neste contexto, para Neri (2001), é importante compreender que a qualidade de vida é um fenómeno com várias faces e que as características que influenciam a boa qualidade de vida, na velhice, possuem como referência critérios biológicos, sociais e psicológicos aplicados às relações atuais, anteriores e futuras, de indivíduos, grupos e sociedades, com o ambiente físico social. Assim sendo, aliar a animação sociocultural e ao desenvolvimento do património cultural material e imaterial poderá permitir que as pessoas idosas valorizem a sua memória e identidade. Voltamos a frisar que a pessoa tem de tomar a seu cargo o seu próprio projeto se quer estar ativa. Assim, ter um projeto comunitário, ao domingo, que é reunir-se com os outros, é abraçar um projeto social que é simultaneamente, um projeto de animação.

O aprofundar de conversas, à volta da importância deste ritual através de entrevista aprofundadas de carácter biográfico, é uma forma de, enquanto investigadora, me tornar promotora de animação para as pessoas porque assim se contam e falam de si e da importância dos seus atos. Desta forma, a primeira etapa de investigação, que corresponde às entrevistas (Vieira, 2003, 1999) com estas três senhoras, é ela própria uma recolha de conhecimento e de informação, mas também, e simultaneamente, uma atividade de promoção do ânimo e do próprio envelhecimento ativo, na medida em que a pessoa está desejosa para que chegue o domingo para reativar a animação e para falar com o investigador e voltar a contar mais coisas.

A metodologia

Decorrente do enunciado no ponto anterior, a metodologia aqui usada é plurifacetada, tendo sempre como fio condutor o estudo de caso que

“geralmente considerados estudos qualitativos, podem combinar uma grande variedade de métodos, incluindo técnicas quantitativas. Há que seleccionar métodos porque são estes que fornecem a informação de que necessita para fazer uma pesquisa integral. Há que decidir quais os métodos que melhor servem determinados fins e depois, conceber os instrumentos de recolha de informação mais apropriados para o fazer” (Bell, 2010, p. 95).

A investigação desenvolvida conteve vários momentos de recolha de dados. Em primeiro lugar, recorri à observação participativa, tendo como finalidade conhecer melhor os sujeitos e animandos que vim a estudar, simultaneamente desenvolvia práticas de animação, indo de encontro ao que é defendido por Judith Bell (2010): “o investigador tem de ser aceite pelos indivíduos ou pelos grupos em estudo, o que pode significar que tem de fazer mesmo trabalho, ou viver no mesmo ambiente e condições que eles durante períodos longos” (p. 25). O trabalho que tenho desenvolvido, como animadora, na comunidade, e a observação participante que foi realizada no decorrer da investigação, tornaram-se elementos fundamentais na relação entre investigado e investigador.

No segundo momento de investigação, tiveram lugar as entrevistas exploratórias, baseadas e fundamentadas pela pesquisa bibliográfica, de natureza etnobiográficas (Vieira, 2003, 2008, 2012b). Nestas, as entrevistadas, que são tratadas pelo seu nome próprio – dona Mena, dona Glória e dona Lurdes, neste momento, promoveram o conhecimento de si, a própria animação pessoal coletiva e o próprio envelhecimento ativo. Neste método narrativo, as idosas desenvolveram uma “reflexão autobiográfica, uma história real ou a inclusão de excertos de histórias de participantes para ilustrar um tema desenvolvido pelo investigador” (Gray, 1998, citado por Bell, 2010, p. 30). Este momento não podia deixar de ser realizado num espaço onde as entrevistadas se sentissem seguras e pudessem falar sem qualquer problema, daí serem elas mesmas a escolher o local onde gostariam que decorresse a entrevista – em suas casas. No início da entrevista, foram informadas que a entrevista seria gravada e filmada, em formato vídeo, e que a conversa seria usada apenas pela investigadora, bem como o tratamento de dados. Antes de dar início à entrevista, conversamos um pouco, sobre o tempo e a vida, como forma de quebrar o gelo e preparar o momento que se ia seguir. No decorrer da entrevista, como investigadora, dei liberdade para que pudessem falar do que a alma lhe ia trazendo à memória, sempre com a orientação do guião da entrevista (Apêndice 2). Importa ainda salientar, que neste primeiro momento de recolha de dados, a relação de confiança já existente entre as entrevistadas e a investigadora levou a que estas não tivessem problemas com o facto de estarem a ser filmadas e em expressar os seus sentimentos com muita fluidez.

Depois de realizadas, as primeiras entrevistas, às três idosas, entendi que como se trata de estudar a importância do património vivo e sua comemoração dominical, como estratégia de manter as pessoas mais ativas, mais envolvidas na comunidade. Entendi que entrevistar a dona Glória, a dona Mena e a dona Lurdes em conjunto poderia produzir, ainda mais, o aprofundamento da importância do património e do encontro comunitário em volta da Fonte

Mariana para os seus projetos de vida, qualidade e envelhecimento ativo. Neste sentido, realizei algumas leituras paralelas de metodologia ligadas não só às entrevistas abertas e aprofundadas, como as que foram realizadas inicialmente, mas estudei literatura próxima do *Focus Group*, em inglês, ou do grupo focal (FG), para perceber a importância teórica deste tipo de metodologia complementar da anterior.

Como diz Ricardo Vieira (2003), a propósito de entrevistas e histórias de vida, sempre que há mais que um interlocutor, a falar da mesma coisa, a hipótese do aprofundamento é maior do que quando se faz apenas um monólogo ou um diálogo, como ele refere “um e um igual a três”, de alguma forma foi isso que fiz nas entrevistas em grupo ou o designado *Focus Group*.

Juntando a dona Glória, a dona Mena e a dona Lurdes a propósito de grandes questões orientadoras (confrontar o Apêndice 4), qualquer um dos temas do guião é mais aprofundado, porque as pessoas lembram-se de determinado pormenor, mas induz na outra colega o aprofundamento que ela não faria se estivesse sozinha. Quer dizer que estamos perante memórias culturais que fazem parte do hardware da história de vida das pessoas e que através da conversa entre pessoas de confiança, entre as quais a própria investigadora que já tinha conquistado a confiança das senhoras, pode transportar esta informação pouco consciente do hardware para o software, para uma memória presente que é uma tomada de consciência da importância do encontro associativo e à volta da Fonte Mariana. A este propósito vale a pena citar Gomes e Galego que afirmam que “o *focus group* pode ser usado para discutir com mais profundidade informações quantitativas” (Galego & Gomes, 2005, p. 178) nesta linha os autores ainda afirmam que “no decorrer do processo de investigação o sujeito objeto de observação, vai transformando as suas estruturas cognitivas, através das relações recíprocas que estabelece no decorrer da operacionalização da técnica, autodescobrindo-se e, portanto, emancipando-se” (*Idem*, p. 179). Também Carneiro (2012) refere a este propósito que

“esta técnica de recolha beneficia da dinâmica de grupo criada, possibilitando aceder a informação “fresca” e com espontaneidade necessária e simultaneamente, dando tempo a que as opiniões possam fluir, ganhar forma, sendo decisivo o modo como as pessoas se exprimem, a linguagem que utilizam, o ritmo que adotam para o discurso, a sua atitude corporal” (p. 179).

Neste terceiro momento foi a dona Glória que abriu as portas de sua casa. Também este local foi escolhido pelas entrevistadas. Houve uma certa dificuldade em encontrar um tempo livre na rotina das três investigadas. No entanto, o facto de ambas manterem uma relação muito próxima de vizinhança, fez com que as mesmas se organizassem e escolhessem o dia e a hora para a conversa. E assim foi. Numa sexta feira, à tarde, encontraram-se quatro

mulheres numa pequena sala para serem conversados temas sobre a vida de três delas. Novamente esta entrevista (FG) foi gravada em forma de vídeo com o consentimento de todas as entrevistadas.

No decorrer da entrevista, como investigadora, deixei que as entrevistadas seguissem o caminho da narrativa de suas memórias tendo com linha orientadora o guião da entrevista *Focus Group* (Apêndice 4). Ao longo desta partilha de recordações, a memória de cada uma era sempre completada e recordada pelas outras duas entrevistadas. Este momento de construção de ideias vai ao encontro do que Martha Carey afirma, ao dizer que “os dados relativos a percepções e opiniões são enriquecidos através da interação do grupo porque a participação individual pode ser melhorada em contexto de grupo” (Carey, 2007, p. 224).

Ao longo desta entrevista a linguagem corporal, das entrevistadas, transmitia sobretudo nostalgia dos tempos passados e refletia o quão presentes estão os objetos, os espaços, as ações acabando por dar vida aos mesmos no momento que recordavam as situações. No final da entrevista, dona Glória ofereceu ainda um chá e uns bolinhos a todas. Neste momento tive a oportunidade de falar com as três idosas e dar conta do ponto de situação da investigação. Foi aqui que li o esboço do capítulo 2 - “Era uma vez”. No final ficaram muito satisfeitas. Este momento de partilha foi muito importante para as investigadas, pois ao ouvirem em linhas gerais do que consistia a investigação sentiram que sem elas este projeto não seria possível, valorizando, assim, a autoestima das mesmas, ou seja, enquanto investigadora promovi a animação destas três senhoras.

Não querendo fazer disto a revisão da literatura da metodologia do *Focus Group*, reservo este espaço apenas para dizer que foi muito importante haver primeiro uma entrevista inicial, onde as entrevistadas falaram sobretudo do percurso da sua vida, o que fez com que as entrevistadas pensassem e, num segundo momento, estavam mais preparadas e foram capazes de adiantar ideias a propósito dos temas da entrevista *Focus Group* (confrontar Apêndice 4).

Por outro lado, o facto de estarem juntas, amplificou a produção de conhecimento como fala Vieira (2003) pela oportunidade de ter pela frente não um jornalista, mas antes um investigador, que pergunta a partir do meio que já foi conhecendo e pela oportunidade de ter outras pessoas na conversa. Assim sendo, o *Focus Group* não deve haver muita gente junta, para Carey (2007), no que respeita à quantidade de entrevistados, este valor “depende apenas de quem são as pessoas e qual é o assunto” (Carey, 2007, p. 223) mas quando se fala na idade a autora afirma, em diálogo, que “se os membros do grupo tiverem 65 anos e lhes doerem as costas, tente três ou quatro ou quatro porque não têm que partilhar tanto o tempo” (*Ibidem*).

No decorrer da entrevista as minhas três entrevistadas sentiram-se perfeitamente à vontade e antecipo desde já que foi uma mais-valia ter utilizado o *Focus Group*.

Ao ouvir as suas narrativas, como investigadora, senti também que estava a fazer parte daquela memória verbalizada ao tornarem vivo o momento recordado. Percebi como foi importante para a dona Glória, dona Mena e dona Lurdes transmitir as suas experiências tornando assim as memórias individuais, mais sociais, na medida em que cada uma partilhou a importância dos factos vividos

A estrutura

Esta tese está dividida em três capítulos. No primeiro capítulo faz-se a revisão da literatura e dos autores e teorias que trabalham a animação social e cultural enquanto promotora do envelhecimento ativo bem como da literatura desenvolvida sobre património e desenvolvimento comunitário. Neste âmbito recorre-se também a autores que têm escrito sobre memória e sociedade e biografia e memória como potenciais de “*empowerment*”, de animação e de desenvolvimento comunitário.

O segundo capítulo caracteriza, sumariamente, as três mulheres envolvidas, através de uma história, recorrendo particularmente, às primeiras entrevistas realizadas e apresenta o historial e a importância da Fonte Mariana e da Associação Amigos Fonte Mariana para as idosas entrevistadas e para toda a comunidade local enquanto espaço patrimonial aglutinador de toda a comunidade.

No terceiro capítulo, faz-se a análise do aprofundamento da entrevista *Focus Group* e evidenciam-se os momentos em que a própria recolha de informação se torna um ato de animação em que a pessoa fica animada quando fala dos seus projetos sociais e em particular do seu envolvimento no ritual domingueiro.

No final serão apresentadas as conclusões que foram surgindo no decorrer da investigação e da análise das entrevistas individuais e grupais.

Capítulo 1

Envelhecimento ativo, ânimo e memória: revisão da literatura

“Que é ser velho?, Pergunta você. E responde: em nossa sociedade ser velho é lutar para continuar sendo homem”
Bosi

O Envelhecimento

É certo que o envelhecimento populacional tem vindo a ser cada vez mais notório, nos últimos anos, em todos os países desenvolvidos. Este aumento levantou inúmeros desafios a nível social cultural e político às sociedades contemporâneas como afirma Dias e Rodrigues, “a abordagem sobre o envelhecimento da população adquiriu uma grande importância, em tempos mais recentes, em particular na Europa, quer do ponto de vista do debate teórico, quer do ponto de vista da discussão política social” (Dias & Rodrigues, 2012, p. 180).

Em Portugal este fenómeno também é notório com o

“declínio da fecundidade e do aumento do índice de longevidade, tributário do aumento da esperança média de vida. A diminuição da fecundidade é fator explicativo do envelhecimento na base da pirâmide, contribuindo para o aumento do índice de dependência. O índice de longevidade explica o envelhecimento no topo da pirâmide, promovendo o processo de “duplo envelhecimento demográfico”” (Dias & Rodrigues, *idem*).

Este fenómeno, segundo o INE¹, continua bem vincado nos Censos 2011. Há 30 anos, em 1981, cerca de ¼ da população fazia parte do grupo etário mais jovem (0-14 anos), onde apenas 11,4% pertencia ao grupo com mais de 65 anos. Em 2011, o nosso país apresenta cerca

¹ INE “Censos 2011 – Resultados provisórios” em http://www.cmarouca.pt/portal/downloads/aroucanumeros/Censos2011_ResultadosProvisorios.pdf, acedido em 20 de Fevereiro de 2013.

de 15% da população mais jovem, sendo que a população com mais de 65 anos representa 19% da população.

Confrontando os dados dos censos de 2001 e 2011, verificamos uma redução de 5,1% da população jovem e de 22,5% da população em idade ativa (15-24 anos). Em contrapartida, a população idosa cresceu cerca de 19,4%, bem como o grupo da população, situada entre os 25-64 anos, que aumentou 5,3%. Em valores absolutos a população idosa aumentou mais de um milhão de indivíduos, passando de 708570, em 1960, para 2022504, em 2011. Estes indicadores sugerem desafios significativos no ajustamento da sociedade portuguesa ao peso crescente da população idosa (Carneiro, 2012). Como pudemos verificar, nos dados acima mencionados, nas últimas décadas, estas alterações demográficas, aos poucos e poucos está a transformar a sociedade portuguesa.

O envelhecimento populacional representa um problema a vários níveis, político, económico e social. Segundo Fernando Pinto “a sociedade económica desvincula-se inteiramente do seu ex-trabalhador. Apenas o estado mantém algumas obrigações para com ele: pensão reforma, assistência médica, cidadania política, etc.” (Pinto, 2007, p. 76), este autor ainda refere que “o aumento do volume das pensões de reforma, da quantidade e da qualidade da assistência dos equipamentos médico-sanitários e competência dos serviços de acompanhamento, etc., são exemplos do agravamento de encargos improdutivos a suportar pelo orçamento de estado” (Pinto, *idem*). Todos estes gastos levam a um impacto político muito grande, num país, com a baixa da taxa de natalidade. Aqui, o Estado é um dos setores mais importantes no que toca ao bem-estar do idoso, isto é, a médio e longo prazo terá que criar mecanismos para melhorar a assistência a esta faixa etária minimizando assim os problemas sociais que daí advém e evitando um colapso financeiro do país. Todos estes problemas terão de ser transformados em desafios na sociedade atual e um deles é, como afirma Osório, a “revitalização da noção de velhice” (Osório, 2004, p. 251) nesta sociedade que parece ser feita de números e não de pessoas.

Para que esta problemática apresentada, torna-se necessário conhecer todo o processo de envelhecimento, para, assim, se poderem aplicar políticas de acordo com as necessidades desta população mais vulnerável face às restantes. Como tal, em seguida, será feita uma sistematização em torno do conceito de envelhecimento humano, bem como, a revisão da literatura sobre a problemática acima mencionada.

Muitos autores² se debruçam sobre este tema tão complexo pois, o envelhecimento, tem inúmeras interpretações diferentes como poderemos verificar com os autores que seguidamente irei enunciar. Para Osório o “envelhecimento acarreta um processo degenerativo, mas não implica sistematicamente a anulação das nossas capacidades. É necessário manter uma imagem realista da velhice, pois o que se perde em ‘velocidade’ (das nossas faculdades) ganha-se em experiência” (Osório, 2007, p. 45). Segundo Garcia (1994) “a forma como envelhecemos varia de acordo com eventuais processos hereditários, diferenças individuais e claro está, o seu meio social, físico e mental em que essa pessoa está envolvida” (Garcia, 1994, citado por Serafim, 2007, p. 11). Esta ideia vai ao encontro de Neri e Cahioni (2004) quando afirmam que

“o modo de envelhecer depende de como o curso de cada pessoa, grupo etário e geração é estruturado pela influência constante e interativa de suas circunstâncias histórico-culturais, da incidência de diferentes patologias durante o processo de desenvolvimento e envelhecimento, de fatores genéticos e do meio ecológico” (p. 121).

Já Almeida defende que o envelhecimento “é tudo o que acontece com o passar do tempo após se atingir a vida adulta e usam o termo de senescência para referir a diminuição da capacidade funcional dos organismos” (Almeida, 2012, p. 23). O envelhecimento individual exige, assim, “um debate científico na medida de que não se constitui como um processo simples ao envolver conceitos interdependentes ao nível biológico, psicológico e social, que sistematicamente se traduzem numa realidade que não se pode negar” (Galinha, 2009, p. 89). Esta realidade tem vindo ser debatida a fim de se alcançar a igualdade de oportunidades aos cidadãos mais vulneráveis, ou seja, aos idosos.

O ser humano não é apenas um ser constituído por matéria, dentro deste ser existem inúmeros fatores que definem a vida humana, segundo Edgar Morim o homem é um ser biopsicossocultural, assim sendo o envelhecimento humano está diretamente relacionado com os processos do tipo biológico, psicológico, social e cultural. Biologicamente, a comunidade médica define o envelhecimento como “a alteração progressiva das capacidades de adaptação do corpo verificando-se conseqüentemente, um aumento gradual das probabilidades de morrer devido a determinadas doenças que podem precipitar o fim da vida” (INE, 2002, p. 7),

² É claro que há mais autores que trabalham a problemática do envelhecimento demográfico quer em Portugal quer no mundo. Contudo convocam-se aqui apenas sete que me parecem fundamentais para sustentar a alteração demográfica das sociedades ocidentais contemporâneas (Osório, 2007; Garcia, 1994; Neri e Cahioni, 2004; Almeida, 2012; Galinha, 2009; Lorda 1998; Vieira, 2009; Fonseca, 2004). Ainda assim, este não é o tópico mais importante da minha revisão da literatura, pelo que fica de uma forma muito sintética.

contudo esta redução da capacidade funcional do organismo do ser humano, não impede que o indivíduo usufrua de uma vida plena.

Psicologicamente, a velhice é descrita como uma etapa da vida capaz de provocar depressão, sensibilidade às doenças, regressão. Esta definição não passa de um mero estereótipo negativo que foi criado em volta das pessoas de idade, caracterizado pela existência de um futuro impreciso e desconcertante, com o qual o idoso não sabe lidar, principalmente com a ideia permanente da morte.

O envelhecimento para além de ser um processo biológico e psicológico é também um processo social e cultural importante em todas as sociedades. Dependente da sociedade em que vive, o idoso, pode ser considerado como um sábio ou um inválido.

Por exemplo, nas culturas orientais, o velho é tido como alguém que acumulou muita experiência, sendo possuidor de um saber digno de respeito e admiração “o status social do idoso se baseia principalmente em seu conhecimento e em sua experiência e são vistos como portadores da história e dos costumes” (Lorda, 1998, p. 12). Já nas culturas ocidentais, os velhos para além de enfrentar os desafios do envelhecimento, enfrentam também outro, certamente mais angustiante – o de constituírem um grupo desprotegido, muitas vezes esquecido, numa sociedade apressada, em constante mudança, que aposta nos valores da juventude e em tudo o que é efêmero. Vieira (2009) afirma que a sociedade ainda alimenta alguns preconceitos sobre este “grupo” específico, leva a que as pessoas sejam desvalorizadas e conseqüentemente a que os idosos se sintam pessoas inúteis. Neste sentido o autor sugere que o idoso necessite de uma educação para a velhice para esta poder ser encarada como um desafio e não como uma fase de declínio.

Fonseca (2004) observa que a sociedade portuguesa terá de superar este problema, este autor observa que

“são já muitas poucas as culturas que valorizam devidamente a experiência e o saber acumulados dos seus membros mais velhos, o autor questiona qual será o futuro das sociedades que, estando a envelhecer sob o ponto de vista demográfico, desvalorizam sistematicamente as capacidades e o potencial de realização que permanecem intactos na maioria dos indivíduos idosos” (Fonseca, 2004, citado por Carneiro, 2012, p. 150).

Contudo, segundo Osório (2004), se for feita uma intervenção precoce sobre determinados fatores, é possível melhorar as faculdades da pessoa idosa. Não podemos esquecer que a pessoa idosa deixa de ser produtiva para a sociedade a partir do momento em que fica reformada, no entanto, não deixa de ser ativa, pelo contrário, é nesta fase da vida que o idoso, deverá de ser estimulado a manter várias atividades, no seu dia-a-dia, para que possa

sentir-se bem com o seu novo estado. Por isso, “é urgente dar vida a quem vive” (Lopes 2009, p. 225), promovendo assim, o envelhecimento ativo através da valorização dos saberes e das memórias que o idoso tem guardado dentro da sua história de vida, que certamente ajudam na melhoria da qualidade de vida do idoso e conseqüentemente de todo o sistema social, onde o mesmo, está inserido.

Envelhecimento ativo e Qualidade de vida

Com os avanços científicos, a humanidade pode acrescentar mais anos à sua vida. Mas este aumento trouxe alguns problemas à sociedade que as ciências tentam solucionar. O aumento quase exponencial de pessoas idosas, (como podemos analisar através dos dados do INE), nos países mais desenvolvidos, levou também a Organização Mundial de Saúde debater-se sobre o tema. Foi através dos debates na área da saúde que o mundo acordou para a necessidade de serem criados programas dedicados à terceira idade, em 2007 o projeto *Healthy Ageing* denominado *Healthy Ageing – a challenge to Europe* “apontou para a necessidade de se optimizarem oportunidades para a saúde global e de se possibilitar que as pessoas idosas participem de forma activa sem discriminação” (Galinha, 2009, p. 91). Neste seguimento de debates, em 2008, durante a Conferência Europeia de Alto Nível *Juntos pela Saúde Mental e Bem-Estar* afirmou que o envelhecimento acarreta alguns riscos para a saúde mental e para o bem-estar, por isso, a União Europeia fez da “promoção do envelhecimento ativo e saudável um dos objectivos políticos” fundamentais nesta linha de ação. (*Ibidem*).

Este novo conceito paradigmático e multidimensional, segundo Ribeiro e Paul:

“surge como sendo o mais consensual, no sentido em que preconiza a qualidade de vida e a saúde dos mais velhos, com a manutenção da autonomia física, psicológica e social em que os idosos estejam integrados em sociedades seguras e em que assumam uma cidadania plena” (Ribeiro & Paúl, 2011, p. 2).

Apesar de este ser um conceito consensual, não deixa de ser bastante complexo. Através do *Manual do envelhecimento activo*, Ribeiro e Paúl (2011) estabelecem as determinantes, de acordo com a OMS (2005), para o envelhecimento ativo - pessoais, comportamentais, económicos, sociais, serviços sociais e de saúde e meio físico, estes elementos são a base que sustentam os três pilares da estrutura política para o envelhecimento ativo. A saúde a segurança e a participação social, são os pilares, que dependem em muito da comunidade onde a pessoa idosa está inserida. Na análise do envelhecimento ativo estão

também diretamente ligados conceitos chave como autonomia, independência, expectativa de vida saudável e qualidade de vida (Ribeiro e Paúl, 2011). É certo que não podemos, de todo, colocar todas estas palavras num prato e servir à pessoa idosa, como se de um remédio se tratasse para começar a ter uma vida mais ativa.

Este estilo de vida, se assim o podemos chamar, como defendem os autores acima mencionados, “corresponde antes a um processo que se estende ao longo de toda a vida e em que a história individual se constrói progressivamente e se materializa em resultados profundamente heterogêneo e idiossincráticos” (*idem*). Neste sentido, Salazar (1987) já afirmava que “envelhecer é uma vivência pessoal, imprevisível, única na nossa existência. É a grande ligação que a vida nos dá dia a dia” (Salazar, 1987 citado por Tamer e Petriz, 2007, p. 189). Por isso, como defendo ao longo desta dissertação, não podem deixar de ser tidas em conta, as vontades das idosas com mais de 70 anos que acompanhei durante a investigação. Olhar à idiossincrasia como fundamental no envelhecimento ativo, é considerar que cada um envelhece “à sua própria maneira” e que há múltiplas formas de implementar o envelhecimento ativo, sendo que ele tem de fazer sentido para o implicado. No caso das pessoas aqui estudadas, a atividade social que se estuda e implementa, resulta das suas identificações com o território vivido, com o movimento associativo e com a importância do ritual desenvolvido à volta da Fonte Mariana. Pensamos ser este um bom exemplo da idiossincrasia referida por Ribeiro e Paúl (2011).

Tendo em conta que o envelhecimento ativo é um conceito relativamente recente e, em termos práticos, de difícil tradução, os profissionais destas áreas têm de ter em conta que interagem com pessoas,

“o idoso, portanto, continua a ser inteiramente humano, marcado por valores, capacidades e limitações da velhice e com as suas características próprias. A velhice humana não pode ser considerada sob o prisma único de um processo irreversível de empobrecimento físico. Para ele envelhecer e viver é a mesma coisa.” (Garcia, 2009, p. 43).

Contudo, para poder viver bem é necessário que exista qualidade de vida e bem-estar na vida do ser humano. Ao existirem estes dois elementos, na vida da pessoa idosa, faz com que esta leve a vida sempre com um sorriso no rosto e, portanto, com mais qualidade de vida.

Nos dias que correm, a sociedade está “orientada basicamente para a juventude e os valores desta” (Lorda, 1998, p. 12), com esta forma de pensar, torna-se cada vez mais difícil à pessoa idosa sentir-se integrada na mesma. Contudo, é importante que o indivíduo não se esqueça que um dia terá limitações e para que possa minimizar os efeitos físicos, psicológicos, sociais e culturais terá que preparar a velhice para assim, poder viver com

qualidade de vida (Neri & Cachioni, 2004). Neste contexto, Galinha afirma que “um envelhecimento bem-sucedido tenta encontrar formas de compatibilizar o envelhecimento com qualidade de vida percebida e o bem-estar subjectivo dos idosos nas diversas dimensões do seu self” (Galinha, 2009, p. 97).

Desde a década de 80, a OMS, através do grupo WHOQOL (World Health Organization Quality of Life group) tem-se debruçado sobre a temática da qualidade de vida. Este grupo define qualidade de vida como sendo a percepção subjetiva do indivíduo em relação à sua posição na sociedade, isto é, os sistemas de valores sociais onde este se encontra inserido têm de estar em conformidade com os seus objetivos, expectativas, modelos e inquietações pessoais (Serafim, 2007). Por isso mesmo, não é possível reduzir a ideia da qualidade de vida a uma definição universal que ignore os pontos de vista dos sujeitos (Vieira, 2012a) e que os transforme em simples objetos consumidores do que os cuidadores, as instituições, etc., consideram melhor para eles (*Ibidem*). A este propósito, Ricardo Vieira refere que “a partir de determinada idade, o idoso deixa de poder comandar a sua vida e tornar-se objeto de uma gestão específica que lhe é imposta uma clara memorização cívica” (Vieira, 2012a, p. 10), este indivíduo, ao perder a sua autonomia, acaba por “pertencer cada vez mais ao passado” (*Ibidem*), pois é nesse espaço de tempo que se sente livre e autónomo de trazer ao presente as suas memórias.

Qualidade de vida é um termo muito subjetivo que varia de pessoa para pessoa, dependendo do bem-estar psicológico. Segundo Filomena Serafim, a interpretação de qualidade de vida “depende de condições objetivas, tais como a saúde, actividade, envolvimento com a sociedade, ligados ao nível de rendimento, de escolaridade e de estilo de vida, entre outros.” (Serafim, 2007, p. 125, 126). De acordo com Neri (2001) é necessário compreender que a qualidade de vida é um fenómeno com várias faces. Na sua opinião, existem características como os critérios biológicos, sociais e psicológicos que influenciam, a boa qualidade de vida, na velhice. Este processo, está em constante mutação ao longo da vida, dado que está diretamente ligado à satisfação das necessidades, carências dos indivíduos, fatores estes que só podem ter uma avaliação subjetiva, como afirma Spirduso & Cronin (2001), os idosos sentem-se bem consigo próprios, quando cumprem as suas funções básicas diárias com adequação e possuem uma existência independente podemos afirmar que possuem “Qualidade de Vida” (Serafim, 2007, p. 135).

É certo que “a qualidade de vida de um indivíduo poderá ser concebida como a relação global que ele estabelece entre os estímulos positivos (favoráveis, agradáveis, etc.) e os estímulos negativos (adversos, desagradáveis, etc.) no decurso da sua vida social” (San Martín

e Pastor, 1990 citado por Tamer e Petriz 2007, p. 197). Assim sendo, “envelhecer bem é um processo heterogéneo e diferenciado, na medida em que cada um(a) vive em contextos físicos, sociais e humanos diferentes e é portador(a) de vivências e projectos de vida idiossincráticos” (Carneiro, 2012, p. 32). Neste sentido, a qualidade de vida pode ser vista como uma balança que tenta manter o equilíbrio entre o ‘prato’ do meio ambiente que rodeia o idoso e o ‘prato’ do meio interno do idoso.

Manter ou melhorar a qualidade de vida durante a velhice torna-se, assim, um desafio nestes tempos: “para além do esforço individual, é necessário que a sociedade estimule os idosos para que desfrutem de um envelhecimento saudável” (Vega, 2000 citado por Tamer e Petriz, 2007, p. 199). No entanto este trabalho não deixa de ser recompensado, na medida em que a pessoa idosa alimenta um sentimento de bem-estar, de atividade e utilidade no seu sistema social, neste sentido se houver uma perspectiva de vida positiva, existe uma satisfação geral com a vida e conseqüentemente, uma melhoria de bem-estar psicológico da pessoa idosa. Scheibe e Carstensen (2010) sugerem que

“as mudanças no processamento cognitivo dos estímulos emocionais e o aumento da motivação e competência emocional contribuem para uma melhor regulação emocional nas pessoas idosas e que a neuroimagem pode abrir boas perspectivas de explicação do envelhecimento emocional e estes conhecimentos servirem de base a intervenção que melhorem a qualidade de vida dos mais velhos.” (Scheibe e Carstensen 2010 citados por Paúl, 2012, p. 11).

Assim sendo, o caminho que pode ser seguido neste âmbito será o da valorização da memória da pessoa mais velha que, conseqüentemente, torna vivas as emoções e as memórias de tempos passados que ao serem verbalizados podem mostrar como a pessoa foi, o que é, e o que quer ser. Como tal, é necessário que os profissionais saibam ouvir o que os velhos têm para contar e ensinar e é através desta matéria, que Bosi, uma especialista em memória de idosos (Bosi, 1994) chama de ‘diamante bruto’, que podem ser criados estímulos que simultaneamente, melhoram a qualidade e o bem-estar da pessoa idosa.

