VIVER ENTRE GERAÇÕES: O DESAFIO DO NOSSO TEMPO

SEMINÁRIO

Viver entre Gerações: O Desafio do Nosso Tempo

Organização

Patrocínios

Índice

Conceitos Introdutórios 3
I – Enquadramento do Evento 3
II- Organizações Envolvidas 4
III – Recursos Humanos 5
3.1.- Comissão Organizadora 5
3.2. - Equipa de Voluntários e Funcionários 5
3.3- Funcionárias do CST - IPSS 6
IV - Promoção: 6
V- Material Produzido 7
VI – Organizações Presentes 7
VII – Descrição do Evento 7
VIII – Estatísticas do Seminário 11
IX – Resumo Financeiro 11
X – Avaliação do Evento 12
10.1. Comissão Organizadora 12
10.2. Voluntários 13
10.3. Funcionário e Funcionárias 13
XI - Agradecimentos 14
XII – Conclusão 14
ANEXOS 15

Conceitos Introdutórios

Envelhecimento Ativo

"A noção de envelhecimento ativo refere-se à possibilidade de envelhecer com saúde e autonomia, continuando a participar plenamente na sociedade enquanto cidadão ativo. Independentemente da idade, todos podem continuar a desempenhar um papel na sociedade e a usufruir de uma boa qualidade de vida. O desafio consiste em aproveitar da melhor forma o enorme potencial que cada um conserva até ao fim da vida.

O Ano Europeu 2012 visa promover o envelhecimento ativo em três domínios:

Emprego: à medida que a esperança de vida aumenta em toda a Europa, a idade da reforma aumenta também, mas muitos receiam não conseguir manter o emprego ou não encontrar outro de forma a poderem usufruir de uma reforma decente. É necessário dar melhores perspetivas de emprego aos trabalhadores mais idosos.

Participação na sociedade: sair do mercado de trabalho não significa ficar inativo. O contributo dos mais velhos para a sociedade é muitas vezes ignorado. De facto, esquecemos que são eles que cuidam frequentemente dos netos e até dos próprios pais ou do cônjuge, além de fazerem muitas vezes um trabalho de voluntariado. O Ano Europeu pretende assegurar um maior reconhecimento do contributo dos idosos para a sociedade e criar condições para lhes dar mais apoio.

Autonomia: a saúde deteriora-se muitas vezes com a idade, mas as consequências dessa deterioração podem ser atenuadas de muitas maneiras. Pequenas mudanças à nossa volta podem melhorar significativamente a vida das pessoas com deficiência ou problemas de saúde. O envelhecimento ativo significa também desenvolver a capacidade dos idosos para manter a autonomia o máximo de tempo possível."

Fonte: https://infoeuropa.eurocid.pt/registo/000048069/documento/0003

I – Enquadramento do Evento

Tipologia: Seminário.

Âmbito: 2012 - **Âmbito: Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações**

"Este ano Europeu visa chamar a atenção para a importância do contributo dos idosos para a sociedade e incentivar os responsáveis políticos e todas as partes interessadas a tomarem medidas para criar as condições necessárias ao envelhecimento ativo e ao reforço da solidariedade entre gerações."

Fonte: Sítio do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações.

Tema: "Viver entre Gerações: o Desafio do Nosso Tempo"

Local: Centro Social do Tourigo – IPSS - Rua do Calvário, 119; 3465-195 Tourigo.

Data de Realização: 20 de outubro de 2012.

Objetivos:

- Ser uma das instituições que assinala o "Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações";
- Sensibilizar a opinião pública para a importância de que se reveste a relação entre gerações e a importância do envelhecimento activo;
- Divulgar a actividade que o Centro Social do Tourigo – IPSS, desenvolve nas suas valências.

Destinatários: Clientes das Respostas Sociais do CST – IPSS, Sócios, Voluntários, População em Geral.

