Título – Envelhecendo e Aprendendo. A Aprendizagem ao Longo da Vida no Processo de Envelhecimento Ativo
Coordenação – Luísa Pimentel, Sara Mónico Lopes e Susana Faria

© 2016, Coisas de Ler

Capa – Coisas de Ler
Paginação – Coisas de Ler
Revisão – Coisas de Ler
Impressão e Acabamento – Realbase, Lda.
Depósito Legal nº 416872/16
ISBN 978-989-8659-70-5
1.ª edição, Lisboa, outubro de 2016

Coisas de Ler Edições, Lda.
Tel.: 211 919 350 – Fax: 211 919 349
www.coisasdeler.pt – editorial@coisasdeler.pt

Por vontade expressa de uma parte dos Autores este livro não respeita o Acordo Ortográfico de 1990.

Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou transmitida sob a presente forma sem autorização prévia e escrita do editor. Exceptua-se naturalmente a transcrição de pequenos textos ou passagens para apresentação ou crítica do livro. Esta excepção não deve de modo nenhum ser interpretada como sendo extensiva à transcrição de textos em recolhas antológicas ou similares donde resulte prejuízo para o interesse pela obra. Os transgressores são passíveis de procedimento judicial.

Luísa Pimentel, Sara Mónico Lopes e
Susana Faria

Envelhecendo e Aprendendo

A APRENDIZAGEM AO LONGO DA VIDA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO ATIVO

O PROGRAMA IPL60+: UM CONTEXTO PRIVILEGIADO DE INTERVENÇÃO SOCIAL NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO E DAS RELAÇÕES INTERGERACIONAIS

Luísa Pimentel[19] *& Susana Faria*[20]

1. Introdução

A relevância da aprendizagem ao longo da vida para a promoção do envelhecimento Ativo tem vindo a ser afirmada, de forma crescente, nas últimas duas décadas. Linha orientadora da intervenção neste domínio, introduzida em documentos apresentados na Segunda Assembleia do Envelhecimento, realizada em 2002, em Madrid (Comissão das Comunidades Europeias, 2002; Organização Mundial de Saúde [OMS], 2002), vem sendo reforçada desde aí, enfatizando-se, especialmente, as virtualidades da aprendizagem intergeracional (Newman & Hatton-Yeo, 2008; Palmeirão, 2008; Pinto, 2009).

A declaração redigida pelo Conselho Europeu, no final do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade Intergeracional, 2012, aponta a aprendizagem ao longo da vida como um dos princípios de intervenção, no domínio da participação social.

19 – luisa.pimentel@ipleiria.pt
20 – susana.sousa@ipleiria.pt

Provide older people with learning opportunities, notably in áreas such as information and communication technologies (ICT), self-care and personal finance, empowering them to participate actively in society and to take charge of their own life. (Council of the European Union, 2012, p. 10)

No que concerne especificamente à realidade portuguesa, o Conselho Económico e Social (CES), elaborou um documento onde se analisam as implicações do envelhecimento da população e se elenca um conjunto de recomendações para ultrapassar os problemas que daí decorrem e aproveitar o que de mais vantajoso há nessa realidade. Aí recomenda:

A generalização de ofertas atrativas de educação de adultos para populações tendencialmente idosas e cuja frequência é essencial a uma aprendizagem vitalícia como alavanca a um estilo de vida ativo e mentalmente saudável. (...) A dinamização de condições que promovam a partilha de conhecimentos, competências e experiências dos mais idosos junto dos mais jovens (...). (CES, 2013, p. 22-24)

O Programa IPL60+, em vigor desde março de 2008, vem dar corpo a estas orientações, constituindo-se como uma iniciativa inovadora no panorama da oferta de formação para os seniores, a nível nacional. Tem características únicas, quer por proporcionar o acesso a formação académica de nível superior, quer pelas oportunidades de convivência regular e continuada com gerações mais jovens e pelas possibilidades de partilha que daí decorrem.

Cria condições para que os seniores aproveitem o seu tempo desenvolvendo atividades intelectual e fisicamente estimulantes e para que usem os seus saberes e competências na formação dos mais jovens.

Tendo como missão contribuir para a mudança do paradigma do envelhecimento, no sentido de promover uma maior autonomia e participação social dos seniores, dinamiza e promove atividades formativas, educativas e socioculturais que os envolvam no seu percurso de aprendizagem e no seu processo de desenvolvimento.

Neste texto procuramos analisar algumas das práticas implementadas nos últimos anos e dar expressão aos resultados da avaliação do Programa

e dos seus impactos por parte de quem o frequenta. Esta avaliação foi feita a partir de um questionário realizado junto das pessoas inscritas no 1º semestre de 2013/2014, através do qual os seniores puderam apresentar as motivações subjacentes à frequência do Programa, os benefícios que daí retiram e manifestar a sua opinião sobre o funcionamento do mesmo.

2. A aprendizagem ao longo da vida: sustentáculo para um envelhecimento ativo

O acesso a oportunidades de aprendizagem (formal, informal ou não formal)[21] tem sido cada vez mais afirmado como um dos elementos chave na promoção do envelhecimento ativo. Em 1998, a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) definia o Envelhecimento Ativo como

a capacidade de as pessoas que avançam em idade levarem uma vida produtiva na sociedade e na economia. Isto significa que as pessoas podem elas próprias determinar a forma como repartem o tempo de vida entre as atividades de aprendizagem, de trabalho, de lazer e de cuidados aos outros (citado por Cabral, 2013, p. 13).

Para além da referência à aprendizagem, nesta afirmação gostaríamos de realçar outros dois elementos: a importância das pessoas mais velhas continuarem envolvidas em atividades diversas, com relevância social e económica, e de o fazerem autonomamente, de acordo com as suas escolhas. A promoção e o respeito pela autonomia dos sujeitos, um dos 4 conceitos chave do novo paradigma do envelhecimento ativo (Ribeiro

21 – De acordo com o Memorando sobre a Aprendizagem ao Longo da Vida (Comissão das Comunidades Europeias, 2000), a aprendizagem formal decorre em instituições de ensino e formação e conduz a diplomas e qualificações reconhecidos. A aprendizagem não-formal decorre em paralelo aos sistemas de ensino e formação e não conduz, necessariamente, a certificados formais. Pode ocorrer no local de trabalho e através de atividades de organizações ou grupos da sociedade civil. Pode ainda ser ministrada através de organizações ou serviços criados em complemento aos sistemas convencionais. A aprendizagem informal é um acompanhamento natural da vida quotidiana. Contrariamente à aprendizagem formal e não-formal, este tipo de aprendizagem não é necessariamente intencional e, como tal, pode não ser reconhecida, mesmo pelos próprios indivíduos, como enriquecimento dos seus conhecimentos e aptidões.

& Paúl, 2011), é a pedra angular de qualquer intervenção nesta área. Reconhecer às pessoas idosas a capacidade e o direito de tomar decisões sobre a sua vida, de acordo com os seus próprios interesses, é fundamental para que se criem as condições motivacionais para a sua participação social.

Esta liberdade para escolher pode tornar-se basilar num momento da trajetória de vida em que é necessário redefinir as rotinas diárias, reequacionar os objetivos de vida e definir novos projetos. A saída do mercado de trabalho, pela via da reforma, por implicar alterações nas tarefas e no tipo de papéis desempenhados e, consequentemente, no estatuto social percebido pelos próprios e pelos outros, pode desencadear processos de adaptação difíceis e morosos (Fonseca, 2011). A liberdade para fazer novas coisas ou retomar interesses antigos pode ajudar nesse processo e ser um dos elementos mais apreciados desta mudança.

Warren e Clarke (2009), através de um estudo que realizaram no Reino Unido, com 23 pessoas idosas, perceberam que há uma forte valorização da liberdade que sentem nesta fase mais tardia da vida, pelo decréscimo dos compromissos familiares e laborais, o que lhes permite prosseguir novos papéis ou dar continuidade a velhas atividades. Realçam ainda que descobriram atividades que vinham negligenciando e falam, em particular, no regresso à escola.