Memória

O que nos distingue enquanto seres humanos dos outros animais é o facto de podermos transmitir e expressar tudo o que vai na nossa alma e como tal, possuímos uma memória que nos permite voar até ao passado e transportar até ao presente todas as recordações que temos e queremos verbalizar. De acordo com Bezerra & Lebedeff (2012), “falar de memória é, antes

demais nada, falar de marcas, impressões, inscrições fixadas e justapostas no tempo” (p. 1288).

Ecléa Bosi, no seu livro *Memória e sociedade, lembranças de velhos*, distingue dois grandes pensadores da memória, Bergson e Halbwachs. Estes dois autores definem memória de formas diferentes. Enquanto para Bergson a memória é sobretudo individual que “permite a relação do corpo presente com o passado e, ao mesmo tempo, interfere no processo “atual” das representações “ (Bosi, 1994, p. 46 e 47). Para este autor “a memória é essa reserva crescente a cada instante e que dispõe da totalidade da nossa experiência adquirida” (*Ibidem*) tendo uma conotação espiritual. Por outro lado, Maurice Halbwachs, revitaliza a noção de memória através da sua teoria psicossocial. Para este autor a memória é excepcional, “lembrar não é reviver, mas refazer, reconstituir, repensar, com imagens e ideias de hoje, as experiências do passado. A memória não é sonho, é trabalho” (*Idem*, p. 55). Halbwachs dedicou os seus estudos entre a memória e a história pública. Segundo ele a “memória colectiva de memória histórica, sendo a primeira a da tradição, aquela que fornece um sentido de continuidade espaço-temporal e a outra, a histórica, a que nos remete para as rupturas, para um tempo-espaço, um quadro de mudança” (Halbwachs, 1968 citado por Lavado, 2007, p.2).

Para Michael Pollak (1992), a memória pode ser tanto individual como coletiva. Segundo o autor, a memória é constituída por três elementos: os acontecimentos vividos, as pessoas/personagens e, por fim, os lugares. Já Fentress e Wickham (1992), têm outra visão. Estes afirmam que é a partir da memória individual que se constrói a memória social de uma comunidade, de uma nação “as imagens de qualquer memória individual serão mais ricas do que as imagens colectivas que, em comparação, serão mais esquemáticas” (p. 66). Segundo os autores, a memória social “não se limita portanto à memória de palavras. O nível mais elevado de articulação necessário na memória social não a torna mais semântica do que a memória individual. Torna-a, porém, mais conceptualizada” (*Ibidem*).

Como tal, Lavado (2007) apresenta a memória como única, pelo facto de pertencerem apenas àquele indivíduo submetido ao curso da sua própria história de vida. No que toca à terceira idade, a autora defende que

“as memórias, na velhice, parecem esquecer o que para si é acessório [...], no entanto, porque a sua memória é regressiva, os velhos recordam/(re)vivem os bons e os maus momentos do passado [...] assumindo-se simultaneamente, como “eu do passado feito presente” e “eu do presente”. (p. 4).

A memória é um elemento muito complexo, no entanto, é através dela que vamos revivendo e tornando vivos os momentos bons e maus do passado, é a vontade que a pessoa tem de quer tornar vivo aquele espaço de tempo, que já passou e ao mesmo tempo, lhe está a dar vida. Esta lembrança é, segundo Bosi, um “diamante bruto que precisa de ser lapidado pelo espírito. Sem o trabalho da reflexão e da localização, seria uma imagem fugida.” (Bosi, 1994, p. 81). Esta investigação trata de trabalhar este diamante bruto das três mulheres investigadas. Tal como Fentress e Wickham (1992) dizem, é importante olhar às memórias das mulheres que normalmente ficam menos conhecidas porque a sociedade está organizada de acordo com modelos muito machistas e os investigadores são muitas vezes homens. Acontece que, no meu caso concreto, a investigadora é uma mulher e todos os sujeitos do meu estudo são mulheres, pelo que, retomando Fentress e Wickham (1992), estamos aqui a legitimar o ponto de vista da mulher na comunidade local e a perceber que ela não se realiza a jogar às cartas ou à malha, mas que tem as suas próprias estratégias, neste caso, também assentes na memória coletiva de Moinhos Novos, onde residem.

Nesta caixa da memória não está guardada apenas a herança física da vida da pessoa. Nela também estão agregados os sentimentos vividos, daí que, quando ouvimos, cheiramos, nos encontramos em determinados espaços, retiramos daquela caixa, momentos e simultaneamente lhe conferimos vida e nos sentimos pessoas que fazem parte deste mundo. “A memória aparece como força subjetiva ao mesmo tempo profunda e ativa, latente e penetrante, oculta e invasora.” (Bosi, 1994, p. 47) e nela “o sentimento também precisa acompanhá-la para que ela não seja uma repetição do estado antigo, mas uma reparação.” (*idem*, p. 81). Não podemos deixar de referir que as memórias que são evocadas, são eminentemente pessoais, simbólicas e subjetivas, ainda que enquadradas e consubstanciadas nos quadros (formais) sociais da memória.” (Lavado, 2007). Neste contexto, Pollak defende que

“a memória também sofre flutuações que são função do momento em que ela é articulada, em que ela está sendo expressa. As preocupações do momento constituem um elemento de estruturação da memória. Isso é verdade também em relação à memória coletiva, ainda que esta seja bem organizada.” (Pollak, 1992, p. 4).

A sociedade em que vivemos vive em constante mutação. O que é hoje pode já não o ser amanhã, por isso mesmo,

“é contraditório pensar que a sociedade contemporânea aprimore seus meios de armazenamento e registros do passado, e contudo, ignore a pessoa idosa como potencial arquivo vivo de memórias de um tempo ao qual não temos acesso. O tempo passado, presente

na memória de idosos em seus saberes, é muito pouco acessado na prática” (Bezerra & Lebedeff, 2012, p. 1289).

A sociedade não pode, de todo, ignorar a pessoa idosa pois é nela que reside parte do património e identidade da mesma.

Neste momento podemos adaptar e transitar da célebre frase socrática – “Penso logo existo” para “recordo, logo existo”, porque é a partir dos momentos recordados que nos apercebemos que somos uma pessoa que existe numa sociedade e que faz parte da mesma.

Ao ser realizada esta revisão vamos mudando de ideias, de atitudes e, conseqüentemente, também estamos a mudar a própria sociedade de que fazemos parte. A pessoa idosa, ao transportar as suas recordações para o presente, torna-se um elemento fulcral na transmissão de conhecimentos. A partir daí está a fazer a sua revisão de vida, humanizando o presente (Bezerra & Lebedeff, *idem*) e a construir sentido de viver e qualidade de vida subjetiva.

A revisão de vida, na terceira idade, “é uma forma de lembrança intencional, estruturada em torno de eventos de transição e aplicada à avaliação de si mesmo e da própria existência” (Sad, 2001, p. 56).

Segundo Neusa Gusmão, “cada velhice é consequência de uma história de vida” (Gusmão, 2003), esta história de vida não deve de ser desperdiçada, pelo contrário, em todo o tipo de trabalho que é desenvolvido com idosos “devemos de ter em conta todo o percurso de vida do idoso, os seus acontecimentos marcantes” (Vieira *et all*, 2009, p. 134). Ao recuperar estas histórias tornamos o trabalho desenvolvido, com os idosos, mais rico e com sentido para ambas as partes, idoso e profissional. No caso concreto de investigação, o ouvir e transformar as suas histórias de vida em narrativa é promovida a saúde mental individual e social, estimulando assim o envelhecimento ativo da população em estudo, bem como é valorizada a identidade da mesma e o património que está associado à mesma.

Segundo Sad (2001), “à medida que passarmos a nos conhecer melhor e a nos compreender de forma mais direta, poderemos ampliar a flexibilidade e a abertura da mente necessárias para podermos ver, ouvir, tocar e optar por novas possibilidades de desenvolvimento e transformação” (p. 66).

Cada ser humano é único, cada pessoa tem a sua história pessoal e à medida que vai envelhecendo, vai acrescentando mais uma linha à sua história. Quando chega aos 65 anos³ já carrega uma vida cheia de aventuras, tristezas, alegrias etc., esta história é única, pertence apenas ao idoso que a viveu daí Ricardo Vieira referir que “os idosos não envelhecem da mesma maneira, devemos perceber as suas diferenças individuais, rejeitando a visão de uniformidade para os idosos” (Vieira 2009, p. 135). Logo podemos afirmar que “os idosos não são um grupo homogêneo de indivíduos” (*Ibidem*). Na sociedade existe o hábito de catalogar as pessoas, se um indivíduo tem uma determinada idade pertence a uma faixa etária e consequentemente a um grupo que possui características semelhantes, no entanto os idosos não devem de ser catalogados desta forma na medida em que cada idoso é uma pessoa com uma vida já moldada pelos hábitos, costumes tornando este indivíduo único.

A pessoa idosa é por si só um guardião do tesouro espiritual da localidade onde vive daí a sua história de vida ser considerada como “uma espécie de contentor natural de memória, uma maneira de sequenciar em conjunto de imagens, através de conexões lógicas e semânticas, numa forma de si fácil de reter na memória.” (Fentress & Wickham, 1992, p. 69). A este propósito Bruner (1997) afirma que

“quer se trate da vida em família, na igreja, na escola ou no meio socioprofissional, é através de narrativas que se destroem e se reconstróem as heranças culturais, valores, crenças e lendas, mitos e ritos. Assim em qualquer esfera de convívio humano, narrar a vida é um meio de fomentar pertencimentos, de convidar, seduzir, induzir o outro a entrar na cultura de pertença.” (Bruner, 1997 citado por Passeggi, Barbosa, & Câmara, 2008, p. 78).

O investigador ao convidar um idoso a reviver a sua vida, irá perceber que

“a conversa evocativa de um velho é sempre uma experiência profunda: repassada de nostalgia, revolta, resignação pelo desfiguramento das paisagens caras, pela desapareção de entes amados, é semelhante a uma obra de arte. Para quem sabe ouvi-la, é desalienadora, pois contrasta a riqueza e a potencialidade do homem criador de cultura com a mísera figura do consumidor atual.” (Bosi, 1994, p. 82 e 83).

Ao intervir com este público alvo, o profissional pode “incentivar os idosos a manter ou a construir os seu próprio projeto de vida.” (Vieira, 2009, p. 136) tornando-os indivíduos úteis para a sociedade, e ajudando a que esta se desenvolva. Como tal existe uma área de

³ Idade escolhida pela sociedade em que as pessoas são consideradas idosas, pois deixam de ser produtivas e entram na idade da reforma. Em 2007 o governo estipula a idade mínima de reforma dos 60 para os 65 anos através do Decreto-Lei n.º 187/2007, de 10 de Maio, no artigo 20º da Idade normal de acesso à pensão de velhice que reconhece o direito à pensão de velhice depende ainda do beneficiário ter idade igual ou superior a 65 anos.

intervenção que pode promover esta construção e valorização da pessoa idosa na sociedade onde está inserida – a Animação Sociocultural.

Animação Sociocultural

Penso que deixei claro que este trabalho junta vários temas muito interligados entre si, desde a animação à memória, passando pelo património e envelhecimento ativo. Como expliquei, não se trata de uma forma de abordar o envelhecimento ativo apenas ligado às atividades físicas ou à animação em geral, mas analisar, num contexto específico, as possibilidades do interventor (Carmo, 2007; Lopes, 2011) trabalhar com os animandos, usando a sua própria memória, usando o património da terra e da comunidade. Vale a pena, a este propósito, analisar o esquema seguinte feito com base no livro de Hermano Carmo sobre o desenvolvimento comunitário:

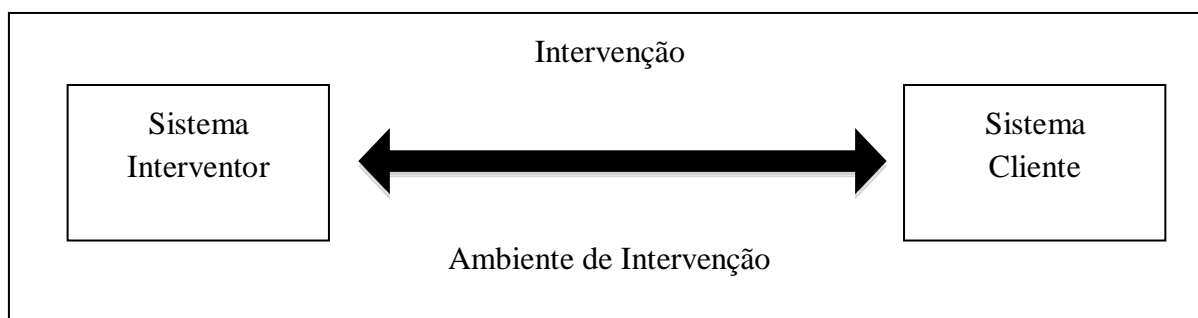


Figura 1 – Elementos presentes em qualquer processo de intervenção social. Fonte: Hermano Carmo (2007).

Neste esquema, podemos perceber que qualquer desenvolvimento comunitário terá de conter dois elementos chave, o Sistema Interventor, que será o animador ou o profissional que está integrado na comunidade e o Sistema Cliente, que são as pessoas que pertencem à mesma comunidade e que são detentoras de toda a memória e património. Esta intervenção terá de ser desenvolvida na comunidade. Neste contexto, é importante que exista uma boa comunicação entre os dois sistemas para que a mudança se concretize em prol da comunidade. Este sistema traduz um pouco do trabalho que é feito pela animação sociocultural, pois esta área de intervenção tenta captar as necessidades de uma população e intervir com as pessoas da mesma. Apesar de esta área social ter poucos anos de vida, já inúmeros autores se debateram sobre a importância da mesma.

Em primeiro lugar, como o próprio nome indica animação deriva da palavra ânimo que por sua vez significa ‘dar a vida’, já o conceito sociocultural tem implícito o conceito de sociedade e cultura, elementos esses onde é realizada a intervenção. O conceito de cultural na animação sociocultural nada tem a ver com a cultura escolar ou até com a pessoa que é “cultura”. Este conceito, parte da antropologia cultural, isto é parte de um conceito mais amplo, como afirma Edward B. Tylor, “a cultura é o modo complexo que inclui conhecimentos convicções, arte, leis, moral, costumes e qualquer outra capacidade de hábitos adquiridos pelo homem na qualidade de membro de uma sociedade” (Tylor, 1871, citado por Trilla, 2004, p. 20), ou seja, a cultura é tudo aquilo que se transmite na sociedade através do contato com o Outro.

Assim sendo, a cultura da comunidade onde será realizada a intervenção, é um meio pelo qual a animação tem de ter presente pois sem ela seria impossível promover o desenvolvimento. A finalidade da animação sociocultural “é estimular nos indivíduos e na comunidade uma atitude aberta e decidida para se incorporarem nas dinâmicas e nos processos sociais e culturais que os afectam e também para se responsabilizarem na medida que lhes corresponder” (*ibidem*). Os indivíduos ao promoverem o seu próprio desenvolvimento, significa que estes se desenvolvem enquanto que, simultaneamente, contribuem para o desenvolvimento da comunidade e vice-versa (Trilla, *idem*).

O conceito de Animação Sociocultural, como já vários autores têm vindo a afirmar, é um conceito “polissémico, complexo de definir” (Fontes, 2011, p. 200). Contudo, da definição, não podem ser excluídas as pessoas que serão o alvo do seu próprio desenvolvimento, “a animação sociocultural é um elemento técnico que permite ajudar os indivíduos a tomar consciência dos seus problemas e necessidades, e a entrar em comunicação a fim de resolver colectivamente esses problemas” (FONJEP como citado por Ander-Egg, 1999).

Para promover o desenvolvimento, não basta ter o animador e o espaço de intervenção e a necessidade para ser colmatada, como podemos verificar no esquema sobre o elementos da intervenção social, nesta ação é essencial que sejam ouvidas as pessoas, como defende Fontes (2011) “não se concebe animação sem participação social, sem comunicação, sendo pois vistas como âmbito, instrumento, linguagem e elemento essencial do desenvolvimento social e cultural” (p. 200). É certo que a animação utiliza todo o tipo de metodologias para ser desenvolvida a mudança, no entanto é na observação participante, onde o animador tem a oportunidade de viver todos os costumes, os hábitos, as crenças etc., e nas entrevistas onde é valorizada cada passagem da vida de cada pessoa idosa, são por si só, técnicas fulcrais para

ser conquistada a confiança necessária para que os indivíduos possam recordar, de forma natural e espontânea as memórias que estão no seu baú, e simultaneamente ganham vida/ânimo.

A animação é uma intervenção que tem como base várias metodologias para desenvolver o seu trabalho consoante as necessidades da comunidade, ou seja, “a animação é um método, uma maneira de proceder, uma técnica, um meio e um instrumento de realizar intervenção” (*idem* p. 201), a animação sociocultural não é feita porque sim, este processo é demasiado complexo pois há que ter em conta as vontades, necessidades da comunidade, de cada pessoa que está inserida neste meio. A animação “ajuda a sensibilizar, despertar e infundir vida, a quem vive alienado na mediocridade da vida quotidiana, sem ilusões e sem qualquer paixão e, por conseguinte, sem participação alguma na vida social” (Ander-Egg, 2011, p. 356)

As alterações que foram ocorrendo, ao longo dos tempos, nas sociedades, levaram ao aumento de serviços para a população idosa e a animação sociocultural acompanhou esta evolução e expandiu-se, criando intervenções mais especializadas tais como: animação estimulativa, animação ao domicílio, animação na instituição, animação turística (Lopes 2006). No trabalho com a terceira idade, a animação sociocultural assume grande relevância “como resposta institucional e intencional para uma determinada realidade social promovendo assim a participação activa e voluntária dos cidadãos no desenvolvimento comunitário e na melhoria da qualidade de vida” (Galinha, 2009, p. 96).

Neste contexto Ander-Egg é muito claro no que toca ao trabalho da animação sociocultural junto da população idosa, para este autor, a pessoa que irá provocar o desenvolvimento deverá de ter o cuidado e conhecer bem as características desta população, para que seja capaz de “transmitir vida, de modo que a sua capacidade profissional sirva para dar vida à vida dos idosos” (Ander-Egg, 2009, p. 242).

A animação sociocultural é uma área de intervenção muito rica e diversificada e no âmbito da terceira idade, o animador sociocultural terá de ser muito cuidadoso com os objetivos que determina para a sua ação. Garcia (1992) sugere alguns dos objetivos que se podem estabelecer nesta área:

“Possibilitar a esse colectivo a realização pessoal do meio circundante e a participação na vida comunitária; Conseguir uma maior integração na sociedade a fim de que se oiça e dê valor à sua voz e se tenham em conta as suas opiniões; Estimular a educação e a formação permanente; Oferecer a possibilidade de desfrutar da cultura; Estabelecer as bases para que os conhecimentos sejam partilhados de maneira flexível, enriquecedora e amena; Desenvolver atitudes críticas perante a vida, mediante a animação de grupos de reflexão e debate;

Possibilitar a abertura e outros grupos etários; Propiciar atitudes e meios para gozar a vida plenamente” (Garcia, 1992 citado por Osório, 2004, p. 256, 257)

Como sabemos, a terceira idade é um grupo muito específico pois apresenta características tais como a idade, aposentação, diferentes situações de convivência, situações de saúde e condições físicas muito diferentes (Osório, *idem*), logo devido à heterogeneidade do grupo leva a que os programas de animação sociocultural devam de ser adaptados e muito variados consoante o grupo onde o animador irá intervir. Nesta intervenção, é importante estabelecer a diferença entre a animação sociocultural e a animação cultural, pois estes conceitos que à partida parecem idênticos, mas trabalham com a população alvo de forma diferente.

Também a árvore da animação é ramificada, onde cada ramo está ligado ao tronco, leva um caminho diferente dos outros. Falo do tronco da animação cultural e do tronco da animação sociocultural. Lopes (2011) estabelece a diferença entre animação cultural e animação sociocultural através de um quadro que distingue as duas áreas. Para este autor a animação cultural pretende difundir a cultura através da democratização cultural em que as pessoas não deixam de ser espetadores passivos sendo caracterizada por uma cultura para todos. Já a animação sociocultural intervém na área social, cultural e educativa em que o indivíduo é visto como agente produtor e criador da cultura. Assim sendo, desenvolve a participação ativa, a interação, o sentido crítico com todas as pessoas envolvidas no processo. Estes tipos de animação não fazem sentido se não tiverem presentes um agente promotor das ações – o animador.

Sendo a animação sociocultural diferente da animação cultural também os seus agentes terão funções e características diferentes. O animador cultural, para Besnard (1991) “é apenas chamado a ser somente um transmissor de uma cultura criada fora dele e destinada a um público” (Lopes 2011, p. 191) devendo possuir conhecimentos e formação cultural. Este tem como função difundir a cultura e a arte. O animador sociocultural terá de potenciar relações interpessoais valorizando o Ser Saber, Saber Fazer no grupo/comunidade onde pretende desenvolver a animação sociocultural. Este deverá de possuir a dimensão social e comunitária

Assim sendo, podemos verificar que a animação cultural e animação sociocultural usam metodologias diferentes pois as pessoas para quem trabalham têm um papel/função completamente diferente. Na animação cultural o indivíduo é visto apenas como um espetador passivo sem se envolver muito. Já a animação sociocultural tenta constituir uma metodologia

de intervenção que leve as pessoas a recriar de novo a sua cultura ligada à identidade da comunidade. Neste sentido, o animador sociocultural deverá de conferir

“protagonismo a quem o não tem, que dê voz a quem permanece calado, que transforme o cidadão número em cidadão pessoa, que trabalhe com o outro e não para o outro, que promova as culturas em vez de cultura, que compreenda que o viver em comunidade é viver num território com comum unidade” (Lopes 2011, p. 195).

É importante aqui referir que a investigação que aqui está a ser fundamentada, partiu do princípio de que as idosas em estudo não são espetadoras passivas, mas sim elementos ativos na sua própria animação. Neste contexto, assumo a minha posição enquanto animadora e investigadora em simultâneo que trabalha “com” as pessoas idosas, e não “para” essas mesmas pessoas da comunidade.

Consideramos a animação sociocultural como um meio facilitador na resolução de problemas, sendo a terceira idade um grupo específico, como já tive a oportunidade de discutir, poderá esta área de intervenção ajudar o indivíduo a tornar-se mais ativo dando sentido ao ato de participação, em que “pessoas adquirem consciência de algo tão simples e tão complexo como que através da participação é possível mudar. É aqui que a participação exerce a suas virtudes quando permite crescimento dos indivíduos” (Galinha, 2009, p. 99).

Com a terceira idade, o animador, deve de ter o cuidado de

“intervir, animando é ter em conta espaços e tempos, indivíduos e grupos, rupturas e continuidades, inovação e tradição. É ser ao mesmo tempo, novelo de lembranças e esquecimentos e fio de memória que se vai, aos poucos e poucos, tecendo em identidades e alteridades” (Lavado, 2007, p. 16),

valorizando, assim, a identidade pessoal e social de uma comunidade que se vai desenvolvendo à medida que a intervenção decorre. Assim sendo, o animador deve, segundo a autora acima mencionada, “questionar-se, portanto, acerca do modo como num tempo específico a patrimonialização fez sentido e, se hoje, aquela comunidade, continua a manter com ele uma relação de identidade” (*Idem*, p 13).

Património

Tendo em conta que a animação sociocultural pretende ser um meio para o desenvolvimento pessoal e comunitário, o património não pode ser esquecido, pelo contrário, é através do património local que se pode promover a participação social. Ao ser dado o

devido valor ao património, a comunidade sente que está a ser valorizado cada indivíduo que faz parte desta.

O conceito de património é relativamente recente. Para Pereiro (2006) o património é uma “expressão da cultura dos grupos humanos que recupera memórias, ritualiza sociabilidades, selecciona bens culturais e transmite legados para o futuro”(p. 3).

Para Coelho (1992) o património não é constituído apenas pelos monumentos construídos pelo homem. Para o autor também a natureza terá de ser integrada nesta definição:

“é o conjunto de bens e imóveis cuja conservação seja de interesse social, quer pela ligação com factos históricos relevantes, quer pelo excepcional valor artístico, arqueológico, etnográfico, bibliográfico, compreendendo os monumentos naturais, os sítios e as paisagens que seja importante conservar e proteger, pela feição notável com que tenham sido dotados pela natureza ou agenciados pela industria humana” (Coelho 1992, citado por Carneiro 2004, p. 62)

No que respeita a leis, no caso português, é no dia 6 de Julho de 1985 que a Assembleia da República definiu os princípios fundamentais do património. Na Lei nº 13/85 o artigo 1.º: O património cultural português é constituído por todos os bens materiais e imateriais que, pelo seu reconhecimento valor próprio, devam ser considerados como de interesse relevante para a permanência e identidade da cultura portuguesa através do tempo. Nesta Lei, também são responsabilizados os cidadãos e o Estado na preservação e conservação do património, no artigo 2.º: 1. É direito e dever de todos os cidadãos preservar, defender e valorizar o património cultural. 2. Constitui obrigação do Estado e demais entidades públicas a salvaguarda e valorização do património cultural do povo português.

A nível mundial a UNESCO, em 2000, define o património imaterial como:

“os usos, as representações, as expressões, conhecimentos e técnicas – junto dos instrumentos, objectos, artefactos e espaços culturais que lhes são inerentes – que as comunidades, os grupos e nalguns casos os indivíduos reconheçam como parte integrante do seu património cultural. Este património cultural imaterial, que se transmite de geração em geração, é recriado constantemente pelas comunidades e os grupos em função do seu entorno, a sua interacção com a natureza e a sua história infundindo neles o sentimento de identidade e comunidade contribuindo assim para a promoção e o respeito da diversidade cultural e criatividade humana” (UNESCO, 2003 citado por Pereiro 2006, p. 11).

O património cultural material e imaterial abrange tudo o que pertence à comunidade a nível material e espiritual, conferindo assim uma identidade própria à comunidade e ao espaço onde está inserida (Fontes, 2011). “O património cultural é um reflexo do que somos enquanto comunidade e cidadãos, é a memória do povo, as imagens do passado e a

ritualização da recordação” (Fontes, 2011, p. 203), que segundo a mesma autora “devemos trabalhar para dar a conhecer, valorizar e desfrutar da nossa herança cultural, nossa e de todos pois pertence ao nosso local, mas insere-se em toda uma perspectiva global, porque o nosso património faz parte da nossa identidade presente e futura” (*Idem*, p. 207).

Neste sentido, a pessoa idosa é, por si só, o património vivo de uma comunidade, através das memórias que transporta. Ao verbalizar as mesmas está a transmitir às gerações que lhe seguem toda a identidade daquele espaço. Daí o animador sociocultural ter que valorizar esta herança cultural verbalizada que é de “todos pois pertence ao nosso local, mas insere-se em toda uma perspectiva global, porque o nosso património faz parte da nossa identidade presente e futura” (*Ibidem*) salvaguardando assim o património imaterial e material e a identidade da comunidade.

Ao ser desmontada a identidade das pessoas e das comunidades, estamos, ao mesmo tempo, a falar de memória e obriga a pensar de forma relacional, processual e dinâmica e não apenas estruturalmente e de modo acabado. Implica ligar o passado, o presente e o projeto futuro. “O projeto constrói-se no presente enquanto antecipa um futuro inevitavelmente ancorado ao passado”(Vieira, 2012b, p. 5).

“A construção da identidade, tal como a operacionalizamos, consiste em dar significado consistente e coerente à própria existência, integrando as suas experiências passadas e presentes, com o fim de dar um sentido ao futuro” (*Idem*, p. 3). Isto é, ao intervir o animador deve de ter em conta a memória e a reprodução da mesma tendo em conta que

“quando não há a quem passar o conhecimento ancestral ou este é preferido relativamente a outro tipo de conhecimento. Sem memória, não se sabe o que foi nem o que se foi; não se poderá prever o que será e evitar cometer erros já cometidos nem o que se será e dificilmente se pode compreender o que se é” (Lavado, 2007, p. 9).

A identidade só pode ser desenvolvida/construída se o sujeito estiver integrado numa sociedade/comunidade que entenda a velhice como processo e não como estrutura (Vieira, 2008 e 2009). Por isso, o animador tem de respeitar a identidade de cada idoso e desenvolver ações que promovam a sua autoestima e recriem projetos de vida e bem-estar subjetivo (Cozinheiro 2009; Pimentel, 2008; Pinto, 2007). Vale a pena pensar, neste domínio, a importância dos afetos na animação com idosos. Como diz Luísa Pimentel (2008), “é tempo de reconhecer que as actividades reprodutivas são tão ou mais importantes para a promoção da dignidade humana e para o equilíbrio social como as actividades produtivas” (p. 13).

Na construção da identidade, o profissional de animação deve de ter em conta que “cada velhice é consequência de uma história de vida” (Gusmão, 2003; Fernandes, 2004; Pimentel, 2001), e ao confrontar as histórias de vida de cada pessoa, pode a partir delas construir uma intervenção mais sólida, onde as próprias pessoas sujeitas ao desenvolvimento se identifiquem e participem ativamente no desenvolvimento da sua comunidade.

Desenvolvimento Comunitário

Quando um profissional pretende fazer uma intervenção numa comunidade a fim de a desenvolver, nos parâmetros que pretende, deve de ter em conta o indivíduo que faz parte da mesma. Segundo a UNESCO, comunidades “são as redes de pessoas cujo o sentido de identidade ou ligação deriva de uma relação historicamente partilhada que está enraizada na prática de transmissão, ou envolvimento, do seu património cultural imaterial” (Cabral, 2009, p.12). Como tal deve de ter em conta as pessoas que dão sentido à comunidade e para isso o profissional terá de se aproximar do Outro “aquele que, como nós, é também um sujeito e, como tal, detentor de uma vida interior e de uma história radicalmente singular” (Baptista, 2006, p. 244).

Como acima referi, há que ter em conta que o Outro faz parte de uma comunidade. Segundo Baptista (2006) a “comunidade é o lugar humano onde se aprende a ser próximo do próximo. Um lugar feito de vizinhanças e de histórias comuns” (*idem*, p. 245), este lugar não está limitado por fronteiras físicas, muito pelo contrário, trata-se de um espaço rico em valores, normas, hábitos que pertence a pessoas que lhe conferem a sua identidade.

A comunidade, no que toca à terceira idade, tem um papel fulcral na promoção de bem-estar e qualidade de vida da pessoa idosa. É na comunidade que se criam laços de vizinhança e relações pessoais para toda uma vida. “A existência de relações sociais significativas é considerada como protectora da saúde mental dos indivíduos, actuando como “almofada” e/ou facilitadora da cura em situações de descompensação” (Paúl, 2005, p. 37). O ser humano é um ser social, e por isso sentirá sempre, ao longo da sua vida, necessidade de relacionar-se com os outros. Neste sentido Araújo & Melo (2011) defendem que se

“o envelhecimento for acompanhado por um investimento e um interesse nas relações com os outros, promover-se-á um sentimento de plenitude e de preenchimento do dia-a-dia. Na realidade, a capacidade de interagir socialmente é fundamental para o idoso conquistar e manter as redes de apoio social e garantir uma maior satisfação com a sua vida” (p. 142).

Ao ser promovido o desenvolvimento comunitário, está também a ser desenvolvida a qualidade de vida da população. “Por tudo isto, é necessário investir em oportunidades de miscenagem social e cultural, o que, em termos educativos, se traduz na promoção de uma multiplicidade de interações pessoais diversas, surpreendentes, plurais” (Baptista, 2006, p. 246), ou seja, é necessário investir no desenvolvimento comunitário.