II- Organizações Envolvidas

Entidade Organizadora: Centro Social do Tourigo – Instituição Particular de Solidariedade Social

Patrocinadores:

Câmara Municipal de Tondela

Junta de Freguesia do Tourigo

Caixa Geral de Depósitos de Tondela

Touripan - Nelson de Matos Almeida

Padaria Regional - Amadeu Henriques de Matos - Tourigo

Pastelaria Rosicar - Nelson e Rosa, Pastelaria e Padarias - Tondela

Joaninha - Pastelarias e Padarias, Lda. - Tondela

Restaurante Nascer do Sol - Pedronhe – Caramulo

Besconsigo - Materiais, Construção de Besteiros, Lda. - Tourigo

III – Recursos Humanos

3.1.- Comissão Organizadora

Manuel Ventura da Costa – Presidente do CST – IPSS (Voluntário)
António da Costa Ventura – Vice – Presidente do CST - IPSS (Voluntário)
Paula Ventura – Secretária do CST – IPSS (Voluntária)
Joana Costa – Tesoureira do CST – IPSS (Voluntária)
Graça Galiano – Vogal do CST – IPSS (Voluntária)
Rita Cardoso – Directora Técnica do CST – IPSS (Funcionária)

3.2. - Equipa de Voluntários e Funcionários

Imagem, Som e Informática

Conceção da Imagem

Vítor Teixeira (voluntário)

Fotos

Hélder Costa (voluntário)

Sinalética

Rita Cardoso (funcionária)
Som e Imagem

Mário Pereira (funcionário)

Secretariado do Evento

Lúcia Augusto (voluntária)
Conceição Almeida (voluntária)
Isabel Ventura (voluntária)
Cecília Costa (voluntária)

Palestrantes[1]

Tema: Os Ganhos das Idades

Dr. Carlos Torres (Médico) - O Processo de Envelhecimento
Dr. José Augusto (Dir. Universidade Sénior de Viseu) - O Ganho das Universidades Seniores
Dra. Leonor Martins (Psicóloga) - Como Lidar com a Idade que Temos

[1] Todos os palestrantes participaram em regime de voluntariado.

Tema: "O Desafio de Envelhecer: Testemunhos Pessoais"

Manuel Ventura da Costa - Presidente do CST – IPSS

Insp. Manuel Velloso - Inspetor Aposentado da Proteção Civil e Presidente da ANAFS (Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias)

Apoio aos Palestrantes

Jorge Leitão – Moderador (voluntário)

Mónica Silva – Apresentadora (voluntária)

Ofertas - palestrantes e entidades

Paula Conceição – Educadora do Jardim de Infância do Tourigo

3.3- Funcionárias do CST - IPSS

Pessoal de Restauração (Pausa para o Café)

Aldina Pereira
Rosa Ventura
Helena Pereira
Rosa Gomes
Helena Silva
Lurdes Almeida

Apoio aos Participantes

Leonor Sousa
Fátima Costa
Conceição Simões

Limpeza do Espaço

Funcionárias do CST – IPSS.

IV - Promoção:

Concepção de cartazes, folhetos, convites, papel de timbre para o seminário.

Meios de Divulgação:

- Cartazes;
- Site do CST – IPSS;
- Site da Câmara Municipal de Tondela;
- Divulgação no "Jornal de Tondela";
- Mailling (Correio Electrónico);
- E, Passa palavra.

V- Material Produzido

- Material de divulgação do Seminário;
- Comunicações dos palestrantes – A disponibilizar em www. cstourigo-ipss.com.
- Fotografias do Seminário - A disponibilizar em www. cstourigo-ipss.com.
- Filme do Seminário - A disponibilizar em www. cstourigo-ipss.com.
- Certificados: Palestrantes, Voluntários e Participantes.

VI – Organizações Presentes

- Câmara Municipal de Tondela (Patrocinador) – Sra. Vereadora da Ação Social, Dra. Cecília Fragoso
- Junta de Freguesia do Tourigo (Patrocinador) – Presidente da Junta de Freguesia do Tourigo, Sr. Amadeu da Costa Ventura
- Paróquia do Tourigo – Pe. Alcides Vilarinho
- Farmácia do Tourigo – Dr. João Almiro
- Centro Cultural e Desportivo do Tourigo – Educadora de Infância Marta Costa
- Centro Cultural das Pousadas – Sr. Fernando André
- Junta de Freguesia do Barreiro de Besteiros – Sr. Presidente Sr. José Hélder;
- Centro de Saúde de Tondela – Dra. Isabel Sousa Mendes
- Centro Paroquial de Canas de Santa Maria – Dra. Maria José Loureiro

VII – Descrição do Evento

No dia 20 de Outubro, o Centro Social do Tourigo – IPSS, organizou o Seminário – "Viver entre gerações: o desafio do nosso tempo", para falar de "envelhecimento ativo", ouvir testemunhos e partilhar experiências entre os participantes de várias gerações presentes.