O processo de adaptação e de substituição das tarefas que se realizavam, por outras, igualmente significativas e gratificantes, estaria facilitado se houvesse uma preparação desta nova etapa do ciclo de vida e se a mudança de fizesse de forma gradual, mantendo, se desejada, alguma ligação aos contextos de trabalho (Cabral, 2013). Essa ligação poderia ser mantida através de trabalho a tempo parcial, de colaborações pontuais, como mentores ou formadores dos trabalhadores mais jovens, como consultores (CES, 2013), ou da participação em atividades sociais e culturais dinamizadas pelas organizações. Contudo, raramente a transição se faz de forma progressiva, sendo as pessoas confrontadas com uma nova realidade, para a qual necessitam de delinear estratégias adaptativas. Ter a "coragem" de voltar à escola pode ser uma dessas estratégias.

Como refere Jacob (2012b), a oferta de formação específica para a população idosa, através das Universidades da Terceira Idade (UTI), surge em França, em 1972. A primeira UTI portuguesa, a Universidade Internacional da Terceira Idade de Lisboa, é fundada em 1976. Este tipo de iniciativas tem proliferado no nosso país, com particular intensidade a partir de 2000.

Na sua maioria, estas universidades funcionam de acordo com o modelo inglês, tendo na base da sua criação e gestão instituições sem fins lucrativos ou grupos de cidadãos. No modelo francês, pouco comum no nosso país, estes projetos surgem associados ao sistema de ensino formal, tendo por base toda a logística das universidades que os acolhem. Falamos, neste caso, de programas universitários para seniores.

3. Caracterização do Programa IPL60+

3.1 Traços gerais de caracterização[22]

O Programa IPL60+, inspirado no modelo francês, surgiu no início do segundo semestre de 2007/2008. Dirigido a pessoas reformadas, com 50 ou mais anos, aposta na partilha e creditação dos seus saberes e experiências, apresentando uma oferta formativa e sociocultural muito diversificada e organizada em três grandes domínios:

- Acesso a formação de nível superior, através da frequência de unidades curriculares (UC) das licenciaturas ministradas nas várias escolas do Instituto Politécnico de Leiria[23]. Neste caso o estudante sénior integra-se em contexto de aula, com os estudantes de licenciatura, podendo, se assim o desejar, submeter-se a avaliação;
- Acesso a formação complementar, em turmas específicas, nas áreas das TIC e das línguas estrangeiras, de acordo com os seus interesses e necessidades, considerando que estas são áreas com as quais estão menos familiarizados;

22 – Para mais informações sobre o Programa poderá aceder a www.60mais.ipleiria.pt ou consultar Pimentel (2012) e Pimentel, Varregoso, Faria & Comprido (2013).

23 – Em concreto, o universo de escolha estende-se por cinco escolas, localizadas em Leiria, Caldas da Rainha e Peniche: Escola Superior de Educação e Ciência Sociais, Escola Superior de Tecnologia e Gestão, Escola Superior de Saúde, Escola Superior de Arte e Design, Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar.

• Acesso a atividades socioculturais e a projetos em áreas diversas: atividade física, dança, música, educação para a saúde, clube de leitura e de escrita, entre outras. Estes projetos resultam, na maior parte dos casos, da iniciativa dos próprios seniores ou de estudantes de licenciatura e de mestrado, contando, sempre que possível, com o acompanhamento de docentes voluntários.

Segundo os estatutos do Programa, os estudantes seniores podem inscrever-se em 5 unidades curriculares ou projetos formativos por semestre, sendo obrigatória a inscrição em pelo menos uma unidade curricular de uma das licenciaturas ministradas pelo IPL. Considerando que a frequência do Programa não confere grau académico, as habilitações escolares dos seniores não se constituem como critério de acesso.

A inscrição no Programa implica o pagamento de uma taxa de inscrição semestral e de uma taxa por cada unidade curricular ou projeto escolhido, com valores definidos anualmente.

As UC específicas do Programa, como TIC ou Inglês, não estão sujeitas a avaliação. No caso das UC de licenciatura, a avaliação é optativa. Caso se submeta a provas, o estudante fica sujeito ao regime estipulado para os demais estudantes. Havendo aprovação, será emitida certificação e as UC poderão ser creditadas se o seu titular vier a ingressar formalmente num ciclo de estudos do ensino superior.

O Programa tem sido procurado, essencialmente, por pessoas que se reformaram recentemente, que mantêm elevados níveis de autonomia, vontade de participar socialmente e de completar a sua formação académica. A diversidade de percursos escolares e profissionais destes seniores traz potencialidades acrescidas no contributo que podem dar para a formação dos mais jovens, uma vez que permite partilhar um manancial de experiências pessoais e de práticas profissionais de riqueza inigualável.

O facto de ser uma iniciativa que mobiliza interesses e vontades de várias gerações, constituindo-se como um espaço privilegiado de interação e de convivência, facilita o desenvolvimento de ações que congregam competências sociais e humanas dos diferentes atores, podendo assumir uma vertente mais formativa ou mais recreativa, consoante as dinâmicas intra e intergeracionais criadas.

Assim, procura-se estimular a iniciativa pessoal dos estudantes das várias gerações, envolvendo-os na conceção, planificação e dinamização de atividades de caráter formativo e sociocultural. No caso dos estudantes dos cursos de licenciatura e de mestrado, esse envolvimento decorre, essencialmente, da concretização dos seus projetos de estágio,

Paralelamente, o Programa tem-se apresentado, também, como palco privilegiado para a realização de trabalhos de investigação, quer no âmbito das licenciaturas ministradas pelas várias escolas do IPL, quer no âmbito de mestrados de várias instituições de ensino superior, constituindo-se os estudantes seniores como um público-alvo na recolha de dados e no aprofundamento do conhecimento no domínio da formação ao longo da vida, bem como no domínio da velhice e do envelhecimento.

O principal elemento diferenciador do Programa em relação a outras iniciativas de formação para seniores em Portugal é a integração destes em aulas de licenciatura. Ainda que o façam com motivações e expetativas diferentes das dos jovens, podem protagonizar com estes as mais diversas dinâmicas sociopedagógicas.

Em suma, são essencialmente dois os pressupostos que estiveram na origem do projeto e que continuam a sustentar a sua intervenção:

• O reconhecimento de que a reforma pode conduzir ao isolamento social e ao afastamento de contextos social e intelectualmente estimulantes, fatores comprometedores de um **envelhecimento ativo**. Foram várias as pessoas que, tendo estado ligadas à Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS), nomeadamente como professoras cooperantes na formação de jovens professores, manifestaram vontade de continuar integradas no contexto académico, de realizar novas aprendizagens e de contribuir para a formação dos mais jovens;

• O reconhecimento de que o afastamento entre gerações implica perdas para ambas as partes e que é necessário criar espaços e oportunidades de interação e de **aprendizagem intergeracional**. Esta interação é particularmente vantajosa no caso de estudantes estrangeiros ou deslocados, que estão distantes das suas redes sociais de origem e que não têm um enquadramento familiar que os ajude a lidar com os problemas do quotidiano. Na Escola Superior de Educação e Ciências Socias foi detetada a necessidade dos estudantes estrangeiros, em particular os jovens chineses que frequentam a

licenciatura em Tradução e Interpretação Chinês-Português, terem algum apoio que facilitasse a sua integração no contexto escolar e na dinâmica sociocultural do país e da cidade de Leiria.

