



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Bárbara Sofia de Almeida Simões

ESTÁGIO NO CENTRO QUALIFICA DA PROFIFORMA
VALOR PARA O POTENCIAL HUMANO

VOLUME 1

Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação, orientado pelo Professor Doutor Carlos Francisco de Sousa Reis e apresentado à Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

setembro de 2023

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Carlos Reis, o meu sincero reconhecimento pela sua contínua disponibilidade, orientação, vasto conhecimento e contributo enriquecedor para a minha aprendizagem.

À Profiforma, por me ter aberto uma porta e proporcionado a oportunidade única de observar o trabalho de profissionais que considero de excelência.

à minha família, em especial aos meus pais, Elisabete e José, e ao meu irmão, Afonso, por serem os alicerces fundamentais da minha existência e fonte inesgotável de inspiração; ao meu namorado, Gonçalo, por ser o meu porto seguro. O meu profundo agradecimento a todos aqueles que me apoiaram incondicionalmente ao longo desta jornada: a vossa presença, encorajamento e amor foram elementos essenciais para o meu sucesso.

Resumo

Este relatório apresenta os resultados do estágio curricular realizado no CQ da Profiforma durante o ano letivo de 2022/2023. Nele, serão abordados a caracterização da instituição Profiforma, o projeto de estágio e as atividades desenvolvidas ao longo desse período.

A Profiforma é uma instituição de formação profissional com sede em Portugal que disponibiliza uma extensa gama de cursos abrangendo várias áreas de especialização. No âmbito do CQ desta instituição, é prestado apoio aos candidatos na identificação de soluções educativas e formativas adequadas às suas necessidades, para além de serem conduzidos processos de reconhecimento, validação e certificação de competências.

Os Centros Qualifica foram criados em 2016 como parte do Programa Qualifica, com o objetivo de melhorar os níveis de qualificação dos adultos, contribuindo para o avanço da qualificação da população e o aumento da empregabilidade. Estes centros têm como principais objetivos motivar os adultos a procurar uma aprendizagem contínua, orientá-los no caminho da qualificação, reconhecer, validar e certificar as suas competências, oferecer soluções flexíveis de qualificação e participar de parcerias territoriais ou setoriais para promover a aprendizagem ao longo da vida e a qualificação dos adultos.

No CQ, as equipas são compostas por um coordenador, técnicos responsáveis pela orientação, reconhecimento e validação de competências (TORVC), e um vasto leque de formadores ou professores de diversas áreas. Os técnicos ORVC acompanham os candidatos ao longo das etapas de Orientação, Passaporte Qualifica e Encaminhamento. Durante o período do meu estágio, tive a oportunidade de observar e realizar tarefas relacionadas a essas etapas.

No que diz respeito ao meu projeto de estágio, optei por selecionar a leitura como um tema de intervenção relevante e pertinente para a formação e educação de adultos. Através de uma parceria entre a Profiforma e a Associação Nacional de Apoio a Jovens (AnaJovem), tive a oportunidade de realizar um projeto direcionado a um grupo específico, isto é, a adultos em processo de recuperação da dependência de drogas e álcool.

As atividades de leitura foram pensadas para proporcionar momentos de introspeção, tranquilidade e lazer, sem esquecer a promoção da saúde mental e emocional dos participantes. Ciente dos desafios enfrentados pelos adultos em situação de vulnerabilidade, principalmente aqueles com histórico de dependência, antecipava, também, que despertar o seu interesse pela leitura seria uma tarefa difícil. No entanto, ao longo das sessões, pude observar uma evolução positiva nos grupos. Participantes que antes apresentavam dificuldades de concentração demonstraram um crescente empenho na atividade e uma participação mais ativa. Em acréscimo, a leitura contribuiu ainda para a criação de um ambiente acolhedor, onde os participantes se sentiram valorizados, ouvidos e respeitados.

Palavras-chave: Centros Qualifica; TORVC; Educação e Formação de Adultos;

Abstract

This report presents the results of the curricular internship carried out at Profiforma's Qualification Center during the academic year of 2022/2023. It will address the characterization of the Profiforma institution, the internship project, and the activities developed throughout this period.

Profiforma is a professional training institution based in Portugal that offers an extensive range of courses covering various areas of specialization. Within the scope of this institution's Qualification Center, support is provided to candidates in identifying educational and training solutions suitable for their needs, in addition to conducting processes for the recognition, validation, and certification of competences.

The Qualification Centers were created in 2016 as part of the Qualifica Program, with the aim of improving the qualification levels of adults, contributing to the advancement of the population's qualification and increased employability. These centers have the main objectives of motivating adults to seek continuous learning, guiding them on the path to qualification, recognizing, validating, and certifying their competences, offering flexible qualification solutions, and participating in territorial or sectoral partnerships to promote lifelong learning and adult qualification.

In the Qualification Center, the teams are composed of a coordinator, technicians responsible for guidance, recognition, and validation of competences (TORVC), and a wide range of trainers or teachers from various areas. The ORVC technicians accompany the candidates throughout the stages of Orientation, Qualification Passport, and Referral. During my internship period, I had the opportunity to observe and perform tasks related to these stages.

Regarding my internship project, I chose to focus on reading as a relevant and pertinent intervention theme for adult education and training. Through a partnership between Profiforma and the National Association for Youth Support (AnaJovem), I had the opportunity to carry out my project targeting a specific group, namely adults in the recovery process due to their history of drug and alcohol dependence.

Reading provided moments of introspection, tranquility, and leisure, contributing to the promotion of participants' mental and emotional health. Aware of the challenges faced by adults in vulnerable situations, especially those with a history of addiction, I knew that sparking an interest in reading would be a difficult task. However, throughout the sessions, I observed a positive evolution in the groups. Participants who previously had difficulties concentrating showed a greater interest in the activity and more active participation. Additionally, reading also contributed to creating a welcoming environment where participants felt valued, heard, and respected.

Keywords: Qualification Centers; TORVC; Adult Education and Training.

Índice

Introdução	8
1. Caracterização da Instituição	10
1.1. Missão, visão e valores da Profiforma.....	11
1.2. Organização, recursos humanos e atividade da Profiforma.....	14
1.2.1. A organização: valências e competências	14
1.2.2. Atividade da Profiforma.....	17
1.3. Certificações da Profiforma	18
2. Atividades desenvolvidas no Estágio	19
2.1. CQ da Profiforma.....	19
2.1.1. Qualificação Escolar e Profissional	22
2.1.2. Processo RVCC	23
2.1.3. O Técnico ORVC.....	26
2.1.4. O meu papel no CQ da Profiforma	29
3. Projeto de Intervenção	32
3.1. Enquadramento concetual da atividade desenvolvida na Profiforma.....	32
3.1.1. Educação ao Longo da Vida	32
3.1.2. Educação inclusiva	34
3.2. Planificação e Conceção do Projeto de estágio	35
3.2.1. A Leitura.....	37
3.2.2. Público-Alvo	39
3.2.3. Aplicação do Projeto	41
3.3. Considerações.....	49
Conclusão	50
Bibliografia	52
Apêndices	55
Apêndice I – Encontro Nacional de CQ, Santarém.....	55
Apêndice II - Análise SWOT da Plataforma SIGO	57
Apêndice III - Apresentação do Dia Internacional da Mulher	58
Apêndice IV- Postal Dia Internacional da Mulher.....	69
Apêndice V – Apresentação da análise da obra	70

Apêndice VI – Mural de frases escolhidas pelas participantes	100
Apêndice X – Apresentação do Poema XXI de Alberto Caeiro	104
Apêndice X – Atividade do Dia Mundial da Poesia com o grupo 2	111
Apêndice XI – Dia Mundial da Poesia: Análise de “Sísifo” de Miguel Torga.....	112
Apêndice XII – Atividade do Dia Mundial da Poesia para o grupo 4.....	119
Apêndice XIII – Apresentação do Dia do Livro Português.....	120
Anexos	124
Anexo I – Atividades do Dia Internacional da Mulher.....	126
.....	126
Anexo II – Poema elaborado pelos formandos	127

LISTA DE SIGLAS

ACC – Área de Competência-Chave

ANAJOVEM – Associação Nacional de Apoio a Jovens

ANQEP – Agência Nacional para a Qualificação e Ensino Profissional

CE – Cidadania e Empregabilidade

CLC – Cultura, Língua, Comunicação

CNQ – Catálogo Nacional de Qualificações

CP – Cidadania e Profissionalidade

CQ – CQ

CQEP – Centro para a Qualificação e o Ensino Profissional

EFA – Educação e Formação de Adultos

DGERT – Direção-Geral do Emprego e das Relações do Trabalho

IAPMEI – Instituto de Apoio às Pequenas e Médias Empresas e à Inovação

IEFP – Instituto do Emprego e Formação Profissional

IQNET – International Certification Network

LC – Linguagem e Comunicação

MV – Matemática para a Vida

TORVC – Técnico de Orientação, Reconhecimento e Validação de Competências

OLV – Orientação ao Longo da Vida

OTOC – Ordem dos Técnicos oficiais de Contas

PIC – Projeto Individual de Carreira

PIE – Plano Individual de Encaminhamento

PME – Pequenas e Médias Empresas

RVCC – Processos de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências

SIGO – Sistema Integrado de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa

SNQ – Sistema Nacional de Qualificações

STC – Sociedade Tecnologia e Ciência

TIC – Tecnologias da Informação e Comunicação

UFCD – Unidades de Formação de Curta Duração

UC – Unidades de Competência

LISTA DE FIGURAS

Introdução

O presente relatório foi realizado no âmbito do estágio curricular, compreendido no plano de estudos do segundo ano do Mestrado em Ciências da Educação, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. Desenvolveu-se sob a orientação do Professor Doutor Carlos Francisco de Sousa Reis, com vista à consecução das competências perspetivadas para a obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação.