Sessão de Abertura

A abertura da sessão foi anunciada por Mónica Ferreira (voluntária), que convidou para a Mesa de Honra, os que a iriam constituir, em representação de diversas entidades: Manuel Ventura

da Costa, Presidente da Direcção do Centro Social do Tourigo; Dr.ª. Cecília Fragoso, Vereadora da Acção Social da Câmara Municipal de Tondela; António da Costa Ventura, Vice-Presidente da Direcção do CST; Amadeu da Costa Ventura, Presidente da Junta de Freguesia do Tourigo; Nelson de Matos Almeida, Presidente da Assembleia-geral do Centro e Padre Alcides Vilarinho, Pároco da Freguesia.

Na sessão de abertura, Manuel Ventura da Costa usou da palavra para, em nome do Centro social do Tourigo e da Comissão Organizadora, agradecer a presença dos que quiseram estar ali envolvidos numa tarde de reflexão no "Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade Entre gerações" numa preocupação que deve ser de todos nós.
Agradeceu a participação institucional da Câmara Municipal de Tondela e a presença amiga da Vereadora da Acção Social, Dr.ª. Cecília Fragoso, lamentando que um compromisso de última hora, fora do Concelho, tivesse impedido também a presença do Vice-Presidente da Câmara, Dr. José António de Jesus, pela amizade e mais-valia que traria ao Encontro.
Referindo-se à comemoração do Ano Europeu do Envelhecimento activo, salientou a pertinência do Seminário no intuito de sensibilizar a população para uma das maiores conquistas da Humanidade que é o aumento da esperança de vida. Há no entanto que desfrutar desse prolongamento, vivendo mais, sim, mas com qualidade. A sociedade é preconceituosa em relação aos idosos, o que faz com que, sobretudo na perspectiva política eles sejam marginalizados e por vezes esquecidos. Terminou reiterando os agradecimentos, fazendo votos para que o Seminário servisse para reforçar o antigo provérbio que diz que "velhos são os trapos."

A Dra. Cecília Fragoso, na sua intervenção, disse da satisfação de poder estar ali a partilhar uma tarde que se previa rica, já pelo tema, já pelos intervenientes. E estando ali a representar a Câmara Municipal de Tondela e a sua preocupação pelas causas sociais do Concelho, estava também pela amizade e admiração pela Obra Social que o Centro Social do Tourigo vem promovendo, que não lhe poderia ser indiferente como responsável por esse Pelouro.
Felicitou a Organização, lembrou que a Câmara Municipal e concretamente o seu Gabinete, procuram acompanhar sempre com a maior atenção e disponibilidade os problemas sociais do Concelho, terminando por desejar uma boa tarde de Trabalhos.
Terminada a Sessão de abertura, seguiu-se a apresentação dos Temas, de cujos Painéis foi moderador Jorge do Amaral Leitão, tendo a apresentação dos resumos curriculares ficado a cargo de Mónica Ferreira.

Primeiro Painel – Os Ganhos das Idades[2]

"O PROCESSO DO ENVELHECIMENTO"

O Dr. Carlos Torres, Médico, Mestre em Gerontologia e doutorando em Medicina na área da Neuropsicologia, apresentou o tema "O Processo de Envelhecimento", descrevendo como envelhecemos através da análise do processo, das razões e das consequências do envelhecimento.
Começou por afirmar que "o envelhecimento começa quando nascemos", o Dr. Carlos Torres lembrou que cada pessoa tem o seu processo de envelhecimento, e que todos, mais tarde ou mais cedo, passam por esse processo, que descreveu com a ajuda de "PowerPoint".

[2] Por motivos profissionais a Dra. Conceição Vidigal (Médica), não pode estar presente e apresentar o tema:" Aumentando a qualidade de vida, aprendendo a gerir os anos"

Sobre as decadências físicas naturais que vão ocorrendo ao longo da vida, afirmou que, no entanto, 1/3 delas podem ser retardadas pelas nossas mãos e pela nossa acção para as contrariar e "que o envelhecimento é basicamente um problema pessoal de cada individuo, dependendo do seu desenvolvimento (herança genética, experiências de vida, doenças, perdas, capacidades adaptativas, etc.)."
Por outro lado, lembrou que para o aumento da esperança média de vida, a retaguarda não está ainda preparada para a acompanhar e lhe dar mais qualidade.