Desta forma, o Programa dá corpo a algumas das linhas orientadoras da Estratégia Europeia para o Envelhecimento Ativo – continuidade de uma vida ativa após a reforma e o desenvolvimento de atividades que permitam otimizar as capacidades individuais e manter um bom estado de saúde de cada pessoa – bem como às orientações subjacentes aos Programas de Aprendizagem ao Longo da Vida:

> *[...] é necessário alargar a oferta de possibilidades de educação aos reformados (incluindo, por exemplo, o aumento da participação de estudantes de idade mais avançada no ensino superior), dado que as pessoas estão a chegar à idade da reforma em melhores condições de saúde física e mental e que a esperança de vida para além da reforma está a aumentar. Assim, a aprendizagem deve constituir uma parte integrante desta nova fase da vida* (Comissão das Comunidades Europeias, 2006, p. 10).

3.2 Caracterização da procura: evolução e perfil

No 2º semestre de 2007/2018 (quando entrou em funcionamento), o IPL60+ contou com 17 inscritos, um número que rapidamente cresceu, tendo atingido a sua expressão máxima no 1º semestre de 2011/2012, com 140 inscritos. Nos últimos anos a procura estabilizou em valores que se situam entre os 90 e os 100, sendo que, no 1º semestre de 2013/2014, período a que se reportam os dados desta pesquisa, o número de inscritos foi de 99.

O perfil dos seniores que procuram o IPL60+ tem-se mantido idêntico ao longo dos anos: são essencialmente mulheres, com idades compreendidas entre os 60 e os 69 anos, com qualificações e profissões muito diversificadas, residentes no concelho de Leiria, conforme veremos adiante. Esta regularidade no perfil da procura ao longo dos anos prende-se, em grande medida, com o facto de uma parte significativa

dos estudantes seniores frequentarem o Programa há vários anos, estando muitos deles inscritos desde os primeiros anos de funcionamento.

4. Motivações e benefícios associados à frequência do IPL60+: um estudo quantitativo

4.1 Metodologia e caraterização da amostra

Ao fim de 6 anos de atividade pareceu-nos chegada a hora de fazer uma avaliação sistemática, que fosse além do feedback informal e de sondagens mais ou menos pontuais que ao longo destes anos foram sendo realizadas, sobretudo no âmbito de trabalhos de licenciatura e de mestrado. Assim, iniciámos o ano letivo 2013/2014 com uma auscultação aos estudantes seniores relativamente às suas motivações, impactos e níveis de satisfação para com o Programa.

No período de inscrições distribuímos um questionário a todos os estudantes seniores e pedimos-lhes que o devolvessem preenchido ao colaborador de serviço no ato de inscrição. Foram devolvidos 57 questionários – 58% do total dos inscritos no 1º semestre de 2013/2014.

Conscientes de que a maioria dos inquiridos já conheceria o Programa, mas que haveria um conjunto de pessoas que o iria frequentar pela primeira vez, dividimos o questionário em duas partes: uma primeira parte, sobre expectativas e motivações, a ser respondida pela totalidade dos inquiridos; e uma segunda parte, sobre a avaliação das práticas e benefícios do Programa, reservada aos 49 inquiridos que já haviam frequentado o Programa – 86% da amostra.

Em termos gerais, a amostra ficou composta por 70% de elementos do sexo feminino e 30% do sexo masculino, numa proporção bastante próxima da população total. Apesar destes valores irem ao encontro das representações sobre este tipo de iniciativas, como universos essencialmente femininos, a presença masculina no IPL60+ é bastante significativa, sendo ligeiramente superior aos valores apresentados por Jacob (2012b) sobre a realidade das universidades seniores nacionais. Em 2011, por exemplo, a presença masculina nestas universidades era de

24%, a mais elevada dos registos considerados.

Ainda que em minoria, os homens são uma presença assídua, ganhando visibilidade pelo papel de liderança que assumem em vários projetos. Por outro lado, é de salientar que, contrariando a tendência nacional, os homens que frequentam o Programa apresentam níveis de escolaridade inferiores às mulheres. Tal verifica-se, sobretudo, ao nível do pós-secundário acedido por 29% dos homens e por 40% das mulheres. Este padrão é particularmente notório no caso dos cursos médios, onde sabemos, a partir das profissões, que a frequência do Magistério Primário foi uma opção para muitas mulheres, mas mantém-se nas licenciaturas, onde as mulheres mantêm a vantagem por 4% percentuais. Estes dados permitem-nos pensar que a atual passagem pelo ensino superior poderá ter um significado diferente para uns e para outros. Para as mulheres, poderá significar uma procura de atualização de conhecimentos, enquanto para os homens poderá representar a oportunidade de ir mais longe nos estudos, de retomar um percurso que a guerra ou a entrada precoce no mercado de trabalho interrompeu.

Também o estado civil dos inquiridos parece contrariar o estereótipo associado à frequência dos programas de formação sénior como estratégia de fuga ao isolamento, já que 76% dos inquiridos são casados ou vivem em união de facto. De resto, é de salientar o crescente número de casais que frequentam o programa. Em alguns casos, há uma fase em que apenas um dos elementos do casal se inscreve, ao qual se tende a juntar o outro, assim que atinge a reforma. A percentagem de divorciados fica-se pelos 12% e a de solteiros e viúvos estabelece-se nos 5% para ambos os casos.

No que respeita à distribuição etária, mantém-se a tendência encontrada ao longo dos anos, noutros levantamentos sobre o Programa – a concentração dos respondentes no escalão dos 60-69 anos de idade (60%). Parece-nos, contudo, de sublinhar a expressiva percentagem de 25% de inquiridos com mais de 70 anos.

O facto de 71% dos inquiridos frequentar o Programa há mais de três anos, parece-nos um indicador de sucesso, revelando a importância que este tipo de iniciativas tem no quotidiano destas pessoas e na manutenção de uma vida ativa. De resto, há que sublinhar que, embora grande parte dos inquiridos esteja inscrita há dois ou três anos (47%), 16% já

frequentam o Programa há mais de cinco anos. Não menos importante, encontramos uma percentagem significativa de novas inscrições – 15%.

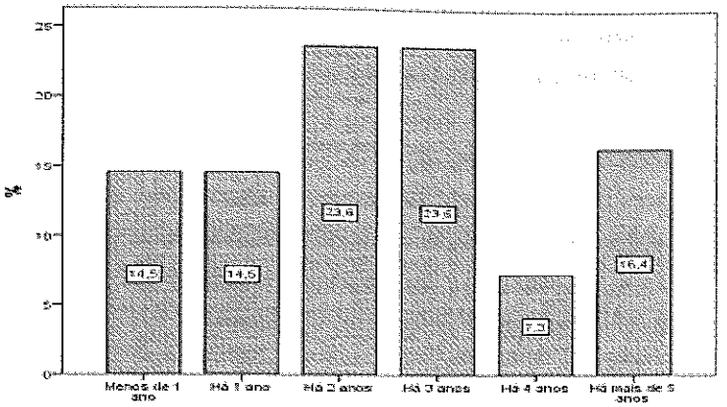

Gráfico 1 – Antiguidade no Programa IPL 60+

A distribuição dos inquiridos pelos diferentes níveis de escolaridade (ver gráfico 2) é bem ilustrativa da diversidade de percursos dos seniores que procuram o IPL60+ e de como este representa, para muitos, a já referida oportunidade de retomar percursos de escolaridade interrompidos e de realizar sonhos há muito adiados.

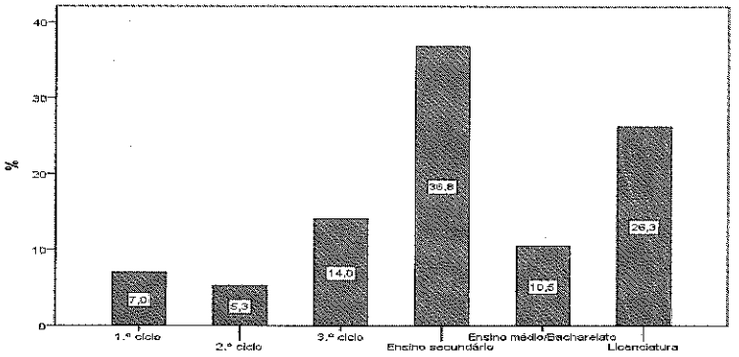

Gráfico 2 – Níveis de escolaridade

Os dados mostram-nos que a parcela mais representativa dos inquiridos completou o ensino secundário (39%), sendo 27% os detentores de uma licenciatura. Mas há que destacar um número significativo de seniores que não foi além do ensino básico (26%). A diversidade de formações académicas tem-se mantido como uma constante ao longo dos anos. O facto das habilitações académicas não constituírem um requisito de acesso ao Programa, tem permitindo a inclusão de pessoas com habilitações escolares baixas, realçando-se as oportunidades que se abrem para quem frequentou o sistema de ensino durante poucos anos.