O mencionado estágio decorreu no ano letivo de 2022/2023, de 3 de outubro de 2022 a 1 de junho de 2023, na Instituição Profiforma – Gabinete de Consultadoria e Formação Profissional, Lda. De forma a obedecer à carga horária correspondente (50 ECTS, de acordo com o sistema europeu de créditos curriculares), neste período, em que tive a oportunidade de praticar algumas funções de Técnica de Orientação, Reconhecimento e Validação de Competências (TORVC), realizei um horário de segunda a quinta, das 9h30 às 18h. Além disso, uma vez que a unidade curricular consiste em duas metodologias de ensino, fez-se acompanhar de um seminário de acompanhamento, orientado pelo professor Doutor Carlos Reis, onde eram apresentadas, discutidas e consideradas atividades específicas, desenvolvidas no decorrer do estágio.

De acordo com o regulamento do Estágio Curricular do Ciclo de Estudos Conducente ao Grau de Mestre em Ciências da Educação da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (Universidade de Coimbra, 2016), o estágio tem como objetivo promover competências analítico-reflexivas e operativas que permitam uma análise e caracterização dos fenómenos educativos, a planificação de intervenções que apontem para a sua otimização e desenvolvimento dessa planificação, bem como a sua avaliação.

Deste modo, visa apresentar os mestrandos com conhecimentos aprofundados e com o desenvolvimento de competências para análise e intervenção nos domínios da educação e da formação, com diferentes públicos, em diferentes contextos (formais, não formais e informais) e em diferentes modalidades (presencial, a distância e mista), de

forma a garantir que no final do Mestrado em Ciências da Educação os alunos são capazes de (Universidade de Coimbra, 2022):

1. Caracterizar, compreender e descrever factos educativos ocorridos em qualquer contexto, com diferentes grupos de pessoas;
2. Conceber, planificar, executar e avaliar projetos, programas e atividades de educação e formação, em diversas modalidades;
3. Acompanhar e orientar pessoas nas transições ao longo da vida e na (re)construção das suas identidades pessoais e profissionais;
4. Utilizar os recursos adequados para o desenvolvimento de atividades educativas a distância ou mistas;
5. Participar na conceção e execução de políticas públicas e na gestão de sistemas e organizações de educação e formação, ao nível da administração central, regional e local.

Na minha opinião, realizar o estágio e elaborar o relatório foram experiências valiosas, que me proporcionaram uma base sólida de conhecimento e de desenvolvimento de competências relevantes para a minha profissionalidade. Ter tido esta experiência permitiu-me observar, analisar, praticar e investigar o trabalho que é realizado nos Centros de Formação, mais especificamente nos Centros Qualifica. Pessoalmente, acredito que esta experiência me preparou para futuras experiências na área, dada a dinâmica experiencial e formativa que vivenciei.

O presente relatório encontra-se dividido em cinco pontos principais: O primeiro ponto aborda a Caracterização da Instituição, onde são apresentados elementos como a missão, visão, valores, organização, recursos humanos e atividades da instituição. O segundo ponto diz respeito às Atividades desenvolvidas no Estágio, com especial destaque para o Centro Qualifica (CQ) da Profiforma. Neste contexto são abordados aspetos relacionados com a qualificação escolar e profissional, o processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC) e o papel desempenhado enquanto membro da equipa do CQ. O terceiro ponto aborda o Projeto de Estágio, incluindo o enquadramento da atividade desenvolvida e a discussão de temas pertinentes para a temática, tais como a educação ao longo da vida e a educação inclusiva. São também abordados aspetos relacionados à planificação e à conceção do projeto de estágio, incluindo a leitura, o público-alvo, a aplicação do projeto e as considerações finais. A Conclusão apresenta um resumo final, que procura consolidar os aspetos

relevantes apresentados ao longo do documento. Por fim, o ponto das Referências Bibliográficas, que serviu como base de apoio para o relatório.

1. Caracterização da Instituição

O Centro de Formação Profiforma é uma instituição portuguesa de formação profissional que oferece uma ampla variedade de cursos, em diferentes áreas de especialização. Fundada em 1983, a Profiforma tem como objetivo principal oferecer aos seus formandos uma formação de qualidade, que os prepare para enfrentar os desafios do mercado de trabalho. A Profiforma - Gabinete de Consultadoria e Formação Profissional, dispõe de áreas de educação e formação diversificadas, possuindo as estruturas necessárias (recursos humanos, espaços e equipamentos) para o desenvolvimento de atividades inseridas em: programas de base, desenvolvimento pessoal, ciências da educação, formação de professores/as do ensino básico, formação de professores/as e formadores/as de áreas tecnológicas, audiovisuais e produção dos media, design, artesanato, línguas e literaturas estrangeiras, língua e literatura materna, filosofia e ética, psicologia, sociologia e outros estudos, biblioteconomia, arquivo e documentação (BAD), ciências empresariais, comércio, marketing e publicidade, finanças, banca e seguros, contabilidade e fiscalidade, gestão e administração, secretariado e trabalho administrativo, enquadramento na organização / empresa, direito, ciências informáticas, informática na ótica do utilizador, eletricidade e energia, eletrónica e automação, indústrias alimentares, indústrias têxteis, vestuário, calçado e couro, construção civil e engenharia civil, floricultura e jardinagem, enfermagem, terapia e reabilitação, saúde – programas não classificados noutra área de formação, serviços de apoio a crianças e jovens, trabalho social e orientação, hotelaria e restauração, turismo e lazer, serviços domésticos, cuidados de beleza, serviços de transporte, proteção de pessoas e bens, segurança e higiene no trabalho. Mais ainda, oferece formação contínua para profissionais já inseridos no mercado de trabalho que desejam aprofundar os seus conhecimentos e aumentar as suas qualificações.

A instituição tem a sua sede localizada na freguesia de União das Freguesias de Coimbra (Sé Nova, Santa Cruz, Almedina e São Bartolomeu), concelho de Coimbra e distrito de Coimbra. A Profiforma possui uma equipa experiente e qualificada em diversas áreas, desde Ciências da Educação, Contabilidade, Gestão, Administração Pública, entre outros, para além de uma infraestrutura bem equipada, que inclui salas de reunião com tecnologia audiovisual e outros recursos pedagógicos.

O CQ da Profiforma encontra-se situado no rés do chão de um prédio com quatro andares. Este centro é composto por um gabinete de trabalho, uma sala de formação e uma sala de reuniões. A área específica em que me encontro é o referido gabinete de trabalho.

O gabinete é constituído por três secretárias e cada uma delas possui um computador fixo e um computador portátil (ambos cedidos pela empresa, de modo a suportar a tarefa dos técnicos). Em redor das secretárias encontram-se estantes com todos os dossiers necessários, com informações relativas aos processos passados (com documentos datados desde o ano de 2014) e com todos os questionários de Avaliação do Processo de Orientação ao Longo da Vida (OLV) preenchidos pelos candidatos. Para além disso, todo o material de papeleria necessário (desde canetas, agrafadores, “post-its”, micas, dossiês, borrachas, capas, etc.) é cedido aos técnicos quando os mesmos efetuam uma requisição através da plataforma intranet da empresa. Os técnicos ORVC também usufruem de um telemóvel da empresa, que suporta o exercício das suas funções.

1.1. Missão, visão e valores da Profiforma

De acordo com o site “Equipa editorial de Conceito.de.”, a palavra missão:

“(…) provém do latim *missio* e diz respeito à ação de enviar. Dos vários usos da palavra previstos no Dicionário da Língua Portuguesa da Porto Editora, destacam-se a faculdade que se dá a alguém com vista a ir desempenhar alguma tarefa (dever, obrigação, etc.); a comissão (o encargo) temporária que um governo outorga a um diplomático ou a um agente especial para

um determinado fim; a igreja ou o local onde pregam os missionários.

No caso da religião, pode-se citar várias instalações que os missionários estabeleceram em regiões inóspitas com a intenção de evangelizar. Por outro lado, para além da religião, pode-se falar da missão empresarial, que é aquilo que pretende realizar uma empresa. A missão empresarial é o motivo da sua existência e detalha a orientação das suas atividades. Noutros termos, representa a razão de ser da empresa e orienta a sua planificação. A missão empresarial deve detalhar a atividade fundamental da empresa, o conceito do produto genérico que oferece e o conceito dos tipos de clientes que pretende conquistar e servir.” (*Conceito de missão*, 2012)

A missão de uma empresa é a sua “razão de ser” ou o motivo para o qual ela existe; daí que deva configurar-se como um projeto partilhado entre todos aqueles que a constituem (Silva, 2007). A missão da Profiforma consiste em “inovar no processo formativo, seja nas metodologias ou nos processos, nos meios ou nos instrumentos, desafiando sempre novas profissões, procurando sempre, e através de muito trabalho e sacrifício, a eficácia e a melhoria contínua, o transferir valor para o cliente, foi e será sempre o nosso caminho, e continua a trazer-nos a motivação que impulsiona a nossa continuidade” (Profiforma, 2022, p.7).

Para a Profiforma: “valor para o potencial humano”, a Formação Profissional é entendida como uma aposta estratégica para o desenvolvimento competitivo do país e esta foi a razão pela qual, no ano de 1983, se lançou no mercado. Com 40 anos de presença a nível nacional, a Profiforma foca-se, essencialmente, em dois eixos de ação: a formação profissional e a consultoria empresarial, concebendo a sua missão como focada nestas duas áreas.

A instituição foi pioneira de mercado naquilo que diz respeito aos perfis profissionais no âmbito do “teletrabalho”, de “técnico multimédia”, de “assistente familiar”, e de “técnico de domótica”, bem como com o lançamento do portal de formação à distância intitulado “e-formador”, que atualmente, é de uso comum.

A Profiforma é reconhecida pelo seu compromisso com a qualidade da formação oferecida e pelo seu interesse em atender às necessidades do mercado de trabalho, contribuindo, assim, não só para o desenvolvimento profissional dos seus formandos, como também para o crescimento económico do país.

