

PLANO DA FORMAÇÃO

QUALIFICAÇÃO DA INTERVENÇÃO SOCIAL

CAPACITAÇÃO DE TÉCNICOS/AS QUE INTERVÊM NA ÁREA DA GERONTOLOGIA

46 Horas de Formação Certificada

ACORDO DE COOPERAÇÃO ANIMAR-IEFP 2023, EIXO II

VERSÃO 0.7 | janeiro 2023

**INSCREVA-SE
AQUI**

ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO.....	3
2. OBJETIVO GERAL.....	4
3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
4. DESTINATÁRIOS/AS.....	4
5. MODALIDADE, DURAÇÃO E LOCALIZAÇÃO	4
6. CUSTO	5
7. CRONOGRAMA.....	5
8. SELEÇÃO.....	6
9. PLANO CURRICULAR	6
10. PESSOAS FORMADORAS	9
11. EQUIPA ANIMAR para a FORMAÇÃO.....	10
12. METODOLOGIAS E TÉCNICAS PEDAGÓGICAS	11
13. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO	11
14. AMBIENTES DE APRENDIZAGEM E REQUISITOS	12
15. REGULAMENTO FORMAÇÃO	13
16. INSCRIÇÃO.....	13

1. ENQUADRAMENTO

A Organização Mundial de Saúde definiu o envelhecimento ativo como o “processo de otimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, para melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem”, suportando-o em seis determinantes, respetivamente, determinantes pessoais (biologia, genética, fatores psicológicos), determinantes comportamentais (estilos de vida saudáveis), determinantes económicas (rendimentos, proteção social, oportunidades de trabalho digno), serviços sociais e de saúde (serviços direcionados para a promoção da saúde e prevenção da doença), ambiente físico (serviços de transporte público de fácil acesso, habitação e vizinhança seguras, água potável, ar puro, segurança alimentar) e determinantes sociais (apoio social, prevenção da violência, educação e alfabetização).

Os progressos alcançados nos últimos 40 anos no que concerne ao aumento da longevidade da população portuguesa são, indubitavelmente, uma conquista civilizacional apreciável.

Em matéria de envelhecimento ativo e saudável, Portugal está comprometido com a Estratégia e Plano de Ação Global para o Envelhecimento Saudável da OMS e com os valores e objetivos fundamentais da União Europeia (UE), que contemplam a promoção do envelhecimento ativo e estão refletidos em iniciativas como as Propostas de Ação da UE para a promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável e da Solidariedade entre Gerações.

Nesta moldura legal e social parece-nos de extrema importância dotar os/as técnicos/as para a intervenção na gerontologia com competências técnicas que permitam intervir com pessoas mais velhas em diferentes domínios e locais, sendo por isso necessário estarem capacitadas para desenhar estratégias, medidas e ações que ajudem as pessoas mais velhas a ultrapassar dificuldades, pelo que a sua formação tem necessariamente de contemplar diferentes domínios de conhecimento, necessários à compreensão do processo «bio-psico-social» que caracteriza o envelhecimento.

Este plano formativo resulta do trabalho desenvolvido nas oficinas formativas interpares de 2023, e pretende dar resposta às reais necessidades dos/as técnicos/as que intervêm junto das pessoas mais velhas.

Pretende ser uma formação para técnicos/as das entidades de economia social que intervêm na gerontologia, tendo por objetivos base o reforço das qualificações dos/as técnicos/as, com vista à aquisição de conhecimentos e competências que promovam um desempenho de excelência das organizações.

2. OBJETIVO GERAL

O programa de formação para a capacitação de técnicos/as que intervêm na gerontologia visa:

- Dotar as pessoas formandas que intervêm junto das pessoas mais velhas de ferramentas, métodos, técnicas e formas de atuação institucionais e colaborativas entre os diferentes territórios, capazes de promover e autonomizar cada beneficiário/a a um envelhecimento ativo, autónomo e que proporcione bem-estar, permitindo, desta forma, uma abordagem mais holística para que as organizações se tornem detentoras de competências específicas que lhes permitam melhorar a qualidade dos seus serviços.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da ação de formação «Capacitação de Técnicos/as que intervêm na área da Gerontologia» cada pessoa formanda deve:

- Conhecer a evolução do pensamento gerontológico
- Conhecer o processo de envelhecimento e as alterações e modificações associadas
- Compreender os domínios do envelhecimento ativo
- Conhecer os direitos e deveres das pessoas mais velhas
- Conhecer a política de segurança e saúde no trabalho
- Conhecer estratégias de combate à fadiga e exaustão
- Conhecer os princípios orientadores da ética do cuidado no envelhecimento
- Conhecer diferentes práticas de envelhecimento ativo

4. DESTINATÁRIOS/AS

A ação de formação destina-se a técnicos/as de intervenção social de entidades da Economia Social e outras que implementam e gerem respostas para as pessoas mais velhas.