Encontramos esta mesma diversidade quando analisamos a distribuição dos inquiridos por categorias profissionais[24].

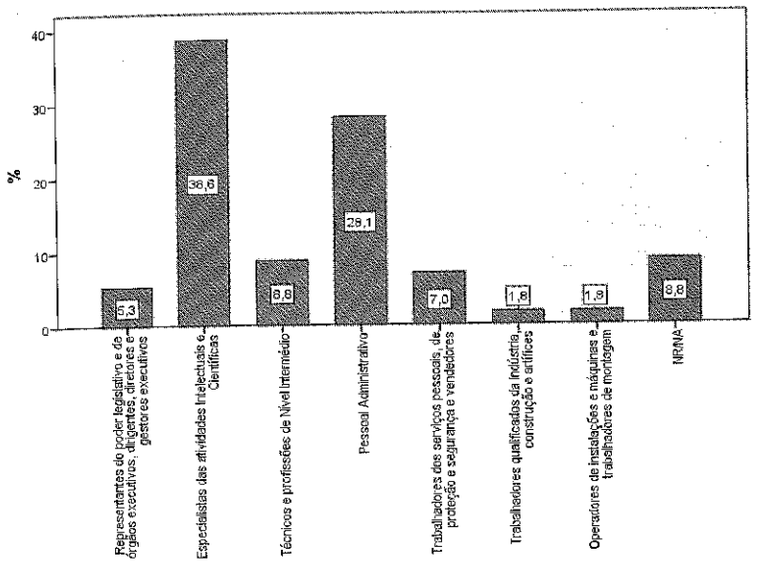

Gráfico 3 – Categoria Profissional

As atividades profissionais exercidas pelos inquiridos antes da passagem à reforma distribuem-se por 7 das 10 categorias estabelecidas pelo INE, sendo que a parcela mais significativa se concentra no grupo dos Especialistas das Atividades Intelectuais e científicas (39%), com especial

24 – Segundo a Classificação Portuguesa das Profissões (CPP/2010), elaborada pelo Instituto Nacional de Estatística e que substitui a Classificação Nacional de Profissões de 1994 (CNP/94) do Instituto do Emprego e Formação Profissional.

destaque para os professores. Também significativo é o grupo do Pessoal Administrativo (29%), onde os bancários assumem especial peso. Os restantes inquiridos distribuem-se pelas restantes categorias, ficando apenas ausentes: os Profissionais das Forças Armadas, os Agricultores e Trabalhadores Qualificados da Agricultura, da Pescas e da Floresta e os Trabalhadores Não Qualificados.

4.2 Motivações para a frequência do Programa

Relativamente às motivações para frequentar o IPL60+, os inquiridos foram convidados a escolher 3 de 9 motivos que levaram à inscrição (ver gráfico 4). As categorias introduzidas no questionário resultam de uma sistematização feita com base num levantamento efetuado no ano anterior, através do qual os seniores puderam responder a uma questão aberta sobre esta matéria, tendo sido indicadas motivações diversas.

A motivação mais assinalada foi a procura de novos conhecimentos (25%), seguida da valorização de competências pessoais (21%) e da partilha de saberes e experiências de vida (17%). O estabelecimento de novas amizades foi também bastante valorizado, mas o combate à solidão e a procura de atividades recreativas e culturais foi prioridade para poucos dos entrevistados (5% e 3% respetivamente) fugindo, de novo, ao estereótipo de que as pessoas que procuram este tipo de iniciativas pretendem escapar ao isolamento.

No contacto informal e direto com os estudantes seniores, percebemos que há pessoas que vivem situações de algum isolamento, provocado pela fragilidade das suas redes sociais ou por conflitos familiares. Estas pessoas procuram os colaboradores do Programa com regularidade, pela necessidade de atenção e de apoio emocional. Contudo, a grande maioria dos seniores revela vidas muito preenchidas e agendas cheias. São pessoas com elevados níveis de autonomia e funcionalidade, que assumem papéis familiares e cívicos de grande responsabilidade, e que, não raras vezes, se fazem acompanhar dos netos nas atividades formativas ou nos momentos de convívio, pois precisam de responder a vários compromissos em simultâneo. Estes elementos particulares da

biografia de cada sujeito serão explorados nos textos de Rita Paúlos e de Marisa Vieira, que basearam as suas pesquisas em estudos de casos.

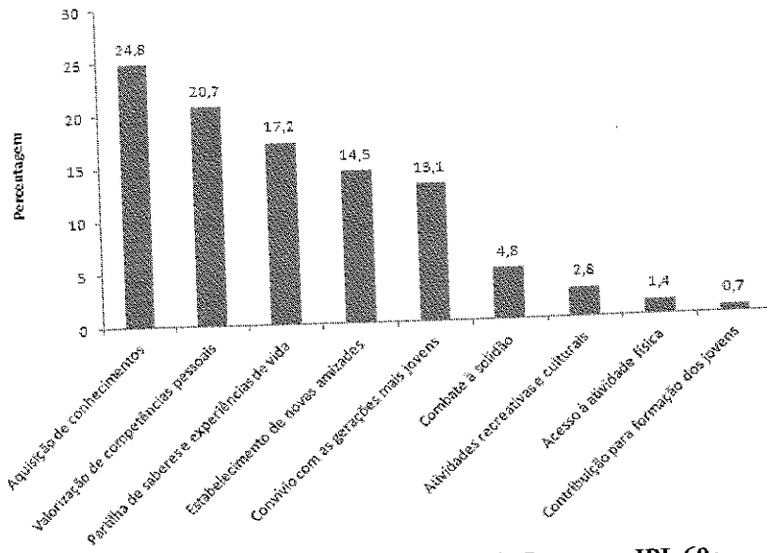

Gráfico 4 – Motivações para a frequência do Programa IPL 60+

Analisando as motivações em função do género, verificam-se algumas alterações nas prioridades: os homens atribuem mais importância à partilha de saberes e experiência de vida, bem como às atividades recreativas e culturais. Em contrapartida, dão menos valor ao estabelecimento de novas amizades, ao combate à solidão, ao acesso à atividade física e ao contributo para a formação dos mais jovens.

Quando considerado o Estado Civil, constatamos que para além da aquisição de conhecimentos, os casados são particularmente motivados pela valorização de competências pessoais. Já os solteiros, valorizam acima de tudo a oportunidade de convívio com as gerações mais jovens e o estabelecimento de novas amizades, motivações igualmente importantes para os divorciados, mas que vêm depois da aquisição de conhecimentos. Quanto aos viúvos, valorizam tanto a aquisição de conhecimentos quanto o acesso à atividade física.

Consideradas as habilitações académicas alcançadas, verificamos que a aquisição de conhecimentos é bastante valorizada por todos os grupos.

Já a valorização de competências pessoais reúne menor consenso, na medida em que sendo prioritária para os detentores de cursos médios, é totalmente desvalorizada pelos que se ficaram pelo 2º Ciclo do Ensino Básico. Em contrapartida, são os detentores de cursos médios quem mais valoriza a partilha de saberes e experiências de vida, bem como o convívio com as gerações mais novas, mas dão pouca ou nenhuma importância ao estabelecimento de novas amizades, presumivelmente, entre pares. O combate à solidão constitui uma motivação quase exclusiva dos seniores que terminaram o ensino secundário, de resto, um grupo muito heterogéneo no que toca às motivações para a frequência do Programa. Os licenciados revelam especial equilíbrio entre as componentes cognitiva e convivencial do Programa, já que distribuem as suas motivações de modo relativamente uniforme entre a aquisição de conhecimentos, a valorização das competências pessoais, a partilha de saberes e experiências de vida e o estabelecimento de novas amizades.