As empresas são, até certo ponto, como pessoas e, tal como as pessoas, necessitam de uma missão, de uma visão e de valores, até porque definir a missão institucional inclui formular os objetivos e modificá-los (Silva, 2007). Da mesma forma que cada indivíduo possui valores intrínsecos, de acordo com as suas características e objetivos próprios, também cada empresa é única e possui uma missão de acordo com os seus princípios e metas traçadas.

A missão, a visão e os valores são os três grandes pilares de qualquer empresa de sucesso. Já em 1973, Peter Drucker referiu que “A finalidade e a missão da empresa são tão raramente consideradas que talvez essa seja a principal causa da frustração e fracasso das empresas” (Drucker, 1975 citado por Laruccia, 2012, p.2). Em suma, a carência de uma missão pode interferir diretamente no âmbito estrutural, na sinergia da instituição e na autoestima dos seus colaboradores

De forma a transmitir a sua visão, é essencial que uma empresa deixe bem claro qual é a sua posição, isto é, qual é o seu objetivo ou principais objetivos e, simultaneamente, o que é que a mesma pode entregar de valor para os diversos *stakeholders*. Para além disso, importa reconhecer os pontos positivos que, eventualmente, irão facilitar a realização desses mesmos objetivos. De uma forma muito sucinta, a visão de uma empresa deve transmitir aquilo que a própria ambiciona para o seu futuro. Embora os objetivos da missão exijam o cumprimento de prazos específicos, as visões são metas que possuem um prazo mais amplo, mas que devem ser perseguidas com persistência por todas as pessoas que integram a organização.

A visão da Profiforma baseia-se na procura constante de novas necessidades dos/as clientes como fonte de inovação dos serviços prestados.

No que respeita aos valores, estes traduzem-se, essencialmente, em qualidades que servem para aglutinar a dinâmica da instituição e indicar as suas prioridades. As ações e as decisões de uma empresa devem reger-se pelos valores que possuem definidos.

Nos dias de hoje é cada vez mais expectável, especialmente por parte dos consumidores, que as empresas possuam um conjunto de valores, mas, não obstante, para além de definir esses mesmos valores, é fundamental que o comportamento da empresa se regule, efetivamente, por eles, de modo que eles sejam perceptíveis até pelo seu público-alvo. As ações e decisões de uma empresa devem reger-se pelos valores que ela se definiu, de modo claro e compreensível por todos os colaboradores. Mas, para além de definir esses valores, é fundamental que o próprio comportamento da empresa os transmita, clarificando os seus objetivos.

“Uma organização é uma entidade social, com uma direção conscientemente assumida, com fronteiras bem delimitadas e visando sempre a realização de determinados objetivos (...). Qualquer organização encontra plena justificação na realização de determinados objetivos coletivos que seriam inatingíveis pela atividade de uma só pessoa ou de várias pessoas trabalhando isolada e descoordenadamente.” (Silva, 2008, p.44)

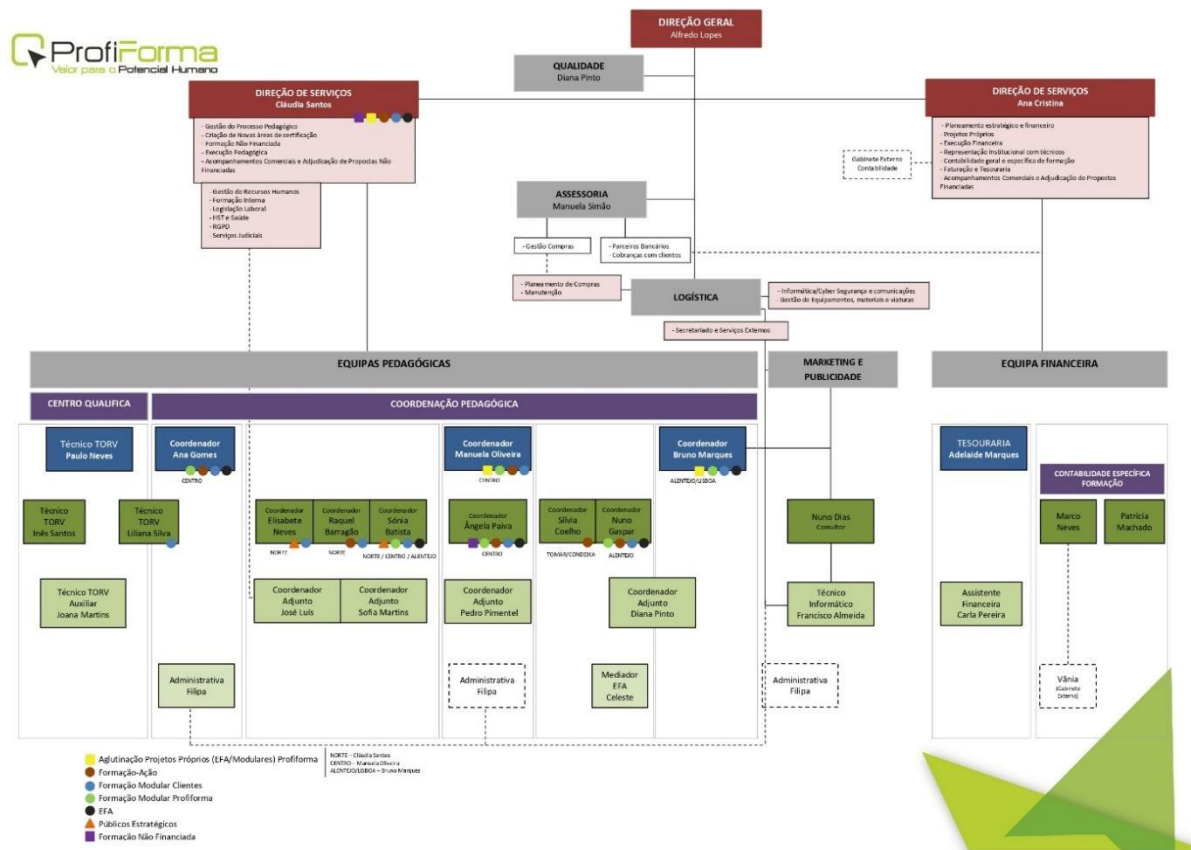
A Profiforma acredita na importância da transparência, tanto nas relações internas como nas interações com os clientes e parceiros, tendo sempre em vista uma comunicação clara e honesta. A competência é valorizada e incentivada, com a procura contínua pela excelência e pelo aprimoramento profissional. O espírito de equipa e a cooperação são também amplamente incentivados, reconhecendo-se que o trabalho em equipa promove o sucesso e o alcance de melhores resultados. Os valores que constituem a base orientadora da empresa são: Transparência, Competência, Espírito de Equipa, Cooperação e Respeito Mútuo.

1.2. Organização, recursos humanos e atividade da Profiforma

1.2.1. A organização: valências e competências

Na figura infra apresenta-se o organograma da Profiforma, distinguindo os níveis organizacionais e as diversas valências, que estruturam a sua atividade.

Figura 1 – Organograma



A equipa de profissionais da ProfiForma é constituída por um diretor geral, cuja responsabilidade recai, essencialmente, em realizar tarefas como:

1. Planear, dirigir e coordenar as atividades da empresa;
2. Rever os resultados da empresa e elaborar relatórios;
3. Determinar objetivos, estratégias, políticas e programas para a empresa;
4. Monitorizar e avaliar o desempenho da empresa;
5. Assegurar que a mesma cumpre as leis e regulamentos em vigor;
6. Representar a empresa em encontros oficiais, reuniões do conselho de administração, convenções, conferências e outros encontros.

Por seu lado, a Direção de Serviços dispõe de uma Coordenadora Pedagógica, cujas funções se traduzem:

1. Gestão do processo pedagógico;
2. Criação de novas áreas de certificação;

3. Formação não financiada;
4. Execução pedagógica;
5. Acompanhamentos comerciais e adjudicação de propostas não financiadas;
6. Gestão de recursos humanos;
7. Formação interna;
8. Legislação laboral;
9. Higiene e segurança no trabalho e saúde;
10. Serviços judiciais;

Devem referir-se, ainda, duas equipas pedagógicas, a do CQ e a da Coordenação Pedagógica. A primeira conta com quatro Técnicos de Orientação, Reconhecimento e Validação de Competências (TORVC) e uma coordenadora responsável pela zona centro. Já a segunda é constituída por oito coordenadores pedagógicos e quatro coordenadores adjuntos, a que acrescem uma assistente administrativa e um mediador de Educação e Formação de Adultos (EFA).

Ainda dentro da direção de serviços, mais especificamente no gabinete externo de contabilidade, é realizado:

1. O planeamento estratégico e financeiro;
2. Os projetos próprios;
3. A execução financeira;
4. A representação institucional com técnicos;
5. Contabilidade geral e específica de formação;
6. Faturação e tesouraria;
7. Acompanhamento comercial e a adjudicação de propostas financiadas.

Dentro desta esfera, no departamento da contabilidade, encontra-se a tesouraria e a contabilidade específica da formação, com o apoio de um assistente financeiro. A assessoria encontra-se assegurada por uma consultora financeira, responsável por:

1. gestão de compras;
2. parceiros bancários;
3. cobranças com clientes;
4. planeamento de compras;
5. manutenção;

Sendo que estas duas últimas tarefas se encontram igualmente associadas à área da logística, que envolve:

1. Secretariado;
2. Serviços externos;
3. Informática/cyber segurança, das comunicações;
4. Gestão de equipamentos, materiais e viaturas;

Assim, no ramo da logística, é possível encontrar o domínio do marketing e publicidade que conta com um consultor e com um técnico informático para executar as tarefas acima mencionadas. Internamente, e contando comigo, enquanto estagiária do CQ, a Profiforma conta com 32 colaboradores.

A empresa possui sete carros de serviço para utilização dos seus colaboradores, uma vez que, apesar de se encontrar sediada em Coimbra, tal como foi mencionado anteriormente, a empresa atua numa vasta área a nível nacional (Centro, Alentejo e Norte de Portugal), onde disponibiliza um vasto leque de Formações Modulares Certificadas, integradas no Catálogo Nacional de Qualificações (CNQ).