"O GANHO DAS UNIVERSIDADES SENIORES"

O Dr. José Augusto Pereira, licenciado em História, Mestre em Ciências da Educação, tem no seu currículo vasta intervenção na área educativa e é responsável da Universidade Sénior de Rotary do Rotary Clube de Viseu, de que é associado desde 1997.
A acção desenvolvida pela Universidade Sénior de Viseu é de facto uma resposta, e muito positiva, para um envelhecimento mais rico e saudável. E o Dr. José Augusto, ao dar ali conta da importância que tem representado para a Comunidade visiense mais velha, mostrou que ela é um agente importante no envelhecimento activo e culturalmente gratificante.
Mas José Augusto quer ir mais além e trazer para as Universidades Seniores e instituições as experiências, os usos e costumes, formas de artesanato e jogos tradicionais dos mais velhos de um Povo que tem um manancial de coisas para transmitir. É um desafio que merece ser vivido.
O Dr. José Augusto demonstrou ao longo da sua comunicação que o conhecimento pode acontecer/ estar em todas as idades, tendo apresentado um filme sobre as atividades que a Universidade Sénior de Viseu desenvolve e terminando com um poema alusivo ao tema do seminário.

"COMO LIDAR COM A IDADE QUE TEMOS"

A Dr.ª Leonor Martins, com licenciatura em Psicologia Clínica e Pós Graduação em Gerontologia, trouxe à reflexão a nossa postura para lidar com a idade, ou melhor, com as três idade que fazem parte da nossa vida e em que cada uma há um caminho a percorrer, mas também opções para a caminhada.
A idade não perdoa, costuma dizer-se, mas a Dr.ª. Leonor Martins lembrou-nos que não há idade para nos descobrimos, porque a vida não tem idade. A idade está na nossa cabeça e na forma como podemos e devemos tirar de cada etapa o melhor proveito.
De forma brilhante, enquadrou e completou as intervenções anteriores e citando Virgílio Ferreira disse "Não mudamos com a idade na estrutura do que somos. Apenas como na música, somo-lo noutro tom." E motivou os participantes para que "Aceitar a idade é descobrirmo – nos!".

Pausa para Café - A pausa para café foi servida no refeitório do Centro Social do Tourigo – IPSS.

Segundo Painel – O Desafio de Envelhecer: Testemunhos Pessoais

TEMA – O DESAFIO DE ENVELHCER – TESTEMUNHOS PESSOAIS

" AS OPORTUNIDADES DO ENVELHECIMENTO ACTIVO"

Manuel Ventura da Costa, Presidente da Direção do Centro Social do Tourigo, Diretor do Jornal de Tondela e senhor de um invejável currículo, grande parte dele por ocupação no estrangeiro, granjeou amizades, ganhou títulos honoríficos e é um exemplo de vida pela sua forma constante de dar de si, um desafio permanente de partilha, de voluntariado e de preocupação para com os demais.
Foi rica a partilha que ali deixou, porque ela representa sobretudo o seu modo de estar na vida, de aceitar que o "envelhecimento como uma fase da existência terrena de cada ser humano – é assim como que uma espécie de prolongamento de um projecto inacabado…". Defensor intransigente dos "Valores" e da família como "célula básica da sociedade", Manuel Ventura não vê o envelhecimento como uma doença nem como uma incapacidade, antes um desafio, que aliás está bem patente no seu dia-a-dia e ali esteve bem presente no seu testemunho, a que juntou sua Mulher na rica e longa caminhada a dois. Indicou a sua adaptação às evoluções do tempo, das tecnologias e a sua integração no que os tempos lhe foram "oferecendo" e a sua ligação com a família, nomeadamente os seus netos para aprender o novo "foram os netos que me deram as primeiras lições aos 60 anos para aprender a utilizar o computador".