4.3 Perceção sobre os Benefícios

À semelhança do que fizemos com as motivações, convidámos os 86% de inquiridos que já haviam frequentado o Programa a escolher 3 de 8 benefícios que considerassem que a frequência do Programa lhes trouxe (ver gráfico 5). Também estas categorias foram sistematizadas a partir das respostas a uma pergunta aberta realizada no ano anterior.

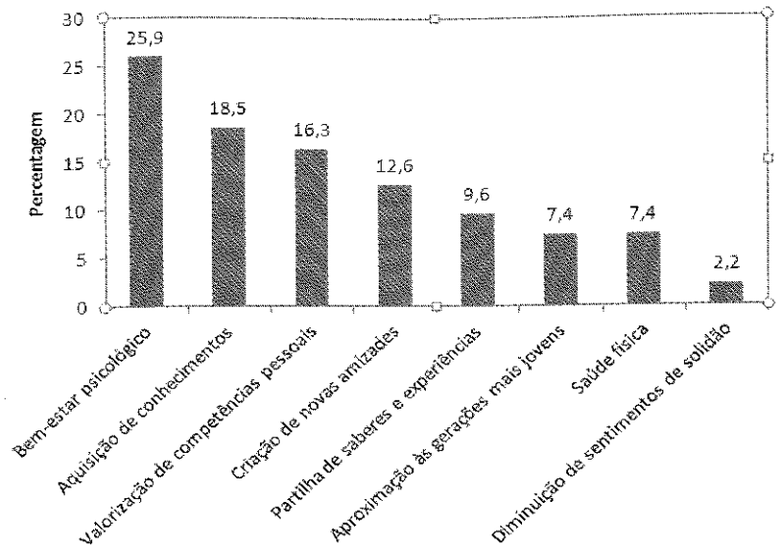

Gráfico 5 – Benefícios do Programa IPL 60+

Nas representações sobre os benefícios obtidos com a frequência do Programa destaca-se o bem-estar psicológico, assinalado por 26% dos inquiridos, e confirma-se a importância da aquisição e desenvolvimento de conhecimentos (19%), da valorização de competências pessoais (16%) e do estabelecimento de novas amizades (13%). Esta correspondência entre expectativas (motivações) e realizações (benefícios) constitui um indicador de que o IPL60+ vai ao encontro das motivações dos que nele se inscrevem, não obstante a diversidade dos projetos individuais e dos perfis de procura. Nesta linha, o combate à solidão surge, de novo, nos últimos lugares.

4.4 Preferências curriculares e avaliação

Visto que neste Programa os seniores são livres de construir o seu próprio currículo, quisemos saber quais as áreas de estudo e atividades privilegiadas. Analisámos separadamente a frequência das Unidades Curriculares de licenciatura do IPL e a inscrição em UC e projetos específicos do IPL 60+.

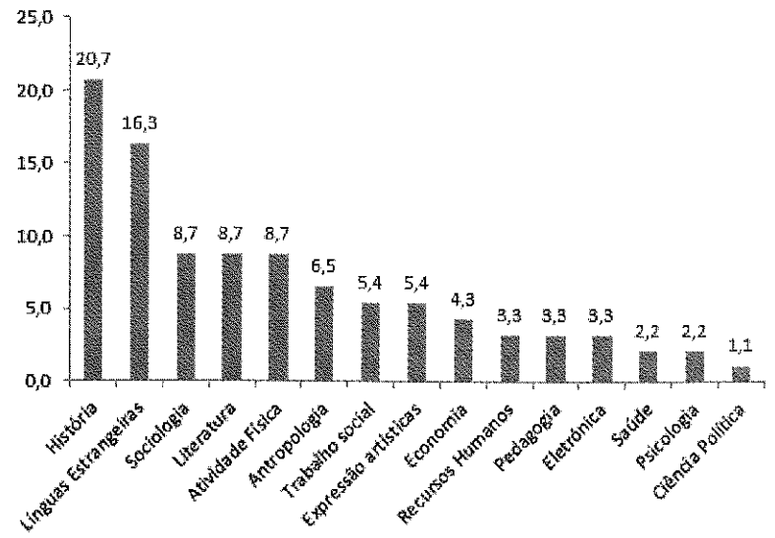

Gráfico 6 – Áreas de Estudo das UC de Licenciatura que tendem a frequentar

No caso da Unidades curriculares das licenciaturas, História e Línguas Estrageiras são as áreas de estudo em que recaem a maioria das inscrições, conforme ilustra o gráfico 6. Não obstante, não podemos perder de vista que a inscrição em uma UC de licenciatura é obrigatória, pelo que nem sempre se verifica a frequência das mesmas, sendo a submissão ao respetivo processo de avaliação ainda mais rara. Neste sentido, apenas 71% dos inquiridos afirma ir às aulas sempre que pode, mas desce para 22% a percentagem dos que dizem submeter-se com frequência à avaliação, sobretudo para aferir os conhecimentos adquiridos (13%). Em contrapartida 21% admite inscrever-se em unidades curriculares de licenciatura apenas porque é obrigatório e 54% assume nunca se submeter aos processos de avaliação, por entender não ser esse o objetivo da formação sénior (15%), por preguiça (8%) ou para fugir à pressão que esta impõe (8%).

É importante referir que a percentagem de inquiridos que diz submeter-se a avaliação é superior à percentagem total dos que o fazem semestralmente, o que parece dever-se à não concretização das intenções declaradas. No semestre de referência (1º de 2013/2014) somente 9,9% dos estudantes realizaram provas. No 2º semestre desse ano a percentagem foi ainda mais reduzida – 5,7%.

Esta discrepância entre a manifestação de intenções no início do semestre e as intenções concretizadas no decorrer dele, atinge igualmente a assiduidade dos estudantes seniores. É comum o número de pessoas que participa regularmente nas atividades ser significativamente inferior ao que se inscreveu inicialmente, ao que não será estranha a diversidade de papéis desempenhados, bem como a já referida sobrecarga de agendas, fruto de solicitações várias e de uma certa ânsia por retomar, após a reforma, um conjunto de atividades adiadas ao longo da vida, tal como relatam Warren e Clarke (2009).

Assim, apesar de uma das principais motivações apontadas para a frequência do Programa ser o desejo de adquirir conhecimentos, a maioria dos seniores opta por fazê-lo a título informal, sem a pressão da avaliação e sem a necessidade de certificação. Este é, de resto, um dos padrões dominantes da procura das iniciativas de formação sénior. Como refere Jacob (2012a) a informalidade é um dos atrativos deste tipo de oferta. As pessoas revelam-se pouco interessadas em pautar o seu quotidiano por preceitos formais e rígidos, reclamando a flexibilização de procedimentos, o que, muitas vezes, dificulta a gestão dos vários processos.

A este respeito, se é verdade que o género e a antiguidade no Programa se revelaram variáveis pouco relevantes para a atitude face à avaliação, a categoria profissional assume alguma relevância, já que apenas alguns grupos afirmam submeter-se com frequência à avaliação: os Técnicos de Profissões de nível intermédio (50%), o Pessoal Administrativo (31%) e os Especialistas das Atividades Intelectuais e Científicas (21%). Todos os outros, admitem de forma unânime que nunca o fazem. No que toca à assiduidade, o padrão mantém-se quando está em causa o assumir que se inscrevem na UC das licenciaturas apenas *porque é obrigatório*.