1.2.2. Atividade da Profiforma

As Formações Modulares certificadas são formações destinadas a adultos, com idade igual ou superior a 18 anos, carentes de qualificação adequada (seja para efeitos de inserção ou progressão no mercado de trabalho) e, prioritariamente, sem a conclusão do ensino básico ou secundário. Estas formações são organizadas em Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD) ou Unidades de Competência (UC) e têm como objetivo promover o acesso a qualificações através de percursos flexíveis. Sendo que podem ter uma carga horária variável, inclusive no caso de ser uma UFC ou UC, a carga horária pode variar entre as 25 e as 50 horas. O seu foco é desenvolver competências em domínios de âmbito geral ou específico, permitindo complementar, de forma progressiva, uma qualificação profissional.

Para além disso, no decorrer do contexto da pandemia de COVID-19, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2¹, a Profiforma dispôs de um projeto designado por

¹ Identificado em dezembro de 2019, em Wuhan, na China (Andersen, K. G., Rambaut, A., Lipkin, W. I., Holmes, E. C. & Garry, R.F., 2020). O surto rapidamente evoluiu e foi declarado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a 11 de março de 2020, como pandemia, que só teve fim oficial no dia 5 de maio de 2023.

“Programa ADAPTAR”, que tinha como finalidade apoiar as Micro e as Pequenas e Médias Empresas (PME) na adaptação dos seus estabelecimentos, métodos de organização do trabalho e de relacionamento com clientes e fornecedores às novas condições de distanciamento físico, garantindo o cumprimento das normas estabelecidas e das recomendações das autoridades competentes, por forma a assegurar o mínimo impacto na saúde pública.

O Programa Ambiental das Nações Unidas (UNEP, 2010) define “economia verde” como aquela capaz de produzir melhores condições humanas e equidade social, reduzindo significativamente os riscos ambientais e as “escassezes ecológicas”. Atualmente, a Profiforma tem vindo a apostar cada vez mais numa Economia Verde, afirmando que a promoção de cursos de formação que impulsionam a inovação e o crescimento verde são “fundamentais para a efetiva mudança de comportamentos e ações, com foco na sustentabilidade e na equidade intergeracional”. De acordo com o dicionário, sustentabilidade é um “modelo de sistema que tem condições para se manter ou conservar”, isto é, uma organização que possui a capacidade de satisfazer as necessidades do presente sem comprometer a capacidade das gerações futuras.

1.3. Certificações da Profiforma

A Profiforma é uma empresa formadora, certificada em 50 áreas de formação desde o ano de 1998, pela DGERT². No ano de 2008 concluiu a Certificação no âmbito da Qualidade (ISO9001), melhorando os seus processos através da implementação de novas e melhoradas metodologias aprovadas pela AENOR³ e pela International Certification Network (IQNET)⁴. Em 2012, a empresa foi considerada PME (Pequena e

² A DGERT - Direção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho, é um organismo criado pela administração central do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, e exerce um papel ativo fundamentalmente na formação profissional.

³ A AENOR é uma empresa portuguesa constituída em 2005 com o objetivo de prestar serviços de avaliação de conformidade de sistemas e de produtos e ações de formação.

⁴ A International Certification Network (IQNET) é uma associação internacional, não governamental e sem fins lucrativos. É considerada a rede de organismos de certificação mais consistente e confiável do mundo.

Média Empresa) Líder, pelo Instituto de Apoio às Pequenas e Médias Empresas e à Inovação (IAPMEI)⁵. Este estatuto foi sendo consecutivamente renovado até 2021.

Mais recentemente, foi através do Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP)⁶ que a Profiforma obteve a homologação do curso Formação Pedagógica de Formadores à Distância e é onde também faz parte da bolsa de entidades formadoras externas do IEFP, no âmbito do sistema da aprendizagem (região Norte e Lisboa e Vale do Tejo).

A empresa está inscrita na Ordem dos Técnicos Oficiais de Contas⁷ (OTOC) como entidade para efeito de realização de ações de formação equiparadas – cf. alínea e) do n.º 1 do artigo 4.º do Regulamento do Controlo de Qualidade.

2. Atividades desenvolvidas no Estágio

2.1. CQ da Profiforma

Como mencionado anteriormente no corpo de trabalho, a Profiforma possui um CQ e é nesse setor que decorreu o meu estágio curricular.

Os Centros Qualifica foram criados em 2016, no âmbito do Programa Qualifica, com o objetivo de melhorar os níveis de qualificação dos adultos, contribuindo para a progressão da qualificação da população e melhoria da empregabilidade dos indivíduos (Ministério da Educação, s.d.). Sendo que o seu público-alvo consiste em adultos com percursos de educação e formação incompletos (Comissão Europeia, 2023).

Como estruturas do Sistema Nacional de Qualificações (SNQ), os Centros Qualifica tencionam renovar a educação e formação de adultos através da interligação entre a formação, da qualificação profissional e do emprego, numa oportunidade de

⁵ Instituto de Apoio às Pequenas e Médias Empresas e à Inovação, o nome atual é “Agência para a Competitividade e Inovação”.

⁶ O IEFP é o serviço público de emprego nacional. Tem por missão promover a criação e a qualidade do emprego e combater o desemprego, através da execução de políticas ativas de emprego, nomeadamente de formação profissional

⁷ A OCC é a maior instituição profissional de inscrição obrigatória existente em Portugal e conta com mais de 68 mil membros inscritos.

educação ao longo da vida. No caso da Profiforma, no dia 7 de janeiro de 2014, dois anos antes da criação dos Centros Qualifica, obteve autorização para abrir um “Centro para a Qualificação e o Ensino Profissional” (CQEP), porém, face à extinção dos referidos centros de formação em 2013, este foi autorizado, pela Agência Nacional para a Qualificação e Ensino Profissional (ANQEP), a transitar para CQ, nos termos previsto do artigo nº 28 da Portaria nº 232/2016 de 29 de agosto.

Os Centros Qualifica (CQ) possuem uma ampla cobertura do território nacional e são promovidos por diversos tipos de entidades, tais como escolas, centros de formação do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP), câmaras municipais, empresas e associações empresariais ou associações de desenvolvimento local. No âmbito da sua rede, os CQ prestam um serviço público individualizado aos adultos, de forma a permitir que, em função das características de cada pessoa, do seu passado escolar e profissional e das suas ambições e expectativas, seja definido o percurso de qualificação mais adequado a cada situação específica.

Os Centros Qualifica têm como principais propósitos (Portugal, 2016):

1. A mobilização dos adultos para processos de aprendizagem ao longo da vida;
2. A orientação e o encaminhamento dos adultos para percursos de qualificação, bem como o seu acompanhamento, independentemente de o percurso vir a ser desenvolvido nos Centros Qualifica ou por outra entidade formadora;
3. O desenvolvimento de processos de reconhecimento, validação e certificação das competências adquiridas por vias formais, não formais e informais, de âmbito escolar, profissional ou de dupla certificação; a emissão e atualização do instrumento de orientação e registo individual de qualificações e competências (Passaporte Qualifica);
4. A oferta de respostas de qualificação flexíveis e adequadas às necessidades e aos contextos do público a que se destinam; ou a dinamização e participação em redes de parceria de base territorial ou setorial, tendo em vista a intervenção integrada no domínio da aprendizagem ao longo da vida e da qualificação escolar e profissional dos adultos.

Na Profiforma, o CQ compromete-se a apoiar os candidatos na identificação de respostas educativas e formativas adequadas ao seu perfil, tendo em conta as necessidades do mercado de trabalho e a desenvolver processos de reconhecimento, validação e certificação de competências (RVCC) de âmbito Profissional, Escolar ou Profissional e Escolar (Dupla Certificação).

O CQ da Profiforma tem como missão (Profiforma, 2023):

1. Assegurar Aos Adultos e aos Jovens, que não se encontrem a estudar nem a trabalhar e que não estejam inseridos no mercado de trabalho, uma oportunidade de qualificação e certificação, adequada ao seu perfil e necessidades, no âmbito de intervenção da área territorial de intervenção do CQ (NUT III-Baixo Mondego);
2. Informar, orientar e encaminhar candidatos na identificação de respostas educativas e formativas adequadas ao perfil de cada candidato, tendo em conta também as necessidades do tecido empresarial;
3. Desenvolver, Processos de Reconhecimento, Validação, e Certificação de Competências, adquiridas pelos candidatos ao longo da vida, por vias formais, informais e não formais, na vertente profissional, escolar ou de dupla certificação (escolar e profissional);
4. Estabelecer parcerias com outras entidades relevantes no território, que contribuam para uma intervenção mais integrada e consistente, na identificação de necessidades concretas de qualificação e na organização de respostas úteis para os candidatos, no âmbito da educação e formação profissional;
5. Promover o desenvolvimento de ações de informação e divulgação junto dos operadores de educação e formação e das entidades empregadoras da região.

O CQ visa, como destinatários, os adultos com idade igual ou superior a 18 anos que procuram uma qualificação Escolar e/ou Profissional e, excecionalmente, jovens que não se encontrem a frequentar modalidades de educação ou de formação e que não estejam inseridos no mercado de trabalho.

O CQ atua, perante um candidato que pretenda obter uma qualificação, de acordo com as seguintes etapas de Intervenção (Profiforma. 2023):

1. Orientação, que consiste na apresentação do CQ, na recolha de informações acerca do percurso pessoal, profissional e formativo do candidato e na análise das expectativas e interesses do mesmo;
2. Passaporte Qualifica, que tal como o nome indica, traduz-se na exploração do Passaporte Qualifica, na apresentação das modalidades de qualificação adequadas ao perfil do participante e no esclarecimento de eventuais dúvidas que possam existir;
3. Encaminhamento, traduz-se na fase que diz respeito à concretização do encaminhamento do candidato, para uma oferta de educação e/ou formação profissional ou ainda para um processo de reconhecimento e validação e certificação de competências (RVCC). Isto é, de acordo com as informações recolhidas junto do candidato, nas etapas iniciais, é formalizado o encaminhamento;

Esta etapa, em suma, corresponde à formalização da decisão da modalidade de qualificação que o candidato irá frequentar, tendo em vista a concretização dos seus objetivos. Este procedimento é realizado através da plataforma SIGO, no seguimento do registo de ação designada “Encaminhamento” que por sua vez, emite um Plano Individual de Encaminhamento (PIE).