INSPETOR MANUEL VELLOSO

Presidente da ANAFS – Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias, tem ao longo da sua brilhante carreira humanitária quer no Serviço Nacional da Protecção Civil, Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e Crescente Vermelho, Bombeiros Voluntários e, ainda, mais de 20 missões de assistência humanitária desde a Roménia, Turquia, Timor ou na catástrofe do Tsunami um admirável currículo.
Quase que em conversa entre amigos, o Inspetor Velloso (não utilizando o parlatório, criou o ambiente de uma pequena conversa com o moderador e Manuel Ventura da Costa) contou a "história da sua vida", história de uma vida muito rica, com muito risco, com encontro entre gerações, principalmente em graves situações onde as intervenções humanitárias eram requeridas.
Mas bela e interessante é também a sua vida familiar, que nos transmitiu como quem conta um conto.
Resumiu com grande humor a sua vida e como vive de forma ativa o envelhecimento e a reforma, realçando a importância da família como pilar para uma vida boa e longa, assim como, uma boa alimentação, uma boa condição física e um bom médico. Realçou que querer dividir o que se aprendeu na vida com os mais novos para que os erros "não se repitam", "passar a ensinar ajuda – nos a ter uma vida com significado após a reforma", assim como, "continuar a ser útil" e ter uma grande ligação com os netos

A completar uma tarde de "descoberta" no caminho da vivência entre gerações, foi grato colher ali os testemunhos de Manuel Ventura e Manuel Velloso a completarem, e de que forma, os contributos para os desafios que se deparam no nosso tempo.

PERGUNTAS E RESPOSTAS – DEBATE

Terminada a "missão" da Mesa, teve lugar um período de perguntas e respostas vindas da plateia, o que permitiu esclarecer algumas dúvidas, aclarar a mensagem, comentar ou partilhar atitudes e "declarar" a satisfação pela riqueza vivida durante a tarde.

ENCERRAMENTO

Terminados os trabalhos, Manuel Ventura da Costa encerrou a sessão agradecendo a todos os presentes, a todos os funcionários da Instituição, aos patrocinadores e aos habitantes da Freguesia que muito têm ajudado a Instituição. Terminou com um conselho aos novos: Quando a velhice começar a rondar a vossa porta, não deixem que ela vos escravize e vos transforme num amontoado de ossos enferrujados. Mexei-vos, e se a saúde o permitir, ajudai quem precisa. Lembrai-vos que " a idade não é aquela que a gente tem, mas sim aquela que a gente sente."
Mónica Ferreira convidou, a fechar o evento, os participantes a receberem o "Certificado de Presença", no secretariado.

VIII – Estatísticas do Seminário

Descrição	Número
Comissão Organizadora[3]	6
Voluntários	7
Funcionárias	10
Total de Pessoas envolvidas na organização do seminário	23
Patrocinadores	9
Palestrantes e Moderador	6
Organizações Presentes	9[4]
Inscritos	111
Participantes	86[5]
Total de Pessoas no Evento	123

IX – Resumo Financeiro

Consultar o Anexo nº 2 – Resumo Financeiro

[3] A comissão organizadora foi constituída pelos 5 membros da direção, todos em regime de voluntariado e pela diretora técnica.
[4] Destas 9 organizações, duas foram patrocinadores: Câmara Municipal de Tondela e Junta de Freguesia do Tourigo.
[5] 60 % (sessenta por cento) dos participantes foram sócios da instituição.