A verdade é que 53% dos inquiridos privilegia as UC e projetos específicos do IPL60+ no seu plano de estudos, sendo apenas 22% os que manifestam preferência pelas UC das licenciaturas. Os restantes 25% revelam não ter preferência. De referir que a antiguidade no programa parece não afetar esta preferência, mas olhando para a categoria profissional, mais uma vez salta à vista que o grupo do Pessoal Administrativo é o único que apresenta preferência pelas UC das licenciaturas – 40% dos que se enquadram nesta categoria.

No que respeita às UC e projetos específicos do IPL60+ (ver gráfico 7), a preferência vai claramente para as Tecnologias de Informação e Comunicação (20%) e para a aprendizagem do Inglês (19%), matérias em que esta geração apresenta maiores dificuldades, por tender a fugir às competências desenvolvidas durante o percurso de formação inicial. De resto, olhando para o número de inscrições semestrais e para a sua evolução ao longo dos anos, não é difícil perceber que estas UC são, muitas vezes, o móbil para a frequência do Programa e que muitos dos que frequentam o IPL60+ há vários anos continuam a inscrever-se nelas, constituindo a principal motivação para nele continuar. É verdade que a Atividade Física e a Dança apresentam características semelhantes, mas em menor escala (10% e 8% respetivamente).

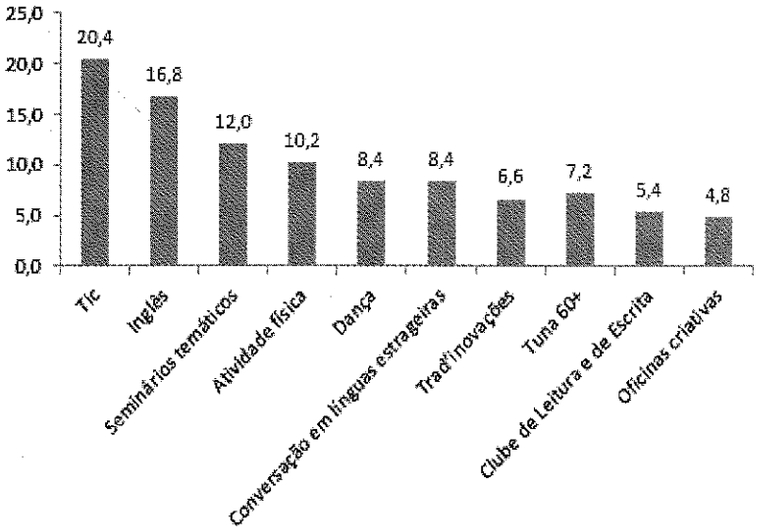

Gráfico 7 – Frequência de UC e projetos específicos

Já os seminários temáticos foram vistos como um complemento gratuito, mas importante para 12% dos inquiridos. Não obstante, convém referir que as atividades e projetos gratuitos estão sujeitos a contingências várias, pelo que, anual ou semestralmente, se regista alguma variação na oferta. Assim, em 2013/2014 estes seminários apresentaram uma periodicidade mais alargada e irregular. Da mesma forma, vimos

desaparecer as oficinas criativas (que eram, no ano anterior, projetos muito específicos de estagiários dos cursos de Animação Cultural e Educação Social) e aparecer um grupo de Jograis. A Dança, a Conversação em Línguas Estrangeiras, o Trad'Inovações, a Tuna e o Clube de Leitura e de Escrita constituem uma oferta estável, mas que reúnem grupos de seniores relativamente restritos.

4.5 Avaliação do Programa pelos estudantes seniores

De modo a conhecer a opinião dos estudantes sobre vários aspetos de organização e funcionamento do Programa, elaborámos uma grelha com 14 indicadores de avaliação. Solicitou-se aos seniores que, em relação a cada um desses indicadores, se posicionassem numa escala de 1 a 5, sendo que 1 corresponde a discordo totalmente e 5 a concordo totalmente. No gráfico 8 sistematizamos os dados, agrupando as respostas negativas num grupo e as respostas positivas em outro.

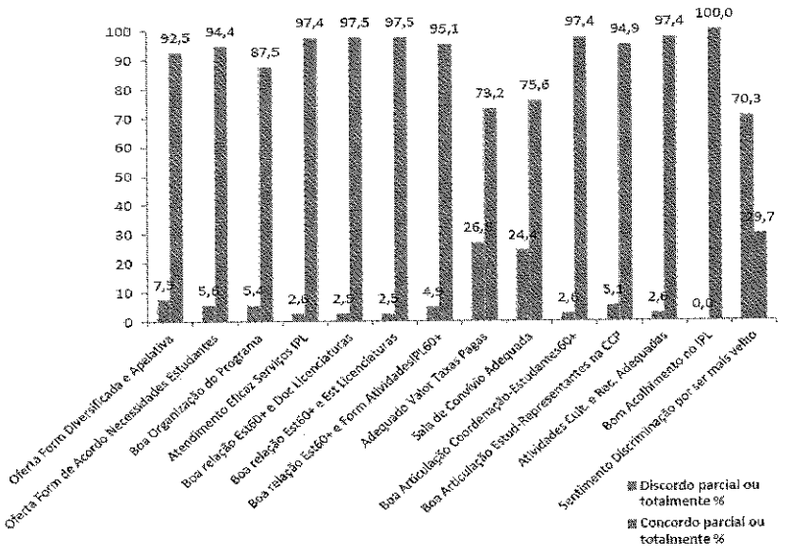

Gráfico 8 – Avaliação da estrutura e organização do Programa IPL60+

Globalmente percebe-se que os estudantes apresentam um grau de satisfação bastante elevado em relação ao funcionamento do Programa, já que em todos os indicadores as respostas são maioritariamente positivas.

Os indicadores que recolhem níveis de satisfação mais elevados são os que se reportam ao modo como as pessoas foram acolhidas no IPL, atendimento eficaz nos serviços, ao relacionamento com os professores das unidades curriculares e com os estudantes jovens, à relação entre a coordenação do Programa e os seniores e, ainda, à adequabilidade das atividades recreativas e culturais. Os indicadores em que os estudantes revelam um maior grau de insatisfação são os relacionados com o valor das taxas que pagam pela frequência do Programa e a adequabilidade da sala de convívio.

Assim, verificamos que 93% dos inquiridos considerou a oferta formativa diversificada e apelativa, subindo para 94 a percentagem daqueles que a consideraram adequada às necessidades do público. A organização do Programa é positivamente classificada por 88% dos inquiridos, embora 27% considere o valor das taxas pagas pouco adequado aos serviços prestados.

Ao nível das relações humanas, todos se consideraram bem acolhidos pelo IPL, ainda que 30% confesse já se ter sentido descriminado pela idade. O atendimento nos serviços das escolas do IPL foi considerado eficaz por 97%. De resto, no que respeita à interação com a comunidade educativa foram positivamente avaliadas as relações com os docentes das licenciaturas (98%), os alunos das licenciaturas (98%) e os formadores da oferta específica do Programa (95%).

De um ponto de vista mais interno, a articulação entre a coordenação do Programa e os estudantes seniores foi também positivamente avaliada pela grande maioria dos inquiridos (97%), bem como a articulação entre os estudantes e os seus representantes na Comissão Científico-Pedagógica (94%). Por eles dinamizadas, as atividades recreativas e culturais foram consideradas adequadas por 97% dos estudantes, havendo também relativa concordância em relação à adequação da sala de convívio do IPL60+ às atividades nela realizadas (76%).

De realçar que são muito poucos os inquiridos que classificam negativamente qualquer dos indicadores apresentados, tendo havido, contudo, em todos eles, pessoas que se posicionaram de forma neutra

(concordo razoavelmente), o que poderá indiciar algum descontentamento. Neste sentido, vale a pena olhar para a tabela que se segue, na qual se apresentam os dados de forma mais detalhada.