2.1.1. Qualificação Escolar e Profissional

A qualificação escolar é fundamental para o sucesso de um indivíduo, tanto a nível profissional como a nível pessoal, uma vez que permite a aquisição dos conhecimentos e das competências necessárias para se destacarem no mercado de trabalho, ao mesmo tempo em que lhes são proporcionadas oportunidades de crescimento pessoal.

Para além disso, a qualificação escolar também é importante para o desenvolvimento económico e ajuda a aumentar a produtividade das empresas e a competitividade das mesmas, pois os funcionários qualificados são mais eficientes e produtivos e as empresas que possuem funcionários qualificados tendem a ter um maior sucesso no mercado.

A nível social, a sua relevância é esmagadora, porque ao proporcionar mais e melhores oportunidades de emprego à população, ajuda a construir uma maior

estabilidade financeira e salários mais elevados. Contribui ainda para o aumento do nível educacional da sociedade, o que é essencial para o seu desenvolvimento.

A qualificação profissional, por sua vez, é fundamental para que os profissionais possam destacar-se nas suas áreas de atuação e aumentarem as suas oportunidades de obtenção de sucesso e de crescimento profissional. Este tipo de qualificação abrange o conjunto de conhecimentos e competências que uma pessoa precisa possuir de forma a realizar as suas funções da melhor forma.

São diversos os benefícios para quem decide investir na sua qualificação a nível profissional, mas destaco os seguintes:

1. Melhores oportunidades de emprego, isto é, quando um candidato possui mais competências e conhecimentos específicos tornam-se mais competitivos no mercado de trabalho e têm acesso a mais e melhores oportunidades de emprego;
2. Aumento da empregabilidade: A qualificação profissional faz com que os profissionais se destaquem na sua área profissional e, conseqüentemente, passem a ser mais valorizados pelas entidades empregadoras, aumentando assim, a sua empregabilidade;
3. Melhores salários: Os profissionais qualificados tendem a receber salários mais altos do que aqueles que não possuem qualificações, pois são considerados mais valiosos para as empresas.

2.1.2. Processo RVCC

De acordo com a Portaria nº 61 publicada em 2022, o RVCC “pode conduzir à obtenção de uma certificação escolar, profissional ou de ambas, designando-se neste último caso por dupla certificação, e a uma certificação parcial ou total” (Diário da República, 2022, p.6).

O Processo RVCC consiste numa operação sequenciada de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências, tanto a nível escolar como profissional, adquiridas ao longo da vida, seja em contextos formais, não formais ou informais. A sua instrução e avaliação realiza-se através do recurso a atividades assentes em metodologias de abordagem (auto)biográfica, de um portefólio, que será validado e apreciado por um

júri na sessão final de Certificação de Competências, a par de um balanço de competências orientadas segundo um referencial de competências-chave. Na conclusão, o adulto é então reconhecido de acordo com conteúdos escolares (e ou técnicos), certificando esses conhecimentos e essas competências com uma habilitação escolar (4.º, 6.º, 9.º e 12.º ano de escolaridade), ou com uma Certificação Profissional, ou ambas.

A certificação pode ser total ou parcial. Com a obtenção de um Certificado de Qualificações Escolar e/ou Profissional e um Diploma Escolar e/ou Profissional de nível 2 ou 4 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações.

Os processos RVCC centram-se no incentivo a pessoas que deixaram percursos incompletos para que possam concluir os seus percursos e a sua formação. Isto permite valorizar o percurso individual de conhecimentos e o desenvolvimento de competências e necessidades de qualificação de cada pessoa, incentivando a conclusão de percursos incompletos.⁸

Para realizar a equivalência de competências, é necessário que cada indivíduo elabore um portfólio contendo uma descrição minuciosa da sua trajetória pessoal, além de documentos de carácter biográfico e curricular que evidenciem as competências e conhecimentos adquiridos ao longo da vida. Para a elaboração desse portfólio, o indivíduo contará com o suporte constante de um Técnico de Orientação, Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (TORVC), bem como de professores e/ou formadores especializados em diversas áreas.

Os Processos de RVCC consistem no reconhecimento de competências adquiridas pelos adultos, ao longo da vida, em contextos formais, informais e não-formais, tendo em vista a certificação escolar e/ou profissional - RVCC escolar e/ou RVCC experiências resultantes de conhecimentos adquiridos em diferentes contextos. Os candidatos devem ter “experiências de vida significativas, competências diversificadas e o domínio da língua portuguesa”, (Orientação metodológica nº 1 - reconhecimento, validação e

⁸ No âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência –e de forma a incentivar os adultos nesta jornada–, foi criado o “Acelerador Qualifica”, que tem como objetivo atribuir um apoio financeiro a todos aqueles que concluíam um nível de qualificação através do processo RVCC.

certificação de competências escolares – RVCC escolar, 2016, p.16). Os documentos coligidos constituem o instrumento orientador no desenvolvimento do processo RVCC para os níveis básico e secundário. Representando o acervo documental de referência e de apoio para a elaboração do Portefólio. O RCC de nível básico trabalha as competências de cidadania, da língua, da matemática e das novas tecnologias e inclui quatro Áreas de Competências-Chave (ACC), isto é, quatro conjuntos de competências consideradas essenciais para a vida pessoal, profissional e social:

1. Competência de Cidadania e Empregabilidade (CE) - que se traduz nos conhecimentos, capacidades e atitudes relacionadas à cidadania, direitos e deveres, e empregabilidade;
2. Linguagem e Comunicação (LC) - que corresponde à competência de comunicação em língua materna e abrange o seu domínio para a comunicação oral e escrita;
3. Matemática para a Vida (MV) - que abrange a competência matemática e as competências básicas de ciência e tecnologia, incluindo o domínio de conceitos, métodos matemáticos e competências básicas de ciência e tecnologia.
4. Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) - que compreende a competência digital, o uso das tecnologias de informação e comunicação.

O RVCC de nível secundário apresenta três Áreas de Competência-Chave (ACC): a área da:

1. Competência de Cultura e Património - que abrange o conhecimento e compreensão da cultura e património cultural, incluindo história, arte, literatura e tradições;
2. Cidadania e Profissionalidade (CP) - pretende reconhecer e certificar competências-chave da e na cidadania democrática, resultado da aprendizagem reflexiva. Elegem-se para tal duas perspectivas: a cidadania e a profissionalidade;
3. Cultura, Língua, Comunicação (CLC) - que consiste na área da Competência Linguística e Cultural, que abrange o domínio de línguas estrangeiras e a compreensão da diversidade cultural;
4. Sociedade, Tecnologia e Ciência (STC) - área que compreende a Competência Social, Tecnológica e Científica, o conhecimento e compreensão da sociedade, tecnologia e ciência, incluindo questões ambientais, sociais e tecnológicas.

Já a nível profissional, as pessoas terão que demonstrar conhecimentos técnicos na profissão que se propõem certificar, de acordo com os referenciais de formação existentes para cada área, disponíveis no Catálogo Nacional de Qualificações.

As equipas do CQ são constituídas por um coordenador, técnicos de orientação, reconhecimento e validação de competências e por formadores ou professores de diferentes áreas. No entanto, existe a possibilidade de a mesma ser assente por um técnico administrativo, que realiza as suas tarefas sob a orientação do coordenador e dos TORVC.

2.1.3. O Técnico ORVC

Uma das responsabilidades do técnico de orientação, reconhecimento e validação de competências (TORVC) consiste na execução das etapas de Inscrição, Orientação, atribuição do Passaporte Qualifica e Encaminhamento. Desta forma, compete-lhe, de acordo com o Diário da República nº 165/2016:

1. Inscrever os candidatos na plataforma SIGO e informar os mesmos acerca do trabalho do CQ;
2. Promover sessões de informação sobre ofertas de educação e formação, esclarecer dúvidas sobre o mercado de trabalho atual, quais as saídas profissionais vão de encontro com as expectativas e as competências do candidato, etc.
3. Proporcionar sessões de orientação de forma que os candidatos possam identificar a resposta mais adequada às suas competências e às suas motivações;
4. Encaminhar os candidatos para processo de reconhecimento, validação e certificação de competências sempre que tal se mostrar adequado tendo em conta as necessidades e as expectativas do candidato.
5. Monitorizar o percurso dos candidatos;
6. Desenvolver ações de divulgação e de informação, junto dos diferentes públicos sobre o papel dos CQ e as oportunidades de qualificação, designadamente a oferta de cursos de dupla certificação.

Para além destas tarefas, compete também ao TORVC, no âmbito das etapas de reconhecimento, validação e certificação de competências (Diário da República, 2016):

1. Enquadrar os candidatos no processo de reconhecimento, validação e certificação de competências de acordo com a sua experiência de vida e perfil de competências;

2. Prestar informação relativa à metodologia adotada no processo, às técnicas e instrumentos de demonstração utilizados e à certificação.
3. Acompanhar os candidatos ao longo do processo, através da dinamização das sessões de reconhecimento, do apoio na construção do portefólio e da aplicação de instrumentos de avaliação específicos, conjuntamente com os formadores ou professores;
4. Integrar o júri de certificação de candidatos que desenvolveram estes processos a nível escolar;
5. Identificar as necessidades de formação dos candidatos, em colaboração com os formadores, professores e outros técnicos especializados no domínio da deficiência e incapacidade, podendo proceder, após certificação parcial, ao encaminhamento para ofertas conducentes à conclusão de uma qualificação.