X – Avaliação do Evento

10.1. Comissão Organizadora

Objetivos foram alcançados?	Objetivos foram plenamente atingidos, através: -sensibilização para a problemática do envelhecimento ativo para o que muito contribuiu a qualidade das intervenções dos palestrantes; - partilha de ideias e experiências, quer na primeira pessoa, quer de pessoas que estão ligadas à geração dos "maiores" (Dra. Leonor Martins e Dr. Carlos Torres) enriqueceu a visão sobre esta etapa da vida e afastou alguns medos que pudessem pairar sobre o tema; -promoção e realização de uma atividade que assinala o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo (em abril realizamos a Caminhada entre Gerações, também como comemoração do ano); -importância de que se reveste a relação entre gerações (equipa que organizou o seminário e equipa de palestrantes); - ao realizarmos o evento nas instalações do CST – IPSS, estamos a divulgar o que fazemos enquanto instituição.
Como avalia a Organização?	De forma muito positiva: - cumpriu o que estava planeado e fez uma boa gestão dos desvios (eventuais contratempos) durante a realização do evento; - conseguiu garantir o pleno funcionamento do seminário; - constituiu uma equipa, composta por voluntários que nas mais diversas áreas apoiaram incondicionalmente a comissão organizadora, bem como, o excelente desempenho das funcionárias do CST – IPSS; -mobilizou o apoio de patrocinadores; - fez uma seleção de palestrantes de grande nível que permitiu juntar pessoas que pela sua vivência profissional ou pela sua vivência pessoal sensibilizaram os participantes para o que pode ser o envelhecimento ativo.
O que considerou de maior interesse?	- O prestígio que o seminário deu ao Centro Social do Tourigo – IPSS; -O reconhecimento pelos participantes da qualidade do evento - O conteúdo das mensagens transmitidas, para o que contribuiu a escolha dos palestrantes seleccionados; - A partilha do Inspector Veloso, pela mais-valia que direcciona para a convivência com os netos, bem como a importância que revelou ter nele essa convivência com os avós. - A participação das 23 pessoas (organização, voluntários, funcionário e funcionárias) na realização do seminário e o compromisso de cada uma /um em que a sua tarefa fosse bem-feita e a mistura de tantos talentos diferentes mas complementares - Permitir a partilha de testemunhos muito enriquecedores que nos leva a questionar o que cada um de nós pode fazer para ter um envelhecimento ativo; e sensibilizar outros para o tema; - As Comunicações do Dr. José Augusto e do Inspetor Velloso; -As comunicações feitas no primeiro painel que resumiram a saúde física, a educação e o aspeto psicológico de como lidamos, de forma tão pessoal, com a idade que cada um tem. - A partilha dos dois palestrantes do segundo painel, da forma como vivem o envelhecimento.
O que foi menos positivo?	O facto de se ter criado a expectativa de ouvir a Dra. Conceição Vidigal, tornou-se o único ponto negativo. A organização foi alheia a esta situação, tendo recebido a indicação por e-mail da Dra. Conceição Vidigal de que não pode estar presente por motivos profissionais, já depois de a divulgação estar a ser realizada.
O que devia ser melhorado?	A divulgação do evento. Estudar formas de atrair mais participantes, nomeadamente utentes e seus familiares. Aumentar o número de patrocinadores para poder fazer mais.
Que avaliação fizeram os participantes?	Muito positiva: - elogios à forma como estava organizado e aos palestrantes escolhidos; -a Dra. Cecília, em conversa revelou que se tratou de "uma tarde muito bem passada e com enriquecimento pessoal", tendo avaliado muito positivamente o seminário. Facto que reforçou na sua intervenção no Debate. -admiração por uma localidade da dimensão do Tourigo, organizar um evento com tanta qualidade; -pela escolha do tema do seminário, pela qualidade dos palestrantes e pelo empenho do moderador em dinamizar os painéis e o debate. - por permitir a aquisição de mais informação sobre o envelhecimento ativo de uma forma clara e motivando para ver o envelhecimento não como inevitabilidade mas sim como oportunidade; -votos de que o seminário do próximo ano fosse tão bom ou ainda melhor do que o que acabavam de participar; - balanço positivo da tarde passada no CST – IPSS; - aprendizagem e pena por outros não terem vindo.

10.2. Voluntários[6]

Objectivos foram alcançados?	Sim, - isso esteve patente na forma como os participantes saíram entusiasmados e animados. - pode-se ter mais idade e continuar a ser activo de acordo com as novas condições que o corpo e a mente apresenta e limita, por vezes.
Como avalia a Organização?	- Muito Boa; - houve eficácia em todos os momentos; -positivamente surpreendida com a organização e com a dinâmica de grupo de todas as pessoas envolvidas. Gostei!!
O que considerou de maior interesse?	- os conteúdos do seminário e a sua qualidade dos palestrantes, nomeadamente a sua capacidade de comunicar com os participantes; - o melhor foi mesmo ver as caras animadas de quem saía no final, os participantes não iam cruzar os braços, iam continuar a ser ativos na vida. - a pausa para café é sempre um momento muito importante pois serve para esclarecer dúvidas e partilhar experiências que de outro modo seria mais difícil, ou seria apenas com os mesmos do dia rotineiro - o esclarecimento sobre o que é e, como funciona a Universidade Sénior; - o local do evento: a disposição da sala, a decoração dos espaços onde decorreram o seminário; - os oradores que com a sua larga experiência, conseguiram com uma linguagem clara e acessível que todos os presentes percebessem o que é o envelhecimento ativo; - a abordagem de perspectivas bastante diferentes, mas todas interessantes.
O que foi menos positivo?	Nada a salientar.
O que devia ser melhorado?	- sugestão mudar a organização da equipa do secretariado. Num próximo seminário dividir-se e pelo uma ficava fora da mesa para no início receber os participantes que chegam hesitantes, e no final continuar a ter alguém de sobreaviso para entregar o certificado de participação a quem se "esquece" de passar no secretariado a levantar.
Que avaliação fizeram os participantes?	- os participantes gostaram. - ouvia-se na saída dos participantes: "Esperámos que a instituição repita experiências deste tipo", "Gostei muito!", "Valeu a pena ter vindo!". " Qual será o tema do próximo ano?";