Estrutura e avaliação do Programa	Discordo totalmente%	Discordo %	Concordo razoavelmente %	Concordo %	Concordo totalmente %
Oferta Form Diversificada e Apelativa	2,5	5	30	40	22,5
Oferta Form de Acordo Necessidades Estudantes	0	5,6	27,8	44,4	22,2
Boa Organização do Programa	0	5,4	16,2	56,8	21,6
Atendimento Eficaz Serviços IPL	0	2,6	15,8	39,5	42,1
Boa relação Est60+ e Doc Licenciaturas	2,5	0	7,5	37,5	52,5
Boa relação Est60+ e Est Licenciaturas	2,5	0	20	42,5	35
Boa relação Est60+ e Form AtividadesIPL60+	2,4	2,4	4,9	19,5	70,7
Adequado Valor Taxas Pagas	2,4	24,4	24,4	34,1	14,6
Sala de Convívio Adequada	2,4	22	36,6	19,5	19,5
Boa Articulação Coordenação--Estudantes60+	0	2,6	38,5	35,9	23,1
Boa Articulação Estud--Representantes na CCP	0	5,1	33,5	35,9	25,6
Atividades Cult. e Rec. Adequadas	0	2,6	43,6	38,5	15,4
Bom Acolhimento no IPL	0	0	9,1	38,6	52,3
Sentimento Discriminação por ser mais velho	67,6	2,7	10,8	8,1	10,8

Tabela 1 – Avaliação da estrutura e organização do Programa IPL 60+

Numa análise, que quisemos mais fina, tentámos cruzar estas respostas com um conjunto de variáveis que admitimos com elas poderem estar correlacionadas: o género, a antiguidade no Programa, o nível de escolaridade e a categoria profissional, mas a dispersão nas respostas impediu-nos de estabelecer correlações significativas. A única exceção diz respeito à relação entre a antiguidade no Programa e à avaliação do acolhimento no IPL, na medida em que verificámos que são os inquiridos que o frequentam há mais de 5 anos, os que avaliam mais favoravelmente o acolhimento no IPL.

5. Discussão de resultados

Ao analisarmos as características sociodemográficas dos estudantes do IPL60+ percebemos que este grupo não é representativo da população sénior portuguesa. Apesar da feminização da procura, que vai ao encontro da feminização do envelhecimento no nosso país (Perista, 2012; INE, 2012), verificamos que é um grupo globalmente mais escolarizado e que desempenhou preferencialmente profissões no terceiro setor. Outro traço profundamente diferenciador face à população senior portuguesa é o facto das mulheres da nossa amostra serem mais escolarizadas do que os homens. Contrariamente aos nossos dados, Perista (2012) afirma que as mulheres idosas têm níveis de escolaridade mais baixos e, consequentemente, têm menores rendimentos e maior risco de pobreza.

Estas características poderão estar relacionadas com o facto de não ser um grupo muito envelhecido, de residir em contexto urbano, mas também com o facto do contexto de ensino superior poder ser particularmente atrativo para pessoas que tenham um percurso escolar relativamente longo e que sintam alguma familiaridade com as características e exigências deste meio académico.

Apesar de haver traços dominantes no perfil destes seniores, como a constituição de género ou o local de residência, sugestivos de homogeneidade, há indicadores, como os níveis de escolaridade e as profissiões desempenhadas, em que a heterogeneidade é a regra. Esta espelha-se na diversidade de percursos de vida, de motivações, de interesses, de

atitudes e de envolvimento nas várias iniciativas, o que obriga a uma intervenção ajustada às diferentes exigências e solicitações.

Este reconhecimento da singularidade das biografias dos sujeitos e das necessidades díspares que daí resultam sustentam, desde logo, uma preocupação com a diversidade da oferta e com a constante adequação da mesma. Cada sénior desenha o seu "plano de atividades semestral", ou se preferirmos, o seu currículo, que pode incluir unidades curriculares de licenciatura, unidades curriculares e projetos específicos do IPL60+, iniciativas culturais ou recreativas. Assim, os grupos que participam em cada atividade regular são, regral geral, pequenos. Há atividades que recolhem a preferência de 6/7 pessoas e outras de 20/25. O que, no nosso entendimento, é reflexo da multiplicidade de interesses e de disponibilidades.

Partilhamos, desta forma, da perspetiva de Vieira (2014, p. 108), quando afirma que

> *(...) urge tratar o idoso com o seu próprio ritmo, entendimento e autonomia. Um sujeito que se pensa e que sabe que se transformou porque tem consciência de si. Uma pessoa que não é, necessariamente, um mero objeto dependente de outrem e sem posição sobre os contextos em que vive e sobre si próprio.*

A excecionalidade inerente ao facto de cada estudante senior criar o seu próprio plano ou currículo, obriga a uma maleabilidade na gestão dos vários processos, que nem sempre é fácil de implementar muma instituição pública, marcada por procedimentos formalizados e burocratizados.

Mesmo sujeitos a constrangimentos institucionais e a opções condicionadas pelos recursos disponíveis, tem havido uma forte aposta na promoção do envolvimento dos seniores na tomada de decisões. Quer nas que se prendem com a organização e funcionamento global do Programa, quer nas que se reportam às atividades realizadas diretamente pelos mesmos.

No primeiro caso, as pessoas são convidadas a pronunciar-se através de questionários de avaliação ou pessoalmente, articulando diretamente com a coordenação. Têm, ainda, três interlocutores privilegiados, que elegem no início do ano letivo. Estes representantes dos estudantes participam nas reuniões da Comissão Científico-Pegagógica do Programa e são auscultados em todos os aspetos relacionados com a

organização e funcionamento do mesmo.

No segundo caso, o das atividades que envolvem os estudantes de forma mais direta, são criadas as condições para a apresentação e concretização de propostas que correspondem aos interesses e motivações de grupos específicos.

Procuramos, desta forma, dar corpo e sentido a direitos como a autodeterminação e a participação, que são muitas vezes esquecidos ou desvalorizados nas fases mais tardias das nossas vidas (Guimarães, 2012; Vieira, 2014).

Percebemos, tal como Jacob (2012b) a propósito das universidades seniores, que as motivações são muito diversas, mas, no caso do IPL60+, as dominantes prendem-se com aspetos relacionados com a valorização pessoal dos sujeitos, quer seja pela aquisição de conhecimentos, quer seja pela valorização de competências pessoais. As motivações relacionais, que enfatizam a interação com o outro, são menos relevantes para os inquiridos.

Também os benefícios que dizem retirar desta participação parecem ser essencialmente de cariz individualista. As pessoas procuram aprender e atualizar-se para daí retirarem benefícios pessoais e para não se distanciarem das gerações mais jovens. Procuram valorizar-se, dedicando tempo a si próprios, ainda que a família possa ser a sua prioridade. Investem em aprendizagens a que reconhecem alguma utilidade no seu quotidiano, nomeadamente na área das tecnologias da informação e da comunicação (TIC), para poderem, entre outras coisas, interagir com netos e filhos emigrados através das novas plataformas digitais. Apostam, também, nas línguas estrangeiras para se sentirem mais seguros nas suas viagens.

Os seniores parecem estar conscientes de que a estimulação congnitiva é essencial para a manutenção da sua autonomia e da sua destreza mental, indo ao encontro de perspetivas como a de Azevedo e Teles (2011, p. 77-78) quando afirmam que "o declíneo cognitivo, geralmente associado à idade pode ser prevenido, ou até mesmo retardado, através do uso e treino adequado das várias funções cognitivas."

Ainda assim, a maioria das pessoas prefere frequentar as atividades de acordo com a sua disponibilidade e ritmo, sem se sujeitar à pressão da assiduidade, do estudo intensivo e da realização de provas. Apesar da inscrição em pelo menos uma UC de licenciatura ser obrigatória, os seniores tendem a preferir as unidades e projetos específicos do Programa. Pensamos que tal se deve a uma maior adequação destas aos seus ritmos de aprendizagem, a uma maior informalidade dos contextos de aula e a uma maior flexibilidade na evolução das matérias, de acordo com as capacidades e limitações inerentes a cada estudante.