Ander-Egg (1980) caracteriza desenvolvimento comunitário como sendo

“uma técnica social de promoção do homem e de mobilização de recursos humanos e institucionais, mediante a participação activa e democrática da população, no estudo, planeamento, e execução de programas ao nível de comunidades de base, destinados a melhorar o nível de vida” (Ander-Egg, 1980 citado por Carmo, 2007, p. 84).

Logo

“é fundamental investir no desenvolvimento local das comunidades devendo a animação ter um papel fundamental na motivação e na consciencialização das pessoas, para que sejam elas próprias a ter noção do que é preciso mudar e estar directamente implicadas no processo de mudança” (Fontes, 2011, p. 206).

Nos dias de hoje, em que o tempo (para as pessoas mais novas) passa a correr, é na pessoa idosa que reside esse tempo para manter viva a sua memória são estes os informadores que o profissional de desenvolvimento comunitário deve privilegiar é fundamental que nestas intervenções o vetor de relação vá no sentido de trabalhar com as pessoas e não apenas para as pessoas, assim o trabalho realizado na comunidade tem sentido, pois são os próprios indivíduos que escolhem o caminho que querem seguir promovendo assim o seu desenvolvimento, construindo o seu projeto de vida (Baptista, 2006).

A intervenção na terceira idade terá de ser contextualizada, queremos dizer com isto que, é importante o profissional entender o contexto onde o idoso está inserido para poder intervir da forma mais adequada, ou seja, a comunidade à qual pertence o indivíduo tem um papel fulcral pois é nela o idoso participa. Assim sendo a

“a participação na vida comunitária é importante em todos os momentos, mas particularmente, para a pessoa que chegou à idade de reforma se manter activa, sendo que esta participação é importante porque permite, entre outros aspectos, novas relações sociais, redes de contacto, associativismo e voluntariado e um melhor conhecimento de si próprio” (Galinha, 2009, p. 98).

Para Talesco (2004),

“sentir e contar histórias em comum significa dar possibilidade de criação e fortalecimentos comunitário. Os idosos por nós entrevistados determinam um tempo de pertencimento, que

não é o de “hoje”, tempo esse de criação e participação ativa no seio comunitário, de identificação de um sentimento de um agir regido pela profunda autodeterminação de si” (Talesco 2004, citado por Bezerra e Lebedeff, 2012, p. 1297).

Neste trabalho, o animador deve de ter em conta que está a trabalhar com os indivíduos para assim provocar o desenvolvimento dos mesmo e da comunidade, neste sentido há que ter em conta que é um trabalho sociocultural e não cultural que está a ser promovido.

É neste sentido, de ouvir as pessoas e perceber o quão é importante para elas reviver e recordar as memórias da sua história de vida que enquanto investigadora, fui ao encontro de três idosas que narraram partes da sua vida. Nesse momento

“o narrador está presente ao lado do ouvinte. Suas mãos, experimentadas no trabalho, fazem gestos que sustentam a história, que dão asas aos fatos principiados pela sua voz. Tira segredos e lições que estavam dentro das coisas, faz uma sopa deliciosa das pedras do chão, como no conto da Carochinha. A arte de narrar é uma relação alma, olho e mão: assim transforma o narrador sua matéria, a vida humana” (Bosi, 1994, p. 90).

Capítulo 2

“Era uma vez”

"A história é émula do tempo,
repositório dos factos, testemunha do
passado, exemplo do presente,
advertência do futuro."
Miguel Cervantes

Este capítulo, num primeiro momento, tem como objetivo fazer uma caracterização das três pessoas investigadas, três idosas com mais de 70 anos e, num segundo momento, apresentar o historial do ritual da Fonte Mariana bem como, da Associação Amigos Fonte Mariana, em género de narrativa histórica. Relativamente ao primeiro andamento, o da descrição das suas memórias de vida, será apresentado como se de uma história se tratasse, tendo em conta que as entrevistadas cresceram juntas e mantiveram sempre uma relação de vizinhança e conseqüentemente, de amizade.

Estas recordações estão ligadas a um espaço físico, a uma localidade, a um território, os Moinhos Novos. E para que se possa compreender como este se foi desenvolvendo, é necessário dar voz às narrativas dos indivíduos que possuem um nível especial de conhecimentos que os tornam únicos e insubstituíveis – e no que concerne a histórias de vida não há substituição possível de indivíduos – como únicos são os territórios que eles ocupam e/ou aos quais se reporta (Burgess, 2001). É este território que passo a caracterizar.

O território a que me refiro, é designado de Moinhos Novos, como já foi referido na introdução, é um lugar situado na freguesia da Benedita, concelho de Alcobaça, distrito de Leiria. Neste pequeno lugar, há 70 anos atrás apenas existiam três casas em que, posteriormente, com o crescer da população, os terrenos agrícolas deram lugar a casas de habitação e novas famílias se constituíram, a grande maioria, a partir dos elementos das três casas iniciais. Os filhos das três primeiras casas tornaram-se pais e, mais tarde, avós, vendo a

sua família a crescer ao seu redor. Nos dias que correm, há, em Moinhos Novos, cerca de 40 famílias e que hoje formam uma comunidade.

É neste território apresentado na figura 2, que se será o palco da história que seguidamente irei contar, relativamente às idosas que constituem o universo de estudo desta dissertação. Na figura 2 estão identificados a localização das habitações das idosas investigadas, bem como, a Fonte Mariana, o espaço comunitário onde hoje, as várias gerações se encontram durante o fim de semana, em especial, ao domingo.

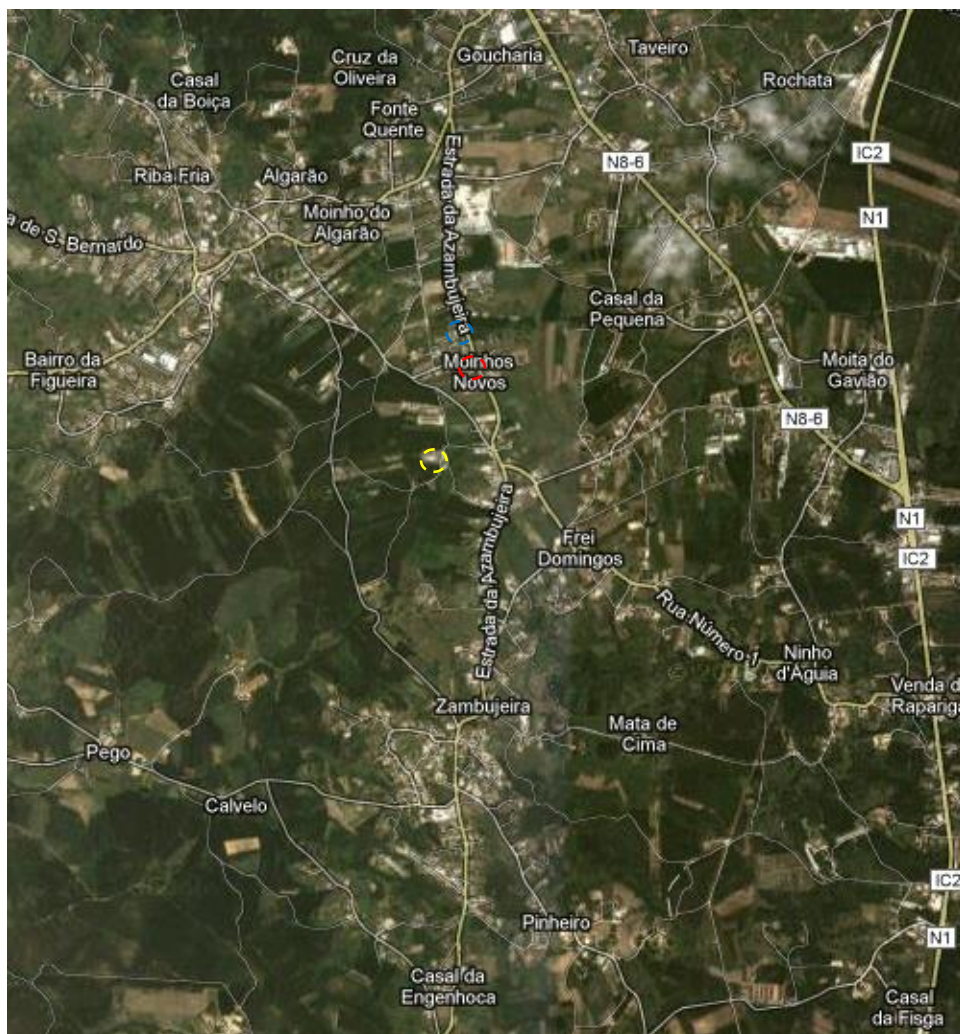


Figura 2 – Mapa de parte da freguesia da Benedita.

Legenda:

- 📍 Fonte Mariana
- 📍 Casas de dona Glória e dona Lurdes
- 📍 Casa de dona Mena

Não posso deixar de lembrar que este espaço passa muito para além da barreira física, em que cada canto é protagonista de uma memória escondida das pessoas que o habitam, sendo através dessas lembranças que decidi construir a história que irei contar.

À medida que vai sendo contada esta história, uma história de três vidas, vão sendo apresentados os diálogos de cada uma das idosas recolhidos através das primeiras entrevistas. Passo, então, a contar a primeira parte deste capítulo:

Era uma vez...

Há muito, muito tempo, numa terra de seu nome Moinhos Novos, habitavam pessoas que lá foram construindo moinhos novos, no alto da terra, com as suas próprias mãos para poderem transformar o trigo em farinha através da mó trazida da serra dos Candeeiros que se situa bem perto desta terra. Foram estes moinhos que deram nome ao lugar onde há 70 anos atrás habitavam três famílias e que desde sempre, mantiveram uma boa relação de vizinhança e de entreatada.

EG - “Quando era criança havia aqui três casas. Era a casa da ti Cristina, que é onde a ti Fátima mora, era a casa do meu pai que é no sítio da casa do Luís e era a casa da tia que era onde tá a casa [...], pronto era a casa onde tá o teu avô e a ti Irene.” (Apêndice 3a).

EG - “A gente de crianças era aquelas três casas que havia. Depois, mais tarde, começou-se a fazer, já quando a pois os filhos vá lá os meus irmãos.” (Apêndice 3a).

Nesta pequena terra, as três famílias viviam em harmonia. Em cada casa viviam onze pessoas, o pai, a mãe e os nove filhos respetivos. Das vinte e oito crianças que pertenciam às três famílias, existiam três meninas a Glória e sua irmã Mena e Lurdes que em crianças, partilhavam as brincadeiras e o trabalho. Estas três meninas gostavam muito de brincar, quando eram pequenas, juntamente com as outras crianças daquele pequeno lugar.

Naquela época, os seus pais trabalhavam no campo e sustentavam os filhos com o que conseguiam colher da terra, com a ajuda dos mesmos, e com o dinheiro que juntavam na venda, do que a casa produzia, na feira do dia 6 de cada mês. As suas mães ajudavam os seus pais, cuidavam da casa e das crianças.

A infância destas três meninas, hoje mulheres com mais de 70 anos, foi muito alegre. Quando se juntavam, gostavam de brincar às bonecas de trapos fabricadas pelas suas mães, às casinhas e aos altarinhas construídas por elas e seus irmãos, também gostavam muito de cantar. Um certo dia, conta Glória que *“foi a ti Cristina, matou uma galinha e foram bazar as tripas fora e a gente fomos lá buscar as tripas e lavámosas e guisamosas e comemosas”*,

gostavam de imitar “as mães quando se matava um porco”, conta Mena, ou até mesmo quando suas mães levavam a criação para vender na feira do dia 6.

EM - “E quando a gente imitava com um porquinho à feira. Lá ia, arranjamos um pau mais redondo ou uma pinha, punhamos um cordozinho aqui ao pescocinho. Lá ia a imitar aquele porquinho também ia para a feira.” (Apêndice 3b).

Para além deste ritual, também gostavam de brincar ao faz de conta às casinhas, em que cada criança tinha um papel associado ao pai, mãe, filhos:

EG - “E a gente ópois fazia casinhas muitas vezes: “Olha vamos fazer uma casinha, eu sou a mãe” ópois uma era a mãe, pois outras eram filhas ópois púnhamos ali umas caixinhas [...]” (Apêndice 3a).

EL - “Íamos às amoras, trazíamos um saquinho de amoras assim pi [por aí] além, mas éramos todas juntas, a gente e as cachopas ali, a Mena, a Glória. A Ilda era sempre a minha mãe, essa é que me governava [...] cada uma, a gente tinha uma mãe e atão elas é que cuidavam da gente. Elas é que vinham fazer aquele jantarinho dentro daquelas caixinhas de pomada, sabes? Depois fazíamos aquelas amoras” (Apêndice 3c).

Nas suas brincadeiras também gostavam de construir altarinhos com os paus que apanhavam no campo e era nesta estrutura que “fazia de conta” ser um altar da igreja, onde as crianças rezavam e os recriavam os batizados das suas bonecas de trapos:

EL - “Bonecas de trapo, púnhamos assim uns cabelinhos, às vezes eram umas barbas de milho, depois faz de conta que era o cabelo.” (Apêndice 3c).

Nestas brincadeiras podemos ver o quão era importante a religião e como esta estava tão enraizada. Mena dizia às crianças:

EM - “- Vamos fazer um altarinho! (...) - fazíamos uma coisa assim com dois pauzinhos [...] quando era pelo natal o nosso presépio era ali. Fazíamos um presépio tudo em ponto pequenino. Tudo em barro fazer as coisasinhas tudo em barro.” (Apêndice 3b).

Para além destas brincadeiras, gostavam de brincar com lengalengas. A brincadeira era tão envolvente que nem davam pelo tempo passar:

EL - “Estendia-se os dedos todos depois era “Uma duas argolinhas, panta o pé na papolinha o rapaz que jogo faz, faz o jogo dica o pau, dica pão Manel João, diz é velha do cordão, que recolha o seu pezinho, que recolha o pé de cão” [risos] a gente tava todos sentados com os pezinhos e com as mãozinhas” [...] passávamos as nossas manhãs com isto.” (Apêndice 3c).

EL - “E rodas que se faziam, todas assim à roda. Fazíamos assim aquelas rodas, cantávamos “aquí vai o lenço aquí fica o lenço. Aquí vai o lenço, a qui fica o lenço” andávamos assim meios dias.” (Apêndice 3c).

Quando chegou a altura de ir para a escola, Mena e Glória ingressaram nela com alegria. Este tempo de aprendizagem tinha como finalidade aprender a ler e escrever, para, assim, poderem escrever e ler as cartas que os pais recebiam de familiares.

EG – “E os nossos pais era assim: “É pra aprender a ler!” (Apêndice 3a).

EM – “Os nossos pais queriam que nós soubéssemos escrever uma carta.” (Apêndice 3b).

A par desta atividade, ainda tinham que ajudar os pais com o trabalho do campo a sachar a erva, na apanha da azeitona, a tratar dos animais.

EG - “E o meu pai às vezes: [...] “Olha agarrem uma foice e vão ao rio apanhar um feicho de erva num estante, quero dar pasto às vacas e não tenho”.” (Apêndice 3a).

Naquele tempo havia o hábito de oferecer às crianças uma foice, um sacho e o maço. Mena conta que “a gente tinha uma estimasinha naquilo que tu não fazes ideia”.

EG – “Tenho ali um sacho que o meu pai me comprou, o primeiro sacho, e uma foice, a foice já não tenho o sacho tenho, e fiquei tão feliz: “Ai o meu sachinho. [...] Olha ó Ilda, olha aquilo que o pai me comprou”. A gente era aquelas canetas, faz de conta que era as nossas canetas.” (Apêndice 3a).

EM – “As paystachons, é assim que se diz?[risos]. Os nossos pais davam três paystachons, agora não sei como isso se diz, era uma foice de ceifar era um sachinho e era um maçosinho para partir torrão.” (Apêndice 3b).

Quando os pais de Glória e Mena decidiram tirá-las da escola, para virem ajudá-los, a sua professora ainda tentou alertá-los para a importância da escola:

EM “- Ó D. Maria deixe ir a sua, menina estudar, deixe a sua menina estudar.”

EM “- Ai minha senhora” - a gente era senhora professora, a minha mãe - “Ó minha senhora não pode ser, ela faz-nos falta atão tem que andar no campo, tem que andar, tem que andar no trabalho, andar a tratar dos animais.” (Apêndice 3b).

Enquanto Glória fez a segunda classe, Mena andou até à terceira classe. Dizem que naquele tempo a escola não era obrigação para as crianças e Lurdes não teve a mesma sorte que as suas amigas. Apesar de ter dito: “- Presente” alguns dias, o pai tirou-a para ajudar a família no trabalho do campo.

EL - “Fui à escola, mas naquele tempo, sabes o que é que os nossos pais faziam à gente? Tiraram. Eu ia à escola, pronto, a escola não era obrigação. Ia à escola e atão o meu pai irou-me da escola que era pa ir pra diante das vacas, pra por o milho ao rego, vê lá as nossa vida.” (Apêndice 3c).

O tempo foi passando e as três crianças foram crescendo entre brincadeiras e os afazeres que lhes eram atribuídos. Nunca se atreviam a levantar a voz aos pais acatando sempre a ordem que lhe era pedida, todas tinham muito respeito por eles.

EL – “A gente tínhamos muito respeito e tínhamos medo à pancada.” (Apêndice 3c).

Já na juventude os caminhos das três meninas separaram-se. Lurdes para poder ter uma vida melhor, do que a do campo, pediu à sua mãe para ir servir:

EL – “Fui servir, naquele tempo pedi à minha mãe pra ela me deixar ir.” (Apêndice 3c).

E assim o foi, aos 13 anos foi até ao Carregado para servir, que é como quem diz, tratar dos afazeres da casa, no seu casao, de uma senhora casada e sem filhos.

EL - “Fui servir cando tinha 13 anos, foi pra essa tal casa que me vieram buscar.” (Apêndice 3c).

EL - “A gente para ter uma vida melhor só indo servir, o mais era sempre no campo, mondar, ceifar erva, estonar.” (Apêndice 3c).

No trabalho, Lurdes, teve a sorte de ter uma patroa que gostava muito dela, que a levava ao cinema, a festas, a passear por Lisboa. Lurdes acabou por ter a sorte que muitas meninas da sua idade não tinham, porque para além de ser muito querida, a sua senhora não tinha filhos e tratava-a como tal. Ambas gostariam de ter ficado sempre na companhia uma da outra, contudo, quando chegou a altura de voltar para casa da mãe, Lurdes, por ordem da mãe, retornou a casa com tristeza e alguma revolta.

EL - “Ia ao cinema de gente nova, tudo assim à tardinha. A minha mãe não deu ordem d’a gente sair, só de dia.” (Apêndice 3c).

EL - “Gozei muito, cando era nova gozei. E porque ela [sua patroa] fazia sempre conta de eu lá ficar.” (Apêndice 3c).

Já as suas amigas, Mena e Glória apesar de terem feito o mesmo pedido a seu pai, não tiveram a mesma sorte que Lurdes. Um certo dia Glória perguntou a seu pai:

EG - “Oh pai, a gente anda tão cansada e as cachopas algumas, a ti Cristina tão a servir, a Virgínia da tia tá a servir e vêm cá limpinhas a gente podia ir servir?” - Que era prás casas das senhoras. [...]”(Apêndice 3a).

Seu pai, por sua vez, respondeu:

EG - “Deixem lá que um dia hão-de servir, mas é só a um patrão, [risos] deixem lá que vocês vão servir mas é só a um patrão.” (Apêndice 3c).

Acabaram por se dedicar ao trabalho do campo e ao de casa, à medida que o tempo foi passando, as responsabilidades aumentavam, o trabalho continuava a ser na terra a semear, mondar, ceifar.

EG - “Começava-se a semear o trigo, por exemplo em Dezembro, o trigo semeava-se quando era ali assim em Fevereiro o meu pai dizia assim: “Olha, olha o trigo tá acolá umas nódoas tem que se ir começar a mondar”[...]” (Apêndice 3a).

Paralelamente ao trabalho das terras juntava-se ainda o da casa. Como já estavam a ficar com idade para poderem casar, a sua mãe também fazia com que as jovens não deixassem de trabalhar nos afazeres da casa:

EM - “A gente ia à missa de manhã, quando a gente viesse nunca mais parava que a minha mãe dava-nos trabalho ao domingo [...] muitas vezes era assim: “fazem o jantarinho porque eu tenho que arremendar roupa.” (Apêndice 3b).

Como não podia deixar de ser, nesta altura da juventude, já as meninas começavam a tratar do seu enxoval. Assim, quando chegasse a altura de encontrar o seu companheiro para a vida, não estariam de mãos a abanar. Naquele tempo, era nas romarias da Benedita que conheciam os rapazes e tinham mais liberdade para dar dois dedos de conversa aos rapazes, mas sempre com o olhar atento das mães ou acompanhadas de suas irmãs. Mena encontrou o seu marido numa dessas festas:

EM - “A gente íamos pra festa de S. Brás cando [quando] éramos novas, eu e a ti Lurdes, ainda não tínhamos namorado. Não é que naquele dia arranjamos um namorado? [...] Lá é que o meu marido que Deus tem, lá é que ele se dirigiu assim um bocadinho.” (Apêndice 3b).

Por sua vez, Glória, sua irmã, aos 18 anos, conheceu o seu parceiro no final da missa, mas como, segundo ela, o seu pai só a deixava namorar quando completasse 20 anos de idade, teve de esperar pelo namoro:

EG – “Quando foi no domingo, eu vinha da missa do meio dia, porta-se ele, mas eu respondi-lhe à mesma o que tinha respondido ao outro mas ele foi muito bem educado [...]:

- “Olhe eu, namorar não namoro, porque posso namorar, mas o que é assim, namorar só cando tiver 20 anos que ainda me faltam 2 anos e eu não quero”. E ele diz-me assim:

- “E eu espero” - É porque a gente távamos mesmo destinados um para o outro - “E eu vou esperar, a gente você pode fazer conta comigo e eu posso fazer conta consigo”,

E eu fiquei.” (Apêndice 3a).

Ambos esperaram dois anos para começar a namorar. Durante este tempo de espera, viam-se de longe e por vezes falavam.

EG - “Às vezes assentava-me nas laranjeiras, assentava-me debaixo de uma laranjeira ao domingo à tarde e ele às vezes via-o vir do lado da Azambujeira. A gente só se via e ficávamos contentes e felizes e não se dizia nada um ao outro, eu tava debaixo das laranjeiras ele ia a passar pela estrada.” (Apêndice 3a).

Assim que Glória completou as 20 primaveras, no domingo seguinte teve a sua mão pedida, por Joaquim, a seu pai, como tinha sido prometido naquele dia depois da missa.

EG – “E quando fiz vinte anos, fiz vinte anos a uma sexta feira cando foi a um domingo ele veio, pois foi logo.” (Apêndice 3a).

As três crianças, agora jovens seguiram o ritmo normal da vida. Conheceram o seu parceiro, construíram a sua casa perto da sua família, casaram e constituíram a sua família. Na sua vida de casadas, ambas tratavam da casa, dos filhos e ajudavam os maridos no trabalho do campo. Glória conta que,

EG - “Eu às vezes, ele ia trabalhar, [...] tinha que tar a trabalhar, e eu dizia-lhe assim: “Ó Jaquim, tu vais, mas olha que...” e ele dizia-me assim: “Havia de se ir falar a uma mulher ou duas pa irem ceifar este trigo”, “Tá bem depois eu vou, eu falo ali se a Lurdes puder vir aqui uns quartéis, umas horas”. Sabes o que é que eu fazia? Agarrava numa foice e tuca, tuca, tuca, tuca. Uma vez chegou a almoçar e diz-me assim: “Ouve lá, atão falas-te às mulheres pa virem”, “Falei, olha foi o meu braço”. [risos] Olha por isso é que tenho o meu braço assim, não tenho força. Fazia isso tudo, pois.” (Apêndice 3a).

Mena, para ocupar o seu tempo, porque não gostava de ficar parada, acabou por construir com as suas próprias mãos um curral e umas coelheiras para fazer criação e posteriormente, vender os animais para ajudar nas contas da casa, para além dos afazeres da casa.

EM – “Fui ferrar umas estacas aqui, outra ali, outra ali, com uns pauzinhos que tinha ali fiz um curralinho de um porco. Vê lá, porque não havia empregos não era?” (Apêndice n.º 3b).

EM - “Fiz uma coelheirinhas, eu pla minha mão fiz umas coelheirinhas, pus duas ou três coelhinhas a criar.” (Apêndice 3b).

À semelhança das duas irmãs, também Lurdes, na vida de casada fazia o trabalho de dona de casa e mãe.

EL - “Eu era doméstica de casa, fazia o meu trabalho cuidava dos cachopos e fazia a minha vida. Criava animais, com vacas, com porcas, com coelhos, tinha de tudo.” (Apêndice 3c).

Quando chegou a altura da maternidade, todas se dedicaram de corpo e alma à nova condição de sua vida. Glória teve quatro filhos, Mena também mas para sua infelicidade e a do seu marido um morreu à nascença, foi um grande desgosto para a família. Lurdes teve cinco filhos, em que o primeiro também não resistiu:

EL – “Tive seis, mas o primeiro passado 5 meses foi-se logo a baixo. Foi logo o primeiro, [...] tudo se cria tudo se passou, olha na foram eles que me deram fezes.” (Apêndice 3c).

Durante estes anos entre a vida do campo e a familiar, entre os momentos bons e menos bons que a vida iam trazendo a Mena, Glória e Lurdes, tinham uma vida tranquila, alegre e segura:

EG - “Era uma vida tranquila, [...] era uma vida com’é que eu hei-de dizer? Era uma vida tranquila, era uma vida prece [parece] que sem medo.” (Apêndice 3a).

EL – “Era um tempo muito seguro, quer dizer, alegre. A gente ia a uma reza à noite, sabes assim cando era em Maio, só se ouvia era cantar.” (Apêndice 3c).

Os anos foram passando, os filhos cresceram e posteriormente casaram, que por sua vez tiveram filhos. A maioria dos filhos de Glória, Mena e Lurdes, mora bem perto de suas casas. Agora, já na condição de avós, estas três mulheres continuam dedicadas à sua família, ajudam a criar os netos.

Glória e Mena são viúvas, Lurdes ainda continua com o seu companheiro de toda uma vida. Durante a semana têm uma rotina semelhante:

EL - “Levanto-me de manhã, faço o pequeno almoço, no fim vou alimpar a casa. Vou arrumar a cozinha do pequeno almoço, chegam-se logo as horas de fazer o almoço, vou fazê-lo. Cando tenho os meus netos vou cuidar deles. E assim se passa a vida, agora a vida é diferente, tas a ver, na é como antigamente.” (Apêndice 3c).

EM - “Limpo a cozinha, lavo a louça, alimpo tudo. Depois faço umas costuras ainda, que as minhas noras: “Olha ó vó, tenho umas bainhas destas calças pa fazer, tenho estas calças prá alargar, tenho este pontinho para dar.”” (Apêndice 3b).

EG - “Depois vem aqui o meu Tomás está aqui um bocadinho ou a tia Mena ou vem, prontos, chega aqui alguém, a Tina é muito amiga de às vezes tá para se ir deitar, tou às vezes para me ir deitar, bate-se à porta: “Abra lá a portinha que é pa eu passar mais um bocadinho mais você, assentesse [sente-se] aí”, e converso um bocadinho mais ela.” (Apêndice 3a).

Durante o seu dia-a-dia estão ocupadas e mesmo quando não têm nada para fazer tratam de arranjar, remendar alguma roupa dos filhos, tratar das flores, pôr a conversa em dia

umas com as outras, dado que mantêm uma relação de amizade e vizinhança muito próxima. Glória, nos seus momentos de reflexão, conta que, por vezes, pensa:

EG - “Então mas o que é que eu tou agora aqui a fazer? Atão o nosso senhor agora podia-me levar!”. Bem, mas tenho que ir tratar dos porcos, olha tenho que ir apanhar qualquer coisa pros coelhos. Olha tenho que ir fazer aquilo, pronto e ópois penso assim: “Bem olha daqui a bocado vou fazer o jantar”.” (Apêndice 3a).

Por sua vez, Mena gosta, nos momentos de solidão, de recordar os tempos de mocidade e assim colmatar este sentimento com as memórias de toda uma vida e coloca-las em papel:

EM – “O que é que à dias eu escrevi? Escrever o quê? Coisas do meu tempo cando [quando] andava, cando era pequenita, cando andava na escola. Chegava-se ao domingo ia tudo à missa, escrever os cânticos que se cantava nessa altura. Tão aqui uma quantidade disso.” (Apêndice 3c).

Nesta terra onde vivem, existe um espaço que as três frequentam desde tenra idade, uma fonte de seu nome Mariana. Em pequenas chegaram a transportar água em cântaros, da fonte até às suas casas:

EG - “É que a gente antigamente, antes d’a gente fazer aqui o poço, a gente acartava aqui a água da fonte. Eu e muitas mulheres, não era só eu. Um balde em cada mão e um cântaro à cabeça, lá vínhamos a gente à subir.” (Apêndice 3a).

Para além deste trabalho diário, uma vez por semana, lavavam também a roupa:

EL – “E atão a gente chegava às vezes à meia-noite pra lavar a roupa, tava a pia cheia de água, a pia tava cheia de água, mas depois éramos umas poucas.” (Apêndice n.º 3c).

Neste segundo momento, tal como estruturado no início e já na introdução, remeto a narrativa para um breve historial da Fonte e da Associação Amigos Fonte Mariana.

Como já dizia o poeta, “mudam-se os tempos, mudam-se as vontades” e também aquela fonte foi mudando com o passar do tempo. A Fonte Mariana desta história e também pertencente à história da comunidade, situa-se num pequeno vale pertencente aos Moinhos Novos, dali nasce a água que abasteceu as famílias da terra e arredores, ainda hoje muita gente se serve daquela água, para consumo próprio. A razão da sua graça foi ficando no esquecimento do tempo, daí já não haver presente uma memória sobre o porquê de Mariana.



Figura 3 – Fonte Mariana

Antigamente, a Fonte Mariana era utilizada diariamente para as pessoas da localidade se abastecerem de água e lavarem a sua roupa.

EG - “Íamos pra lá pa esperar que a água nascesse, pra ver aquela que apanhava um balde de água.” (Apêndice 3a).

EM - “Aquilo era por ordem. Aquilo nos muros, os cântaros era tudo à volta.” ”.

EG - “É verdade, tudo cheio. - “Agora sou eu, agora sou eu”. “ (Apêndice 5a).

EG - “Era duas e três vezes.”

EL - “A gente na fazíamos mai nada que era acartar água. [risos] E tavamos que tar à espera da nossa vez.” (Apêndice 5a).

Era, simultaneamente, um espaço de convívio entre várias gerações e um local vital para a localidade.

EG - “Frei Domingos, Venda da Raparigas, Ninho de Águia, Moita. ” (Ver figura 2)

EM - “Era muita gente.”

EL - “Era, era” [bocejando].

EM - “Era a única fonte.”

EG - “E vinham homens do Casal Guerra e vinham buscar varrises [barris], muito grandes, daqueles varrises de água. Vinham homens do Casal Guerra, do Candeeiro.” (Apêndice 5a).

EL – “Olha tavamos assim a ouvir palestras o que é que as mulheres mais velhas diziam.” (Apêndice 5a).

Com o passar do tempo e com a chegada da água potável, das máquinas de lavar a roupa, o espaço foi ficando ao abandono, pois as famílias deixaram de ter a necessidade de se deslocar até à fonte para se abastecerem e tratar da roupa.