10.3. Funcionário e Funcionárias[7]

Objectivos foram alcançados?	Sim, -.um leque de palestrantes que souberam adaptar o discurso à plateia que estava presente, exprimindo-se de uma forma clara e de fácil compreensão para todos os participantes, evitando ao mesmo tempo que as palestras se tornassem desgastantes para os mesmos, havendo assim interesse pelo assunto debatido até ao final, do seminário. -tendo por base as partes do seminário a que assistiram as funcionárias considera que os objetivos foram alcançados.
Como avalia a Organização?	-Muito Boa; - tudo correu dentro do estipulado.
O que considerou de maior interesse?	- no conjunto, todos os assuntos foram relevantes de modo a que se possa obter um envelhecimento mais rico, que era o objectivo do seminário. Claro que o interesse por cada assunto varia conforme a forma que ele é exposto mas, como já disse anteriormente, o desempenho dos palestrantes foi muito bom, pelo que todos os assuntos foram tornados interessantes.[8]
O que foi menos positivo?	Nada a salientar.
O que devia ser melhorado?	Aumento de receitas. Segundo alguns comentários de participantes às funcionárias, a duração do seminário é excessiva, tornando-se algo cansativo
Que avaliação fizeram os participantes?	- o seminário foi um êxito

[6] Fonte: testemunhos de voluntários do seminário " Viver entre Gerações: o desafio do nosso tempo", por e-mail.
[7] Avaliação de funcionário e funcionárias enviada por e-mail. Recolha da Diretora técnica.
[8] Apenas o funcionário respondeu a esta questão por ter assistido a todo o seminário, visto que tinha como tarefa o som e a imagem. As funcionárias assistiram a algumas partes do seminário e sempre que as tarefas de que estavam responsáveis lhes permitiam.

XI - Agradecimentos

AOS **PALESTRANTES** por partilharem o seu conhecimento e a sua experiência.

A TODOS AS **VOLUNTÁRIAS** E **VOLUNTÁRIOS**, que tornaram este seminário possível.

AOS NOSSOS **FUNCIONÁRIOS**, pelo seu empenho no evento.

A TODOS OS **PATROCINADORES**, pelo apoio dado.

A TODOS OS **PARTICIPANTES**, por nos honrarem com a sua presença.

XII – Conclusão

Os objectivos do Seminário, foram atingidos:

-assinalamos o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo com este evento;

-demonstramos a importância de que se reveste a relação entre gerações e de que forma essa relação pode contribuir para o envelhecimento ativo;

-divulgamos as atividades do Centro Social do Tourigo – IPSS.

O evento superou as expectativas e deixou desafios para os participantes verem o envelhecimento como oportunidade de criar, partilhar, aprender e sobretudo viver. Esperamos, enquanto Instituição de Solidariedade Social, que este ano seja iniciada a implementação de "medidas para criar as condições necessárias ao envelhecimento ativo e ao reforço da solidariedade entre as gerações", como sublinha o sítio do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações.
Gostaríamos de ter contribuído com esta iniciativa para que se concretizassem as palavras de um dos cartazes oficiais do Ano Europeu:
"2012 – Um Ano Europeu para começar a construir uma melhor sociedade para idosos e jovens
Nunca é tarde de mais para…
…**ter um espírito jovem**

…**partilhar experiências**

…unir forças

…viver a vida intensamente…"

Tourigo, 30 de Outubro de 2012

A Direcção,

Manuel Ventura da Costa

António da Costa Ventura

Paula Ventura

Joana Costa

Graça Galiano

A Direcção Técnica

Rita Cardoso

ANEXOS

Anexo 1 – Cópia do Material de Divulgação

Âmbito: 2012 - Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações

"Este ano Europeu visa chamar a atenção para a importância do contributo dos idosos para a sociedade e incentivar os responsáveis políticos e todas as partes interessadas a tomarem medidas para criar as condições necessárias ao envelhecimento ativo e ao reforço da solidariedade entre gerações."

