

# Somos Por Si - Programa de Acompanhamento a Idosos: Aulas de Informática

José Raposo

## Relatório de Actividades

**Resumo**—Neste relatório vou apresentar a actividade que realização em conjunto com a fundação S. João de Deus no programa "Somos por Si". A actividade consistiu em dar aulas de informática à D. Sara, uma senhora idosa. Vou detalhar como se decidiu em que actividade eu participava, todo o planeamento realizado, como decorreram as aulas e qual foi o aproveitamento final. Apresento também uma proposta pessoal de trabalho futuro, continuando a parceria com a fundação.

**Palavras Chave**—aulas, sénior, informática, acompanhamento.

## 1 INTRODUÇÃO

N<sup>O</sup> âmbito da disciplina de Portfólio IV, optei por realizar um trabalho de voluntariado, algo que tem vindo a ter um interesse crescente em mim. Esta actividade de voluntariado consistiu em participar no programa de acompanhamento a idosos organizado pela fundação S. João de Deus, durante o mês de Maio.

A Fundação S. João de Deus é uma fundação sediada em Lisboa que organiza vários programas de ajuda a pessoas idosas. Esses programas passam desde visitas domésticas de companhia e ajuda em tarefas mais complicadas, como reparações e trabalhos de força, a apoio e organização de transportes para eventos culturais locais até à organização completa de passeios pedestres ou peregrinações a locais de interesse. A fundação aceita voluntários de todo o tipo que possam proporcionar alguma pequena diferença na vida destas pessoas. Foi num destes projectos ao qual me voluntariei e participei, e que vou detalhar nas secções

seguintes.

Neste relatório, na secção 2 vai ser discutida toda a realização da actividade. Em 2.1 vai ser abordado como me foi atribuída a actividade e as alterações feitas na proposta inicial. A secção 2.2 detalha a motivação e os objectivos do trabalho. Em 2.3 é descrito o desenvolvimento das aulas e os temas abordados. Já na secção 2.4 é feita uma curta avaliação da evolução da aprendiz. Finalmente, na secção 3 será realizada uma conclusão de toda a actividade e discussão sobre o meu envolvimento futuro neste projecto e especificamente na continuação desta actividade.

## 2 AS AULAS

Nesta secção vou entrar em mais detalhe sobre a realização da actividade. Como se iniciou e quais os objectivos definidos, em que tipo de horário foi realizada, em que consistiu uma aula típica e qual o aproveitamento final da aluna e do professor.

### 2.1 Definição da Actividade

A minha proposta inicial de actividade foi a de acompanhar idosos ligados à fundação no seu dia a dia. Este programa consiste em realizar

- José Raposo, nr. 64801,  
E-mail: jose.raposo@tecnico.ulisboa.pt,  
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Manuscript received June 6th, 2015.

(1.0) Excellent	ACTIVITY						DOCUMENT						
(0.8) Very Good	Object × 2	Opt × 1	Exec × 4	Summ × .5	Concl × .5	SCORE	Struct × .25	Ortogh × .25	Exec × 4	Form × .25	Titles × .5	File × .5	SCORE
(0.6) Good	1.0	1.0	1.0	1.0	0.9		1.0	0.8	1.0	1.0	0.8	1.0	
(0.4) Fair													
(0.2) Weak													

visitas a casa das pessoas interessadas e passar algumas horas na sua companhia, a conversar, a ouvir as suas histórias ou a ajudar nas tarefas domésticas que necessitassem.

Contudo, e após conversa com a responsável pelo programa, concluímos que eu não tinha o perfil adequado para esta tarefa: não sou uma rapariga. Foi uma situação um pouco estranha para mim pois tenho trabalhado com idosos em vários projectos e associações, e nunca tinha encontrado esta necessidade. Foi-me explicado que estas visitas têm um teor muito pessoal, e como são feitas directamente na casa das pessoas, há uma maior exposição da sua privacidade e intimidade, e que a maioria das senhoras que seriam visitadas não se sentiriam confortáveis com alguém do sexo masculino a acompanhá-las.

Foi necessário então alterarmos a actividade que eu iria realizar. A responsável pelo programa, a D. Sandra, sugeriu uma senhora que pediu aulas de informática individuais. A fundação oferece aulas de grupo, mas têm um espaço pequeno que não suporta muitas pessoas. Esta senhora em particular sentiu necessidade de ter um acompanhamento mais pessoal e pediu à fundação alguém que pudesse ir a casa dela ensinar-lhe.

De bom grado aceitei esta actividade, e comecei assim a dar aulas de informática à D. Sara.

## 2.2 Perfil e Motivação da Estudante

A D. Sara é uma senhora que vive sozinha. Tem um filho e uma filha. A filha está a viver em Inglaterra e o filho mora perto mas viaja muito. Pelo tempo que passei com ela, percebi que a D. Sara tem um gosto enorme por tudo o que são as artes tradicionais. Desde pintura, música, escultura e cinema, a sra. que acompanhei conhece de tudo um pouco e tem enorme prazer em continuar a aprender mais e procurar novos quadros, ou o último livro de algum autor favorito.