O grupo será constituído por 20 participantes.

5. MODALIDADE, DURAÇÃO E LOCALIZAÇÃO

A ação de formação decorre na modalidade a distância e tem, previsivelmente, a duração de 11 semanas. As sessões síncronas serão distribuídas de acordo com o cronograma (ponto 7).

Terá por suporte a plataforma de aprendizagem digital Moodle da Animar, em www.formacao.animar-dl.pt, endereço digital onde a ação de formação terá lugar.

6. CUSTO

A participação é gratuita. Esta ação de formação pertence ao Catálogo de Formação da Animar e é financiada pelo Acordo de Cooperação IEFP - ANIMAR 2023.

7. CRONOGRAMA

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Setembro							10H30 – 12H30				10H30 – 12H30			10H30 – 12H30				10H30 – 12H30			10H30 – 12H30							10H30 – 12H30			
Outubro				10H30 – 12H30							10H30 – 12H30					10H30 – 12H30			10H30 – 12H30				10H30 – 12H30		10H30 – 12H30		10H30 – 12H30				10H30 – 12H30
Novembro		10H30 – 12H30				10H30 – 12H30			10H30 – 12H30				10H30 – 12H30							10H30 – 12H30			10H30 – 12H30		10H30 – 12H30		10H30 – 12H30		10H30 – 12H30		

Distribuição de Horas		Horas Síncronas	Horas Assíncronas	Horário
Módulo	Pessoa Formadora			
Evolução do pensamento gerontológico	Raul Marques	4	---	Segundas e quintas-feiras
O Modelo «bio-psico-social»: a âncora do processo de envelhecimento.	Raul Marques	6	---	10H30 às 12H30
Aspetos jurídicos na abordagem gerontológica	Joana Aroso	6	2	Pedimos atenção para o dia 04/10 que é uma quarta-feira.
Envelhecimento ativo: desafios, oportunidades, novas estratégias e participação local	Raul Marques	8	2	
Qualidade, segurança e saúde nas estruturas de apoio ao envelhecimento	Carlos Spencer	8	2	
Sensibilização para bem envelhecer	Raul Marques	8	---	
			Total de Horas Certificadas	46

As sessões síncronas cuja presença é essencial para a conclusão da ação de formação decorrem às segundas e quintas-feiras (exceção para o dia 04/10/2023) e no horário compreendido entre as 10H30 e as 12H30.

8. SELEÇÃO

O processo de seleção das pessoas formandas inscritas é efetuado de acordo com os seguintes critérios:

1. Submissão do formulário de inscrição on-line;
2. As admissões são limitadas ao número de vagas existentes, sendo que, caso o número de pessoas inscritas através do processo referido no ponto 1, exceda o número máximo previsto, a seleção será realizada de acordo com a ordem seguinte:
 - a) Associados/as da Animar com quotas regularizadas;
 - b) Não associados/as da Animar;
 - c) Técnicos/as das entidades da economia social no ativo / Pessoas que integrem os corpos dirigentes em entidades da economia social;
 - d) Ordem de entrada do formulário de inscrição.

9. PLANO CURRICULAR

TEMA 1

EVOLUÇÃO DO PENSAMENTO GERONTOLÓGICO | 4 HORAS

Diferentes investigadores que contribuíram para a afirmação da Gerontologia como ciência

Diferentes lentes de observação

A Gerontologia em Portugal

O Perfil do Gerontólogo

Pessoa formadora:

Raul Marques

TEMA 2

O MODELO «BIO-PSICO-SOCIAL»: A ÂNCORA DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO | 6 HORAS

O processo de envelhecimento: conceito, causas endógenas e exógenas, alterações e estereótipos

Alentecer o envelhecimento: a visão antienvelhecimento, uma oferta ainda elitista?