Toda a atividade realizada deve ser registada na plataforma SIGO, tanto pelo TORVC, como pelo formador/professor (Portaria n.º 232/2016, de 29 de agosto, p. 3010).

No ano de 2022, estas funções sofreram algumas alterações, com a Portaria 62/2022 de 31 de janeiro, que diz que ao técnico ORVC compete “a orientação e o acompanhamento dos candidatos até à conclusão do percurso de qualificação, incluindo o desenvolvimento de atividades e documentos de apoio aos processos de qualificação dos adultos; a coordenação dos processos de reconhecimento, validação e certificação de competências, integrando o júri de certificação; integrar a Comissão de Avaliação e Certificação, quando designado pelo coordenador” (Diário da República, 2022). Este Decreto-Lei foi o mesmo que modificou as etapas de intervenção, que antes disso se traduziam no acolhimento, diagnóstico, informação e orientação e encaminhamento, atualmente inscrição, orientação, passaporte qualifica e encaminhamento.

O referido diploma também alterou a natureza do PIC (Projeto Individual de Carreira), que deixou de ser uma etapa.

Entretanto, no início do ano de 2023, saiu nova legislação que modificou a constituição da equipa do CQ, que para além dos cargos referidos anteriormente, passa a ter também um técnico administrativo cujas funções são (Diário da República, 2022):

1. Participar na implementação de ações de informação e de divulgação com vista à mobilização dos adultos para processos de aprendizagem ao longo da vida;
2. Apoiar o coordenador nas tarefas inerentes ao funcionamento da Comissão de Avaliação e Certificação;
3. Participar na elaboração das propostas de protocolos a celebrar pelo CQ, no domínio da aprendizagem ao longo da vida e da qualificação escolar e profissional dos adultos, com outras entidades da sociedade civil organizada, sob orientação do coordenador;
4. Preparar o planeamento da itinerância e do recurso a instalações e equipamentos de entidades locais e entidades parceiras, sob orientação do coordenador;
5. Apoiar o coordenador e os técnicos de orientação, reconhecimento e validação de competências no desempenho das suas competências.

Um técnico de ORVC é essencial para ajudar os indivíduos a reconhecerem e a validarem as suas competências. Os TORVC devem possuir competências e conhecimentos específicos de forma a poderem orientar e apoiar pessoas na identificação das suas próprias competências, interesses e valores pessoais, bem como na definição de objetivos de carreira e desenvolvimento profissional.

A orientação profissional pode ser especialmente útil em momentos de transição, como por exemplo na escolha de uma profissão, na procura de um novo emprego ou no caso de uma mudança de carreira. O técnico de orientação pode ajudar a pessoa a compreender melhor quais são as suas opções, avaliar as suas forças e fraquezas e criar um plano de ação para atingir os seus objetivos.

O TORVC auxilia também a validar as competências de um indivíduo, algo muito importante para aqueles que possuem competências e conhecimentos adquiridos através da experiência de trabalho ou através de outras atividades não formais ou académicas. Neste caso, o papel do técnico ORVC consiste em documentar as competências do candidato e em orientar a preparação de um portfólio, que possa servir de base demonstrativa a futuros empregadores ou instituições de ensino.

2.1.4. O meu papel no CQ da Profiforma

O estágio no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação tem como principal objetivo proporcionar aos mestrandos a aquisição de conhecimentos aprofundados e o desenvolvimento de competências necessárias para a análise e intervenção nos domínios da educação e da formação. Este processo engloba a capacidade de atuar com diversos públicos em contextos formais, não formais e informais, bem como em diferentes modalidades de ensino, nomeadamente, presencial, à distância e mista. De acordo com o plano de estudos do mestrado em Ciências da Educação da FPCEUC (2022), é esperado que, no fim deste estágio, os mestrandos se encontrem aptos a:

1. Caracterizar, compreender e descrever factos educativos ocorridos em qualquer contexto, com diferentes grupos de pessoas;
2. Conceber, planificar, executar e avaliar projetos, programas e atividades de educação e formação, em diversas modalidades;
3. Acompanhar e orientar pessoas nas transições ao longo da vida e na (re)construção das suas identidades pessoais e profissionais;
4. Utilizar os recursos adequados para o desenvolvimento de atividades educativas a distância ou mistas;
5. Participar na conceção e execução de políticas públicas e na gestão de sistemas e organizações de educação e formação, ao nível da administração central, regional e local.

No seguimento de uma conversa com o Diretor Geral e com a Coordenadora Pedagógica do CQ, ficou acordado que as minhas funções, enquanto estagiária no CQ da Profiforma, consistiriam em apoiar os TORVC nas suas tarefas. O horário de trabalho dos técnicos ficou estabelecido entre as 9h30 e as 18h, com uma hora de almoço, das 13h às 14h. No decorrer do meu estágio, que se iniciou no dia 3 de outubro e findou no dia 1 de junho, cumpri este horário de trabalho, com a maior assiduidade e pontualidade.

Como já foi mencionado anteriormente, os técnicos ORVC acompanham os candidatos através das seguintes etapas de intervenção: Orientação, Passaporte Qualifica e por fim, o Encaminhamento.

Tendo em consideração as orientações acima referidas, elaborei o seguinte Plano de Estágio:

Objetivos:

1. Desenvolver a capacidade de aplicação de modelos teóricos e experiência profissional na área da educação e formação de adultos, visando contribuir para o seu desenvolvimento de competências.
2. Promover a leitura como uma prática diária aperfeiçoadora da compreensão e intervenção na análise e produção da comunicação.

Tarefas:

1. Redação de e-mails;
2. Acompanhamento do atendimento presencial dos adultos (sessões de orientação e entrevistas individuais e sessões de reconhecimento);
3. Realização de inscrições, Passaportes Qualifica e Encaminhamentos de candidatos na plataforma SIGO;
4. Registo dos dados dos candidatos para a base de dados interna e digital da empresa (e vice-versa);
5. Análise de Certificados de Habilitações;
6. Correção do PowerPoint final dos candidatos, a apresentar no dia da sessão de júri.

Uma das tarefas que realizei com maior recorrência, logo a partir da segunda semana, consistiu na inscrição de candidatos através da plataforma SIGO. Esta tarefa envolve uma sequência de procedimentos, incluindo a verificação do certificado de habilitações dos candidatos, a verificação das fichas de pré-inscrição e inscrição, orientação, sumários, entrevista individual e questionários OLV (informações estas, que mais tarde, eram inseridas por mim na base de dados interna digital da empresa). Neste âmbito, por vezes acontece que o adulto já se encontra inscrito na plataforma, mas os dados frequentemente encontram-se desatualizados e, nestes casos, implica uma atenção redobrada de forma que se torne possível atualizá-los; algo que nem sempre foi tarefa

fácil, pois os candidatos deixavam as suas informações incompletas e havia que lidar com os problemas resultantes das limitações da própria plataforma⁹.

Em relação aos certificados de habilitações, também eles mereciam especial atenção pois muitas vezes os candidatos apresentavam certificados multiusos, sendo que este último apenas comprova que o candidato estava ou tinha estado inscrito em determinado curso e em determinadas unidades curriculares, mas não comprova que o mesmo o tenha concluído. Neste sentido, alguns candidatos também chegaram a submeter certificados falsificados, com a intenção de adulterar as suas habilitações e, por isso, sempre que me sentia com dúvidas em relação a alguma verificação, solicitava ajuda e era prontamente orientada pelos TORVC. Esta tarefa requer conhecimento dos níveis equivalentes no quadro de habilitações pela DGES.¹⁰

Do trabalho desenvolvido, destaco a realização de uma atividade que tive oportunidade de realizar durante o meu período de estágio no CQ da Profiforma e que não estava prevista inicialmente. A Profiforma, enquanto entidade formadora, participou em cooperação com uma das entidades parceiras, a ANAJovem¹¹, na realização de formações e foi aqui que tive a oportunidade de colocar em prática o meu projeto de estágio.

Atendendo ao volume de trabalho nos meses de dezembro e janeiro, auxiliei (para além do CQ) os coordenadores pedagógicos da área da formação, na revisão de documentos dos dossiês e inscrevi e redigi e-mails aos candidatos para formações, promovidas pela Profiforma no decorrer desses meses.

⁹ Cf. Apêndice II.

¹⁰ O Quadro Nacional de Qualificações (Portaria n.º 782/2009, de 23 de julho) define a estrutura de níveis de qualificação, onde constam os requisitos de acesso e a habilitação escolar a que correspondem, integrando e articulando as qualificações obtidas no âmbito dos diferentes subsistemas nacionais de educação e formação. O QNQ define oito níveis de qualificação.

¹¹ A ANAJOVEM - Associação Nacional de Apoio a Jovens é uma organização sem fins lucrativos sediada em Coimbra, Portugal.

3. Projeto de Intervenção

3.1. Enquadramento concetual da atividade desenvolvida na Profiforma

3.1.1. Educação ao Longo da Vida

O facto de estarmos inseridos numa sociedade em que a quantidade de informações disponíveis é vasta e acessível como nunca, traz consigo mudanças significativas na abordagem da educação. Os sistemas educacionais atuais devem adaptar-se a essa realidade e dar prioridade à construção do conhecimento. Siemens (2003, citado por Coutinho e Lisbôa, 2011) referiu que o papel do professor já não pode ser o de transmissor de conhecimento, mas sim o de mediador da aprendizagem e esta aprendizagem não se limita às instituições escolares, uma vez que pode ocorrer em diversos contextos não-formais e informais, embora a escola continue a ser uma instituição essencial na produção e institucionalização do conhecimento (Coutinho & Lisbôa, 2011). É importante que a escola esteja recetiva e compreenda os novos contextos nos quais a construção colaborativa do saber pode (e deve) ser estimulada.

