

Actividades realizadas na Fundação São João de Deus

Iryna Shvydyuk

Relatório de Actividades

Resumo—O presente relatório visa a descrição das actividades extracurriculares realizadas no âmbito da cadeira de Portefólio Pessoal-III (PP-III), ao longo dos dias 12, 13 e 14 de Janeiro de 2015, com o intuito de especificar um contexto de suporte às aprendizagens pessoais, ao nível não técnico. Estas tomaram o lugar na sede da Fundação São João de Deus e em diversas localizações da cidade de Lisboa. É de salientar que, ao contrário da realização normal de uma actividade por semestre, foi possível efectuar três, tais como a acção de sensibilização em tablets, a visita domiciliária a idoso e a caminhada pela Freguesia das Avenidas Novas. Este facto deve-se aos problemas enfrentados nos primeiros meses do semestre. Ao longo de toda a estadia na Fundação, foi possível obter novos conhecimentos, desenvolver várias capacidades e observar uma realidade que, até à data, era desconhecida.

Palavras Chave—ajuda, companhia, observação, desafio, Fundação São João de Deus.

1 INTRODUÇÃO

Cada vez mais vivemos numa sociedade em que as competências comportamentais de trabalho de equipa, de capacidade de expressão oral e escrita e a noção da realidade das empresas e do mundo do trabalho representam uma obrigatoriedade para um estudante. Surge então, a necessidade de incutir-las de modo a preparar os jovens, proporcionar um crescimento ao nível pessoal, expandir os seus horizontes e, consequentemente, contribuir para a formação de melhores profissionais. Este desafio é conseguido com a realização das actividades extracurriculares em diferentes ambientes.

Numa fase inicial, é feita uma pequena descrição da Fundação com o objectivo de dar a conhecer um pouco da mesma. De seguida, é contextualizada pormenorizadamente a escolha das actividades realizadas, bem como a forma como estas decorreram.

- Iryna Shvydyuk, nr.70352,
E-mail: iryna.shvydyuk@tecnico.ulisboa.pt,

Relatório recebido dia 24 de Janeiro de 2015.

2 FUNDAÇÃO SÃO JOÃO DE DEUS

A Fundação São João de Deus foi fundada em 20 de Novembro de 2006 e é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), vocacionada para o auxílio aos doentes e aos mais carenciados. Actualmente, tem sede em Lisboa e uma Delegação na Guarda. Os seus principais objectivos consistem em "promover, coordenar e patrocinar a investigação, a formação, a assistência e a cooperação nas áreas de saúde, da integração social e comunitária, do desenvolvimento humano, do melhoramento da prevenção, assistência e reabilitação dos doentes", tendo como foco desde as áreas da infância às seniores. O seu logotipo esta representado na Figura 1.



Figura 1. O logotipo da Fundação São João de Deus.

No presente, tem vários projectos a decorrer de modo a alcançar os seus objectivos e conseguir sensibilizar as pessoas de diferentes idades para a causa.

(1.0) Excelent (0.8) Very Good (0.6) Good (0.4) Fair (0.2) Weak	ACTIVITY					DOCUMENT						
	Objectives x2	Options x1	Execution x4	S+C x1	SCORE	Structure x0.25	Ortogr. x0.25	Gramm. x0.25	Format x0.25	Title x0.5	Filename x0.5	SCORE
	2	1	4	0.8	7.8	0.25	0.25	0.2	0.25	0.5	0.5	1.95

Um leitor deste documento terá em forma de
nota o texto mencionado, aqui não
há citação nem referência!

3 ACTIVIDADES REALIZADAS

Como já foi referido anteriormente, o período para a realização das actividades foi curto, ocupando apenas os dias 12, 13 e 14 de Janeiro, porém com a ajuda e a colaboração da Sandra Silva e Patrícia Morais (representantes da Fundação São João de Deus), foi possível realizar três actividades distintas, em que cada actividade se enquadrava num objectivo diferente.

3.1 Acção de sensibilização em tablets

A tecnologia é algo que está omnipresente no nosso dia-a-dia e o entender do seu funcionamento tem-se tornado cada vez mais uma necessidade absoluta.

No dia 12 de Janeiro, foi efectuada uma sessão na sede da Fundação com o objectivo de sensibilizar os mais idosos às novas tecnologias, que contou com a participação de cinco pessoas. O desafio da mesma consistia em aprender algumas das funcionalidades da aplicação *Skype* em tablets. Ao longo de duas horas, foi possível ensinar a criar uma conta, adicionar um amigo, efectuar uma chamada e responder a todas as dúvidas que iam surgindo.

É de referir que foi observada uma certa diferença entre os participantes. Enquanto uns estavam dispostos a aprender e não tinham medo de colocar dúvidas, independentemente da sua quantidade, ou mesmo admitir que estavam com certas dificuldades, outros se encontravam mais reservados.

3.2 Visita domiciliária a idoso

No âmbito desta actividade, juntamente com a Patrícia Morais, foram efectuadas duas visitas em dias diferentes.