Para que a Fonte Mariana não ficasse ao abandono e caísse no esquecimento, um grupo de pessoas decidiu formar uma associação para dar vida à Fonte Mariana, que fez, e ainda faz, parte da história e da identidade da população de Moinhos Novos.

EG – “Olha foi o Rui, foi o Jorge, o teu pai, foi o Venâncio, foi o teu Paulo [apontando para D. Lurdes], pronto, foi estes rapazes assim. O ti Fernando, depois o Tito, o Monteiro o teu Zé [virando-se para D. Mena]. Depois fizeram uma reunião, depois combinaram aquilo e fizeram uma reunião, era o Carlos que era mais novo, era o Tomás, era o Zé era esta gatinha assim mai nova.” (Apêndice 5a).

A história deste espaço começou novamente a ser reconstruída. A Fonte Mariana esteve desde sempre ligada à vida do povo de Moinhos Novos, nos dias que correm continua a ser um local onde toda a população se encontra e trabalha em prol deste espaço, através da Associação Amigos Fonte Mariana, criada a 2 de Dezembro de 1992.

EM – “Há mais de 20 anos.”

EG - “Há mais de 21 anos. Há 21 anos que a associação tá criada.”

EL – “O tempo passa-se.” (Apêndice 5a).

É neste espaço que as entrevistadas ocupam o seu tempo durante o fim de semana. É na Fonte Mariana que fazem trabalho comunitário, onde confeccionam os fritos tradicionais da terra – as filhoses e coscorões. Neste trabalho, cantam, riem, falam da vida que ficou na sua memória.

EM - “A gente às vezes temos a fazer as filhoses, lá em baixo e começamos a cantar aquilo, aquelas canções antigas, palavra d’honra. Foi aqui à tempo umas pessoas (...) e eles: “Ai meu Deus, ai o que as senhoras estão a cantar!” e elas também sabiam estas canções. Olha tudo ali a cantar.” (Apêndice 3b).

EM - “Às vezes rimos-se, também temos lá um bocado que às vezes se rimos, porque vêm pessoas que a gente já não vimos à anos (...) às vezes aparecem ali, olha aquilo é de a gente partir a rir, e depois a gente começa-se a lembrar disto, daquilo. E é assim, é engraçado.” (Apêndice 3b).

Dos tempos que já lá vão, estas três senhoras recordam com muita saudade e nostalgia. Para elas, a vida era vivida com muita tranquilidade, sem medo ao passo que nos dias de hoje

não acontece. (No capítulo seguinte, será explorada a visão que as entrevistadas têm do tempo passado hoje junto à fonte.)

EG - “Deixou-me muitas saudades, por exemplo aquela, aquela comunidade assim, daquele, aquela coisa de se, de serem mais. Agora parece que a vida faz conta que é um flagelo, não há tempo pra nada e quando há tempo.” (Apêndice 3a).

EM - “Havia muita fome. Agora dizem que há fome? Não há não! O mundo expandiu-se muito de repente, tá a ver? E todos aqueles hábitos todas aquelas pessoas que trabalhavam no campo mereciam todo o nosso respeito.” (Apêndice 3b).

EL - “Era uma vida sã, uma vida muito boa que nós tínhamos, ríamos, passeamos. Tínhamos à espera que acabasse a azeitona pá gente comprar uma blusinha branca.” (Apêndice 3c).

Contudo não deixam de sentir que estão vivas e que ainda têm muito para fazer. Mena diz que;

EM - “Mas gosto de viver, às vezes com muitas preocupações com muitas saudades do meu marido, muita, muita, muita.” (Apêndice 3b).

EM - “Às vezes apetece-me que Deus me leve. Mas outras vezes, “Não, não, meu Deus deixa-me estar, deixa-me estar, porque a gente enquanto cá temos vamos valendo uns aos outros”, e vivendo em paz.” (Apêndice 3b).

Lurdes afirma que:

EL - “Já temos os nossos anos passados, isto vão-se passando e é sem a gente se aperceber.” (Apêndice 3c).

EL - “Eu tenho pena de me fazer de velha e morrer. Eu tenho, eu tinha muito gosto de viver, tinha muita coragem, nunca perdi a coragem que tinha, gostei sempre de viver e ter coragem.” (Apêndice 3c).

Glória comparando-se com outras pessoas diz:

EG - “Oxalá que todas as pessoas tivessem na minha situação.” (Apêndice 3a).

Vitória, vitória, acabou-se a história.

Assim termino esta história incompleta de três jovens que foram envelhecendo, e que hoje se reencontram num espaço comum, embora mudado, para viver a velhice de forma ativa. Estas vidas ajudaram a construir a identidade desta comunidade, das três idosas com mais de 70 anos e são estas memórias que, em parte, animam, no sentido de dar a vida, o presente olhar de cada idosa entrevistada, como explorarei em profundidade, no capítulo 3.

Capítulo 3

Idosos, Memórias, Animação e Envelhecimento Ativo:

O tratamento dos dados

“Preciso reviver, eu bem sei, mesmo que só na lembrança, voltar à minha antiga casa, rever a minha infância e todos os momentos felizes que lá passei.”

Clarisse Pacheco

Neste capítulo 3, designado Idosos, Memórias, Animação e Envelhecimento Ativo: o tratamento dos dados, procuro fazer uma leitura dos meus dados, que são essencialmente resultado da observação direta participante e das entrevistas feitas às três senhoras que tive a oportunidade de apresentar no capítulo 3 – “Era uma vez”. Será aqui cruzada a teoria discutida na revisão da literatura, do capítulo 2, com o que cada uma das entrevistadas fala sobre a importância da Fonte Mariana no seu projeto de vida e na sua qualidade de vida sem a qual se sentiriam mais sós e menos ativas.

Efetivamente, o homem é um animal social (Araújo & Melo, 2011), pelo que precisa de viver com o outro com os quais se identifica para que a sua vida tenha qualidade e faça sentido. Neste caso também as três entrevistadas quando falam comigo, a propósito da sua vida, falam não só de si bem como das outras amigas e convocam memórias que não são exclusivamente individuais, mas coletivas, vividas conjuntamente, quer na infância, quer na adolescência, quer na adultez, todos os domingos, em torno do património que hoje mantêm vivo através do seu trabalho em prol da comunidade.

Um dos conceitos base debatido nesta dissertação é o do envelhecimento ativo. Ao serem selecionadas as entrevistadas, tive o cuidado de me perguntar se estas senhoras com mais de 70 anos eram ativas. Mas como podemos definir atividade na terceira idade? Será

porque praticam apenas exercício físico? O envelhecimento ativo passa muito para além da prática de exercício físico, como podemos verificar. Segundo Ribeiro e Paúl (2012), existem conceitos associados ao envelhecimento ativo, a autonomia, a independência, a expectativa de vida saudável e a qualidade de vida. Através da observação participante realizada com estas idosas, nesta investigação (Burguess, 2001), pude perceber que a população em estudo tem bem presente, estes conceitos, como filosofia de vida, diariamente, e no ritual domingueiro, do qual são as mentoras.

No seu dia-a-dia, dona Mena, dona Lurdes e dona Glória estão sempre ocupadas com os afazeres da casa, tratar dos animais, das hortas, entre outros. Têm por hábito acordar cedo e dar início à sua rotina habitual. Dona Mena conta que:

EM – “O meu dia a dia é levantar-me sempre cedo. [...] levanto-me, cuido das minhas florzinhas, quando é de verão, tiro as folhinhas velhas. Vou ali para traz para os animais. Depois tenho uns barracões velhos para ali, não gosto que eles caiam [risos], depois ando sempre a reforçar com um pauzinho com uma vigazinha (...) depois venho tomar o pequeno almoço, venho arrumar o meu quarto, ando na minha vida.” (Apêndice 3b)

EM – “Depois durante o dia canto, baixinho, assim. A gente quem canta reza duas vezes.” (Apêndice 3b)

EM – “Apois vou tratar dos animais outras vez, tirar-lhe o estrume, e pronto a minha vida é assim.” (Apêndice 3b)

O dia-a-dia de dona Lurdes e dona Glória é semelhante ao de dona Mena. Ambas mantêm uma rotina diária onde cuidam de suas casas, tratam dos animais, vão semeando alguns alimentos para consumo próprio. Estas atividades são parte dos projetos de vida pessoais de cada uma das entrevistadas, projeto que é fundamental para a sua própria qualidade de vida (Vieira, 2008, 2012a; Tamer e Petriz, 2007) nos quais assenta muito do seu envelhecimento ativo (Pimentel, 2008):

EL – “Apois dou o almoço, depois arrumo a cozinha se tiver alguma coisa pa fazer, vou fazer, lavar roupa também costumo lavar roupa à mão, tenho máquina, mas lavo muita roupa à mão. (Apêndice 3c)

EG – “Olha levanto-me, cá faço as minhas oraçõezinhas.” (Apêndice 3a).

EG – “Depois vou tratar dos animais, dos porcos, tenho ali dois porcos a engordar, dos pintos, das galinhas, dos coelhos, do cão é a minha vida assim.” (Apêndice 3a).

EG – “É assim é a minha vida, da parte da tarde, assim no fim de almoço arrumo a cozinha depois tenho assim um bocadico às vezes, ligo um bocadinho a televisão, mas ópois vou aqui, vou ali.” (Apêndice 3a).

Este projeto de vida diário (Pimentel, 2006; Vieira, 2009; Cozinheiro, 2009) alimenta e dá sentido de viver a estas três idosas. É importante salientar que todas as investigadas são autónomas fisicamente e nas decisões que tomam na sua vida, mantendo a sua independência perante a família e os que as rodeiam. O seu meio familiar também é grande impulsionador da sua atividade. Ao longo da sua vida ajudaram a criar os netos e ainda hoje são responsáveis, muitas das vezes por lhes dar o almoço e a acolher quando estes estão de férias.

EM – “Depois tenho os meus meninos, muitas vezes. Criei a Soraia a Mariana e tive um tempo os filhos do meu Zé. É assim e ainda aqui estou.” (Apêndice 3b)

EL – “Cando tenho os meus netos vou cuidar deles.” (Apêndice 3c)

EG – “O meu Bruno e o meu Ivo e mesmo a minha Carolina às vezes assim: “Ai ó ‘vó não sejas muito chata, tá bem?” a gente às vezes fala, falo com ela assim na idadezinha que ela tá, é bom a gente falar. “Tá bem ó ‘vó, pronto, tá bem” [risos]. E o meu Ivo e o Bruno é assim dão-me um beijo abraçam-me ópois “Esta é que é uma velhota, esta velhota. Ó ‘vó como é que tá”, é assim, é, é [risos].” (Apêndice 3a)

São estas pessoas idosas que muitas vezes a sociedade coloca de lado, porque não ajudam no desenvolvimento da economia. Contudo, são um elemento fulcral na economia e organização familiar, ou seja, ao ajudar a cuidar dos seus netos, ao fazer o almoço para os filhos e netos, ao remendarem a roupa dos mesmos promovem a sua atividade (Osório 2004) e a estabilidade e apoio à sua família. Para não falar o facto de serem um elemento unificador de toda a sua família.

Durante o dia a dia, a dona Glória, a dona Mena e a dona Lurdes são constantemente estimuladas pelas suas famílias e comunidade. Este meio social e físico permite-lhes, assim, estarem envolvidas no desenvolvimento do seu próprio envelhecimento ativo (Garcia 2009; Ribeiro e Paul, 2011). Têm prazer em estar sempre ocupadas e sem isso a vida não faz sentido:

EL – “Depois se tiver tempo vou a casa da Célia, fazer assim qualquer coisinha cando ela lá na está, a roupa e assim. Olha passasse o tempo.” (Apêndice 3c).

EG – “Ó mãe faz o almoço que eu vou almoçar”. “- Pronto”. “- Ó mãe faça isto.” (Apêndice 3a).

EG – “Atão a gente tá ocupadas. E outras vezes, olha a minha Tina: “- Olhe faça favor, olhe cosa-me estas calças. Olhe tá a aqui as calças do Ivo. Olhe tá aqui uma camisa do Venâncio, cose, vire-me o colarinho”.” (Apêndice 3a).

EM – “Limpo a cozinha, lavo a louça, alimpo tudo. Depois faço umas costuras ainda, que as minhas noras: “- Olha ó vó, tenho umas bainhas destas calças pa fazer, tenho estas calças prá alargar, tenho este pontinho para dar.”” (Apêndice 3b).

Nos tempos livres, que, segundo as entrevistadas, são muito poucos, ocupam o seu tempo de forma diferente. Enquanto que dona Mena gosta de dar uns dedos de conversa com as suas vizinhas:

EM – “Tenho poucos tempos livres, como eu te acabei por dizer, tenho poucos tempos livres. Às vezes ajunto-me ali com a minha irmã, outras vezes vou a casa dela.” (Apêndice 3b).

EM – “Tenho aqui as minhas irmãs, às vezes passa a Irene pára aqui um bocadinho e conversa, vem aqui a Glória conversar um bocadinho comigo, outras vezes eu vou lá também. Se a gente vê a ti Lurdes, sempre fomos assim muito amigas, a ti Glória do Monteiro, às vezes ta ali o rebanho deles paremos ali assim um bocadinho, quer dizer a conversar umas com as outras.” (Apêndice 3b).

Dona Lurdes, por seu lado, tem preferência em tratar de sua roupa e da casa:

EL – “Vou dar uns pontinhos, roupa que às vezes tenho peúgas, coisas assim que acho que já nem conta a gente arremendar, mas nós gostamos sempre de azelar.” (Apêndice 3c).

EL – “Vou mudar umas flores, uns vasos a gente nunca, há sempre que fazer, numa casa. Só se a gente for assim muito coisas, é que não há que fazer.” (Apêndice 3c).

Dona Glória, quando fala das suas ocupações, ainda pensa:

EG – “Eu às vezes penso assim, “Então mas o que é que eu tou agora aqui a fazer? Atão o nosso senhor agora podia-me levar!”. Bem, mas tenho que ir tratar dos porcos, olha tenho que ir apanhar qualquer coisa pros coelhos. Olha tenho que ir fazer aquilo, pronto e ópois penso assim: “Bem olha daqui a bocado vou fazer o jantar”.” (Apêndice 3a).

Neste contexto, podemos perceber a importância do meio social, onde as senhoras estão integradas, para a sua qualidade de vida e bem-estar, ao manterem uma relação de proximidade entre as suas famílias e uma boa relação de vizinhança estimula o seu bem-estar. Ao ser alimentado este sentimento, de atividade e utilidade nos afazeres diários de dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, faz com que estas sintam bem-estar psicológico e social (Araújo e Melo, 2011; Carmo, 2007; Neri, 2001).

Todas afirmam que têm poucos tempos livres, e quando o têm acabam por visitar e ter um dedo de conversa com as vizinhas. Na observação direta que fui fazendo ao longo deste tempo de investigação, era frequente observar as senhoras a deslocar-se de suas casas para outras ou até mesmo a conversarem na rua enquanto uma ou outra tratava do seu jardim. Esta proximidade entre elas torna, um dos três pilares da estrutura política para o envelhecimento

ativo, o pilar da segurança bem presente nas suas vidas, promovendo assim a interação entre as pessoas da comunidade colmatando a solidão e o isolamento das mesmas (Baptista, 2006; Vieira, 2012 b; Araújo e Melo, 2011).

Nas primeiras entrevistas, depois de contarem o que foram e o que são, dona Mena, dona Lurdes e dona Glória foram questionadas sobre o que gostavam de fazer no amanhã, ou seja, que projetos têm para a sua vida. Neste momento existiram alguns momentos de reflexão por parte de cada entrevistada, que nunca tinham pensado nesta questão. Para estas três mulheres os seus projetos individuais são planificados consoante o decorrer do dia a dia, no entanto existem os sonhos que ambas gostariam de realizar, dona Mena conta que gostaria de encontrar ou promover um espaço de encontro entre as pessoas de sua idade:

EM – “Se eu tivesse dentro assim de certas coisas, de certas oportunidades, era fácil a gente chegar ali. Às vezes a gente juntar-se todos a conversar e ria-se a cantar umas cantigas antigas, havia hipótese disso como te digo.” (Apêndice 3b).

EM – “Já conversei isto até com as minha irmãs, a gente havíamos d’arranjar uma coisa qualquer para nós passarmos o tempo ou coisa assim, mas elas dizem-me assim: “Mas tu na vês que a gente tamos meias coxas já” vá coxas mesmo a preceito e pra onde é que a gente ia?” (Apêndice 3b).

Dona Glória gostaria ainda de fazer algumas peças para as suas netas se poderem recordar dela, mas infelizmente diz a que sua vista já não é como era e vai adianto este projeto sempre na esperança o concretizar um dia.

EG – “É a minha vista, não posso apertar com a minha vista, que se não fazia uns napronzinhos, umas coisinhas pás [para as] minhas meninas, para lhe dar uma recordação d’avó.” (Apêndice 3a).

EG – “Mas anda tenho esperança que ainda hei-de de fazer.” (Apêndice 3a).

Já a dona Lurdes ainda gostava de poder aprender a ler um dia, para ler as palavras que aparecem na televisão e ler as revistas da paróquia, para além disso, continua a coser pão todas as semanas para si e para a restante família.

EL – “Era ler, há muita coisa que a gente olha pá televisão e gostemos de saber o que é que se está a passar, não é?” (Apêndice 3c).

EL – “Ainda coso, canto tenho um dia da semana coso. E olha tenho que coser pá semana.” (Apêndice 3c).

Estes projetos pessoais estão relacionados com a história de vida de cada uma das entrevistadas, estes sonhos que ainda gostariam de realizar estão de acordo com o que foi a

sua profissão ou até mesmo o que não tiveram oportunidade de fazer ao longo da sua vida, e agora refletem que ainda lhes falta alguma coisa.

Para além deste projeto pessoal de vida que ainda gostariam de realizar, nestas três vidas, que tive a oportunidade de apresentar no capítulo 2 – “Era uma vez”, existe um projeto semanal comum na vida dona Lurdes, dona Mena e dona Glória – a Fonte Mariana. É a partir deste projeto comunitário que, como pudemos perceber no capítulo anterior, que as três mulheres investigadas, trabalham como voluntárias para manter a Fonte Mariana ‘viva’ e ‘ativa’, conseqüentemente também as suas vidas, sem que deem por isso: São também as memórias, que guardam do espaço e dos momentos passados neste, que criam uma ligação muito forte que faz com que estas três mulheres não deixem que o tempo leve no esquecimento este sentimento de ‘gosto’ que têm pela Fonte Mariana.

Neste momento irei lapidar o “diamante bruto” (Bosi 1994) que recolhi através da entrevista *Focus Group*. Nesta entrevista dona Mena, dona Glória e dona Lurdes tiveram a oportunidade de reviver e relembrar acontecimentos marcantes de suas vidas (Vieira 2009; Bosi, 1994; Lavado, 2007; Sad, 2001). A história de vida de cada uma, ao ser verbalizada ajuda na preservação da memória social da comunidade onde vivem (Sad, 2001, Vieira, 1999, 2012 a e b. É importante relembrar que estas três senhoras, sempre viveram nesta terra, a identidade desta terra está diretamente ligada à história de vida e à identidade de dona Lurdes, dona Glória e dona Mena.

Durante a entrevista, foram conversados vários temas, sobre estas três vidas. No decorrer da conversa as três senhoras foram retirando do seu baú memórias, momentos vividos, sendo que cada uma acabava por estimular outras com as lembranças que tinha naquele momento. Daí a importância do *Focus Group* como técnica utilizada para a investigação (Carey, 2007; Gomes & Galego, 2005). Ao longo da conversa, as entrevistadas transmitiram as suas lembranças com uma fluidez espantosa. É importante ainda relembrar que dona Mena, dona Lurdes e dona Glória conhecem-se desde sempre simplificando assim o discurso das mesmas. Esta cumplicidade entre elas facilitou em muito a evocação das suas memórias individuais que, simultaneamente, são comunitárias (Pollak, 1992; Bosi, 1994; Fentress & Wickham, 1992; Passeggi, et al, 2008).

Esta narrativa construída pelas entrevistadas, permitiu-me, posteriormente, enquanto investigadora, categorizar a informação recolhida (Apêndice 5a), de acordo com as recomendações de Isabel Guerra (Guerra, 2006). As categorias que surgiram, de forma espontânea, mediante os objetivos que tinha estipulado para a orientação do *Focus Group* da

recolha foram: Relação com a Fonte Mariana; Evolução da Associação; Desenvolvimento Comunitário e o Encontro de Gerações no antigamente e no hoje; Relação da Fonte com o envelhecimento ativo. É a partir destas categorias que irei, de seguida, apresentar, que tento responder aos objetivos iniciais de investigação.

Relação com a Fonte Mariana

Para poder perceber o porquê e como as entrevistadas construíram esta relação entre um espaço, que para muitos é um espaço de passagem, comecei por perguntar desde quando frequentam a Fonte Mariana? Ao que me reponderam:

EG – “Olha desde que comecei a andar pela mão da minha mãe, ó Inês. Desde os meus 5 anos, que elas iam à fonte e levávamos pela mão, pois.” (Apêndice 5a).

EM – “Exatamente, a gente às vezes levava uma cafeteirinha de barro, onde a gente bebia água daquela cafeteira. Na cozinha, na casa das nossas mães. E depois elas levavam o cântaro e a gente gostava de levar uma coisinha qualquer, e a gente levava aquela cafeteirinha de barro. Tudo bebia pela aquela cafeteira. E depois, uma cafeteira de barro, vê lá tu bem. E ninguém apanhou doenças.” (Apêndice 5a).

Como podemos verificar nas citações acima escritas, percebemos que para estas mulheres a Fonte Mariana não é apenas um local de passagem. É desde que dona Glória começa a andar pelos seus próprios pés que sua mãe a leva até à Fonte Mariana. Esta relação, que nasce desde muito cedo, entre as entrevistadas e a Fonte, leva a que exista um sentimento de pertença muito forte entre dona Mena, dona Glória e dona Lurdes e um espaço físico essencial para as suas vidas (Vieira, 2009; Cozinheiro, 2009; Gómez, 2006).

Desde muito pequenas já acompanhavam suas mães até à fonte que abastecia suas casas. Dona Glória, dona Mena e dona Lurdes recordam a altura em que começaram a andar pela mão da mãe, já estas a levavam até à fonte. Nessa altura, levavam uma caneca como se fosse para transportar a água que as mães iam buscar para o sustento da casa. Este ritual serviria para as crianças interiorizem nos seus hábitos, a rotina da ida à fonte e a importância da água para as suas vidas e a de suas casas.

Esta ligação tão forte não é alimentada apenas por frequentarem a Fonte Mariana desde tenra idade. Deriva, também, do facto de as casas de suas mães e, posteriormente, as suas, se encontrarem num local privilegiado em relação a outras casas e de outras terras que tinham que se abastecer naquela fonte, como é possível verificar através da figura 2. Esta

proximidade geográfica levou a que a relação entre a Fonte Mariana começasse desde logo muito cedo e se prolongasse até aos dias de hoje.

Ao longo da evocação das memórias de outros tempos, dão conta de como era importante a Fonte Mariana nas suas vidas. É certo que, dos quatro elementos naturais, – a água, indispensável na vida de um ser humano e liga estas três vidas a um património imprescindível, em tempos, para a vida daquela comunidade. Dona Mena chega a recordar que:

EM – “Aquilo é uma associação que tem água, água é vida, não é? E a palavra fonte condiz com muitas coisas da nossa vida. Porque eu tenho ali um livrinho que fiz com recordações da Fonte, a palavra fonte, a fonte é vida.” (Apêndice 3b).

Depois do episódio da cafeteirinha, como conta dona Mena, estas crianças, recordadas pelas mesmas, foram crescendo e também as suas responsabilidades. Quando começaram a ficar mais velhas passaram a ser elas a transportar a água através de cântaros de barro. Chegavam a ir à Fonte Mariana duas e três vezes por dia, e, durante o verão, acabavam por acordar de madrugada para ir buscar água com o seu cântaro, tendo em conta que naquela época do ano a água não abundava.

EG – “Então pois, era todo o dia, toda a noite.”

[...]

EL - “E as mulheres assim com os cântaros, deixavam-nos à bica, a gente ia lá, despejávamos [gesticula como se tivesse na situação e ri-se]. Despejávamos para dentro do nosso e pernas.” [risos]

EM – “Havia muita falta de água. Mas aproveitava-se, aproveitava-se tudo.”

EG – “E às vezes às 4 horas da manhã, a gente lá marchava.”

EM – “De verão era toda a noite, ou daqui ou de outros lugares.”

EL – “Memo da Azambujeira vinha muita gente lavar roupa.” (Apêndice 5a).

Tendo em conta que a Fonte Mariana era a mais próxima de cinco terras/locais, era muita a gente que se ia abastecer nela (figura 1). Por vezes estavam horas a aguardar que chegasse a sua vez, com o seu cântaro a marcar a sua vez, no muro da fonte, para ser enchido.

EM – “Aquilo era por ordem. Aquilo nos muros, os cântaros era tudo à volta.”

EG – “É verdade, tudo cheio. – “Agora sou eu, agora sou eu!” .” (Apêndice 5a).

Enquanto esperavam, ocupavam o tempo a jogar às cartas, com as suas amigas de brincadeira e quando era tempo delas, iam às amoras e aos figos. Ao serem narrados estes acontecimentos vividos naquele espaço, enquanto investigadora, fui sentindo o quanto é importante para dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, reviver estes momentos tão “perfeitos”. Segundo as mesmas, são estes momentos que vão alimentando, ao mesmo tempo,

o sentimento de pertença que têm pela Fonte Mariana (Bruner, 1997; Vieira, 2009; Pollak, 1992; Sad, 2001).

Para além do hábito diário de transportar água, uma vez por semana passavam o dia na Fonte Mariana para lavar a roupa. Cada menina/mulher tinha a sua pedra para lavar a roupa. Em primeiro lugar era lavada a roupa branca e enquanto esta ficava a corar, era lavada a roupa escura. Era o dia inteiro para lavar a roupa. A roupa, essa era estendida na relva que envolvia a fonte, chegavam a ser 5 a 6 estendais de roupa por dia.

EG – “Ia-se uma vez por semana que se ia lavar a roupa, ia-se lavar, era um dia.”

EL – E punha-se a corar.

EM – Não havia lixívias. [...]

EG – “Primeiro ensaboava-se, só o primeiro sabão.” [virando-se para dona Lurdes e as duas riem-se]

EM – “Depois punha-se assim [faz gestos] numa pargasinha em cima de umas ervinhas. Depois agarrávamos, aquilo tava assim um bocadinho, agarrávamos numa peça, voltávamos a roupinha, passávamos a peça com água limpa, começava-se a esfregar a roupinha, com o sabão, nem era detergentes nem nada, só com um bocadinho de sabão passava-se a roupinha, e depois tirava-se o lixo assim maior e punha-se mais sabãozinho, chocalhava-se bem, punha-se mais sabãozinho e punha-se a corar. Estendida na relva, estendida na relva no caso da roupa mais branquinha, a roupa mais clara, a roupa preta não se punha.”

EL – “Punha-se a enxugar lá.” [diz bocejando]

EG – “Tudo, tudo, tudo.”

EM – “Os lençóis, as toalhas, punha-se tudo a corar. E as nódoas que tavam, vê lá tu bem, aquele sol, bendito era, tirava as nódoas todas. Tirava as nódoas.”

EL – “É verdade, era só o sol.”

EM – “Olha, olha, a calçada da fonte, a calçada que tá lá na fonte era tudo relvinha...”

EG – “Era onde se estendia a roupa.”

EM – “Era onde se estendia a roupa, às vezes era 5 e 6 estendais de mulheres que tavam lá [virando-se para dona Lurdes], é verdade.”

EL – “Cada qual tinha o seu.”

EM – “Depois quando fazia calor, íamos lá com o balde de água só pingar a roupinha assim.” [à medida que vai falando faz os gestos de como faziam]

EG – “E na se podia deixar enxugar.”

EL – “Tava-se a agua-la qué para ela na...” [leva a mão à cabeça].

EG – “E depois no fim íamos apanha-la e depois passa-la. E no fim de passada a ferro? Era um cheiro que era um sonho.” (Apêndice 5a).

Vale a pena salientar aqui o que não é visto na conversa acima transcrita – as expressões e gestos que eram feitos de forma natural, para me ajudar, enquanto investigadora, a perceber como eram os rituais de antigamente. Rituais esses que foram ficando perdidos no tempo e apenas se encontram nas memórias destas senhoras e de outras da sua mocidade. Nesta memória, podemos perceber que o tempo de antigamente nada tem a ver com o tempo que corre nos relógios de hoje (Lavado, 2007). Não havia pressa, e a vida era levada com mais tranquilidade e segurança comparando com os dias de hoje. Naquele tempo, o trabalho era muito exigente para as meninas que depressa se tinham que fazer mulheres, no entanto, as

entrevistadas não deixam de sentir saudades e muita nostalgia destes tempos. Contam que apesar das contrariedades da vida, no tempo que consideram seu, mesmo em situações mais difíceis vez de chorarem acabavam por rir todas.

EG – “Ó Lurdes, mas não era tudo igual? A gente na dávamos pa chorar, dávamos pa se rir à mesma.”

EL – “Era para rir [ri-se], a gente levava tudo a rir. “(Apêndice 5a).

Nestas memórias de três mulheres (Fentress e Wickham, 1992), também há espaço para recordações de hábitos dos homens da terra relacionados com a Fonte Mariana. O homem recordado é o Tio André, que ia buscar água com os bois. Contam que quando o Tio André ia à fonte, não deixava água nenhuma o que levava a que tivessem que esperar ainda mais tempo levarem água para suas casas.

EM – “Toda a noite, e depois de noite lá faltava alguém para encher o cântaro, cando era de verão às vezes era até de noite, mas quando lá faltava alguém, corria pá pia e depois ia lá o ti André. Sabes quem era? [risos]. E depois o ti André era assim, andava com as vacas e com a tina, chamavam-lhe a tina, e ía para lá e levava aquilo tudo, depois chamavam-lhe o Rabiscapias. Era o Rabiscapias, chegavam lá as mulheres para ir lavar: - “Já cá veio o André”.” (Apêndice 5a).

Esta relação existente entre dona Lurdes, dona Glória e dona Mena e a Fonte Mariana, é uma relação que passa muito para além do mundo físico, isto é, todo o ambiente envolvente entre as pessoas, o convívio, o respeito que existia umas pelas outras, as conversas, os segredos, os ensinamentos que se iam passando de geração em geração, os cuidados de higiene que eram feitos e muito mais. Tornaram este um espaço, não apenas uma fonte, onde se ia buscar água, mas uma fonte onde as entrevistadas bem como outras pessoas que por lá passavam, criaram uma ligação que hoje lhes traz memórias que recordam com muita satisfação e ao mesmo tempo lhe conferem vida, isto é, um espaço de encontro (Lavado, 2007; Galinha, 2009; Osório, 2004; Fontes, 2011).

As memórias que aqui perpetuo ao longo deste capítulo são elas mesmas promotoras da valorização da autoestima e recriação de projetos de vida e bem-estar subjetivo (Vieira 2003, Pimentel 2008, Osório & Pinto, 2007).

EM – “E alembremos-se daquela aguinha, se calhar aquela água fez muito bem à gente porque a gente bebemos e parece que nos deu saúde, forças e ainda dá e conservou-se aquilo (...) e no fim vai lá muita gente buscar água e conservarmos aquilo porque aquilo era uma coisa que se não se apanhasse, aquilo tava perdido, não era.” (Apêndice 5a).