Diversos autores defendem que a Sociedade do Conhecimento, pela sua dinâmica de constante evolução, se transformou numa Sociedade de Aprendizagem. Daí que compreender os processos de aprendizagem seja hoje uma competência incontornável. De acordo com os princípios gerais da teoria de Piaget, a aprendizagem ocorre em função da experiência que o indivíduo adquire de forma organizada, sendo o desenvolvimento o verdadeiro responsável pela formação dos conhecimentos. A afetividade e a interação social desempenham também um papel importante na aprendizagem, e por isso, é crucial trabalhar em função destas duas dimensões. Isto constitui um desafio para as instituições responsáveis pela educação e a formação. A Profiforma procura, precisamente, articular-se de modo a adequar-se à realidade, em constante mudança, promovendo a aprendizagem significativa e eficaz, valorizando tanto a experiência do indivíduo, como o papel das interações afetivas e sociais no processo de construção do conhecimento.

De acordo com o memorando dos serviços da Comissão Europeia, a educação ao longo da vida é definida como "todos os processos de aprendizagem que ocorrem ao longo da vida, com o objetivo de melhorar o conhecimento e as competências, seja por

motivos pessoais, cívicos, sociais ou relacionados com o emprego" (Comissão Europeia, 2000).

A educação ao longo da vida é uma abordagem que valoriza a educação formal e não formal, destacando a importância das oportunidades educacionais para os adultos, incluindo aqueles que não tiveram acesso à educação precedentemente. A promoção da educação ao longo da vida visa aumentar as oportunidades de emprego, melhorar a qualidade de vida, promover a cidadania ativa e a inclusão social. Pode ser definida como um processo contínuo de aquisição de conhecimentos, habilidades e competências, que se estende por toda a vida de uma pessoa, independentemente da sua idade, género ou estatuto socioeconómico. É uma abordagem que reforça a importância da educação e do desenvolvimento pessoal e profissional ao longo da vida.

De acordo com a Comissão Europeia (2000), a educação ao longo da vida pode ser vista como "um direito humano fundamental" e como um "contributo para o desenvolvimento pessoal, para a inclusão social e para a empregabilidade".

O Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) de Portugal destaca a importância da educação ao longo da vida como uma forma de desenvolver novas competências e habilidades para lidar com as mudanças no mercado de trabalho. O IEFP afirma que a aprendizagem ao longo da vida é essencial para garantir a empregabilidade e a progressão na carreira.

Neste âmbito, José Pacheco, criador da escola da Ponte, critica a aprendizagem formal, referindo que a mesma é muitas vezes limitada e que não permite que as pessoas desenvolvam capacidades importantes para a vida futura, tais como a capacidade de resolver problemas, trabalhar em equipa e comunicar de forma eficaz. Segundo a perspetiva do autor, a educação ao longo da vida deve ser mais flexível e adaptada às necessidades individuais de cada um, facultando uma maior liberdade para escolher o que se deseja aprender e cabe aos professores atuarem mais como facilitadores do que como transmissores de conhecimento (Pacheco, 2019).

Se utilizarmos esta linha de pensamento, podemos acordar que a educação ao longo da vida deve ser vista como um processo contínuo de aprendizagem, que envolve tanto as experiências formais como as experiências informais e que a educação deve ser

mais flexível e adaptada às necessidades individuais dos alunos. Assim, a educação é uma ferramenta fundamental para o desenvolvimento pessoal e profissional de cada indivíduo, não se trata apenas de adquirir conhecimentos, mas também de desenvolver competências que nos permitam crescer e evoluir ao longo de toda a nossa vida.

Citando Paulo Freire (Freire, 2000, p. 26): "Se a educação sozinha não transforma a sociedade, sem ela tampouco a sociedade muda". A educação é, de facto, um processo contínuo e progressivo que permite às pessoas alcançar o seu pleno potencial e, assim, mudar o a sociedade à sua volta.

Ao longo da vida, todos passamos por diferentes fases e desafios, sendo que cada um destes momentos requer uma aprendizagem específica. É por isso que a educação não se limita apenas ao período escolar, mas deve ser vista como um processo permanente de desenvolvimento pessoal e profissional. Deste modo, a educação ao longo da vida é uma necessidade, especialmente tendo em conta os dias de hoje, em que vivemos numa sociedade em constante evolução e transformação.

A educação ao longo da vida é essencial para o desenvolvimento pessoal, profissional e social de cada indivíduo, e a verdade é que devemos encarar a educação como um processo permanente e contínuo de aprendizagem, que nos permite crescer e evoluir constantemente, contribuindo assim para um mundo melhor.

3.1.2. Educação inclusiva

A educação inclusiva é um conceito que tem ganho cada vez mais relevância no contexto educativo atual. Segundo alguns especialistas, a educação inclusiva é um modelo educativo que procura promover a igualdade de oportunidades e o respeito pela diversidade, garantindo que todos os alunos tenham acesso a uma educação de qualidade, independentemente das suas diferenças.

De acordo com Booth e Ainscow (2002), "a educação inclusiva é um processo que implica a transformação das escolas e de outros ambientes educativos para responder à diversidade dos alunos e eliminar a exclusão dentro da educação" (Booth, Ainscow, 2002, p. 9). Neste sentido, a educação inclusiva não se limita a garantir a presença física de todos os alunos na escola, mas implica uma mudança profunda na cultura, na organização

e na prática pedagógica, de forma a valorizar as diferenças e a promover o sucesso de todos os alunos.

3.2. Planificação e Conceção do Projeto de estágio

No âmbito do meu projeto de estágio, deparei-me com a necessidade de selecionar um tema de intervenção que fosse relevante e pertinente, tanto para a área de formação como para a área da educação de adultos. Desde cedo, concebi que seria interessante trabalhar os hábitos de leitura na população adulta e foi através de uma parceria entre a Profiforma e a Associação Nacional de Apoio a Jovens (AnaJovem), que se apresentou a oportunidade de aprofundar o estudo nessa temática.

Através da referida colaboração, foi viabilizada a execução de formações, ministradas por profissionais da mencionada empresa formadora a grupos de pessoas assistidas pela instituição. Neste contexto, tive a oportunidade, não só de assistir às formações e auxiliar a sua execução, como também de realizar o meu projeto de estágio, implementando-o nos diferentes grupos, todos eles compostos por adultos vulneráveis, em processo de recuperação, devido ao seu histórico de dependência em drogas e álcool.

Optei por abordar o tema da leitura, uma atividade que pode ser extremamente enriquecedora em diversos âmbitos, como a promoção do desenvolvimento cognitivo, a melhoria da comunicação e da expressão escrita, a expansão de vocabulário e, até mesmo, contribuir para a redução do stress e da ansiedade. As sessões prestaram-se, ainda, para estimular a empatia, a criatividade e a imaginação, ao envolver a inteligência emocional dos participantes. Além disso, a leitura pode proporcionar momentos de introspeção, tranquilidade e lazer, contribuindo para a promoção da saúde mental e emocional (Marques, 2015).

Consciente dos desafios que muitos adultos em situação de vulnerabilidade enfrentam, nomeadamente aqueles que sofreram com vícios de substâncias tóxicas e ilícitas, sabia que incutir o gosto pela leitura não seria uma tarefa fácil, uma vez que muitos destes adultos enfrentam desafios diversos no seu processo de recuperação, tais como a falta de motivação, a baixa autoestima e as dificuldades de concentração, por exemplo.

Considerando que os quatro grupos apresentavam perfis heterogêneos, tornou-se necessário conceber e implementar dinâmicas diferentes para cada um deles. Foi necessário ajustar os objetivos e as metodologias às suas particularidades específicas, de modo a respeitar e a tirar um maior proveito dessas mesmas diferenças.

O primeiro grupo, composto apenas por homens, contava indivíduos que residiam nas suas casas, mas que continuavam a ser acompanhados pela instituição devido aos seus problemas decorrentes dos vícios. Este grupo apresentava um elevado grau de dependência e isolamento social, pelo que participar nas formações propiciava, em princípio, um estímulo à abertura e participação ativa. Contudo, a integração deste grupo no projeto foi inviabilizada pela baixa assiduidade dos formandos. Dos seis elementos, apenas dois ou três marcavam a sua presença e, em geral, nunca eram os mesmos das sessões subsequentes.

O segundo grupo era misto e era composto, tal como o grupo anterior, por adultos vulneráveis, residentes nas suas próprias casas, mas que diariamente recebiam assistência por parte da AnaJovem. Entre os diversos tipos de apoio, realça-se o serviço de transporte, que incluía a deslocação para o local de formação. Tendo em consideração as muitas dificuldades intelectuais apresentadas por este grupo em particular, a dinâmica implementada foi cuidadosamente adaptada às suas necessidades específicas. Para atender a essas necessidades, optou-se por atividades que promoviam a leitura de uma forma mais lúdica, simples e apelativa.

Quando se trabalha com um grupo que apresenta limitações específicas, torna-se crucial adaptar as atividades para que as mesmas sejam acessíveis e claras para todos os participantes. Essa adaptação pode incluir o uso de uma linguagem mais clara e simples, a adoção de atividades mais práticas e visuais, bem como um envolvimento mais ativo do formador durante todo o processo de execução das atividades.

O terceiro grupo era formado por homens que residiam nas habitações fornecidas pela AnaJovem e recebiam o seu acompanhamento e orientação diária. Alguns dos participantes já estavam inseridos no mercado de trabalho, o que exigiu que as sessões fossem realizadas aos sábados. Para atender às necessidades deste grupo, a dinâmica foi projetada para incentivar o pensamento crítico e a reflexão pessoal através da leitura, especialmente tendo em conta os dois adultos que não sabiam ler ou escrever.

Por fim, o quarto grupo era constituído apenas por mulheres, inicialmente 4, residentes na Comunidade Terapêutica Lua Nova¹², mas que rapidamente expandiu e em vez de 4, passaram a ser cerca de 10 no total. No contexto desse grupo levou-se em consideração as questões relacionadas ao género e à diversidade existente dentro do grupo. As atividades foram orientadas para temas que abordaram desde a igualdade de género até o fortalecimento da autoestima, tendo sido ainda uma forma de proporcionar momentos de evasão e entretenimento. Vale ressaltar que as atividades foram cuidadosamente adaptadas para atender às mulheres de diferentes faixas etárias e com diferentes níveis educacionais.