Representações sociais do envelhecimento: avaliar para compreender

Políticas sociais para as pessoas mais velhas: propostas de intervenção

A ética do cuidado no envelhecimento: um caminho a percorrer

Pessoa formadora:

Raul Marques

TEMA 3

ASPETOS JURÍDICOS NA ABORDAGEM GERONTOLÓGICA | 8 HORAS

Princípios das Nações Unidas para as Pessoas Idosas

A Constituição da República Portuguesa na proteção ao envelhecimento

O Código Civil na proteção às pessoas mais velhas

O Estatuto do Cuidador Informal e o seu Reconhecimento

Legislação de suporte aos apoios sociais existentes para as pessoas mais velhas

Legislação para combater a violência contra as pessoas mais velhas

Pessoa formadora:

Joana Aroso

TEMA 4

ENVELHECIMENTO ATIVO: DESAFIOS, OPORTUNIDADES, NOVAS ESTRATÉGIAS E PARTICIPAÇÃO LOCAL | 10 HORAS

Cenários de envelhecimento em Portugal

«Mitos» e «tabus» do envelhecimento

O modelo de envelhecimento ativo da OMS e a sua aplicabilidade na avaliação multidimensional: avaliar para intervir

As propostas da ENEAS 2017-2025 e do Livro Verde do Envelhecimento da UE

O envelhecimento ativo em Portugal: que retratos municipais, onde inovar?

O empoderamento das pessoas mais velhas: a abordagem colaborativa

O Plano Gerontológico Local como instrumento de organização a privilegiar.

Pessoa formadora:

Raul Marques

TEMA 5

QUALIDADE, SEGURANÇA E SAÚDE NAS ESTRUTURAS DE APOIO AO ENVELHECIMENTO | 10 HORAS

A aplicação da norma ISO 45001:2018

Estratégias de controlo de stress e burnout

Estratégias de motivação

Cuidados geriátricos específicos

Pessoa formadora:

Carlos Spencer

TEMA 6

SENSIBILIZAÇÃO PARA BEM ENVELHECER | 8 HORAS

Envelhecer em casa: apoios, benefícios e cuidados

Envelhecer na comunidade: modelos de coabitação/ cohousing e de «aldeias sociais»

Planear o envelhecimento: a construção do Plano B

Pessoa formadora:

Raul Marques

Sessão final

Sessão síncrona não formativa que pretende ser um momento avaliativo. Breve exercício de reflexão final das pessoas formandas sobre o percurso formativo e a aplicação prática das aprendizagens obtidas durante as 46 horas da ação de formação.

10. PESSOAS FORMADORAS

Raul Marques

R Licenciado em Geografia e em Ensino da Geografia, Mestre em Geografia Humana - Desenvolvimento Regional e pós-graduado em Gerontologia Social e em Gerontologia Clínica.

Foi professor (ensino público), dirigente associativo (em várias famílias da economia social), diretor executivo e investigador. É formador e consultor independente, no desenho de diversas estratégias territoriais e é Coordenador do Grupo de Trabalho Envelhecimento e Desenvolvimento Local da Animar.



Joana Aroso

J Licenciada em Direito pela Faculdade de Direito da Universidade do Porto, em 2003 e é advogada desde 2005 na sociedade de Advogados José Pedro Aguiar-Branco & Associados (JPAB).

Tem Especialização em Direitos Humanos pela Escola de Direito da Universidade do Minho, sendo esta a área da sua preferência. Foi coordenadora da obra coletiva - Os Novos Idosos: Envelhecimento Ativo e Direito - publicada em dezembro de 2021 pela Almedina, e tem-se dedicado, desde 2019, ao estudo e aprofundamento do tema da Longevidade, numa perspetiva jurídica, sendo, na JPAB, responsável pela dinamização da Desk Longevidade +.



Carlos Spencer

Licenciado em Psicologia Aplicada, Área de Clínica pelo ISPA e Mestrado em Psicologia da Saúde. Além da experiência em contexto clínico, trabalha desde 2009 numa IPSS do Distrito de Setúbal, onde tem assumido diversas funções, no âmbito do acompanhamento psicossocial de utentes das várias respostas sociais da Instituição.



11. EQUIPA ANIMAR para a FORMAÇÃO



Olga Fernandes
Coordenadora da formação
e-mail: olga.fernandes@animar-dl.pt
telefone: 912 308 881



Raquel Rosa
Técnica de formação
e-mail: formacao@animar-dl.pt
telefone: 910 180 300



Jéssica Soares

Técnica de Projeto

e-mail: jessica.soares@animar-dl.pt

telefone: 210 938 173

12. METODOLOGIAS E TÉCNICAS PEDAGÓGICAS

A ação de formação é teórico-prática e conta com a participação ativa das pessoas formandas em todas as atividades propostas. Versará a apresentação e discussão de temas específicos relacionados com a área, bem como a discussão e análise de casos práticos.