É a partir desta citação que passo para a análise da próxima categoria – a evolução da Associação. Como afirma a própria dona Mena, se aquele espaço não fosse

“apanhado”/conservado, estaria perdido no tempo, bem como as memórias e os rituais associados a este e recordados frequentemente quando as entrevistadas, e outras pessoas ligadas ao mesmo, frequentam a Fonte Mariana. Fonte essa que deu lugar à criação e construção uma associação intitulada – Associação Amigos Fonte Mariana.

Evolução da Associação

Como é descrito no capítulo anterior, a criação da associação surgiu a partir de uma vontade dos homens da comunidade dos Moinhos Novos. Numa visita ao espaço, perceberam que a Fonte Mariana tinha ficado abandonada devido à mudança dos tempos. Então, para manter aquela fonte, que faz parte do património cultural e identidade da comunidade, decidiram fundar uma associação para preservar aquela fonte e, simultaneamente, desenvolver o espaço e comunidade que fez e faz parte de toda a história da mesma (Carmo, 2007; Lopes, 2006, 2011; Trilla, 2004).

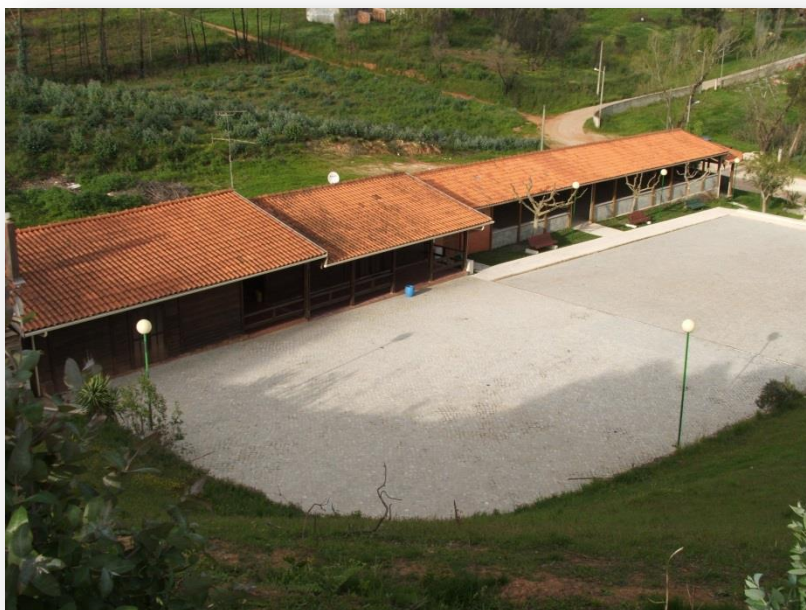


Figura 4 – Edifício da Associação Amigos Fonte Mariana

Nos dias que correm, como podemos perceber na figura 4, junto à Fonte Mariana estão construídos uns edifícios de madeira (material escolhido pela primeira direção, que vai ao encontro com as características da zona envolvente), onde está o café da associação, uma sala

multiusos, uma cozinha e uma esplanada, para além disto ainda existe no recinto, um parque para as crianças.

Estas infra-estruturas, que podemos verificar na figura 3, são fruto de muito trabalho de toda a comunidade dos Moinhos Novos, inclusivamente de dona Glória, dona Mena e dona Lurdes.

EG – “No início era fazer, filhoses. Começou-se logo tudo a trabalhar.”

EM – “Enquanto umas amassavam, outras faziam outras coisas.”

Investigadora (I) – “Começaram a fazer os coscorões para ganhar dinheiro?”

EG – “Pois, pois para começarem [...]”

EM – “Para começarem a fazer a esplanada.”

EL – “Aquilo que lá tá feito.” [...]

EG – “Depois fizeram lá uma festa e depois fizeram lá uma esplanadazinha, mas era tudo de eucaliptos.” (Apêndice 5a)

Mesmo neste novo começo da Fonte Mariana, estas mulheres quiseram estar presentes e participar na construção da associação. A forma que encontraram foi a produção de produtos que elas tão bem sabem fazer – os coscorões e as filhoses tradicionais da terra. Estas atividades produzidas pela comunidade e para a sua própria animação formam, e são, importantes para o equilíbrio social (Pimentel 2008; Araújo e Melo, 2011). A partir deste nascimento, as pessoas da comunidade foram promovendo festas anuais para angariação de fundos, mas também como forma de recordar os rituais antigos dos seus antepassados. Nesta festa anual era organizada uma corrida de cântaros, forma que a comunidade encontrou para recuperar o ritual do transporte da água com os cântaros de barro, ritual esse que se transformou assim numa tradição. Nesta corrida os homens, mas sobretudo as mulheres corriam com uns cântaros nas cabeças cheios de água:

EG – “Apois fazia-se a corrida dos cântaros, o teu pai a correr com cântaros tão grandes, tão grande, ai ó Inês.” (Apêndice 5a)

[...]

EG – “Era nas festas, muita gente, era à segunda feira, vinha muita gente ver a corrida dos cântaros, aquilo levava tanta palma, tanta palma.”

EL – “Já se passou.” [...]

EM – “E até crianças, também se arranjaram corridas para crianças, umas bilhas pequeninas, aquilo era parecia. [...]”

EG – “A minha Carolina queira uma bilha, e o que é que fazia, arranjei-lhe uma bilha pequenina, e eu com ela com a mão, com a minha bilha à cabeça, tenho lá uma fotografia, e eu com a cachopinha pela mão, com a bilhinha à correr, à correr.”

EM – “Aquilo era bonito, aquilo foi bonito, mas tudo acaba, é assim.” (Apêndice 5a)

Nestas memórias, podemos fazer ligação à animação sociocultural, os momentos que foram vividos naquele espaço, pelas pessoas mais velhas tornaram-se, em certa parte, tradição na medida em que um hábito foi transformado em ritual, recordado anualmente através de

uma corrida. A comunidade ao perceber que as suas tradições podiam ser perdidas no tempo, desenvolveram meios e formas para que tal não acontecesse, para que a sua identidade perdurasse (Bezerra & Lebedeff, 2012; Pereira & Lopes, 2009; Osório, 2007).

A narrativa da Fonte Mariana, que fez parte de uma história comum dos anciãos desta comunidade, é agora escrita de outra forma, no entanto foi através dela que o desenvolvimento comunitário se foi fortalecendo (Talesco, 2004; Pollak, 1992; Lavado, 2007). É neste património material e imaterial que reside muito das memórias da comunidade. É neste reflexo do que as entrevistadas são e como se identificam (Fontes, 2011), que faz que não queiram que toda esta herança cultural que herdaram de seus pais se perca no tempo passado. É também este sentimento que as leva a participarem, e que agora a partir da associação podem transmitir aos seus filhos e aos netos toda a herança que lhes foi legada pelos anciãos da comunidade.

As mulheres que ajudaram a tornar em realidade este sonho comunitário foram envelhecendo, no entanto, esta condição humana não é sinónimo de paragem, muito pelo contrário, são ainda estas senhoras, com mais de 70 anos que ajudam, de forma voluntária, na manutenção do espaço e desenvolvimento do mesmo, existindo por assim dizer uma forte ligação entre a Fonte Mariana, e as três entrevistadas, entre a Associação Amigos Fonte Mariana e o desenvolvimento comunitário, como iremos perceber na análise da próxima categoria.

Desenvolvimento comunitário

Como já foi referido, inicialmente, nos Moinhos Novos viviam apenas três famílias. Delas nasceram 28 crianças que foram crescendo naquele espaço juntamente com os seus familiares.

EG – “Eu já hoje disse a uma nora minha, lembras-te [virando-se para Lurdes] que a gente era 27 primos.”

EM – “Três casas.”

EG – “Do meu pai, do pai da ti Fátima e da mãe a ti Lurdes e do pai, éramos 27 primos, 9 vezes 3, 27. Não eram 28 que vocês [apontando para D. Lurdes] eram 10. E juntava muitas vezes, a rapaziada muitas vezes ajuntava-se à tua porta.”

EL – “Passava-se lá serões.”

EG – “Aquilo era tanto rir, tanto rir, tanto rir. Tavam ali até às onze da noite, até à meia noite. A porta da tua mãe tinha ali aquelas duas mãozinhas.” [...]

EG – “Às vezes brincavam, brincavam, batiam à porta [risos de D. Lurdes]. Tudo sentado, os rapazes passavam ali serões. Iam para lá as cachopas da ti Cristina, as tuas [virando-se para

D. Lurdes]. E a gente às vezes também ia. E depois passava-se ali uns serões que aquilo era uma maravilha.”

EM – “Não havia bicicletas pa os rapazes passearem, nem automóveis, nem nada, nada, nada.” (Apêndice 5a).

Algumas destas crianças, agora adultas, acabaram por ficar e construir a sua casa e a sua família nesta terra. Com este facto a comunidade dos Moinhos Novos foi crescendo e aumentando a sua população, ou seja, foi-se desenvolvendo a partir de três famílias. Este fator explica, em parte, o porquê de esta associação ainda continuar em atividade, ao longo de vinte anos, durante todos os fins de semana, ou seja, esta relação familiar existente entre todas as pessoas da comunidade leva a que a relação entre as mesmas seja muito forte. E a Associação Amigos Fonte Mariana, acaba por beneficiar desta relação, este é um dos poucos locais onde toda a comunidade se vai encontrando e convivendo (Pimentel, 2006).

Todo o trabalho que foi desenvolvido ao longo destes vinte anos em prol da construção de uma associação, em torno da Fonte Mariana, leva a que este elemento físico seja promotor da preservação de todo o legado material imaterial que a comunidade dos Moinhos Novos, promovendo em simultâneo o desenvolvimento da própria comunidade (Ander-Egg, 1999, 2011; Lopes, 2006; Garcia, 2009).

Através da observação direta e participante (Bell, 2010; Coutinho, 2011; Guerra, 2006), fui percebendo a importância das entrevistadas, bem como outras pessoas mais novas no desenvolvimento da associação. É o trabalho que é feito por todas elas que anima e dá vida a todo aquele espaço físico (Garcia, 2009; Osório, 2004; Carmo, 2007). Por isso mesmo, e por terem consciência disso mesmo, dona Glória, dona Mena e dona Lurdes não deixam de expressar um sentimento de preocupação em relação ao futuro da Fonte Mariana (Galinha, 2009). Sabem que quando falharem toda esta dinâmica irá ficar ao abandono, e todas as horas de trabalho que foram gastas em prol da Associação e da comunidade podem ficar esquecidas no tempo.

EG – “É pena que as pessoas que tão se falharem [...]”

I - Falha tudo, não é...

EG – “É pena isso porque aquilo tem custado tantas horas, tantas, tantas tantas.”

EL – “Estas pessoas de idade quando faltarem aquilo vai um bocadinho a baixo.”

EG – “Tantas horas de trabalho, tantas, tantas. Até milhares para dizer bem.”

EL – “Atão há 20 anos.”

EG – “Há mais mulher [falando para D. Lurdes].” (Apêndice 5a).

Gostavam que os homens e as mulheres mais novas levassem a associação a bom termo desenvolvendo assim aquele espaço e implicitamente a comunidade que se uniu para criar aquele espaço de encontro e de troca entre todos.

EG – “Tanto mulheres como homens mais novos dizem: “Vamos seguir pá frente com aquilo”.”

EM – “Mas aquilo é engraçado, unirem o casal todo, ali assim. Até uma concertinada às vezes, danças ou coisa assim.” (Apêndice 5a).

Encontro entre gerações

A Fonte Mariana, para além de ser um espaço essencial na vida diária das famílias da comunidade dos Moinhos Novos, também o era para as famílias do Frei Domingos, da Venda da Raparigas, do Ninho de Águia, da Moita etc. (ver figura 2):

EG – “Frei Domingos, Venda da Raparigas, Ninho de Águia, Moita.”

EM – “Era muita gente.”

EL – “Era, era” [bocejando].

EM – “Era a única fonte.”

EG – “E vinham homens do Casal Guerra e vinham buscar varrises [barris], muito grandes, daqueles varrises de água. Vinham homens do Casal Guerra, do Candeeiro.” (Apêndice 5a).

A Fonte Mariana era sobretudo um espaço de encontro entre gerações (Ander-Egg, 2009; Palmeirão e Menezes, 2009; Afonso, 2009), enquanto aguardavam pela sua vez para encher o cântaro, as crianças ouviam as palestras que as mulheres mais velhas falavam.

EL – “Olha tavamos assim a ouvir palestras o que é que as mulheres mais velhas diziam. “

EM – “E escuta lá Inês, isto nem é para se dizer. E quando tava ali à espera umas das outras havia os seus piolhitos nas cabeças das crianças, tás a ver.”

EL – “Começavam-se a catar.”

EM – “E as mães, iam: - “Anda cá”. Elas punham-se aqui assim [apontando para os joelhos, mostrando como se fazia]. E lá tiravam os piolhitos. Pois era mesmo assim. “

EL – “Naquele tempo havia piolhos, agora já não há nada disso.” (Apêndice 5a).

Este espaço não era apenas frequentado por mulheres, também os miúdos se divertiam a tentar apanhar pássaros com a sua fisga ou até mesmo a subir às árvores para apanhar os ninhos.

EM – “Ainda vou voltar a traz, quando as pessoas lá tavam, havia ali os rapazinhos do Frei Domingos com uma fisga, andavam sempre com uma fisga a caçar os pardais, não te lembras? [perguntando a D. Lurdes]”

EL – “Aquilo era engraçado, era.” [faz os gestos como se retratasse os rapazes com a fisga a apontar para os pardais]

EM – “E eles subiram os pinheiros lá a cima, onde eles soubessem que era um ninho. Subiam os pinheiros, e às vezes descalcinhos, com os pezinhos, não viam sapatos, nunca tinham visto sapatos, já andavam tão [...] calejados assim.” (Apêndice 5a).

Nos dias que correm, a Fonte Mariana não deixou de ser um espaço de encontro. É no café, ao domingo que muita gente, da comunidade, se encontra e conversa. Por vezes acabam por passar a tarde naquele espaço, com toda a família, pois o espaço está adaptado a qualquer faixa etária contendo um parque para as crianças, uma esplanada.

Os mais velhos esses, também lá estão, e muitas das vezes encontramos estas pessoas a conversar sobre a saúde da política e também sobre a sua vida de antigamente. Para dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, este é um espaço onde continuam a encontrar pessoas do seu tempo, e agora são elas as pessoas mais velhas que passam os ensinamentos aos mais novos. É, assim, não só um espaço de animação, de preservação (Fontes, 2011; Lavado, 2007) e memorização (Pollak, 1992; Bosi, 1994; Vieira, 2008; Sad, 2001), mas, também, de encontro intercultural e intergeracional (Gusmão, 2003; António, 2010; Garcia, 2009; Pimentel, 2006 e 2007; Gómez, 2006; Ander-Egg, 2009; Palmeirão e Menezes, 2009; Afonso, 2009) e, portanto, de envelhecimento ativo (Ribeiro e Paúl, 2011; OMS, 2002; Serafim, 2007; Lorda, 1998; Galinha, 2009; Cruz, 2010; Fernandes e Botelho, 2007). É neste encontro semanal entre pessoas da mesma idade e da mesma altura que vão surgindo, de forma espontânea e natural, as memórias de tempos passados, que promovem o bem-estar entre os visitantes e as mulheres voluntárias que ali se juntam para confeccionar os fritos tradicionais, acabando assim por motivar e estimular este projeto de vida semanal.

EM – “Assim as coisas do passado, ou pessoas que vão para lá e conversam.”

EG – “Outras vezes também se rimos.”

EM – “Como se falou à bocado, vêem pessoas que depois a gente cumprimenta.”

EG – “E depois também chegam crianças, a gente tá ali assim e dá-lhe uma perninha, com um paninho, e elas dizem: “Obrigada, obrigada”, e a gente sente-se [...]” [rindo-se]. (Apêndice 5a).

EL – “A fonte dá alegria pra gente lá ir, e pa viver, vamos lá uns bocados.”

EM – “Juntamo-nos uns com os outros e isso assim. É a água, vai lá muita gente buscar água.”

EG – “A importância que eu vejo ali naquilo é para mim a convivência com todos, o convívio que há-de ser para todos.” (Apêndice 5a).

Ao conviverem com todas as idades, acabam por ganhar alegria de viver e promover o seu próprio envelhecimento ativo (Jacob, 2007; Lopes, 2011; Osório, 2004). Este processo vai de encontro com o que Araújo & Melo, (2011) defendem no seu artigo “Relacione-se com os outros”, nele o convívio social permite o aumento da participação social, sendo que este convívio semanal ajuda em muito as mulheres voluntárias a sentirem-se seguras e apoiadas,

contribuindo para o fortalecimento da rede social criada à vinte anos atrás com a formação da Associação Amigos Fonte Mariana.

Relação da Fonte com o Envelhecimento ativo

No decorrer da investigação, sempre me questionei sobre de que forma um espaço, como a associação em estudo, pode promover por si só o envelhecimento ativo, sem o apoio de qualquer tipo de profissional na área das ciências sociais?

Através da observação participante realizada, nunca me lembro de ver dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, sentadas na esplanada a beber o café da avó, a comer um frito e a desfrutar do espaço que elas ajudaram a construir. O seu lugar sempre foi o da cozinha a amassar a massa, a estender os coscorões, a fritar os mesmos, a colocar o açúcar e a fazer a venda.

EL – “Amassa-se, faz-se os coscorões.”

EG – “Faz-se o café.”

EM – “Arruma-se a cozinha com as toalhinhas, tira-se os naprons e põem-se as toalhas, arranja-se o açúcar das filhoses e dos coscorões para pulvilhar, e fazem-se os coscorões que aquilo leva muito tempo, mas aquilo é engraçado que a gente já tem a técnica.”

EL – “E a Mena já tem uns anos bons de estender [virando-se para D. Mena, esta ri-se]”

EM – “Atao já todas têm, aquilo é tuque, tuque, tuque [fazendo os gestos com a mão, exemplificando], fazem-se 9 ou 10 coscorões de uma vez.”

EG – “Pois é, e a gente faz as mangas, a gente chama mangas, pois, pois.”

EM – “Depois aquilo conta-se 5 ou seis pernas, tuque, tuque, tuque, aquilo já é muito rápido, até as pessoas às vezes que vão lá e outras põem na frigideira e outras põem açúcar, outras tão na frigideira a virar, é assim, é engraçado.” (Apêndice 5a).

O tempo que passam na Associação Amigos Fonte Mariana, passam-no a trabalhar e conviver com os visitantes. Há, assim, uma participação ativa e não meramente o desfrutar do serviço de uma Associação (Lopes, 2006). Durante todo domingo dão início ao trabalho de manhã e terminam ao final da tarde já com a cozinha arrumada.

EG – “Atão quem vai amassar vai pelo lado das 10h30 e depois vem-se pró lado das 6h30, é o dia cheio.”

I – “Mas vêm cá a casa?”

EG – “Não, quem vem amassar já não vem a casa.”

EL – “Não, nem que a gente leve qualquer coisa para comer.”

EM – “Vão duas amassar por exemplo e depois as outras já vão dali a 1 hora ou 2 horas, já vão e já tá tudo a jeitinho de começar.”

EL – “É o dia inteiro.” (Apêndice 5a).

Não deixam de transmitir algum cansaço de terem que lá estar durante o dia inteiro, bem como de terem que ir semanalmente:

EM – “A gente lá em baixo às vezes, temos massacradas das pernas. *Qué todos os domingos, olha que eu tem sido todos os domingos, e a fazer aquilo assim. A gente tem gosto daquilo de se arranjar dinheiro para fazer isto fazer aquilo e pronto.*” (Apêndice 3b).

EM - “*Aquilo às vezes, se a gente não fosse para lá era um descanso, não era? Também desejamos às vezes ter um descanso. Mas ao mesmo tempo é engraçado porque a gente vê pessoas que à muito tempo a gente não via. Vêm lá pessoas, não achas Lurdes? Vem do Frei Domingos.*”

EL - “*Que a gente já há muito tempo não vê.*”

EG - “*Anos, anos, é verdade.*”

EM - “*E eles vêm ali, quando é pelas férias e assim, vêm ali e depois a gente cumprimenta-se. É bonito e a gente recorda, aquela Carolina, a Celeste [virando-se para D. Glória].*” (Apêndice 5a).

No entanto, este trabalho comunitário, acaba por promover o seu envelhecimento ativo sem que se apercebam, isto é, a participação ativa e voluntária de dona Glória, dona Mena e dona Lurdes no desenvolvimento comunitário favorece a qualidade de vida como é defendido por Galinha (2009).

Ao longo de todo o domingo, à medida que vão amassando, estendendo, cortando, fritando, colocando açúcar, que vão dando forma aos fritos saídos de suas mãos. Também é das lembranças destas senhoras que vão saindo as memórias recordadas em conversas, em canções, em cheiros, em gestos. Estes momentos de evocação e de revisão de vida conferem ainda mais vida ao espaço e aos olhos de quem os conta e reviveu (Fentress e Wickham, 1992; Sad, 2001; Vieira, 2012 a e b). Este convívio semanal faz com que o próprio tempo nem seja sentido a passar pelas voluntárias

EL – “*É uma alegria.*”

EM – “*É um convívio, apesar de ser, a gente vai pra lá: “Despachemo-nos, ai vamos embora”, mas às vezes rimos um bocadinho, sabes porquê? Na temos tempo de almoçar em casa, pa ir amassar e pa fazer isto, e depois levamos assim qualquer coisinha, e às vezes nem temos tempo de comer.*”

EG – “*A gente nem temos tempo de comer.*”

EL – “*“A Mariana enche a barriga de vocês”, é o que meu homem diz: “Vocês na precisam de jantar que a Mariana enche a vocês [risos das três].*”

EM – “*A gente, parece que o tempo passa-se lá mais depressa e é tanto que se diz que as pessoas deviam de ter que conviver, que não se deixe parar [...] as pessoas depois ganham este stress, não é stress é aquela influencia de tarem sozinhos e isto é mau quando as pessoas se fecham.*”

EL e EG – “*Isso é muito mau, é, é.[afirmam as duas a mesmo tempo]*”

EM – “*E atão parece que aquilo é um convívio, e eu já tenho dito assim: “É pena as cachopas novas, que elas também sabem fazer estas coisinhas, que comecem assim.”[vai fazendo gestos com as mãos]*” (Apêndice 5a).

Segundo as entrevistadas a Fonte Mariana, nos dias de hoje é um espaço que lhes dá saúde e simultaneamente cansaço. No entanto existe uma força maior dentro delas que faz com que não deixem de o frequentar. As recordações que têm, mantêm viva a sua atividade e

não as deixa cair numa vida inativa, sem nada para fazer (Serafim, 2007; Galinha, 2009). O sentimento de pertença que têm pela Fonte Mariana faz com que o gosto pela mesma seja alimentado a cada domingo que lá passam.

*EG – “Aquilo dá-nos saúde, dá-nos vida e dá-nos cansaço. [rindo-se]”
Mas enquanto tão ali, tão ocupadas, não é? (Apêndice 5a).*

EL – “Sabes o que é que é, é por gosto.”

EM – “Costuma-se dizer que quem corre por gosto não cansa. E é recordar, vamos recordar certas coisas, aquelas pedrinhas onde a gente lavava e agora aquilo tá um bocadinho diferente mas apesar disso as nossas lembranças ficaram.”

EG – “Ficaram, ficaram recordações, pois, pois.”

EL – “Ficaram.” (Apêndice 5a).

Se considerarmos o envelhecimento ativo como a atividade desenvolvida com sentido para as implicadas (Ribeiro & Paúl, 2011; Ander-Egg, 2011; Tamer & Petriz, 2007), esta atividade mostra com ela é potencializadora do envelhecimento ativo como defende (Ander-Egg, 2011; Cruz, 2010; Lopes, 2009)). Efetivamente, é bem diferente assistir sentada à massa que passa pelas mãos em mãos do que ser ator da própria atividade comunitária. Este caso mostra bem a distinção que fizemos no capítulo 1 sobre a animação sociocultural e a animação cultural (Goméz, 2006; Jacob, 2007; Pereira & Lopes, 2009). Uma coisa é usufruir da atividade da comunidade, outra coisa é os sujeitos participarem nela mesma.

Não podemos esquecer que são estas idosas que conferem a identidade à Fonte Mariana, pois são elas as histórias vivas daquela fonte que se tornou em Associação que ajuda na construção da história deste espaço tão importante na comunidade. É esta relação que existe entre estas senhoras e a Fonte Mariana que faz com que estas tenham “gosto” e que não consigam deixar aquela fonte pois caso isso acontecesse também deixariam toda uma recheada de histórias que está dentro do seu baú de memórias (Bosi, 1994; Bezerra & Lebedeff, 2012; Pinto, 2007; Thompson, 2002; Vieira, 2003).

EM – “É engraçado ao mesmo que a gente vai para uma coisa que em pequenos íamos pra lá e agora em velhos continuamos a lá ir, os caminhos dantes também eram um horror. Os homens lá é que iam buscar a areia pás casas, tás a ver? As águas faziam cheias assim corriam pela aquelas estradas fora e depois faziam areia.” (Apêndice 5a).

A vontade de recordar e de dar vida aos momentos que já passaram é tal que, apesar de todo o cansaço que sentem ao final do dia, este é recompensado pelo bem-estar psicológico que existe ao final do dia. Ao longo de toda a investigação e das conversas que fui tendo com dona Glória, dona Lurdes e dona Mena, senti que ambas mantêm um sentimento de muita nostalgia e saudades do tempo que já lá vai. É este tempo que segundo elas:

EG – “Deixou-me muitas saudades, por exemplo aquela, aquela comunidade assim, daquele, aquela coisa de se, de serem mais. Agora parece que a vida faz conta que é um flagelo, não há tempo pra nada e quando há tempo.” (Apêndice 3a).

EM – “Tempos que nos deixam muitas saudades. E tenho pena que os nossos jovens de hoje não saibam essas coisas. Era uma vida humilde [...]” (Apêndice 3b).

EL – “Eu tenho saudades, era um tempo muito seguro, quer dizer, alegre. A gente ia a uma reza à noite, sabes assim cando era em Maio, só se ouvia era cantar” (Apêndice 3c).

Como investigadora, não deixo de sentir que estas três mulheres são uma força de preservação da memória social e que todas mantêm bem vivo o sentimento de proteção por um espaço que, em parte, consideram como seu. A motivação que as leva a frequentar o espaço é porque, nas suas próprias palavras:

EG – “A motivação de eu ir à Fonte Mariana e de gostar de lá ver as pessoas do lugar, o convívio, foi aquela minha infância de pequenina quando eu comecei a lá ir, com a bilhinha na mão, à correr. ” (Apêndice 3a).

EM – “Gosto muito da fonte e dou graças a Deus, porque se eu na trabalhasse lá, e as minhas colegas e as pessoas todas que lá trabalham era por motivos de eu na ter saúde e assim faço um bocadinho de esforço” (Apêndice 3b).

EL – “Tenho gosto na Mariana, tás a ver, nós temos-le amor, atão eu já tenho esta idade e nesta idade nós nunca deixamos a fonte, tas a ver?” [...] A gente ganhamos um amor à fonte e custa largar” (Apêndice 3c).

É com este o sentimento destas senhoras, que deixo no ‘ar’, para que possamos, enquanto leitores e ouvintes imaginar um sentimento tão especial entre uma vida e uma simples fonte, e assim ‘animar’ o nosso coração.

Conclusão

Ao longo deste caminho percorrido durante estes meses de investigação, surgiram várias encruzilhadas, algumas pedras, mas nada de que não fosse capaz de superar. No início deste caminho houve escolhas que tiveram de ser feitas, começando pelo tipo de metodologia a recorrer. Esta escolha foi feita mediante os objetivos que estabeleci para a investigação. Daí a escolha de uma metodologia de proximidade, assente quer na etnografia quer nas entrevistas em profundidade e entrevistas de natureza biográfica que implicam uma relação de grande interação entre o investigador e o investigado. Neste contexto, não se pode ser e chegar à comunidade, quer como animador, quer como desenvolvimentalista, quer como investigador e trazer o baú cheio de informação e ir para casa escrever a tese. É preciso que os sujeitos estudados, neste caso três mulheres, como descrevemos ao longo do documento, percebam o alcance do estudo a ponto de serem elas capazes de falar e explorar o seu empenho na animação e no desenvolvimento comunitário sem serem pressionadas pelo investigador.

O distanciamento epistemológico aqui não é a nível físico porque eu tenho que me tornar membro da comunidade, mas é, essencialmente, um distanciamento necessário que é intelectual. De facto em procurei no meu trabalho distinguir o meu papel enquanto animadora do meu papel enquanto investigadora, ainda que no final da dissertação tenha previsto o desenvolvimento de um projeto de animação para o ano de 2014 com base na investigação que com estas senhoras que se encontram semanalmente em torno de uma associação e de um património de grande sentido para elas.

Este estudo não é representativo estatisticamente pois baseou-se apenas num caso específico onde a amostra é constituída por elementos do sexo feminino, devendo conter, provavelmente, indivíduos do sexo masculino para que o estudo tivesse outros pontos de vista. Em relação à pesquisa bibliográfica, houve alguma dificuldade de encontrar estudos que se adequassem com o tema estudado, existindo assim pouca fundamentação com base em estudos realizados no âmbito específico desta problemática.

O facto de a investigadora conhecer o meio ambiente e a população alvo trouxe alguns benefícios mas também alguns entraves à investigação. Os benefícios vão de encontro à

facilidade e o à vontade que as idosas demonstraram na entrevista, devido à relação de confiança e proximidade entre entrevistador e entrevistado, o que, nesta metodologia é fundamental. Contudo, esta proximidade leva a que exista, também, alguma dificuldade de distanciamento do investigador em relação às pessoas do estudo de caso.

Após a realização das primeiras entrevistas, seguidas da entrevista *Focus Group*, fui seguindo caminho. O caminho de transcrição e posteriormente o da análise de toda a informação recolhida seguiu-se para assim poder responder aos objetivos a que me propus no início da investigação.

Toda a memória presente no património material que é revivida pelas senhoras que entrevistei, leva-me a concluir que é neste baú de recordações que reside o segredo de dona Mena, dona Lurdes e dona Glória se manterem ativas no seu dia-a-dia e bem vivas socialmente.

A criação da associação está ligada às histórias de vida das pessoas que moram naquela localidade existindo um sentimento de pertença tão forte da população alvo em relação ao espaço físico, que leva a que estas pessoas não o deixem de frequentar. A fonte é sinónimo de histórias vividas e recordadas e para que estas não ficassem perdidas no tempo, um grupo de pessoas recuperou o espaço da Fonte Mariana, criando assim uma Associação Cultural.

As senhoras investigadas, ao manterem a vida ocupada com os projetos de vida a pequeno prazo, estão em constante atividade devido à sua rotina entre a família casa e restantes relações sociais – a vizinhança que promove a sua qualidade de vida.

A relação criada, desde pequenas, a um espaço que é património cultural da comunidade, torna as memórias, que mantêm vivas, daquele espaço, desde pequenas, jovens adultas. A criação da associação foi acompanhada pelas mulheres agora idosas em simultâneo com o desenvolvimento comunitário. Como esta ação esteve sempre presente nas vidas das entrevistadas, produz projetos sociais de envolvimento e de atividade na contemporaneidade.

Esta investigação mostra, também, que existe uma relação simbiótica entre a memória das pessoas e o espaço da fonte mariana. De facto, uma não faz sentido sem a outra. Por outro lado, sendo um espaço de encontro, é por si só promotor do envelhecimento ativo e motivador do projeto de vida aliado à história de vida dos indivíduos.