Fonte: Sítio do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações

Patrocínios

design bevisual@gmail.com

Organização

Objectivos

- Ser uma das instituições que assinala o "Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações";
- Sensibilizar a opinião pública para a importância de que se reveste a relação entre gerações e a importância do envelhecimento activo;
- Divulgar a actividade que o Centro Social do Tourigo – IPSS, desenvolve nas suas valências.

Destinatários
Clientes das Respostas Sociais do CST - IPSS, Sócios,Voluntários, População em Geral

Mesa de Honra

- Presidente da Câmara de Tondela
- Presidente do CST - IPSS
- Presidente da Junta de Freguesia do Tourigo
- Vereadora da Acção Social
- Presidente da Assembleia - Geral do CST – IPSS
- Vice - Presidente do CST - IPSS
- Pe. Alcides Vilarinho

Moderador – Jorge Leitão

Programa
14:00 - **Abertura do Secretariado**
(Entrega da Documentação)
14:30 - **Sessão de Abertura**
Manuel Ventura Costa - Presidente do CST - IPSS

TEMA: Os Ganhos das Idades
15:00 - 15:20 - **O Processo de Envelhecimento**
Dr. Carlos Torres (Médico)
15:20 - 15:40 - **O Ganho das Universidades Seniores**
Dr. José Augusto (dir. Universidade Sénior de Viseu e Presidente da Comissão Distrital das USR - Distrito 1970)
15:40 - 16:00 - **Aumentando a qualidade de vida, aprendendo a gerir os anos**
Dra. Conceição Vidigal (Médica)

16:00 - 16:20 - **Como Lidar com a Idade que temos**
Dra. Leonor Martins (Psicóloga)

16:20 - Pausa para o café

TEMA: O Desafio de Envelhecer: Testemunhos Pessoais
16:45 - 17:05 - **As oportunidades do envelhecimento ativo**
Manuel Ventura da Costa (Presidente do CST – IPSS)
17:05 - 17:35 - **As oportunidades do envelhecimento ativo**
Inspetor Manuel Velloso (Inspetor Aposentado da Proteção Civil e Presidente da ANAFS – Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias)

17:35 - 18:25 - **Perguntas e Respostas - Debate**

18:30 - **Sessão de Encerramento**
Manuel Ventura da Costa - Presidente do CST - IPSS

Inscrição
(vai ser feita pelo site e directamente no CST - IPSS)

- 3 Euros - Sócios
- 5 Euros - Não Sócios
- Até aos 18 anos - Inscrição é Gratuita

Anexo 2 – Resumo Financeiro

Seminário – Viver entre Gerações: o Desafio do Nosso Tempo

Receitas		**Despesas**	
Descritivo	**Valor**	**Descritivo**	**Valor**
Inscrições	197,00 Euros	Material de Divulgação	50,00 Euros
Ofertas	25,00 Euros	Material de Escritório	74,00 Euros
Patrocínio Monetário – Junta de Freguesia de Tourigo	50,00 Euros	Comunicação (CTT)	10,84 Euros
		Despesas Diversas	118,80 Euros
Total	272,00 Euros	**Total**	253,64 Euros
			SALDO POSITIVO - 18,36 Euros

PATROCÍNIOS EM BENS E SERVIÇOS[9]	
Câmara Municipal de Tondela	Livros, impressão dos Certificados, empréstimo do parlatório e divulgação no site da CMT.
Caixa Geral de Depósitos de Tondela	Pastas palestrantes e participantes - 90,00 Euros
Pastelaria Rosicar - Nelson & Rosa, Pastelarias e Padarias, Lda.	Fornecimento de salgados e doces - 80,00 Euros
Joaninha – Pastelarias e Padarias, Lda. – Tondela	Fornecimento de salgados e doces - 55,00 Euros
Touripan - Nelson de Matos Almeida - Tourigo	Fornecimento de padaria - 40,00 Euros
Padaria Regional - Amadeu Henriques de Matos – Tourigo	Fornecimento de padaria - 20,00 Euros
Restaurante Nascer do Sol - Pedronhe – Caramulo	Empréstimo de mobiliário - 598,00 Euros
Besconsigo - Materiais, Construção de Besteiros, Lda.	Transporte de mobiliário para a sala do seminário - 60,00 Euros

[9] Fonte: Valor Estimado, pelos patrocinadores