A formação a distância desenvolve-se pelo método expositivo, interrogativo e ativo, com momentos de discussão orientada e aprendizagem colaborativa, com recurso a plataformas de aprendizagem digital. Como forma de comunicação assíncrona, plataforma de autoestudo e de submissão das atividades síncronas e dos desafios finais, é utilizada a Plataforma de Aprendizagem Moodle da Animar em www.formacao.animar-dl.pt.

Nesta plataforma encontrará todos os materiais disponibilizados pelas pessoas formadoras, as apresentações, os audiovisuais, o recurso a diversas atividades, as leituras especializadas e os desafios finais, potenciaram a aprendizagem dos conteúdos de cada módulo.

13. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

Para concluir a ação de formação cada pessoa formanda deverá:

- 1 – frequentar assiduamente a formação;
- 2 – realizar todos os desafios propostos.

Avaliação final traduz-se na média das notas obtidas em cada tema.

A nota de cada tema resultará dos seguintes fatores de avaliação:

- Participação em sessões síncronas (40%);
- Realização das atividades síncronas e assíncronas (20%);
- Realização do desafio final (40%).

As pessoas formandas serão avaliados quantitativamente, de 0 a 20 valores, na participação das sessões síncronas segundo os seguintes critérios: assiduidade; participação proactiva; partilha de boas práticas; relação com o domínio profissional; comunicação.

As atividades síncronas e os desafios finais terão sempre uma nota quantitativa de 0 a 20 valores, avaliados segundo os critérios: domínio da temática; apreensão dos conteúdos dos módulos; aplicação à realidade: inovação; rigor formal.

As pessoas formandas que concluem a ação de formação com aproveitamento (mínimo 10 valores) e que garantam uma assiduidade de, pelo menos 90%, obterão um Certificado de Formação Profissional emitido através da Plataforma SIGO (Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa) e o respetivo registo no Passaporte Qualifica.

14. AMBIENTES DE APRENDIZAGEM E REQUISITOS

O ambiente de aprendizagem definido para a ação de formação é a plataforma de aprendizagem digital Moodle da Animar em www.formacao.animar-dl.pt. Quer as sessões síncronas, quer o repositório de recursos e as sessões assíncronas irão decorrer neste ambiente. A plataforma de aprendizagem Moodle da Animar tem interface ZOOM onde decorrem todas as sessões síncronas. Para a frequência desta ação de formação todas as pessoas formandas e todas as pessoas formadoras deverão garantir que detêm:

- Ligação internet: 4G, mas recomendamos ligações físicas, pois as ligações móveis poderão tornar-se instáveis, traduzindo-se numa má experiência, as ligações Wi-fi também podem trazer problemas (grande distância entre o equipamento (computador, outro) e o router, paredes grossas pelo meio, interferência de outras redes wireless no escritório/casa).
- Equipamento: Computador com processador dual core a 2GHz ou mais (Intel i3, i5, i7 ou AMD equivalente); RAM: 4Gb (mínimo); Câmara digital: 720p (mínimo, obrigatória); Microfone e colunas/headphones e alguns GB livres no disco;
- Sistemas operativos: todas as plataformas (Windows, OSX, Linux), têm compatibilidade com o Zoom e com a Moodle, recomendam-se as versões mais recentes dos sistemas operativos, com atualizações de segurança em dia e também as opções mais recentes da aplicação Zoom.
- Motor de busca: qualquer motor de busca na versão mais recente.

Para frequentar esta ação de formação não necessita instalar nenhum programa ou aplicativo. Tudo decorrerá remotamente através de uma ligação à internet, contudo é mais confortável se instalar aplicação ZOOM (zoom meetings).

A utilização de um equipamento que tenha câmara integrada ou amovível é de extrema importância, pois durante as sessões síncronas o uso da câmara ligada é obrigatório.

15. REGULAMENTO FORMAÇÃO

Poderá consultar o regulamento em www.formacao.animar-dl.pt. Em caso de admissão os regulamentos encontram-se disponíveis no espaço da ação de formação, no separador «informações importantes» da plataforma de aprendizagem Moodle.

16. INSCRIÇÃO

Poderá inscrever-se clicando no balão da edição até 03/09/2023.

1ª Edição

Todas as pessoas que se inscreverem serão contactadas em 04/09/2023 informando da sua admissão ou não a esta ação de formação.