Este grupo de mulheres acaba por desenvolver animação no espaço e nas suas vidas, na medida em que quando recordam dão ânimo às suas memórias e às suas identidades contemporâneas (Vieira, 1999, 2012 a e b). Foi o que senti, enquanto investigadora: que a

animação pode nascer neste pequeno diamante que está guardado no baú das memórias das idosas.

Não se trata de um estudo representativo, do ponto de vista estatístico, como vimos. No entanto, isto não deixa de ser um alerta para a importância do trabalhar com as memórias no envelhecimento ativo.

Esta dissertação mostra como é através da evocação de lembranças que até mesmo o velho com dificuldades motoras pode desprender-se do seu corpo humano e viajar no tempo e nas suas histórias de vida que foi construindo ao longo da sua vida. A pessoa idosa nunca deixa de ser humano só porque o seu organismo está mais debilitado; o idoso não deixa de ter sentimentos e um ser social.

Concluindo, finalmente, a realização desta investigação permitiu aprofundar mais o meu conhecimento no que toca às investigações em ciências sociais sobre o envelhecimento ativo, sendo uma mais-valia para a minha formação enquanto pessoa e profissional da área da animação.

Bibliografia

- Almeida, H. (2012). *Biologia do Envelhecimento: uma introdução*. In Paúl, C. & Ribeiro, Ó, (Coord.)(2012) *Manual de Gerontologia*, Lisboa: Lider, pp. 21-40.
- Ander-Egg, E. (1999). *O léxico do animador*, Amarante: ANASC - Associação Nacional de Animadores Socioculturais.
- Ander-Egg, E. (2009). Como envelhecer sem ser velho: A animação sociocultural como meio de dar anos à vida e vida aos anos. In Pereira, J. D. & Lopes, M. S. (Coord.) (2011) *Animação sociocultural na terceira idade*, Amarante: Intervenção. pp. 240-248.
- Ander-Egg, E. (2011). O trabalho Social no Século XXI. In Pereira, J. D. & Lopes, M. S. (Coord.) (2011) *As Fronteiras da Animação Sociocultural*, Chaves: Intervenção, pp. 141-170.
- António, S. (2010). *Avós e Netos: Relações intergeracionais. A matrilinearidade dos afectos*. Universidade Técnica de Lisboa .
- Araújo, L., & Melo, S. (2011). Relacione-se com os outros. In Ribeiro, O. & Paúl, C. (Coord.) (2011) *Manual de Envelhecimento Ativo*, Lisboa: Lider, pp. 141-169.
- Baptista, I. (2006). Para uma pedagogia de proximidade humana: a educação no coração das comunidades. In Peres, A. & Lopes, M. (Coord.) (2006) *Animação cidadania e participação*, Chaves: APAP - Associação Portuguesa de Animação e Pedagogia, pp. 243-248.
- Bell, J. (2010). *Como realizar um projeto de investigação*, Lisboa: Gradiva.
- Bosi, E. (1994). *Memória e sociedade, lembranças de velhos*, S. Paulo: Companhia das Letras.
- Burgess, R. (2001). *A pesquisa de terreno: uma introdução*, Oeiras: Celta Editora.
- Cabral, C. (2009). *Património Cultural Imaterial, Proposta de uma metodologia de inventariação*, Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Carey, M. A. (2007). O efeito do Grupo nos Grupos de Foco: Planear, Implementar e Interpretar Investigação com Grupos de Foco. In Morse, J. (2007) *Aspectos Essenciais de Metodologia de Investigação Qualitativa*, Coimbra: Formasau, pp. 223-241.
- Carmo, H. (2007). *Desenvolvimento Comunitário*, Lisboa: Universidade Aberta.
- Carneiro, A. (2004) *O Património Reencontrado*. Braga: Instituto de Ciências Sociais.

- Carneiro, R. (Coord.) Chau, F., Soares, C., Fialho, J., Sacadura, M. (2012). *O envelhecimento da população dependência, ativação e qualidade*, Lisboa:Centro de Estudos dos Povos e Culturas de Expressão Portuguesa.
- Coutinho, C. (2011). *Metodologias de investigação em ciências sociais e humanas: teoria e prática*, Coimbra: Almedina.
- Cozinheiro, S. (2009). Uma reflexão sobre a identidade do idoso. In Vieira, R., Margarido, C., & Mendes, M., (Orgs.)(2009) *Diferenças, Desigualdades, Exclusões e Inclusões*, Porto: Edições Afrontamento, pp. 133-147.
- Cruz, P. (2010). Envelhecimento Activo: Mudar o presente para ganhar o futuro, Coordenação de Constança Paúl e Paula Cruz, Edição REAPN - Rede Europeia Anti-Pobreza / Portugal.
- Dias, I., & Rodrigues, E. V. (2012). Demografia e sociologia do envelhecimento. In Paúl, C. & Ribeiro, Ó. (Coord.) (2012) *Manual de Gerontologia*, Lisboa: Lider, pp. 179-201.
- Fentress, J., & Wickham, C. (1992). *Memória Social*, Lisboa: Teorema.
- Fernandes, A. A., & Botelho, M. A. (2007). *Fórum Sociológico, nº 17*.
- Fontes, J. (2011). A animação Sociocultural e o Património Cultural. In Pereira, J. D. & Lopes, M. S. (Coord.) (2011) *As fronteiras da Animação Sociocultural Amarante: Intervenção*, pp. 199-211.
- Galego, C., & Gomes, A. A. (2005). Emancipação, ruptura e inovação: o "focus group" como instrumento de investigação. *Revista Lusófona de Educação, 5*, pp. 173-184.
- Galinha, S. (2009). A inter-relação qualidade de vida percebida, bem-estar subjetivo no envelhecimento activo, animação e coaching ontológico. In Pereira, J. D. & Lopes, M. S. (Coord.), (2009) *Animação Sociocultural da Terceira idade* Chaves: Intervenção, pp. 89-107.
- Garcia, Á. G. (2009). A animação sociocultural na terceira idade voluntariado, cidadania e participação. In Pereira, J.& Lopes, M. (Coord.), (2009) *Animação sociocultural na terceira idade*, Amarante: Intervenção, pp. 36-54.
- Gerra, I. C. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo, Sentidos e formas de uso*. Cascais: Principia.
- Goméz, J. A. (2006). A animação Sociocultural e Cidadania: a respeito da necessidade de uma nova pedagogia das culturas. In Peres, A. & Lopes, M. (Coord.), (2006) *Animação Cidadania e Participação*, Chaves: APAP, pp. 205-216.
- Gusmão, N. (2003). *Infancia e velhice*. Campinas: Alínea Editora.
- INE. (2002). O envelhecimento em Portugal. ssituação demográfica e socio-económica recente das pessoas idosas, *Revista de Estudos Demográficos, 32*.

- Jacob, L. (2007). *Animação de idosos, Col. A idade do saber*, Porto: Âmbar.
- Lavado, A. (2008). *Animação Territorial - Ouvir a vida e fazer o destino*. Revista Práticas de Animação, Ano 2 - Número 1. (Revista online, disponível em: <https://sites.google.com/site/revistapraticasdeanimacao/>)
- Lavado, A. (2007). *O animador e a memória social, lembrar, esquecer e mitificar*. Revista Práticas de Animação, Ano 1 - Número 0. (Revista online, disponível em: <https://sites.google.com/site/revistapraticasdeanimacao/>)
- Lopes, M. d. (2006). *Animação sociocultural em Portugal*, Chaves: Intervenção.
- Lopes, M. S. (2009). A animação sociocultural na terceira idade: empreendedorismo e novos espaços de empregabilidade. In Pereira, J. D. & Lopes, M. S (Coord.), (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Chaves: Intervenção, pp. 219-227.
- Lopes, M. S. (2011). A Animação Sociocultural e a Animação Cultural. In Lopes, M. S. & Pereira, J. D. (Coord.), (2011) *As Fontes da Animação Sociocultural*, Amarante: Intervenção, pp. 187 - 197.
- Lorda, R. (1998). *Recreação na Terceira Idade*. Rio de Janeiro: Sprint.
- Margarido, C., Duarte, C., & Lopes, L. (2009). Sonho traído- doença de Wilson. In Vieira, R, Margarido, C. & Mendes, M. (Orgs) (2009) *Diferenças, Desigualdades, Exclusões e Inclusões*, Porto: Edições Afrontamento, pp. 261-282.
- Neri, A. L. (2001). *Velhice e qualidade de vida na mulher*. 2º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia. Campinas.
- Neri, A., & Cachioni, M. (2004). Velhice bem-sucedida e educação. In Neri, A. & Debert, G. (2004) *Velhice e Sociedade*, Campinas: Papirus, pp. 113-140.
- Osório, A. R. (2004). Animação sociocultural na terceira idade. In Trilla, J.(Coord.) (2004) *Animação Sociocultural, teorias, programas e âmbitos*, Lisboa: Horizontes Pedagógicos, pp. 251-263.
- Osório, A. R. (2007). Os idosos na sociedade actual. In Osório, A. R & Pinto, F. C.(Coord.), (2007) *As pessoas idosas*, Lisboa: Horizontes Pedagógicos, pp. 11-46.
- Osório, A., & Pinto, F. (Coord.) (2007). *As pessoas idosas*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos.
- Passeggi, M. C., Barbosa, T. M., & Câmara, S. C. (2008). Gêneros acadêmicos autobiográficos: Desafios do GRIFARS. In Sousa, E. & Passeggi, M. (2008) *Pesquisa (auto)biográfica: cotidiano, imaginário e memória*, S. Paulo: Paulos, pp. 57-89.
- Paúl, C. (2005). A construção de um modelo de envelhecimento humano. In Paúl, C. & Fonseca, A. M. (2005) *Envelhecer em Portugal, psicologia, saúde e prestação de cuidados*, Lisboa: Climepsi, pp. 21-41.

- Paúl, C. (2012). Tendências atuais e desenvolvimentos futuros da Gerontologia. In Paúl, C. & Ribeiro, O. (Coord.), (2012) *Manual de Gerontologia*, Lisboa: Lider, pp. 1-17.
- Paúl, C., & Ribeiro, Ó. (Coord.), (2012). *Manual de Gerontologia*, Lisboa: Lider.
- Pereira, Ó., & Lopes, M. (2009). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. Amarante: Intervenção.
- Pereiro, X. (2006), "Património Cultural: o casamento entre património e cultura", em ADRA nº 2. *Revista dos sócios do Museu do Povo Galego*, pp. 23-41
- Pimentel, L. (2006). *A prestação de cuidados a pessoas idosas dependentes: uma análise das relações familiares intergeracionais e de germanidade*. Lisboa: Instituto de Ciências do Trabalho e da Empresa.
- Pimentel, L. (2007). "A Articulação entre Solidariedades Formais e Solidariedades Informais no Apoio Social às Pessoas Idosas", *CMStatus – Saúde e Educação*, nº1, pp. 32-39 (revista online, disponível em: www.cmstatus.org/revistaJulho2007abre.html).
- Pimentel, L. (2008). "Entre o dever e os afectos: os dilemas de cuidar de pessoas idosas em contexto familiar", *Actas do VI Congresso Português de Sociologia*, 25 a 28 de Junho de 2008, Lisboa, Associação Portuguesa de Sociologia, disponível em: <http://www.aps.pt/vicongresso>.
- Pinto, F. C. (2007). A terceira idade: idade da realização. In Osório, A. R. & Pinto, F. C.(Coord.) (2007) *As pessoas idosas*, Lisboa: Horizontes Pedagógicos, pp. 75-103.
- Ribeiro, O., & Paúl, C. (Coord.) (2011). *Manual de Envelhecimento Activo*. Lisboa : Lider.
- Sad, I. (2001). Revisão de vida, autoconhecimento e auto-aceitação: tarefa da maturidade. In Neri, A. *Maturidade e velhice*, Campinas: Papyrus, pp. 53-69.
- Serafim, F. (2007). *Promoção do bem estar global na população sênior - práticas e intervenção e desenvolvimento de atividades físicas*, Faro: Universidade do Algarve.
- Spiriduso, W. W., & Cronin, D. L. (2001). Exercise dose-response effects on quality of life independent living in older adults. *Medicine and Science in Sports an Exercise*, S598-S608.
- Tamer, N., & Petriz, G. (2007). A qualidade de vida dos idosos. In Osório, A. & Pinto, F. (Coord.) (2007). *As Pessoas Idosas*, Lisboa: Horizontes Pedagógicos, pp. 181-201.
- Thompson, P. (2002). *A voz do passado, história oral*. Lisboa: Paz e Terra.
- Trilla, J. (2004). Conceito, exame e universo da ASC. In Trilla, J. (Coord.) (2004). *Animação Sociocultural, teorias, programas e âmbito*, Lisboa: Horizontes Pedagógicos, pp. 19-44.
- Vieira, R. (1999). *Histórias de Vida e Identidades*. Porto: Edições Afrontamento.

- Vieira, R. (2003). *Vidas Revividas: a etnografia e a descoberta de novos sentidos*. In T. Caria, *Experiência Etnográfica em Ciências Sociais* (pp. 0-0). Porto: Afrontamento.
- Vieira, R. (2008). As histórias de vida como instrumento de investigação e (auto)formação de professores, imigrantes e idosos. In Passeggi, M. C. & Sousa, E. (2008) *(Auto)Biografia: formação, territórios e saberes*. Natal/RN: EDUFRN e Paulus.
- Vieira, R. (2012a). Trajetórias de vida, subjetivação e qualidade de vida de idosos. *Comunicação apresentada na UTAD a 25 de Maio de 2012*
- Vieira, R. (2012b). Estratégias de gestão dos processos de aculturação: As identidades pessoais como processos em gerúndio. *VII Congresso Português de Sociologia*. Porto.
- Vieira, R., Gomes, A., Rocha, A., Mendes, M., & Soares, M. (2009). Envelhecimento e autonomia: a importância do projecto de vida. In Vieira, R., Margarido, C. & Mendes, M. (Coord.) (2009). *Diferenças, desigualdades, exclusões e inclusões* Porto: Edições Afrontamento, pp. 133-147.

Webgrafia

- Bezerra, D. B., & Lebedeff, T. B. (2012). Lugares de afeto nada empoeirados: uma discussão sobre memória e identidade do idoso asilado, o registro como promoção de saúde mental. *XI Encontro Estadual de História* (pp. 1288-1299). Rio Grande: Anpuhrs. Retirado em 12 de Dezembro de 2012, em <http://www.eeh2012.anpuhrs.org.br/site/anaiscomplementares>
- INE “Censos 2011 – Resultados provisórios”. Retirado em 1 de Fevereiro de 2013 em http://www.cmarouca.pt/portal/downloads/aroucanumeros/Censos2011_ResultadosProvisorios.pdf.
- World Health Organization (2002) “*Active ageing: A Policy Framework*”. Retirado em 12 de Dezembro de 2012, em http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf
- Pollak, M. (1992). Memória e identidade social. In *Estudos históricos, vol. 5 n° 10*. Rio de Janeiro, pp. 200-212. Retirado em 5 de Janeiro de 2013, em http://reviravoltadesign.com/080929_raiaviva/info/wp-gz/wp-content/uploads/2006/12/memoria_e_identidade_social.pdf

Fontes

- Decreto-Lei n.º 187/2007, de 10 de Maio, *Diário da República*, 1.ª série Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social.
- Decreto-Lei n.º 13/85, de 6 de Julho de 1985, *Diário da República*, 1ª Série – Número 153.

Fontes Orais

Entrevista à dona Glória de 74 anos.

Entrevista à dona Lurdes de 75 anos.

Entrevista à dona Mena de 71 anos.

Entrevista Focus Group à dona Glória, dona Lurdes e dona Mena.

Apêndices

Apêndice 1

Caraterização Social e Familiar das Entrevistadas

Caraterização Social e Familiar das Entrevistadas						
Nome	Idade	Naturalidade	Estado Civil	Local de Residência	Números de Filhos	
					Vivos	Falecidos
D. Glória	74	Benedita	Viúva	Moinhos Novos	4	–
D. Mena	71	Benedita	Viúva	Moinhos Novos	4	1
D. Lurdes	75	Benedita	Casada	Moinhos Novos	5	1

Apêndice 2

Guião da primeira entrevista

Objetivos Gerais	Objetivos específicos	Categorias/Questões
1 - Caracterização do idoso	Fazer o levantamento de características pessoais: Idade; Habilitações; Estado civil;	Idade [Que idade tem?] Escolarização [Foi à escola? Fez até que ano?...] Estado civil [É casada?]
2 - Conhecer os modos de vida de idosos de uma comunidade rural, com mais de 70 anos, e o valor atribuído ao património cultural;	Perceber como o idoso ocupa a sua vida no dia a dia;	Quotidiano de reformado [Como é o seu dia a dia?]
	Quais são as suas ocupações nos seus tempos livres;	Ocupações [Quando não tem nada para fazer, o que faz?]
	Conhecer as memórias tem do passado;	Memórias [Que memórias do seu passado gosta de lembrar?]
3 - Perceber de que forma as histórias de vida dos idosos estão relacionados com o desenvolvimento comunitário e a promoção de bem-estar e qualidade de vida subjectivo;	Perceber como foram vividas as fases da vida: infância, Juventude, adultez;	Recordações de criança [Do que recorda do seu tempo de criança? Jogos, brincadeiras, lugares de memória]
		Recordações de juventude [Como foi a sua juventude?]
		Recordações de adulto [Depois de casar, como foi a sua vida? O que fazia?] [Quantos filhos teve?]
4 - Compreender os projetos de vida desta população e o seu contributo para o desenvolvimento comunitário;	Saber quais são os seus objetivos pessoais; Entender como a comunidade se foi desenvolvendo;	Projetos de vida [O que é que ainda gostava de fazer na sua vida?]
		Desenvolvimento comunitário [Como é que se foi envondo na associação?]
		[Como é que aqui a terra foi crescendo?]

Apêndice 3

Análise das primeiras entrevistas

Apêndice 3a - Sinopse da primeira entrevista realizada à dona Glória (EG)

Grelha de análise

Categorias	Sub-Categorias	Excertos de entrevista	Comentários/Síntese
Escolarização		<p>“Eu fui à escola, andei lá três anos mas só tirei a 2ª classe.”</p> <p>“E os nossos pais era assim: “É pra aprender a ler!”</p>	A entrevistada andou na escola até à segunda classe, para poder ler e escrever.
Infância	Brincadeiras	<p>“Quando era criança havia aqui três casas. Era a casa da ti Cristina, que é onde a ti Fátima mora, era a casa do meu pai que é no sítio da casa do Luís, e era a casa da tia que era onde tá a casa, pronto era a casa onde tá o teu avô e a ti Irene.”</p> <p>“A gente de crianças era aquelas três casas que havia. Depois mais tarde começou-se a fazer, já quando a pois os filhos vá lá os meus irmãos.”</p> <p>“Éramos a gente todas, o que é que agente ia fazer? Os grilos começavam “gggrrrrrrrr”, e a gente metia o dedo no buraco dos grilos até os apanhar [risos] e depois às vezes quando fazia assim muito luar, a gente brincava à mema às escondidas, brincava e pronto era assim. Até as nossas mães “Ó meninas, ó cachopas vá, vá”.”</p> <p>“E brincávamos e cantávamos assim, pronto, assim cantigas que a gente ouvia as mais velhas é verdade era isso.”</p> <p>“E a gente ópois fazia casinhas muitas vezes: “Olha vamos fazer uma casinha, eu sou a mãe” ópois uma era a mãe, pois outras eram filhas ópois púnhamos ali umas caixinhas [...]”</p> <p>“Foi a ti Cristina, matou uma galinha e foram bazar as tripas fora, e a gente fomos lá buscar as tripas e lavámosas</p>	<p>As brincadeiras de criança de dona Glória eram feitas com as meninas da sua idade onde brincavam às mães e às casinhas, fazendo de conta e recriando a vida de casa.</p> <p>Nestas brincadeiras, a entrevistada, conta que num dia de brincadeiras acabaram por cozinhar umas tripas de galinha, como viam as suas mães fazer, cantando por vezes as canções que ouviam das mais velhas.</p>

		e guisamosas e comemosas.”	
Infância	Trabalho	<p>“E o meu pai às vezes: [...] “Olha agarrem uma foice e vão ao rio apanhar um feicho de erva num estante, quero dar pasto às vacas e não tenho”.”</p> <p>“Tenho ali um sacho que o meu pai me comprou, o primeiro sacho, e uma foice, a foice já não tenho o sacho tenho, e fiquei tão feliz: “Ai o meu sachinho. [...] Olha ó Ilda, olha aquilo que o pai me comprou”. A gente era aquelas canetas, faz de conta que era as nossas canetas.”</p>	Em criança, já, dona Glória trabalhava ajudando o pai a guardar as vacas. A entrevistada recordado o momento em que o pai lhe ofereceu o primeiro sacho, tendo sido considerada a melhor prenda que lhe podiam ter dado.
Jovem	Ocupações	<p>“Quando andava na Cruzada, assim como agora há os escuteiros, a gente era pá Cruzada. E tínhamos umas fardazinhas, a Cruzadas apois recebíamos um emblema. Apois a minha mãe deixou-nos ir prá Cruzada. E depois fomos para a PREJAC e depois fomos pra JAC.”</p> <p>“Andamos da PREJAC a gente depois às vezes ao domingo íamos pro salão velho brincar, umas faziam rezas outros iam prá reuniões, era assim ao domingo.”</p> <p>“Quando foi no domingo, eu vinha da missa do meio-dia, porta-se ele, mas eu respondi-lhe à mesma o que tinha respondido ao outro mas ele foi muito bem-educado diz-me assim, oh Inês a gente temos a conversar coisas que já se passaram eu disse-lhe assim: “Olhe eu, namorar não namoro, porque posso namorar mas o que é assim, namorar só cando tiver 20 anos que ainda me faltam 2 anos e eu não quero”, e ele diz-me assim: “E eu espero”. É porque a gente távamos mesmo destinados um para o outro, “E eu vou esperar, a gente você pode fazer conta comigo e eu posso fazer conta consigo”, e eu fiquei-me “A gente não sabe você ainda pode encontrar outra”, “Tá feita a coisa!”</p> <p>“Passado ali por exemplo dois meses, e opois eu gostava muito de tar ali a fazer os tais bordadinhos, às vezes</p>	Em jovem, dona Glória, participou num movimento católico a PREJAC (Juventure Agrária Católica) onde se reunia aos domingos para rezar e brincar com as amigas.

		<p>assentava-me nas laranjeiras, assentava-me debaixo de uma laranjeira ao domingo à tarde e ele às vezes via-o vir do lado da Azambujeira. A gente só se via e ficava-mos contentes e felizes e não se dizia nada um ao outro, eu tava debaixo das laranjeiras ele ia a passar pela estrada.”</p> <p>“Mas a gente via-se ficávamos felizes. E quando fiz vinte anos, fiz vinte anos a uma sexta feira cando foi a um domingo ele veio, pois foi logo, vês.”</p>	
Jovem	Trabalho	<p>“Começava-se a semear o trigo, por exemplo em Dezembro, o trigo semeava-se quando era ali assim em Fevereiro o meu pai dizia assim: “Olha, olha o trigo tá acolá umas nódoas tem que se ir começar a mondar”[...].”</p> <p>“O meu pai dizia assim: “Olha agarrem na forquilha bem em baixo” e a gente [faz o movimento como era feito] depois para cima. Foi, era sempre, sempre. Era campo, era só campo pronto.”</p> <p>“O meu pai às vezes dizia, [...] a gente às vezes dizia, “Oh pai, a gente anda tão cansada e as cachopas algumas, a ti Cristina tão a servir, a Virgínia da tia tá a servir e vêm cá limpinhas a gente podia ir servir?”, Que era prás casas das senhoras. Sabes o que é que o meu pai me dizia?: “Deixem lá que um dia hão-de servir, mas é só a um patrão, [risos] a deixem lá que vocês vão servir mas é só a um patrão”.”</p>	Grande parte da juventude foi passada no campo a trabalhar. Ao longo do ano o trabalho era feito de acordo com o tempo agrícola. dona Glória gostava de ter ido servir como outras meninas, no entanto o pai negou-lhe este pedido, afirmando que mais tarde serviriam outro patrão.
Adulto	Trabalho	<p>“E eu às vezes ele ia trabalhar, [...] tinha que tar a trabalhar, e eu dizia-lhe assim: “Ó Joaquim, tu vais, mas olha que...” e ele dizia-me assim: “Havia de se ir falar a uma mulher ou duas pa irem ceifar este trigo”, “Tá bem depois eu vou, eu falo ali se a Lurdes puder vir aqui uns quartéis, umas horas”. Sabes o que é que eu fazia? Agarrava numa foice e tuca, tuca, tuca, tuca. Uma vez chegou a almoçar e diz-me assim: “Ouve lá, atão falas-te às mulheres pa virem”, “Falei, olha foi o meu braço”. [risos] Olha por isso é que tenho o meu braço assim, não</p>	Já em adulta depois de casar, o trabalho de dona Glória resumiu-se à lide de casa: cuidar dos filhos, dos animais, e para além disso, quando era necessário também ajudava o marido no trabalho do campo.

	<p>tenho força. Fazia isso tudo, pois.”</p> <p>“Vim morar para aqui, tinha porcos, tinha bezerros a engordar, tinha vacas leiteiras mas era só pa criar pra casa [aponta para o local onde tinha os animais]. E fazia queijos e queria ter leite para criar outros bezerrinhos pequenos, e era aquilo assim. E depois o meu homem semeava as batatas, lá ia a gente sacha-las, arrancá-las, aselá-las. E se houvesse trigo, azeitona, era a nossa vida era aquela, pronto.”</p> <p>“Mas tava à mema nos animais, mas cozia o pão, lavava a roupa, fazia isso tudo, a gente fazia chegar o tempo, pronto.”</p>	
Adulto	<p>Família</p> <p>“Ó mãe” eram os meus eram da ti Mena, os da tia Lurdes, “a gente vamos ao pinhal” as crianças podiam lá andar duas, três ou quatro horas que a gente tavamos descansadinhas, agora não.”</p> <p>“Era uma vida tranquila, [...] era uma vida com’é que eu hei-de dizer? Era uma vida tranquila, era uma vida prece [parece] que sem medo.”</p> <p>“O meu Bruno e o meu Ivo e mesmo a minha Carolina às vezes assim: “Ai ó ‘vó não sejas muito chata, tá bem?”, a gente às vezes fala, falo com ela assim na idadezinha que ela tá, é bom a gente falar. “Tá bem ó ‘vó, pronto, tá bem” [risos]. E o meu Ivo e o Bruno é assim dão-me um beijo abraçam-me ópois “Esta é que é uma velhota, esta velhota. Ó ‘vó como é que tás”, é assim, é, é [risos].”</p> <p>“Foram quatro, tive e graças a Deus calculo que tão todos vivos, o meu Venâncio tá em Luxemburgo porque o trabalho dele, pronto ontem tava lá hoje não sei se já tá mais perto. O meu Tomás tá na Solancis, o meu Tiago por lá tá no escritório lá anda, agora para aqui. Há-de cá vir jantar misturadas. “Ó mãe faça misturadas pa eu amanhã</p>	<p>A entrevistada tem o privilégio de ter maior parte dos seus filhos junto de si. Tem contato diário com os mesmos, bem como contato frequente com os seus netos que ajudou a cuidar.</p>

		cá vir jantar”. Já tão feitas, e a minha Zita lá tá na casa dela coitada lá na fabriqueta dela.”	
	Ocupações	<p>““Olha ó Glória podia fazer-me um vestido?”. Olha po Taveiro, pá Moita, pá Azambujeira, pro Frei Domingos, pra Ribafria.”</p> <p>“À noite. “Ai mas o que é que eu vou fazer?”, às vezes no fim de arrumar a cozinha e de fazer. “Então agora eu tou aqui?”. Olha aqui eu de um lado e o ti Joaquim de outro e a Zita tava a fazer, a minha Zita tinha muito jeitinho pa renda, fazia e eu a bordar tuca tuca, e o meu homem dizia-me assim: “Valha-te Deus mulher, valha-te Deus mulher, não t’andes a cansar”, mas eu gostava tanto, é verdade, é assim.”</p>	Para ajudar nas contas da casa, a entrevistada dedicava-se à costura, fazendo alguns trabalhos para as pessoas que o solicitavam.
No Hoje	Família	“Graças a Deus até hoje tenho os meus filhos muito meus amigos, tenho umas noras que são filhas, mesmo filhas a valer.”	
	Ocupações	<p>“Ó mãe faz o almoço que eu vou almoçar”, “pronto”, “Ó mãe faça isto”.</p> <p>“Atão a gente tá ocupadas. E outras vezes, olha a minha Tina: “Olhe faça favor, olhe cosa-me estas calças. Olhe tá a aqui as calças do Ivo. Olhe tá aqui uma camisa do Venâncio, cose, vire-me o colarinho”.”</p> <p>“Eu às vezes penso assim, “Então mas o que é que eu tou agora aqui a fazer? Atão o nosso senhor agora podia-me levar!”. Bem, mas tenho que ir tratar dos porcos, olha tenho que ir apanhar qualquer coisa pros coelhos. Olha tenho que ir fazer aquilo, pronto e ópois penso assim: “Bem olha daqui a bocado vou fazer o jantar”.”</p>	Para ocupar o seu tempo, nos dias que correm, a dona Glória faz o almoço para os filhos. Faz ainda alguns trabalhos de costura que as noras lhe pedem.
Quotidiano		<p>“Fui casada e sou viúva.”</p> <p>“Olha levanto-me, cá faço as minhas oraçõezinhas.”</p> <p>“Depois vou tratar dos animais, dos porcos, tenho ali dois</p>	Dona Glória continua com uma vida bastante ativa, desde que se levanta até à hora de se deitar, ocupa-se com os animais, com a lide da casa, com as

Quotidiano	<p>porcos a engordar, dos pintos, das galinhas, dos coelhos, do cão é a minha vida assim.”</p> <p>“É assim é a minha vida, da parte da tarde, assim no fim de almoço arrumo a cozinha depois tenho assim um bocadico às vezes, ligo um bocadinho a televisão, mas ópois vou aqui, vou ali.”</p> <p>“Depois janto ali por volta das sete horas, pronto depois gosto muito de ver o Fernando Mendes.”</p> <p>“Depois vem aqui o meu Tomás está aqui um bocadinho ou a tia Mena ou vem, prontos, chega aqui alguém, a Tina é muito amiga de às vezes tá para se ir deitar, tou às vezes para me ir deitar, bate-se à porta: “Abra lá a portinha que é pa eu passar mais um bocadinho mais você, assentesse [sente-se] aí”, e converso um bocadinho mais ela.”</p>	visitas que faz e que recebe das noras, filhos e irmãs.
Fonte	<p>“É que a gente antigamente, antes d’a gente fazer aqui o poço, a gente acartava aqui a água da fonte. Eu e muitas mulheres, não era só eu. Um balde em cada mão e um cântaro à cabeça, lá vínhamos a gente à subir.”</p> <p>“Deixa-me ir num estante à fonte”, ia lá três e quatro vezes e punha lá barrica grande que a gente ali tinha.”</p> <p>“Todos os domingo lá vou, mesmo que na esteja de serviço vou lá passar um bocadinho à mesma [risos].”</p> <p>“E depois a gente andámos, e depois com aquelas crianças da nossa idade. Pronto e aquilo marcou-nos muito.”</p> <p>“E aquelas pessoas que lá iam, com uma certa idade, já velhinhas, a avó do Vitor Melro, aquelas mulherzinhas que se hoje fossem vivas tinham cento e tal anos, aviados, bem aviados. E aquilo ficou-nos tudo, ficou tudo cá no meu pensamento. Aquilo a gente às vezes vai lá e lembremos-se”</p> <p>“Aquilo podia ser um ponto de encontro, até dali saírem</p>	<p>A fonte é um espaço essencial na vida da dona Glória, uma vez que, desde pequena ia lá buscar água. Mesmo depois de casada, continua a transportar a água três e quatro vezes por dia.</p> <p>Existe um sentimento de pertença, que é alimentado, semanalmente, por dona Glória. Para além de estar ligada ao espaço desde pequena, ainda hoje encontra pessoas do seu tempo na Fonte Mariana. É lá que convive e mantém ativa a memória e as recordações do tempo passado, promovendo assim a atividade física que lhe confere bem estar.</p> <p>Toda esta relação de uma vida promove uma forte relação afetiva com aquele espaço de recordações. Demonstra</p>