A primeira ocorreu no dia 12 de Janeiro e tomou lugar num dos lares de Lisboa. O grande objectivo da mesma consistia em fazer companhia a uma pessoa, pois, infelizmente, nos dias que correm, existem muitos idosos sem família nem amigos. As razões para o tal são diversas e nem sempre são compreensíveis. Pode parecer que a tarefa em si foi fácil, no entanto deixou a sua marca tanto ao nível psicológico como pessoal.

Relativamente a segunda visita, esta decorreu dia 13 de Janeiro e, para além da companhia, também foi possível ajudar a pessoa com algumas tarefas, tal como acompanhá-la à farmácia e na sua ida às compras.

É de referir que ambas actividades permitiram retirar lições, pensar nos nossos actos e repensar a forma de encarar a vida, porém a descrição mais pormenorizada se encontra no Relatório de Aprendizagens.

3.3 Caminhada pela Freguesia das Avenidas Novas

No dia 14 de Janeiro, foi efectuada uma caminhada cujo objectivo consistiu em promover a interacção entre as pessoas e fazer algum exercício-físico de forma divertida. Para além da representante da Fundação, esta actividade contava com a presença de uma *Personal Trainer* de um ginásio de Lisboa que elaborou o percurso de acordo com as capacidades dos participantes. A razão para o tal consistia no facto da grande parte dos membros ter idade avançada o que, por consequência, leva à atenção e cuidados especiais.

À semelhança da sessão de sensibilização em tablets, foi possível observar uma diferença no comportamento e na maneira de ser. Notou-se claramente que os participantes já se conheciam das iniciativas anteriores, no entanto houve alguns mais reservados que outros. Independentemente deste facto, foi possível estabelecer contacto e efectuar uma troca e partilha de experiências de vida com as pessoas numa idade mais avançada.

3.4 Os imprevistos

Os imprevistos representam uma constante nas nossas vidas. Independentemente da actividade que esteja a ser realizada, haverá sempre algo que irá correr mal. É nestas alturas que a Lei de *Murphy* se enquadra na perfeição. De modo a contrariá-la, ao longo do período da realização das actividades foi necessário tomar algumas medidas.

Primeiramente, foi imprescindível a criação de um plano, onde se encontrava uma especificação de todas as actividades a realizar, juntamente com a previsão das suas durações.

Anteriormente, na secção introdutória, foi referido que, de modo a realizar algumas das actividades, era necessário deslocar-se da sede da Fundação. Esta situação teve como consequência directa a contabilização do tempo dispensado para os transportes (e não só) o que, por sua vez, levou a saídas antes da hora prevista.

4 CONCLUSÃO

O desafio proposto ao longo dos três dias de trabalho foi imenso e exigiu empenho máximo, porém a participação em actividades diferentes foi de longe uma aposta ganha. Olhando em retrospectiva, para além das aprendizagens adquiridas, que estão descritas no Relatório de Aprendizagens, foi possível interagir com pessoas novas, de diferentes áreas de especialização e faixas etárias, bem como ter a noção da realidade paralela que nos rodeia. É certo que uma experiência desta magnitude não passará despercebida.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todos os representantes da Fundação São João de Deus, mais especificamente a Sandra Silva por ter aceite a minha candidatura e a Patrícia Morais por ter-me acompanhado ao longo da estadia na Fundação. Também gostaria de agradecer ao Professor Rui Santos Cruz por proporcionar oportunidades de aprendizagem, crescimento ao nível pessoal, desenvolvimento de competências comportamentais e de capacidades de expressão escrita e oral como esta.

Iryna Shvydyuk Sou aluna do primeiro ano de Mestrado em Engenharia Informática e de Computadores no Instituto Superior Técnico. As minhas áreas de especialização são Engenharia de Software, como *major*, e Sistemas de Informação Empresariais, como *minor*. O que me motivou a tomar esta decisão foi principalmente o facto de querer conhecer outra vertente de Informática. Todos nós sabemos que uma área como esta é um mundo e, na minha opinião, não nos devemos focar apenas num dos seus tópicos, mas sim adquirir novas aprendizagens e desenvolver, sempre que possível, um sentido crítico.

Apesar do preconceito predominante nas pessoas, nós temos outros interesses. Eu pessoalmente gosto muito de passear com os amigos, de conhecer sítios e pessoas novas, de literatura, de desporto, de música, de cinema, etc... O mundo está repleto de novas vivências e acho que não vale a pena desperdiçá-las.

-Ref!

Neste tipo de documento (Técnico)
a Conclusão deve começar com
um resumo do assunto abordado
e depois deve falar o resultado

APÊNDICE

COMPROVATIVO DE EXECUÇÃO



FUNDAÇÃO
S. JOÃO DE DEUS

Irmãos, fazei o bem a vós mesmos, dando aos pobres

Declaração

Para os devidos efeitos, declara-se que **Iryna Shvydyuk** realizou 10 horas de voluntariado, colaborando nos projectos sociais da Fundação São João de Deus, no âmbito das actividades de Portfólios, dinamizadas em parceria com o Insituto Superior Técnico.

Lisboa, 20 de Janeiro de 2015




O Presidente do Conselho de Administração da Fundação São João de Deus