6. Considerações finais

Considerando a centralidade que a participação na esfera produtiva tem nas nossas vidas (por oposição à esfera reprodutiva, onde se incluem os cuidados aos outros, o voluntariado e o trabalho doméstico) a reforma está frequentemente associada a improdutividade e, logo, inutilidade. Essa associação amedronta os que temem a inatividade, a desvalorização do seu estatuto e a perda de protagonismo social e familiar.

A inserção em contextos de aprendizagem intergeracional permite não só aprofundar ou aceder a novos conhecimentos, mas também participar nos mais diversos processos sociais, culturais e académicos. Permite, por exemplo, participar na formação dos mais jovens. Entenda-se aqui, a formação académica, através da partilha de conhecimentos e de experiências profissionais, mas também a formação cívica e humana, através da partilha e discussão, do confronto de ideias, valores e saberes mais vastos. Só a convivência com a diversidade permite reconhecer e respeitar o diferente.

A possibilidade dos jovens partilharem o seu quotidiano com pessoas que têm percursos mais longos e, em princípio, mais densos e ricos que os seus, que a alguns permitiu desenvolver competências excecionais de compreensão e de comunicação (sabedoria), acrescenta valor à sua formação. Apesar de não podermos entender a sabedoria como um atributo da idade avançada, e, logo, não podermos classificar todas as pessoas idosas como sábias, também não podemos ignorar que com o avançar da idade se desenvolvem as condições para que as pessoas se

tornem mais sábias (Edmondson, 2009; Jesuíno, 2012).

Tal como defende Edmondson (2009), é expectável que se acumule sabedoria durante o ciclo de vida, mas não se pode assumir, automaticamente, que as pessoas idosas são mais sábias do que as mais jovens. Não obstante, a ideia de que é possível tornar-me mais sábio hoje do que ontem pode trazer algum significado ao prolongamento da existência humana e à presença dos mais velhos em sociedade, sendo um fundamento para o desenvolvimento de atitudes de respeito por essas pessoas. Desta forma, é reconhecida às pessoas mais velhas a capacidade para desempenharem papéis importantes, do ponto de vista pessoal e social, reconciliando-as com o seu próprio envelhecimento, guiando-as num contínuo de desenvolvimento e aprendizagem, gerando motivos para que ofereçam os frutos das suas aprendizagens e decisões aos outros.

Trata-se daquilo a que Sousa, Patrão e Vicente (2012) chamam de "criação de sentido e de legado". As pessoas procuram deixar algo de bom às gerações seguintes, o que lhes dá um sentido de continuidade e de permanência simbólica.

Bibliografia

Azevedo, M. J. & Teles, R. (2011). Revitalize a sua mente. In O. Ribeiro e C. Paúl (coord.). *Manual de Envelhecimento Ativo* (pp. 77-112). Lisboa: Lidel.

Cabral, M. V. (coord.) (2013). *Processos de Envelhecimento em Portugal.* Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Comissão das Comunidades Europeias (2002). *Resposta da Europa ao Envelhecimento da População Mundial. Promover o Progresso Económico e Social num Mundo em Envelhecimento.* Bruxelas. COM (2002) 143 final. Consultado em 22 de janeiro, 2012. Disponível em http://ec.europa.eu/employment_social/social_situation/docs/com2002_0143_pt.pdf

Comissão das Comunidades Europeias (2006). *Educação de adultos: nunca é tarde para aprender.* Bruxelas. COM (2006) 614 final. Consultado em 22 de janeiro, 2012. Disponível em http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/pt/com/2006/com2006_0614pt01.pdf

Conselho Económico e Social (2013). *Parecer de iniciativa sobre as consequências económicas, sociais e organizacionais decorrentes do envelhecimento da população.* Consultado em 15 de janeiro, 2014. Disponível em http://www.ces.pt/download/1359/FINAL_completa%20com%20ESTUDO.pdf

Council of the European Union (2012). *Council Declaration on the European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations* (2012): The Way Forward. SOC 992/SAN 322. Brussels. Consultado em 22 de Outubro, 2014. Disponível em http://register.consilium.

europa.eu/doc/srv?l=EN&f=ST%2017468%202012%20INIT

Edmondson, R. (2009). Wisdom: a humanist approach to valuing older people. In R. Edmondson & Von Kondratowitz (coord.). *Valuing Older People. A humanist approach to ageing* (pp. 123-160). Bristol: The Policy Press.

Fonseca, A. M. (2011). *Reforma e Reformados*. Coimbra: Edições Almedina.

Guimarães, P. (2012). Cidadania e Envelhecimento. In C. Paúl e O. Ribeiro (coord.). *Manual de Gerontologia* (pp. 289-297). Lisboa: Lidel.

Instituto Nacional de Estatística, I. P. (2012). *Censos 2011 – Resultados definitivos*. Portugal.

Jacob, L. (2012a). A aprendizagem ao longo da vida e a formação para seniores. *Rediteia*, 45, 53-65.

Jacob, L. (2012b). *Universidades Seniores: Criar novos projetos de vida*. Almeirim: RUTIS.

Jesuíno, J. C. (2012). Pósfácio: a Idade da Sabedoria. In C. Paúl e O. Ribeiro (coord.). *Manual de Gerontologia* (pp. 299-309). Lisboa: Lidel.

Newman, S. & Hatton-Yeo, A. (2008). Intergenerational Learning and the Contributions of Older People. *Ageing Horizons*, 8, 31-39.

Organisation Mondiale de la Santé (2002). *Vieillir en restant actif: Cadre d'orientation*. Consultado em 11 de novembro, 2014. Disponível em http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8_fre.pdf

Palmeirão, C. (2008). Aproximar Gerações: o caminho da educação. *Rediteia*, 41, 23-25.

Perista, H. (coord.) (2012). *Mulheres, Homens e Envelhecimento. Um guia para serviços de ação social*. Coleção Bem-me-quer, nº17. Lisboa: Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género.

Pimentel, L. (2012). Envelhecer ativamente num contexto intergeracional: o Programa IPL60+ como uma aposta na formação e participação social dos seniores. *Atas do VII Congresso Português de Sociologia*, 19 a 22 de junho de 2012, Porto: Associação Portuguesa de Sociologia. Consultado em 12 de abril, 2013. Disponível em http://www.aps.pt/vii_congresso/?area=016&seccao=SEC4e775abc99523&mesa=SEC4f955c039da47

Pimentel, L., Varregoso, I., Faria, S. & Comprido, A. (2013). The IPL60+ Program: A singular case of senior education in a intergenerational contexto. In: A. Oliveira (coord). *Promoting Conscious and Active Learning and Ageing: How to face current and future challenges*? (pp. 175-190) (E-Book). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra. Consultado em 4 de setembro, 2014. Disponível em http://www.uc.pt/imprensa_uc/catalogo/ebook/E-book_Promoting

Pinto, T. A. – Ed. (2009). *Guia da Ideias para Planear e Implementar Projectos Intergeracionais*. Projecto Mates – Mainstreaming Intergenerational Solidarity. Associação Vida.

Ribeiro, O. & Paúl, C. (2011). "Envelhecimento Activo". In O. Ribeiro e C. Paúl (coord.). *Manual de Envelhecimento Ativo* (pp. 1-12). Lisboa: Edições Lidel.

Sousa, L., Patrão, M. & Vicente, H. (2012). Família e Envelhecimento: o último estádio do ciclo de vida. In C. Paúl e O. Ribeiro (coord.). *Manual de Gerontologia* (pp. 255-271). Lisboa: Lidel.

Vieira, R. (2014). Integração social na Terceira Idade. Ambientes promotores de envelhecimento ativo. In S. Azevedo e F. Correia. *Educação e Integração Social*. 3º Congresso Internacional de Educação Social (pp. 107-121). Porto: APTSES e Fronteira do Caos Editora.

Warren, L. & Clarke, A. (2009). Woo-hoo, what a ride! Older people, life stories and active aging. In R. Edmondson e Von Kondratowitz (coord.). *Valuing Older People. A humanist approach to ageing* (pp. 233-248). Bristol: The Policy Press.