Fonte		<p>coisas perfeitas.”</p> <p>“É um brinde que a gente ali tem, e eu tenho gosto por isso, e atão às vezes, olha lembro-me assim: “Hoje não é o meu dia”, mas é um bichinho, “Deixa-me ir até lá a baixo!”. Na faço nada, assento-me converso riu-me às vezes bebo um cafezinho, como uma filhós, pronto, vimos todas pra cima.”</p> <p>“Aquilo ta assim, mas tem um porquê. Porque aqui há um tempo foi lá um homem [...] e dizia assim: “Vocês têm aqui um porquê, a água por isso é que isto é, pronto as pessoas que vêm aqui, têm a fonte, buscar água”. E foi.”</p> <p>“É um prodígio que a gente tem ali é a água, sabes, e pronto é assim.”</p> <p>“Os novos não foram criados tanto como a gente foi, levem aquilo para a frente, não deixem aquilo assim morrer.”</p> <p>“A motivação de eu ir à Fonte Mariana e de gostar de lá ver as pessoas do lugar, o convívio, foi aquela minha infância de pequenina quando eu comecei a lá ir, com a bilhinha na mão, à correr. ”</p>	<p>também alguma preocupação em relação ao futuro da associação, tem receio que acabe por ficar no esquecimento.</p>
Projetos		<p>“É a minha vista, não posso apertar com a minha vista, que se não fazia uns napronzinhos, umas coisinhas pás [para as] minhas meninas, para lhe dar uma recordação d’avó.”</p> <p>“Mas anda tenho esperança que ainda hei-de de fazer.”</p> <p>“Olha hei-de ir ver a ti Fernanda ao lar, que a tia Fernanda tá ali na Benedita.”</p> <p>“Vou muita vez ao lar ali e pronto, é assim já tinha ao retiro das viúvas.”</p>	<p>Os projetos que dona Glória tem, são projetos a curto prazo, nomeadamente fazer umas recordações para as suas netas, visitar os idosos ao lar e por vezes fazer uns passeios.</p>
Críticas		<p>“Tenho tristeza porque hoje a vida é tão diferente, é tão diferente eu acho que uma criança pois deve de ter o</p>	<p>Dona Glória tem saudades dos tempos mais antigos. Já dizia o poeta, “Mudam-</p>

Críticas		<p>respeito dos pais, dos irmãos, dos familiares.”</p> <p>“A gente sabe que o mundo dá muita volta filha, dá muita volta, mas o que hoje há, há muita fartura de tudo.”</p> <p>“Por um lado, preferia de antigamente que havia mais ... a, havia mais aquela coisa assim de, mais comunidade e os meus.”</p> <p>“Deixou-me muitas saudades, por exemplo aquela, aquela comunidade assim, daquele, aquela coisa de se, de serem mais. Agora parece que a vida faz conta que é um flagelo, não há tempo pra nada e quando há tempo.”</p> <p>“Era uma vida tranquila, era uma vida com’é que eu hei-de dizer? Era uma vida tranquila, era uma vida prece [parece] que sem medo.”</p>	<p>se os tempos, mudam-se as vontades”, e neste tempo de hoje, segundo a entrevistada, existe muita fartura parecendo que as pessoas andam tristes e desanimadas.</p>
Como se vê		<p>“Ouchalá que todas as pessoas tivessem na minha situação”</p>	

Apêndice 3b - Sinopse da primeira entrevista realizada à dona Mena (EM)

Grelha de análise

Categorias	Sub-Categorias	Excertos de entrevista	Comentários/Síntese
Escolarização		<p>“Fui à escola com 6 anos, tinha seis aninhos. Faz-me saudades aquela escola.”</p> <p>“Fiz a terceira classe.”</p> <p>“Os nossos pais queriam que nós soubéssemos escrever uma carta.”</p>	<p>Dona Mena andou na escola até à terceira classe, para poder escrever cartas aos familiares.</p>
Infância	Brincadeiras	<p>“Inventamos um batizado com as nossas bonecas. As nossas mães faziam uma bonequinha de trapos.”</p> <p>“E a gente que uma vez aproveitamos as tripas de uma galinha [...] a gente com um funil a por água dentro da tripinha, imitámos as nossas mães quando se matava um porco.”</p> <p>“Brincávamos também ao altarinho. “vamos fazer um altarinho! O qué que era um altarinho? Era fazíamos uma coisa assim com dois pauzinhos [...] quando era pelo natal o nosso presépio era ali. Fazíamos um presépio tudo em ponto pequenino. Tudo em barro fazer as coisinhas tudo em barro.”</p> <p>“E quando a gente imitava com um porquinho à feira. Lá ia, arranjam um pau mais redondo ou uma pinha, punhamos um cordozinho aqui ao pescocinho. Lá ia a imitar aquele porquinho também ia para a feira.”</p>	<p>As brincadeiras de dona Mena passavam por brincar com bonecas de trapos feitas pelas mães. Brincava às casinhas, imitando as ações de suas mães juntamente com as irmãs e vizinhas.</p> <p>Para além destas brincadeiras, construíam um altar com materiais que estivessem à mão, e na altura do Natal era transformado num presépio.</p>

<p>Infância</p>	<p>Trabalho</p>	<p>“A professora veio ter com a minha mãe e disse-lhe a ela, (a minha mãe é que me contou ela não falava isto com a gente) e disse assim: “Ó D. Maria deixe ir a sua, menina estudar, deixe a sua menina estudar”, “Ai minha senhora”, a gente era senhora professora, a minha mãe “Ó minha senhora não pode ser, ela faz-nos falta atão tem que andar no campo, tem que andar, tem que andar no trabalho, andar a tratar dos animais.”</p> <p>“As paystachons, é assim que se diz? [risos]. Os nossos pais davam três paystachons, agora não sei como isso se diz, era uma foice de ceifar, era um sachinho, e era um maçozinho para partir torrão.”</p> <p>“A gente tinha uma estimazinha naquilo que tu não fazes ideia.”</p>	<p>Dona Mena começou a trabalhar cedo, desde tenra idade teve que sair da escola para ajudar os pais a tratar dos animais e no trabalho do campo. Naquelas idades, segundo D. Mena, os pais davam um sacho, uma foice e um maço aos filhos.</p> <p>A entrevistada ainda faz a comparação para os dias de hoje, considerando estes objetos, como as playstashion das crianças de hoje em dia.</p>
<p>Jovem</p>	<p>Ocupações</p>	<p>”“Para onde é que vamos brincar? Olha vamos brincar pra cova!”. A minha mãe chegava-se à noite não deixava: “Não vocês estão cansadas têm que vir rezar o terço, têm que fazer o jantar [...] onde é que se juntava os jovens? A gente às vezes juntava-se ali um bocadinho a conversar uns com os outros.”</p> <p>“A gente íamos pra festa de S. Brás cando [quando] éramos novas, eu e a ti Lurdes, ainda não tínhamos namorado. Não é que naquele dia arranjamos um namorado? [...] Lá é que o meu marido que Deus tem, lá é que ele se dirigiu assim um bocadinho.”</p>	<p>Na juventude dona Mena ocupava o seu tempo com os jovens a conversando uns com os outros. Quando havia as romarias da terra, participava também e era lá que se encontrava com os rapazes, conhecendo por sua vez aquele que se tornou seu marido.</p>
	<p>Trabalho</p>	<p>“A gente ia à missa de manhã, quando a gente viesse nunca mais parava que a minha mãe dava-nos trabalho ao domingo: “Antes de namorem”, muitas vezes era assim:</p>	<p>Dona Mena quando era jovem trabalhava no campo e ajudava a mãe nos afazeres da casa.</p>

		“fazem o jantarinho porque eu tenho que arremendar roupa.”	
Adulto	Trabalho	<p>“O meu marido ia trabalhar, e eu para ficar em casa assim sem fazer nada, não. Casamos, tinha ali aquela arribanazinha, nossa ali a seguir, fui ferrar umas estacas aqui, outra ali, outra ali, com uns pauzinhos que tinha ali fiz um curralinho de um porco. Vê lá, porque não havia empregos não era?”</p> <p>“Fiz uma coelheirinhas, eu pla minha mão fiz umas coelheirinhas, pus duas ou três coelhinhas a criar, só comiam erva, nem se vendia ração para os animais.”</p>	Depois de casar, a entrevistada conta que enquanto o marido ia trabalhar, para além do trabalho da casa, construiu umas coelheiras e um curral para fazer criação de animais e posteriormente vender na feira.
Adulto	Família	<p>“Casei em 1966, e cá estou ainda.”</p> <p>“Tive quatro filhos, um morreu à nascença, foi um desgosto enorme que o meu marido teve.”</p> <p>“Tava casada e tinha a obrigação de lhe fazer as vontades e ele fazia a vontades a mim noutro ponto, não era assim?”</p>	
No Hoje	Família	“Eles gostam muito da sopinha que a avó faz.”	
	Ocupações	<p>“Tenho aqui as minhas irmãs, às vezes passa a Irene pára aqui um bocadinho e conversa, vem aqui a Glória conversar um bocadinho comigo, outras vezes eu vou lá também. Se a gente vê a ti Lurdes, sempre fomos assim muito amigas, a ti Glória do Monteiro, às vezes ta ali o rebanho deles paremos ali assim um bocadinho, quer dizer a conversar umas com as outras.”</p> <p>“O que é que à dias eu escrevi? Escrever o quê? Coisas do meu tempo cando [quando] andava, cando era pequenita, cando andava na escola. Chegava-se ao domingo ia tudo à missa, escrever os cânticos que se cantava nessa altura. Tão</p>	Hoje, dona Mena ocupa o seu tempo com as visitas que faz às suas irmãs e a vizinhas, colocando assim a conversa em dia.

		<p>aqui uma quantidade disso.”</p> <p>“Tenho poucos tempos livres, como eu te acabei por dizer, tenho poucos tempos livres. Às vezes ajunto-me ali com a minha irmã, outras vezes vou a casa dela.”</p>	
<p>Quotidiano</p> <p>Quotidiano</p>		<p>“O meu dia a dia é levantar-me sempre cedo. [...] levanto-me as minhas florzinhas, quando é de verão, tiro as folhinhas velhas. Vou ali para traz para os animais. Depois tenho uns barracões velhos para ali, não gosto que eles caiam [risos], depois ando sempre a reforçar com um pauzinho com uma vigazinha (...) depois venho tomar o pequeno almoço, venho arrumar o meu quarto, ando na minha vida.”</p> <p>“Depois tenho os meus meninos, muitas vezes. Criei a Soraia a Mariana e tive um tempo os filhos do meu Zé. É assim e ainda aqui estou.”</p> <p>“Depois durante o dia canto, baixinho, assim. A gente quem canta reza duas vezes.”</p> <p>“Muitos dias, mesmo o Zé, a Tânia a Mariana, vêm muitas vezes almoçar aqui a minha casa. Faço o almocinho mais a jeito deles, não é.”</p> <p>“Limpo a cozinha, lavo a louça, alimpo tudo. Apois faço umas costuras ainda, que as minhas noras: “Olha ó vó, tenho umas bainhas destas calças pa fazer, tenho estas calças prá alargar, tenho este pontinho para dar.””</p> <p>“Apois vou tratar dos animais outras vez, tirar-lhe o estrume, e pronto a minha vida é assim.”</p> <p>“Á noite recolho-me mais pra casa. Muitas vezes eles dizem:</p>	<p>Dona Mena conta que dá inicio ao seu dia cedo, trata dos animais que ainda tem, vai concertando por vezes os barracões velhos.</p> <p>À hora do almoço, trata dos seus netos que vão almoçar a sua casa.</p> <p>Da parte da tarde continua com os seus afazeres da casa, limpando a cozinha, e cosendo alguma roupa que lhe deixam para a mesma arranjar.</p> <p>À noite gosta de estar recolhida em sua casa, sendo que por vezes vai a casa dos seus filhos que moram junto de sua casa.</p>

		Vá um bocadinho a nossa casa!. Eu vou às vezes um bocadinho a casa deles.”	
Fonte		<p>“A gente às vezes temos a fazer as filhoses, lá em baixo e comecemos a cantar aquilo, aquelas canções antigas, palavra d’honra. Foi aqui à tempo umas pessoas [...] e eles: “Ai meu Deus, ai o que as senhoras estão a cantar!” e elas também sabiam estas canções. Olha tudo ali a cantar.”</p> <p>“A gente lá em baixo às vezes, temos massacradas das pernas. Qué todos os domingos, olha que eu tem sido todos os domingos, e a fazer aquilo assim. A gente tem gosto daquilo de se arranjar dinheiro para fazer isto fazer aquilo e pronto.”</p> <p>“A gente iamós e mais eles. Eles podiam-se ajuntar e jogavam às cartas mais outros homens, até mesmo ali em baixo olha, não era? Ele lá tinha os camaradas deles, ele jogavam às cartas a gente por ali tava sentadas um bocado, porque a gente nunca se goza um bocadinho ali, já viste? E era uma coisa que a gente até podia ter, ta lá aquela sala grande assim com uma fogueira tavamos ali assentadas e coisa assim.”</p> <p>“Às vezes rimos-se, também temos lá um bocado que às vezes se rimos, porque vêem pessoas que a gente já não vimos à anos [...] às vezes aparecem ali, olha aquilo é de a gente partir a rir, e depois a gente começa-se a lembrar disto, daquilo. E é assim, é engraçado.”</p> <p>“Até dali se fazia um passatempo engraçado, não é?”</p> <p>“Se eu tivesse um problema de saúde, não podia ir, não era, então prefiro ir todos os domingos.”</p>	<p>A Fonte Mariana é um espaço que dona Mena frequenta com regularidade. Lá faz filhoses.</p> <p>Junto das pessoas que vão à Associação recorda os seus tempos de mocidade e canta musicas do seu tempo.</p> <p>Este espaço acaba por ser um ponto de encontro, pois é lá que reencontra as pessoas do seu tempo recordando a vida passada.</p> <p>Dona Mena conta ainda que tem muito gosto naquele espaço, e que dali podia ser organizado um espaço para passar o tempo no dia a dia.</p>
Fonte			

		<p>“Gosto muito da fonte e dou graças a Deus, porque se eu na trabalhasse lá, e as minhas colegas e as pessoas todas que lá trabalham era por motivos de eu na ter saúde e assim faço um bocadinho de esforço.”</p> <p>“Aquilo é uma associação que tem água, água é vida, não é? E a palavra fonte condiz com muitas coisas da nossa vida. Porque eu tenho ali um livrinho que fiz com recordações da Fonte, a palavra fonte, a fonte é vida.”</p> <p>“Eu tenho muita alegria naquilo, sempre que possa eu vou.”</p> <p>“A gente riamos, a lavar a nossa roupinha, às vezes, não havia detergentes nem nada, o sabão era muita à continha, mas a gente corava a roupa, em fim era coisas que a gente não esquece. [...] eu adorava e não gostava de esquecer .”</p> <p>“E quando chego lá lembro-me de pessoas tão antigas que já partiram e como a gente convivia, e outra coisa, vêm ali pessoas de Lisboa, ali, que tão a morar em Lisboa ali do Frei Domingos e da Azambujeira e dizem: “Mas isto é a Mariana?” e a gente, já sabe como é que é gostemos de falar com aquelas pessoas que há 50/60 anos a gente convivia com eles.”</p> <p>“Aquilo é um convívio que nos dá saúde apesar de às vezes ter um bocado de trabalho, e custa-nos, às vezes apetecia-me ficar mais em casa, não era.”</p>	
Projetos		<p>“Qualquer dia digo ao padre Armindo: Ó padre Armindo, tenha lá calminha, dê também uma alegria à gente. Que a gente vamos à missa gostamos de cantar, recordar os nossos cânticos.”</p> <p>“Já conversei isto até com as minha irmãs, a gente havíamos</p>	Os projetos que dona Mena tem para a sua vida relacionam-se com as outras pessoas, ambiciona criar um espaço onde possa passar o tempo juntamente com as pessoas da sua idade, e falar

		<p>d'arranjar uma coisa qualquer para nós passarmos o tempo ou coisa assim, mas elas dizem-me assim: “Mas tu na vês que a gente tamos meias coxas já” vá coxas mesmo a preceito e pra onde é que a gente ia?”</p> <p>“Se eu tivesse dentro assim de certas coisas, de certas oportunidades, era fácil a gente chegar ali. Às vezes a gente juntar-se todos a conversar e ria-se a cantar umas cantigas antigas, havia hipótese disso como te digo.”</p>	<p>com o Padre da sua paróquia para organizar uma missa com os cânticos de antigamente.</p>
<p>Criticas</p>		<p>“Os jovens tão hoje a trabalhar, não sabem o problema do trabalho do campo. Eles podem ir ter problemas de trabalho, de emprego, não é? Mas se lhe dessem uma enchada, meu Deus. Eu acho que eles não aceitavam.”</p> <p>“Tempos que nos deixam muitas saudades. E tenho pena que os nossos jovens de hoje não saibam essas coisas. Era uma vida humilde [...] mas agora mandaram toda a gente estudar, e pessoas que não têm vocação para estudar, mas são obrigados e depois nunca saem resultados nenhuns.”</p> <p>“Havia muita fome. Agora dizem que há fome? Não há não! O mundo expandiu-se muito de repente, tás a ver? E todos aqueles hábitos todas aquelas pessoas que trabalhavam no campo mereciam todo o nosso respeito.”</p> <p>“A fartura muitas vezes estraga. Eu acho, penso em mim, muitas vezes posso estar a pensar mal, mas agora tá estas crises assim [...] dantes nem havia nada.”</p> <p>“Tudo está bem no seu tempo. Uma criança de pequenina, não tá, não deve de ver estas coisas que lhe desperta a atenção e querem imitar, e depois da imitação vai a obra feita, não é?”</p>	<p>A entrevistada mostra-se muito preocupada com os tempos que correm. Afirma que os jovens hoje não sabem trabalhar no campo, e que esse tipo de trabalho faz muita falta. Para dona Mena, no seu tempo havia muita fome, no entanto as pessoas não deixavam de ser humildes e ter respeito por todos. Conta ainda que nos dias que correm há muita fartura.</p>

Críticas		<p>“Tudo ganhava para uma casa, e agora não é assim, porque estudam. Empatam o tempo a estudar e gasta-se muito dinheiro com os estudos, e naquele tempo era fácil, havia muito trabalho, se não era de uma qualidade era de outra [...] ganhavam o dinheirinho e poupavam tudo.”</p>	
Como se vê		<p>“A minha vida é passada assim, não posso é parar. Tenho sempre que ter qualquer coisa, que eu não posso estar assim [fica parada].”</p> <p>“Mas gosto de viver, às vezes com muitas preocupações com muitas saudades do meu marido, muita, muita, muita.”</p> <p>“Às vezes apetece-me que Deus me leve. Mas outras vezes, “Não, não, meu Deus deixa-me estar, deixa-me estar, porque a gente enquanto cá temos vamos valendo uns aos outros”, e vivendo em paz”.</p> <p>“Hoje, encontro-me mais, acho que sei mais do que quando sai da escola, a gente vai aprendendo mais, não é assim? E mantive-me, hoje sou capaz de ensinar os meus netos.”</p>	<p>Dona Mena mostra-se uma pessoa bastante ativa, tem sempre que fazer. Segundo ela, não pode ficar parada, ajudando por sua vez os que lhe são próximos.</p>

Apêndice 3c - Sinopse da primeira entrevista realizada à dona Lurdes (EL)

Grelha de análise

Categories	Sub-Categories	Excertos de entrevista	Comentários/Síntese
Escolarização		<p>“Fui à escola, mas naquele tempo, sabes o que é que os nossos pais faziam à gente? Tiraram. Eu ia à escola, pronto, a escola não era obrigação. Ia à escola e atão o meu pai irrou-me da escola que era pa ir pra diante das vacas, pra por o milho ao rego, vê lá as nossa vida.”</p> <p>“Depois cando [quando] me casei dei o nome pa ir pá escola. Que depois o meu marido começou a dizer para eu ir pá escola, pronto, da noite que havia escola, ainda hoje como há. Comecei um dia, ainda lá fui um dia, dois dias. o meu João teve um acidente andei nove anos com ele no hospital de Santa Maria.”</p>	<p>Dona Lurdes frequentou a escola, mas cedo foi retirada para poder ajudar os seus pais no trabalho do campo. Não sabe ler nem escrever.</p> <p>Quando se casou ainda se inscreveu na escola da noite, mas devido ao acidente de um filho teve de sair para o acompanhar ao hospital.</p>
Infância	Brincadeiras	<p>“A gente tínhamos muito respeito e tínhamos medo à pancada.”</p> <p>“A gente se enganasse num tostão, a gente tinha que dar contas do tostão. Um tostão naquele tempo era muito dinheiro.”</p> <p>“Sabes o que é que a gente fazíamos? A gente ajuntamos-se íamos aos pinhais buscar umas pinhas pa fazer uns bezerrinhos.”</p> <p>“Bonecas de trapo, púnhamos assim uns cabelinhos, às vezes eram umas barbas de milho, depois faz de conta que era o cabelo. Fazíamos alterinhos, um altarinho era com flores.”</p> <p>“Depois íamos às amoras, trazíamos um saquinho de amoras assim pi [por aí] além, mas éramos todas juntas, a gente e as cachopas ali, a Mena, a Glória. A Ilda era sempre a minha</p>	<p>Quando fala das suas brincadeiras de criança, dona Lurdes, recorda desses momentos com saudade. Conta quando como brincava com as suas bonecas de trapos, e com as suas amigas às mães e filhas.</p> <p>Para além disso dona Lurdes ainda recorda das cantigas e dos jogos que faziam, sabendo de cor as lengalengas do seu tempo. Nestas brincadeiras de criança nem dava pelo tempo passar.</p>

Infância		<p>mãe, essa é que me governava [...] cada uma, a gente tinha uma mãe e atao elas é que cuidavam da gente. Elas é que vinham fazer aquele jantarinho dentro daquelas caixinhas de pomada, sabes? Depois fazíamos aquelas amoras.”</p> <p>“Estendia-se os dedos todos depois era “Uma duas argolinhas, panta o pé na papolinha o rapaz que jogo faz, faz o jogo dica o pau, dica pão Manel João, diz é velha do cordão, que recolha o seu pezinho, que recolha o pé de cão” (risos) a gente tava todos sentados com os pezinhos e com as mãozinhas” [...] passávamos as nossas manhãs com isto.”</p> <p>“E rodas que se faziam, todas assim à roda. Fazíamos assim aquelas rodas, cantávamos “aqui vai o lenço aqui fica o lenço. Aqui vai o lenço, a qui fica o lenço” andávamos assim meios dias.”</p>	
	Trabalho	<p>“Mandavam a gente ir à fonte. E a gente partia a cantaria e opois chorávamos.”</p>	
Jovem	Ocupações	<p>“Cando nós fomos novas com 12 anos, tínhamos a maior alegria que havia, cantamos, dançamos no nosso tempo, andamos na azeitona todas molhadinhas. Umas com as outras a gente nem dámos pela conta”</p> <p>“Assim passámos a mocidades, cantamos rimos e atão passava-se aquele tempo.”</p> <p>“A gente ia a uma festa, e se a gente não tivesse ao sol posto em casa? Atão é que era uma. Ao sol posto a gente já tinha que tar em casa se a gente na tivesse em casa, já: “Onde é que tu andeste?”</p> <p>“Ia ao cinema de gente nova, tudo assim à tardinha. A minha mãe não deu ordem d’a gente sair, só de dia.”</p> <p>“Gozei muito, cando era nova gozei. E porque ela [sua mãe] fazia sempre conta de eu lá ficar.”</p>	<p>Na sua juventude dona Lurdes gostava muito de cantar e dançar com as suas colegas.</p> <p>Neste tempo, conta a entrevistada, que as brincadeiras duravam até ao sol posto, dado que a essa hora já deveriam de estar em casa.</p> <p>No tempo em que foi servir, ia ao cinema e às feiras, segundo a entrevistada divertiu-se muito.</p>

Jovem	Trabalho	<p>“Fui servir, naquele tempo pedi à minha mãe pra ela me deixar ir.”</p> <p>“12 ou 13 anos fomos para a azeitona, fomos pá azeitona, começamos a andar na azeitona mas aquilo era uma paródia, tu nem sabes.”</p> <p>“A gente para ter uma vida melhor só indo servir, o mais era sempre no campo, mondar, ceifar erva, estonar, era tudo assim e ganhava-se, naquele tempo era 10 escudos, era muito poucacinho, de manhã à noite, mas aquele dinheiro rendia, sabes?”</p> <p>“A gente trabalhava era tudo nas fazendas.”</p> <p>“Fui servir cando tinha 13 anos, foi pra essa tal casa que me vieram buscar, qu’ela pensava ca [que a] minha mãe me dava, tas a ver?”</p>	<p>Dona Lurdes trabalhou no campo durante a juventude, no entanto, foi servir para casa de uma senhora quando tinha 13 anos.</p> <p>Por ter ido servir dona Lurdes teve oportunidade de ter uma vida melhor, no entanto, quando a mãe precisou dela, teve de retornar a sua casa.</p>
Adulto	Trabalho	<p>“Eu era doméstica de casa, fazia o meu trabalho cuidava dos cachopos e fazia a minha vida. Criava animais, com vacas, com porcas, com coelhos, tinha de tudo.”</p>	<p>Após o casamento o trabalho de dona Lurdes era cuidar dos seus filhos, e criar os animais que tinha em casa.</p>
	Família	<p>“Cando foi 36 anos já estava despachada, tive 6 filhos. Tive tudo canto foi, vê lá ainda não era velha.”</p> <p>“Tive seis, mas o primeiro passado 5 meses foi-se logo a baixo. Foi logo o primeiro, [...] tudo se cria tudo se passou, olha na foram eles que me deram fezes.”</p>	
No Hoje	Família	<p>“Já tou casada há 46 anos, já tou a fazer 46 anos que tou casada.”</p>	<p>Nos dias que correm dona Lurdes ocupa o seu tempo a remendar a roupa, e a fazer as coisas de casa, afirmando que existe sempre que fazer em casa.</p>
	Ocupações	<p>“Vou dar uns pontinhos, roupa que às vezes tenho piugos, coisas assim que acho que já nem conta a gente arremendar, mas nós gostamos sempre de azelar.”</p> <p>“Vou mudar umas flores, uns vasos a gente nunca, há sempre que fazer, numa casa. Só se a gente for assim muito coisas, é que não há que fazer.”</p>	

Quotidiano		<p>“Levanto-me de manhã, faço o pequeno almoço, no fim vou alimpar a casa. Vou arrumar a cozinha do pequeno almoço, chegam-se logo as horas de fazer o almoço, vou fazê-lo. Cando tenho os meus netos vou cuidar deles. E assim se passa a vida, agora a vida é diferente, tas a ver, na é como antigamente.”</p> <p>“Apois dou o almoço, depois arrumo a cozinha se tiver alguma coisa pa fazer, vou fazer, lavar roupa também costume lavar roupa à mão, tenho máquina, mas lavo muita roupa à mão. Depois se tiver tempo vou a casa da Célia, fazer assim qualquer coisinha cando ela lá na está, a roupa e assim. Olha passasse o tempo.”</p> <p>“O fim de semana é uma limpeza maior à casa [...] fazemos assim estes trabalhos mais atrasados, qué pa ficarem adiantados pro domingo. Qué pa gente ao domingo ter uma bocadinho de tempo livre mas também na temos.”</p>	<p>No seu dia a dia, dona Lurdes toma o pequeno almoço, arruma a cozinha e quando chega a hora do almoço vai fazê-lo para si, para o marido e para os seus netos. Durante a parte da tarde continua com os afazeres da casa.</p> <p>Durante o fim de semana, dá um jeito maior à casa e adianta uns trabalhos atrasados.</p>
Fonte		<p>“Cando nós éramos novas íamos pá fonte, olha pá Fonte Mariana e pá Ervideira à meia noite para lavar a roupa, não havia água.”</p> <p>“Íamos pra lá pa esperar que a água nascesse, pra ver aquela que apanhava um balde de água [...]. E atão a gente chegava às vezes à meia noite pra lavar a roupa, tava a pia cheia de água, a pia tava cheia de água, mas depois éramos umas poucas.”</p> <p>“Trabalhemos com gosto porque a Fonte era uma coisa muito bonita, mas foi o tempo que ela se começou, não é agora. Foi aqui há 20 anos, era tudo tão lindo, era coisa bonita. Bem, agora também é, mas é diferente.”</p> <p>“É bonito porque tem larguesa e é um ar puro porque é eucalipos, é pinheiros, faz ar.”</p> <p>“Tenho gosto na Mariana, tás a ver, nós temos-le amor, atão eu já tenho esta idade e nesta idade nós nunca deixamos a</p>	<p>A Fonte Mariana é um espaço que frequenta desde criança para lavar a roupa, e ir buscar água com os cântaros.</p> <p>É esta ligação que torna o espaço tão especial para dona Lurdes, pois tem muito gosto “que custa a largar”.</p>

		<p>fonte, tas a ver?”</p> <p>“A gente ganhamos um amor à fonte e custa largar, larguemos, de um momento para o outro a gente a larga!”</p>	
Projetos		<p>“Era ler, há muita coisa que a gente olha pá televisão e gostemos de saber o que é que se está a passar, não é?”</p> <p>“Ainda coso, canto tenho um dia da semana coso. E olha tenho que coser pá semana.”</p>	Dona Lurdes conta que ainda gostava de aprender a ler.
Criticas		<p>“Era uma vida sã, uma vida muito boa que nós tínhamos, ríamos, passeamos. Távamos à espera que acabasse a azeitona pá gente comprar uma blusinha branca.”</p> <p>“Ainda bem que mudou, não também éramos muito escravas, não era como agora, tá tudo muito bem. A vida foi dura, a nossa vida.”</p> <p>“Eu tenho saudades, era um tempo muito seguro, quer dizer, alegre. A gente ia a uma reza à noite, sabes assim cando era em Maio, só se ouvia era cantar.”</p>	A entrevistada conta que a vida que tinha nos tempos de mocidade era uma vida sã, no entanto afirma que foi bom os tempos terem mudado pois as mulheres do seu tempo eram muito escravas. Contudo, não deixa de sentir saudades do seu tempo, considerando que era um tempo seguro.
Como se vê		<p>“Já temos os nossos anos passados, isto vão-se passando e é sem a gente se aperceber.”</p> <p>“Perdeu-se a voz, à cantos anos eu memo aqui na minha casa eu... nunca me deu assim pa cantar nada. Nadam nada, nada, eu era muito amiga de cantar, agora.”</p> <p>“Eu tenho pena de me fazer de velha e morrer. Eu tenho, eu tinha muito gosto de viver, tinha muita coragem, nunca perdi a coragem que tinha, gostei sempre de viver e ter coragem. E gostar de ter, ter assim as coisinhas arranjadinhas assim pa gente se gozar.”</p> <p>“A gente agora nem somos nada [...] faz falta.”</p> <p>“Ainda tenho pena de me fazer de velha, à pois tenho.”</p> <p>“Tive sempre uma vida de viver bem, pronto.”</p>	Dona Lurdes tem pena de se fazer velha, apesar de ser uma mulher ativa, já não canta como cantava. No entanto sempre teve gosto de viver, considerando-se uma mulher de coragem.