Quando esta senhora abordou a fundação para poder ter aulas foi então maioritariamente por duas razões: primeiro e mais importante, a de aprender a utilizar o skype e o email para se poder manter em contacto com ambos os

filhos (e netos) quando estão no estrangeiro; e segundo, a de aprender a usar a internet como plataforma de pesquisa e informação. Como meio para ouvir ou ver alguma média interessante (através do youtube, por ex.) ou para poder obter mais informação de algum autor ou obra.

Foi com estas motivações em conta que as aulas foram planeadas e executadas.

## 2.3 Hora da Aula

As aulas foram leccionadas 2 vezes por semana (variando os dias consoante a disponibilidade de ambos), com cerca de 2h30m de aula, em média.

O programa leccionado começou por uma introdução geral ao ambiente de trabalho e interacção com as suas funcionalidades básicas, seguido de uma apresentação formal do teclado. A partir da segunda semana concentrámos a atenção nas aplicações objectivo da D. Sara: o skype e o browser. Até à altura da escrita deste relatório, falámos da ferramenta de pesquisa da Google, do serviço de email, do youtube e do serviço de mapas. No skype abordámos ambas as funções principais, chat e vídeo.

Uma aula normal começava sempre com revisões da aula anterior, e esclarecimento de dúvidas que a estudante pudesse ter tido durante algum trabalho de casa que tivesse feito. Depois seguia a aula propriamente dita durante 40-50 minutos, altura em que a D. Sara precisava de descansar a cabeça por estar tanto tempo em frente do computador. Ao fim de algum tempo retomávamos a aula. As pausas podiam ocorrer mais do que uma vez, dependendo da disposição que a D. Sara tinha no dia (algo normal numa pessoa da idade dela). Durante esses períodos, conversámos e trocámos experiências. Aprendemos um com o outro noutras áreas (eu pelo menos aprendi muito com a D. Sara) e permitiu-me conhecer a minha estudante um pouco melhor e aumentar o meu afecto por ela. Percebi que estas pausas eram tão ou mais importantes para ela como as aulas, pela companhia que lhe fazia e pela possibilidade de ela poder falar e desabafar do que sentisse na alma. As aulas acabaram por ser um bónus à companhia que lhe fazia.



Figura 1. Foto da primeira aula.

## 2.4 Avaliação

Os resultados do primeiro mês de ensino foram muito positivos. Quando entrei em contacto com a D. Sara pela primeira vez, ela tinha conhecimentos basilares sobre computadores e a sua real função. Sabia alguns nomes mais complexos que tinha ouvido pelos filhos, mas desconhecia a sua função e não conseguia interagir sozinha com nenhum componente do computador.

Ao fim de um mês, fico satisfeito por mencionar que a minha estudante encontra-se capaz de comunicar com os filhos pelo skype sem muitos problemas (apenas o eventual erro ortográfico, pela falta de experiência em utilizar o teclado) e já é capaz de aceder à sua conta de email e perceber a informação que está a ver, e consegue fazer pesquisas pouco complexas utilizando a ferramenta da Google. Considero que teve um aproveitamento muito positivo e que, com pouca surpresa, o interesse inicial de aprender informática que não passava mais

de uma necessidade quase forçada para poder comunicar com os filhos, cresceu para uma genuína curiosidade e aumento de vontade em aprender mais conforme foi percebendo o potencial existente num computador e o quanto lhe facilitava algumas tarefas e recolha de informação.

Da minha parte recebe nota 20!

## 3 CONCLUSÃO

No geral considero que esta actividade foi um sucesso e que os objectivos foram cumpridos. Toda a experiência com a D. Sara correu muito bem, recebi óptimo feedback da parte dela e pude verificar que ela cresceu bastante durante o período de ensino (a nível informático). Sinto que fiz a diferença.

Isto significa que, apesar de a cadeira ter terminado, tenciono continuar a ser voluntário da fundação e, especificamente, a dar aulas à D. Sara durante mais alguns meses. Julgo ser do interesse de ambos manter esta relação de ensino (para ambos os lados). Pessoalmente foi uma experiência muito gratificante para mim e sinto que aprendi imenso a todos os níveis. Da parte da D. Sara, ela já mostrou vontade em continuar a ter aulas, portanto enquanto eu tiver oportunidade, tenciono continuar nesta actividade.

## AGRADECIMENTOS

Quero agradecer à direcção da cadeira por me ter apresentado esta oportunidade de realizar uma actividade de voluntariado e ter entrado em contacto com esta excelente fundação e ter feito parte de um dos seus projectos.

Quero agradecer à Fundação S. João de Deus e especificamente à Sandra e à Patrícia por me terem acolhido rapidamente e terem sido incansáveis a integrar-me, e por me terem acompanhado e apoiado durante todo o processo.

Por fim quero agradecer à D. Sara por ter sido uma excelente aluna, por me ter sido muito mais do que eu estava à espera, e por me ter mostrado que para aprender não há idades.

Obrigado!