Apêndice 4

Guião da segunda entrevista: *Focus Group*

Categorias/Questões	Eventuais perguntas
1a - Relação das idosas com a Fonte Mariana.	Frequência [Desde quando frequenta o espaço?] Memórias [O que faziam, quando eram mais novas, no espaço?] Atualmente [Nos dias de hoje o que fazem no espaço?]
1b - Importância dos encontros em torno da fonte Mariana	[Sente necessidade destes encontros ao domingo? De que falam?] [Qual a importância para destes encontros? Clarifique] [O encontro junto da fonte dá-lhe saúde/vida? Como]
2a - A evolução da Associação/Espaço.	Criação da associação [Quando foi criada a associação?] [Porque é que criaram a associação? Falem um pouco do vosso envolvimento]
2b - A importância da associação para o envelhecimento ativo.	[Sente orgulho na associação?] [Falam dela com os vossos filhos e netos?] [...]
3a - A importância do trabalho comunitário ligado à fonte para a qualidade de vida das idosas e para o envelhecimento ativo.	Sentimento [O que sentem quando estão na fonte?] [Qual é o vosso papel nesta associação?] [Vê-se sem frequentar a associação? Porquê?] [Que importância a fonte tem para as vossas vidas]

Apêndice 5

Análise da segunda entrevista – Focus Group

Apêndice 5a – Sinopse da segunda entrevista – *Focus Group*

Grelha de análise

Categoria	Sub-Categorias	Excertos de entrevista	Comentários/Síntese
Relação com a Fonte Mariana	Antigamente	<p>EG – “Olha desde que comecei a andar pela mão da minha mãe, ó Inês. Desde os meus 5 anos, que elas iam à fonte e levávamos pela mão, pois.”</p> <p>EM – “Exatamente, a gente à vezes levava uma cafeteirinha de barro, onde a gente bebia água daquela cafeteira. Na cozinha, na casa das nossas mães. E depois elas levavam o cântaro e a gente gostava de levar uma coisinha qualquer, e a gente levava aquela cafeteirinha de barro. Tudo bebia pela aquela cafeteira. E depois, uma cafeteira de barro, vê lá tu bem. E ninguém apanhou doenças.”</p> <p>EG – “Ó Lurdes, mas não era tudo igual? A gente na dávamos pa chorar, dávamos pa se rir à mesma.”</p> <p>EL – “Era para rir [ri-se], a gente levava tudo a rir. “</p> <p>EG – “Ia-se uma vez por semana que se ia lavar a roupa, ia-se lavar, era um dia.”</p> <p>EL – E punha-se a corar.</p> <p>EM – Não havia lixívias. [...]</p> <p>EG – “Primeiro ensaboava-se, só o primeiro sabão.” [virando-se para D. Lurdes e as duas riem-se]</p> <p>EM – “Depois punha-se assim [faz gestos] numa pargasinha em cima de umas ervinhas. Depois agarrávamos, aquilo tava assim um bocadinho, agarrávamos numa peça, voltávamos a roupinha, passávamos a peça com água limpa, começava-se a</p>	<p>As três mulheres entrevistadas, começaram desde muito pequenas a frequentar a Fonte Mariana. dona Glória, dona Mena e dona Lurdes recordam, a altura em que começaram a andar pela mão da mãe, já estas as levavam até à fonte. Nessa altura, levavam uma caneca como se fosse para transportar a água que as mães iam buscar para o sustento da casa. Este ritual serviria para as crianças interiorizem nos seus hábitos, a rotina da ida à fonte e a importância da água para as suas vidas e a de suas casas.</p> <p>Depois do episódio da cafeteirinha, foram crescendo bem como as responsabilidades, e quando começaram a ficar mais velhas passaram a ser elas a transportar a água através de cântaros de barro. Chegavam a ir à fonte duas e três vezes por dia, e durante o verão, acabavam por acordar de madrugada para ir buscar água, tendo em conta que naquela época do ano a água não abundava.</p> <p>Tendo em conta que a Fonte Mariana era a fonte mais próxima de cinco</p>

<p>Relação com a Fonte Mariana</p>	<p>Antigamente</p>	<p>esfregar a roupinha, com o sabão, nem era detergentes nem nada, só com um bocadinho de sabão passava-se a roupinha, e depois tirava-se o lixo assim maior e punha-se mais sabãozinho, chocalhava-se bem, punha-se mais sabãozinho e punha-se a corar. Estendida na relva, estendida na relva no caso da roupa mais branquinha, a roupa mais clara, a roupa preta não se punha.”</p> <p>EL – “Punha-se a enxugar lá.” [diz bocejando]</p> <p>EG – “Tudo, tudo, tudo.”</p> <p>EM – “Os lençóis, as toalhas, punha-se tudo a corar. E as nódoas que tavam, vê lá tu bem, aquele sol, bendito era, tirava as nódoas todas. Tirava as nódoas.”</p> <p>EL – “É verdade, era só o sol.”</p> <p>EM – “Olha, olha, a calçada da fonte, a calçada que tá lá na fonte era tudo relvinha...”</p> <p>EG – “Era onde se estendia a roupa.”</p> <p>EM – “Era onde se estendia a roupa, às vezes era 5 e 6 estendais de mulheres que tavam lá[virando-se para D. Lurdes], é verdade.”</p> <p>EL – “Cada qual tinha o seu.”</p> <p>EM – “Depois quando fazia calor, íamos lá com o balde de água só pingar a roupinha assim” [à medida que vai falando faz os gestos de como faziam]</p> <p>EG – “E na se podia deixar enxugar.”</p> <p>EL – “Tava-se a agua-la qué para ela na” [leva a mão à cabeça].</p> <p>EG – “E depois no fim íamos apanha-la e depois passa-la. E no fim de passada a ferro? Era um cheiro que era um sonho.”</p> <p>EM – “Aquilo era por ordem. Aquilo nos muros, os cântaros era tudo à volta.”</p> <p>EG – “É verdade, tudo cheio. – “Agora sou eu, agora sou</p>	<p>terras/localidades toda a população próxima se ia abastecer nela. Por vezes estavam horas a aguardar que chegasse a sua vez, com o seu cântaro a marcar a sua vez para ser enchido. Enquanto esperavam, ocupavam o tempo a jogar às cartas, com as suas amigas de brincadeira e quando era tempo delas iam às amoras e aos figos.</p> <p>Para além deste hábito diário, uma vez por semana passavam o dia na Fonte Mariana para lavar a roupa. Cada menina/mulher tinha a sua pedra para lavar a roupa. Em primeiro lugar era lavada a roupa branca e enquanto esta ficava a corar, era lavada a roupa escura. Todo o dia era dedicado a esta atividade. A roupa, era estendida na relva que envolvia a fonte, chegavam a ser 5 a 6 estendais de roupa por dia.</p> <p>Naquele tempo, este trabalho era muito exigente para as meninas que depressa se tinham que fazer mulheres, no entanto, as entrevistadas não deixam de sentir saudades e muita nostalgia destes tempos, contam que apesar das contrariedades da vida, naquele tempo tinham situações que em vez de chorarem acabavam por rir todas.</p> <p>Também os homens iam buscar água com os bois, e o Tio André era um desses, que quando lá ia, já toda a comunidade sabia posteriormente pois este, não deixava água</p>
------------------------------------	--------------------	--	--

<p>Relação com a Fonte Mariana</p>	<p>Antigamente</p>	<p>eu”.“ EL – “Isto era tudo igual. As cachopas às vezes íamos para a ribeira” [apontando para D. Glória] EG – “Da ti Zulmira” EL – “Levávamos as cartas e jogávamos às cartas.” EG – “Pois, exatamente, quando estávamos à espera.” EL – “Era eu, a tu Ilda [dirigindo-se par D. Glória]. Eu era sempre a jogar com a tu Ilda. No tempo quando era mais pequena, era sempre a minha mãe. Íamos às amoras.”</p> <p>EG – “E depois enquanto a roupa corava, íamos lavar a escura e depois estendia-se, aquelas balseiras era tudo roupa a enxugar.” EL – “Levava-se um bocadinho de pão” [rindo-se] EG – “E depois lavávamos um bocadinho de pão pá gente comer” [risos]. EM – “Era um dia inteiro para se lavar a roupa.” EG – “Ai ó Inês, era lindo.”</p> <p>EG – “Era duas e três vezes.” EL – “A gente na fazíamos mai nada que era acartar água. [risos] E tavamos que tar à espera da nossa vez.”</p> <p>EG – “Então pois, era todo o dia, toda a noite.” EM – “Toda a noite, e depois de noite lá faltava alguém para encher o cântaro, cando era de verão às vezes era até de noite, mas quando lá faltava alguém, corria pá pia e depois ia lá o ti André. Sabes quem era? [risos]. E depois o ti André era assim, andava com as vacas e com a tina, chamavam-lhe a tina, e ía para lá e levava aquilo tudo, depois chamavam-lhe o Rabiscapias. Era o Rabiscapias, chegavam lá as mulheres para ir lavar: - “Já cá veio o André”. “</p>	<p>nenhuma na pia.</p> <p>Esta relação existente entre as entrevistadas e a Fonte Mariana, é uma relação que passa muito para além do mundo físico, isto é, todo o ambiente envolvente entre as pessoas, o convívio, o respeito que existia umas pelas outras, as conversas, os segredos, os ensinamentos que se iam passando de geração em geração, os cuidados de higiene que eram feitos e muito mais. Tornaram este um espaço não apenas uma fonte onde se ia buscar água, mas uma fonte onde as entrevistadas bem como outras pessoas que por lá passavam, criaram uma ligação e hoje recordam memórias com muita satisfação e ao mesmo tempo lhe conferem vida, isto é, um espaço de encontro.</p>
------------------------------------	--------------------	--	--

<p>Relação com a Fonte Mariana</p>	<p>Antigamente</p>	<p>EL - “E as mulheres assim com os cântaros, deixavam-nos à bica, a gente ia lá, despejávamos [gesticula como se tivesse na situação e ri-se]. Despejávamos para dentro do nosso e pernas.” [risos] EM – “Havia muita falta de água. Mas aproveitava-se, aproveitava-se tudo.” EG – “E às vezes às 4 horas da manhã, a gente lá marchava. EM- De verão era toda a noite, ou daqui ou de outros lugares.” EL – “Memo da Azambujeira vinha muita gente lavar roupa.”</p> <p>EM - “Ainda lá tá uma recordação de quando éramos pequenas – a marcela.” EG - “Ai é a marcela.” O que é a Marcela? EG - “É pá gente fazer o chá.” EM - “Aqueles bolinhas amarelas que tão no baldio cá em cima, ali, lá peto do poço, ainda no ano passado lá fui apanhar marcela”. [...] EG - “Atão, até há uma cantiga da marcela: “Eu fui apanhar marcela, eu vim apanhar marcela...” uma cantiga dessa”. EM - “Hortelã mourisca por entre a marcela vou lavar meu rosto no orvalho dela” [cantando]</p> <p>EM – “ E alembremos-se daquela aguinha, se calhar aquela água fez muito bem à gente porque a gente bebemos e parece que nos deu saúde, forças e ainda dá e conservou-se aquilo [...] e no fim vai lá muita gente buscar água e conservarmos aquilo porque aquilo era uma coisa que se não se apanhasse, aquilo tava perdido, não era.”</p>	
<p>Evolução da Associação</p>		<p>EM – “Há mais de 20 anos.” EG - “Há mais de 21 anos. Há 21 anos que a associação tá</p>	<p>Quando foram questionadas sobre a formação da Associação Amigos Fonte</p>

<p>Evolução da Associação</p>	<p>criada” EL – “O tempo passa-se” [...] EG – “Foi cando os rapazes lá foram mais o Monteiro jogar a bola. E apois lá então combinaram e se a gente fizesse aqui assim, uma coisa, uma festa, a gente fazia aqui assim. Foi aí que começaram a pensar em fazer lá uma associação. Deve de tar a fazer 22 anos.”</p> <p>EG – “Olha foi o Rui, foi o Jorge, o teu pai, foi o Venâncio, foi o teu Paulo [apontando para D. Lurdes], pronto, foi estes rapazes assim. O ti Fernando, depois o Tito, o Monteiro o teu Zé [virando-se para D. Mena]. Depois fizeram uma reunião, depois combinaram aquilo e fizeram uma reunião, era o Carlos que era mais novo, era o Tomás, era o Zé era esta gentinha assim mai nova. E ópios foram as mulheres também, se juntaram todos, houve uma reunião ali. Era a Graciete, Deus a tenha, a tua mãe. O Rui já era casado? [Perguntando para as duas] Já! Depois veio a mulher do Rui.” EM – “Começou-se a combinar para fazer os fritos ali.”</p> <p>EG – “No início era fazer, filhoses. Começou-se logo tudo a trabalhar.” EM – “Enquanto umas amassavam, outras faziam outras coisas.” Começaram a fazer os coscorões para ganhar dinheiro. EG – “Pois, pois para começarem [...]” EM – “Para começarem a fazer a esplanada.” EL – “Aquilo que lá tá feito” [...] EG – “Depois fizeram lá uma festa e depois fizeram lá uma esplanadazinha, mas era tudo de eucaliptos.” [...] EG – “Apois fazia-se a corrida dos cântaros, o teu pai a correr com cântaros tão grandes, tão grande, ai ó Inês.”</p>	<p>Mariana, a dona Glória a dona Mena e a dona Lurdes, tiveram alguma dificuldade em precisar o tempo que esta já se encontra criada. Quando se aperceberam de que já existe à cerca de 21 anos, todas ficaram admiradas de como o tempo passa.</p> <p>A Associação Amigos Fonte Mariana foi criada pelos homens da comunidade dos Moinhos Novos. Estes homens utilizavam o espaço junto à fonte, para jogar futebol e perceberam que o espaço estava ao abandono, tomando a iniciativa de criar ali algo para que este não ficasse esquecido no tempo.</p> <p>Neste processo, o trabalho destas mulheres, não passou por organizar a parte burocrática, mas sim, arregaçar as mangas e juntarem-se aos domingos para fazer e vender os fritos tradicionais da zona – filhoses e coscorões.. Assim se começou a juntar um pé de meia para que a Associação começasse a crescer.</p> <p>As pessoas que nela estão associadas, a grande maioria da comunidade da terra, sempre se empenharam a trabalharam para que a Associação fosse crescendo construindo o espaço de encontro entre todos.</p> <p>Também os hábitos antigos, como o de transportar água com os cântaros, não</p>
-------------------------------	--	--

Evolução da Associação	<p>EM – “A gente às vezes gostemos de ir assim lá um bocadinho.”</p> <p>EG – “E sabes, Inês, porque a gente pensa assim, aquilo também é pena se aquilo fica assim [...]”</p> <p>EL – “Mas tu é que nunca lá vais pa te assentares. [apontando para D. Glória]”</p> <p>EG – “Mas é o que eu digo, é o que eu tou a dizer, aquilo é pena se as pessoas viam costas àquilo.”</p> <p>EG – “Era nas festas, muita gente, era à segunda feira, vinha muita gente ver a corrida dos cântaros, aquilo levava tanta palma, tanta palma.”</p> <p>EL – “Já se passou” [...].</p> <p>EM – “E até crianças, também se arranjaram corridas para crianças, umas bilhas pequeninas, aquilo era parecia [...]”</p> <p>EG – “A minha Carolina queira uma bilha, e o que é que fazia, arranjei-lhe uma bilha pequenina, e eu com ela com a mão, com a minha bilha à cabeça, tenho lá uma fotografia, e eu com a cachopinha pela mão, com a bilhinha à correr, à correr.”</p> <p>EM – “Aquilo era bonito, aquilo foi bonito, mas tudo acaba, é assim.”</p>	foram esquecidos e como tal, para que estas tradições pudessem ser passadas aos mais novos, na festa anual era organizada uma corrida de cântaros, onde as personagens principais, eram estas idosas que hoje são entrevistadas, que corriam com os cântaros à cabeça e por vezes com os seus netos, ensinando assim os costumes antigos. Infelizmente esses costumes entraram em desuso e como já não se sentem com força, esta corrida foi ficando esquecida no tempo e agora lembrada por estas três mulheres.
Relação entre a Fonte e o Envelhecimento Ativo	<p>EM – “Olha no espaço lá, trabalhem.”</p> <p>EL – “Ainda lá ontem fomos trabalhar.”</p> <p>EG – “Ainda ontem lá andemos, a trabalhar, a limpar.”</p> <p>EM - “Aquilo às vezes, se a gente não fosse para lá era um descanso, não era? Também desejamos às vezes ter um descanso. Mas ao mesmo tempo é engraçado porque a gente vê pessoas que à muito tempo a gente não via. Vêm lá pessoas, não achas Lurdes? Vem do Frei Domingos.”</p> <p>EL - “Que a gente já há muito tempo não vê.”</p>	Através da observação participante realizada, nunca me lembro de ver dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, sentadas na esplanada a beber o café da avó, a comer um frito e a desfrutar do espaço que elas ajudaram a construir. O seu lugar sempre foi o da cozinha a amassar a massa, a estender ou a fritar os coscurões, a colocar o açúcar e a fazer a venda. O tempo que passam na Associação Amigos Fonte

<p>Relação entre a Fonte e o Envelhecimento Ativo</p>		<p>EG - “Anos, anos, é verdade.” EM - “E eles vêm ali, quando é pelas férias e assim, vêm ali e depois a gente cumprimenta-se. É bonito e a gente recorda, aquela Carolina, a Celeste [virando-se para D. Glória].”</p> <p>EG - “Mas sabes, a gente devia de lá ir mas sem a preocupação de ter que ir trabalhar. Às vezes cando era no nosso domingo a gente saber. Mas depois agora vamos lá passar um bocadinho de convívio, mas sem ter que ser trabalhar, pois é.” EL - “A gente quando lá vai é para trabalhar.”</p> <p>EL – “É uma alegria.” EM – “ É um convívio, apesar de ser, a gente vai pra lá: “Despachemo-nos, ai vamos embora”, mas às vezes rimos um bocadinho, sabes porquê? Na temos tempo de almoçar em casa, pa ir amassar e pa fazer isto, e depois levamos assim qualquer coisinha, e às vezes nem temos tempo de comer ” EG – “A gente nem temos tempo de comer.” EL – “”A Mariana enche a barriga de vocês”, é o que meu homem diz: ”Vocês na precisam de jantar que a Mariana enche a vocês [risos das três].” EM – “A gente, parece que o tempo passa-se lá mais depressa e é tanto que se diz que as pessoas deviam de ter que conviver, que não se deixe parar [...] as pessoas depois ganham este stress, não é stress é aquela influencia de taref sozinhos e isto é mau quando as pessoas se fecham.” EL e EG – “Isso é muito mau, é, é[afirmam as duas a mesmo tempo].” EM – “E atão parece que aquilo é um convívio, e eu já tenho dito assim: “É pena as cachopas novas, que elas também sabem fazer estas coisinhas, que comecem assim.”[vai fazendo</p>	<p>Mariana , passam-no a trabalhar e conviver com os visitantes. Durante todos os domingos dão início ao trabalho de manhã e terminam ao final da tarde já com a cozinha arrumada.</p> <p>Não deixam de transmitir algum cansaço, no entanto, este trabalho comunitário, acaba por promover o seu envelhecimento ativo sem que se apercebam, tendo em conta que durante o dia em que trabalham acabam por recordar entre elas os momentos passados naquele espaço, cantam as músicas do seu tempo e muitas das vezes encontram pessoas que já não vêm à muito transformando assim aquele dia, que seria para muitos de trabalho, num dia de convívio.</p> <p>Segundo as entrevistadas a Fonte Mariana, nos dias de hoje é um espaço que lhes dá saúde e simultaneamente cansaço, no entanto, existe uma força maior dentro delas que faz com que não deixem de o frequentar. As recordações que têm, mantêm viva a sua atividade e não as deixa cair numa vida inativa, sem nada para fazer. O sentimento de pertença que têm pela Fonte Mariana faz com que o gosto pela mesma seja alimentado a cada domingo que lá passam.</p> <p>Não podemos esquecer que são estas idosas que conferem a identidade à Fonte Mariana,</p>
---	--	--	---

<p>Relação entre a Fonte e o Envelhecimento Ativo</p>	<p>gestos com as mãos]”</p> <p>EG – “Atão quem vai amassar vai pelo lado das 10h30 e depois vem-se pró lado das 6h30, é o dia cheio.”</p> <p>Mas vêem cá a casa?</p> <p>EG – “Não, quem vem amassar já não vem a casa.”</p> <p>EL – “Não, nem que a gente leve qualquer coisa para comer.”</p> <p>EM – “Vão duas amassar por exemplo e depois as outras já vão dali a 1 hora ou 2 horas, já vão e já tá tudo a jeitinho de começar.”</p> <p>EL – “É o dia inteiro.”</p> <p>EL – “Amassa-se, faz-se os coscorões.”</p> <p>EG – “Faz-se o café.”</p> <p>EM – “Arruma-se a cozinha com as toalhinhas, tira-se os naprons e põem-se as toalhas, arranja-se o açúcar das filhoses e dos coscorões para pulvilhar, e fazem-se os coscorões que aquilo leva muito tempo, mas aquilo é engraçado que a gente já tem a técnica.”</p> <p>EL – “E a Mena já tem uns anos bons de estender [virando-se para D. Mena, esta ri-se].”</p> <p>EM – “Atao já todas têm, aquilo é tuque, tuque, tuque [fazendo os gestos com a mão, exemplificando], fazem-se 9 ou 10 coscorões de uma vez.”</p> <p>EG – “Pois é, e a gente faz as mangas, a gente chama mangas, pois, pois.”</p> <p>EM – “Depois aquilo conta-se 5 ou seis pernas, tuque, tuque, tuque, aquilo já é muito rápido, até as pessoas às vezes que vão lá e outras põem na frigideira e outras põem açúcar, outras tão na frigideira a virar, é assim, é engraçado.”</p> <p>EG – “O que é que, ó Inês, e depois no fim de ter aquilo feito, e depois é lavar a cozinha, lavar, arear, tudo, dá muito</p>	<p>pois são delas as histórias vivas daquela Fonte</p>
---	--	--

<p>Relação entre a Fonte e o Envelhecimento Ativo</p>		<p>trabalho. Por isso é que eu digo que as pessoas às vezes deviam de dar mais um bocadinho de valor ao trabalho que as pessoas lá fazem, e ajudar um bocadinho, pois.” EL – “E depois a alimpar a cozinha é que o resto.” EM – “É engraçado ao mesmo que a gente vai para uma coisa que em pequenos íamos pra lá e agora em velhos continuamos a lá ir, os caminhos dantes também eram um horror. Os homens lá é que iam buscar a areia pás casas, tás a ver? As aguas faziam cheias assim corriam pela aquelas estradas fora e depois faziam areia.”</p> <p>EG – “Aquilo dá-nos saúde, dá-nos vida e dá-nos cansaço [rindo-se].” Mas enquanto tão ali, tão ocupadas, não é?</p> <p>EL – “Sabes o que é que é, é por gosto.” EM – “Costuma-se dizer que quem corre por gosto não cansa. E é recordar, vamos recordar certas coisas, aquelas pedrinhas onde a gente lavava e agora aquilo tá um bocadinho diferente mas apesar disso as nossas lembranças ficaram.” EG – “Ficaram, ficaram recordações, pois, pois.” EL – “Ficaram.”</p>	
<p>Desenvolvimento comunitário</p>		<p>EG – “Eu já hoje disse a uma nora minha, lembra-te [virando-se para Lurdes] que a gente era 27 primos.” EM – “Três casas.” EG – “Do meu pai, do pai da ti Fátima e da mãe a ti Lurdes e do pai, éramos 27 primos, 9 vezes 3, 27. Não eram 28 que vocês [apontando para D. Lurdes] eram 10. E juntava muita vezes, a rapaziada muitas vezes ajuntava-se à tua porta.” EL – “Passava-se lá serões.” EG – “Aquilo era tanto rir, tanto rir, tanto rir. Tavam ali até às</p>	<p>Como já foi referido, inicialmente nos Moinhos Novos viviam apenas três famílias, delas nasceram 28 crianças que foram crescendo naquele espaço juntamente com os seus familiares. Algumas destas crianças, agora adultas, acabaram por ficar e construir a sua casa e a sua família nesta terra. O sentimento de pertença à terra e à Fonte Mariana é de tal</p>

Desenvolvimento comunitário		<p>onze da noite, até à meia noite. A porta da tua mãe tinha ali aquelas duas mãozinhas.” [...]</p> <p>EG – “Às vezes brincavam, brincavam, batiam à porta [risos de D. Lurdes]. Tudo sentado, os rapazes passavam ali serões. Iam para lá as cachopas da ti Cristina, as tuas [virando-se para D. Lurdes]. E a gente às vezes também ia. E depois passava-se ali uns serões que aquilo era uma maravilha.”</p> <p>EM – “Não havia bicicletas pa os rapazes passearem, nem automóveis, nem nada, nada, nada.”</p> <p>EG – “É pena que as pessoas que tão se falharem [...].”</p> <p>Falha tudo, não é</p> <p>EG – “É pena isso porque aquilo tem custado tantas horas, tantas, tantas tantas.”</p> <p>EL – “Estas pessoas de idade quando faltarem aquilo vai um bocadinho a baixo.”</p> <p>EG – “Tantas horas de trabalho, tantas, tantas. Até milhares para dizer bem.”</p> <p>EL – “Atao há 20 anos.”</p> <p>EG – “Há mais mulher [falando para D. Lurdes].”</p> <p>EG – “Tanto mulheres como homens mai novos dizem: “Vamos seguir pá frente com aquilo”.”</p> <p>EM – “Mas aquilo é engraçado, unirem o casal todo, ali assim. Até uma concertinada às vezes, danças ou coisa assim.”</p>	<p>maneira forte, que não deixam de ficar preocupadas com o futuro. Sabem que quando falharem toda esta dinâmica irá ficar ao abandono, e todas as horas de trabalho que foram gastas em prol da Associação e da comunidade podem ficar esquecidas no tempo.</p> <p>Gostavam que os homens e as mulheres mais novas levassem a associação a bom termo desenvolvendo assim aquele espaço e implicitamente a comunidade que se uniu para criar aquele espaço de encontro e de troca entre todos.</p>
Encontro entre gerações	Antigamente	<p>EG – “Frei Domingos, Venda da Raparigas, Ninho de Águia, Moita.”</p> <p>EM – “Era muita gente.”</p> <p>EL – “Era, era” [bocejando].</p> <p>EM – “Era a única fonte.”</p> <p>EG – “E vinham homens do Casal Guerra e vinham buscar</p>	<p>A Fonte Mariana, para além de ser um espaço essencial na vida diária das famílias, do Frei Domingos, da Venda da Raparigas, do Ninho de Águia, da Moita entre outros., podemos verificar que era sobretudo um espaço de encontro entre gerações,</p>

<p>Encontro entre gerações</p>		<p>varrises [barris], muito grandes, daqueles varrises de água. Vinham homens do Casal Guerra, do Candeeiro.”</p> <p>EL – “Olha tavamos assim a ouvir palestras o que é que as mulheres mais velhas diziam.”</p> <p>EM – “E escuta lá Inês, isto nem é para se dizer. E quando tava ali à espera umas das outras havia os seus piolhitos nas cabeças das crianças, tás a ver.”</p> <p>EL – “Começavam-se a catar.”</p> <p>EM – “E as mães, iam: - “Anda cá”. Elas punham-se aqui assim [apontando para os joelhos, mostrando como se fazia]. E lá tiravam os piolhitos. Pois era mesmo assim.”</p> <p>EL – “Naquele tempo havia piolhos, agora já não há nada disso.”</p> <p>EM – “Ainda vou voltar a traz, quando as pessoas lá tavam, havia ali os rapazinhos do Frei Domingos com uma fiska, andavam sempre com uma fiska a caçar os pardais, não te lembras? [perguntando a D. Lurdes]”</p> <p>EL – “Aquilo era engraçado, era” [faz os gestos como se retratasse os rapazes com a fiska a apontar para os pardais].</p> <p>EM – E eles subiram os pinheiros lá a cima, onde eles soubessem que era um ninho. Subiam os pinheiros, e às vezes descalcinhos, com os pezinhos, não viam sapatos, nunca tinham visto sapatos, já andavam tão [...] calejados assim.</p>	<p>enquanto aguardavam pela sua vez para encher o cântaro, as crianças ouviam as palestras que das mulheres mais velhas.</p> <p>Este espaço não era apenas frequentado por mulheres, também por miúdos que se divertiam a tentar apanhar pássaros com a sua fiska ou até mesmo a subir às árvores para apanhar os ninhos.</p>
	<p>Hoje</p>	<p>EM – “Porque a gente por exemplo os nossos filhos chegam-se ao domingo vão até aos sogros, vão dar as suas voltinhas também, vão lá sempre todos os domingos. Mas há domingos que depois de no fim de virem de lá ainda vão a casa dos sogros e tudo assim, não é? E a gente esse bocado temos ali assim sozinhas em casa, e às vezes ir lá assim um bocadinho e</p>	<p>Nos dias que correm, a Fonte Mariana não deixou de ser um espaço de encontro. É no café, ao domingo que muita gente, da comunidade, se encontra e conversa. Por vezes acabam por passar a tarde naquele espaço, com toda a família, tendo em conta</p>

<p>Encontro entre gerações</p>	<p>coisa assim. Mas também tou como diz a ti Lurdes e aqui a minha Glória, a gente parece que vamos sempre, nunca vamos sem ser para trabalhar.”</p> <p>EG – “Ó Lurdes, não é do costume, é da gente fazer assim, atao tão lá aquelas às vezes assim. Os grupos, há 5 grupos mas às vezes falta uma, lá tem que se ir ajudar, “Olha tem que se ir ajudar”.”</p> <p>EM – “Assim as coisas do passado, ou pessoas que vão para lá e conversam.”</p> <p>EG – “Outras vezes também se rimos.”</p> <p>EM – “Como se falou à bocado, vêm pessoas que depois a gente comprimenta.”</p> <p>EG – “E depois também chegam crianças, a gente tá ali assim e dá-lhe uma perninha, com um paninho, e elas dizem: “Obrigada, obrigada”, e a gente sente-se [...]” [rindo-se].</p> <p>EL – “A fonte dá alegria pra gente lá ir, e pa viver, vamos lá uns bocados.”</p> <p>EM – “Juntamo-nos uns com os outros e isso assim. É a água, vai lá muita gente buscar água.”</p> <p>EG – “A importância que eu vejo ali naquilo é para mim a convivência com todos, o convívio que há-de ser para todos.”</p>	<p>que também existe um parque para as crianças, uma esplanada.</p> <p>Os mais velhos esses, também lá estão, e muitas das vezes encontramos estas pessoas a conversar sobre a saúde da política e também sobre a sua vida de antigamente. Para dona Glória, dona Mena e dona Lurdes, este é um espaço onde continuam a encontrar pessoas do seu tempo, e agora são elas as pessoas mais velhas que passam os ensinamentos aos mais novos.</p> <p>Ao conviverem com todas as idades, acabam por ganhar alegria de viver.</p>
--------------------------------	--	--