Em todas as situações, foi necessário considerar as necessidades específicas de cada grupo, com ênfase na promoção da diversidade e inclusão. Foi crucial procurar estabelecer um ambiente seguro e acolhedor para que os participantes se sentissem confortáveis ao ponto de partilharem as suas opiniões, as suas vivências e as suas experiências.

3.2.1. A Leitura

Ler, do ponto de vista Etimológico, deriva do latim “legere” que significa conhecer, interpretar por meio da leitura, descobrir (Sabino, 2008, p.2).

A leitura é uma das atividades mais importantes que podemos realizar, porque para além de contribuir para o nosso entretenimento, também é capaz de aperfeiçoar as nossas capacidades cognitivas e emocionais. Infelizmente, muitos adultos acabam por

¹² A Comunidade Terapêutica Lua Nova, inaugurada a 5 de novembro de 1998, tornou-se pioneira no país por oferecer um tratamento específico para mulheres grávidas e/ou com filhos que lutam contra a dependência de substâncias psicoativas ilícitas. Desde então, a Comunidade tem evoluído e passou a integrar mulheres com dependências de substâncias lícitas, ampliando ainda mais sua capacidade de ajudar mulheres em situação de vulnerabilidade. A Comunidade Terapêutica oferece um ambiente residencial seguro e estruturado para pessoas que lutam contra a dependência de drogas ou álcool e o seu objetivo traduz-se em ajudar os residentes a recuperarem da dependência química e a reintegrarem-se na sociedade. Este programa de tratamento inclui várias atividades terapêuticas, como terapia individual e em grupo, workshops, encontros familiares para criação e/ou manutenção dos laços familiares, treino de competências sociais, articulação interinstitucional, atendimento social, atividades culturais lúdicas e pedagógicas, consulta de psiquiatria, programa de prevenção de recaída e atividades de lazer, com vista à promoção do autoconhecimento, da autoestima e do desenvolvimento pessoal das residentes. O programa visa ajudar as residentes a desenvolver as suas capacidades necessárias para lidar com a vida cotidiana de forma saudável e equilibrada, evitando recaídas e mantendo a sobriedade a longo prazo.

abandonar o hábito da leitura ao concluir a sua educação formal e isso pode trazer consequências negativas em diversos domínios da vida.

Conforme defendido por Sabino (2008, p.3), a prática da leitura reflexiva tem o poder de expandir os conhecimentos e adquirir novas aprendizagens, sejam elas de natureza geral ou específica. Esta abordagem possibilita que o leitor alcance patamares mais elevados de desempenho cognitivo, tais como a aplicação dos conhecimentos em novas situações, a capacidade de analisar e criticar textos, ações, factos, bem como a síntese de estudos realizados. Através da leitura reflexiva, o leitor é estimulado a explorar aspetos da vida que anteriormente não consideraria, permitindo um despertar para o mundo real e para a compreensão do próximo. Assim, os seus horizontes preceptivos são ampliados e através desse processo, o leitor gradualmente adquire maior capacidade para se tornar autónomo tanto a nível cultural e como a nível cívico, desenvolvendo uma visão mais abrangente e crítica da sociedade em que está inserido (Sabino, 2008, p.3).

Além disso, a leitura desempenha um papel importante na preservação e manutenção das capacidades cognitivas ao longo do tempo, combatendo assim o envelhecimento do cérebro. Um estudo publicado em 2013 no jornal científico *Neurology*, da Academia Americana de Neurologia (Robert S. Wilson et al., 2013), constatou uma relação direta entre a atividade cognitiva realizada ao longo dos anos e a perda das capacidades cognitivas associadas ao envelhecimento natural, como memória, raciocínio e percepção. De acordo com essa pesquisa, quanto mais atenção dedicarmos à atividade de leitura, como a leitura de livros, mais lento será o declínio dessas capacidades cognitivas mencionadas anteriormente. Portanto, a prática da leitura regular e consciente pode ser considerada uma estratégia eficaz para manter um cérebro saudável e ativo durante o processo de envelhecimento (Wilson et al., 2013, p.315).

A leitura é um dos meios mais eficazes para adquirir novos conhecimentos e competências. Através da leitura, é possível aceder a um vasto conjunto de informações e de perspetivas, aumentando assim a nossa capacidade de compreensão do mundo que nos rodeia. Para além do mais, facilita o desenvolvimento da nossa capacidade de análise e interpretação, algo que é fundamental para a nossa vida pessoal e profissional.

De acordo com um artigo no jornal “O Observador”, um estudo realizado pela Universidade de Sussex, no Reino Unido, comprovou que a leitura pode ajudar a reduzir

o *stress* e a melhorar o bem-estar emocional dos adultos (Marques, 2015). De acordo com este estudo, a leitura de um livro durante apenas seis minutos é suficiente para diminuir os níveis de stress até 68%. Este efeito é ainda mais pronunciado do que outras atividades relaxantes, como beber chá ou ouvir música, por exemplo (Marques, 2015).

A leitura também é um meio eficaz para desenvolver a nossa criatividade e imaginação. Ao ler livros, como por exemplo os de literatura, somos expostos a novas ideias, conceitos e perspectivas, o que nos permite desenvolver a nossa capacidade de pensar de forma criativa e inovadora. Segundo um estudo realizado pelo Departamento de Psicologia da Universidade de Toronto, no Canadá, a leitura de ficção literária pode aumentar a nossa capacidade de empatia e compreensão dos outros (Bury, 2013).

Esta atividade é fundamental para o desenvolvimento intelectual e emocional do ser humano, independentemente da idade, no entanto, muitas pessoas associam a leitura apenas à fase escolar, esquecendo-se de que a sua prática pode e deve ser mantida ao longo de toda a vida.

3.2.2. Público-Alvo

A literatura científica tem mostrado que a leitura pode ter um efeito positivo na saúde mental dos dependentes de drogas. Um artigo de origem brasileira, “Projeto biblioterapia, a leitura para usuários do centro detenção psicossocial álcool e drogas III como forma de reflexão de vida: relato de experiência” constata a importância da leitura através da implementação de um projeto de “biblioterapia” num centro de atenção psicossocial para toxicod dependentes (Marcos et al., 2019). “A biblioterapia” foi uma técnica terapêutica utilizada, que emprega a leitura de textos literários como instrumento para a reflexão e discussão de questões pessoais e sociais. O projeto teve como objetivo promover o desenvolvimento pessoal e o aumento dos hábitos de leitura e, no final, os participantes apresentaram uma nova perspectiva sobre si sobre as suas relações com o mundo, para além de ter contribuído para a sua promoção da saúde mental. Este método mostrou ser uma estratégia eficaz para a promoção da saúde mental e para o tratamento dos adultos, especialmente porque a leitura lhes forneceu uma nova perspectiva sobre si mesmos e sobre as suas relações com o mundo (Marcos et al., 2019).

Apesar dos benefícios potenciais da leitura para este público, muitos não possuem acesso e outros tantos não se interessam por ler, daí ser importante implementar políticas públicas que promovam a leitura para todos, independentemente da sua situação social ou de saúde. Os projetos de incentivo à leitura em clínicas de reabilitação, centros de tratamento e prisões podem ajudar a ampliar o acesso a livros e a materiais de leitura adequados, de forma a estimular o interesse por esta atividade.

Um estudo realizado em Portugal pela Universidade de Aveiro, investigou o impacto da leitura na vida de indivíduos com dependência de drogas e concluiu que a leitura pode ajudar a reduzir a ansiedade, aumentar a autoestima, melhorar a cognição e diminuir a depressão. O estudo também mostrou que a leitura pode ajudar os indivíduos a desenvolver capacidades sociais e a lidar melhor com situações stressantes (Ferreira et al., 2015).

Através da leitura, indivíduos em recuperação podem expandir os seus conhecimentos sobre o assunto e criar técnicas e estratégias de forma a lidar da melhor forma com a dependência. Além disso, a leitura pode ser uma atividade relaxante e prazerosa, ajudando a reduzir o stress e a ansiedade associados à recuperação.

O artigo "A leitura na prisão: contributos para a educação em cidadania" (Fonseca, 2017) descreve um projeto de leitura realizado numa prisão portuguesa, que teve como objetivo promover a educação em cidadania entre os reclusos. O projeto consistiu na formação de um grupo de leitura, no qual os participantes discutiam livros selecionados previamente pela equipa responsável pelo projeto. Os resultados do projeto indicaram que a leitura teve um impacto significativo na vida dos reclusos, contribuindo para o desenvolvimento de competências de pensamento crítico, empatia e respeito mútuo. Além disso, a participação no grupo de leitura promoveu um ambiente de aprendizagem e partilha de experiências, criando um espaço de diálogo e reflexão sobre temas relevantes para a comunidade. O estudo destaca a importância da leitura como ferramenta para a educação em cidadania, especialmente em contextos desfavorecidos, como o ambiente prisional. Os resultados sugerem que a leitura pode ser uma forma eficaz de promover o desenvolvimento pessoal e social dos reclusos, contribuindo para a sua reinserção na sociedade (Fonseca, 2017).

De acordo com um estudo realizado por um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS, 2012) voltado para o tratamento de pessoas com problemas relacionados com o uso de álcool e drogas, destaca-se a importância da música, das artes plásticas, do teatro

e da literatura como uma forma de promoção da saúde mental e do bem-estar psicológico. A expressão de sentimentos, ideias e pensamentos de forma criativa e lúdica foram ferramentas eficazes na promoção da recuperação dos pacientes atendidos pelo CAPS, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades sociais, aumento da autoestima e da autoconfiança e da redução da ansiedade e da depressão (Souza & Pinheiro, 2012). O recurso da leitura mostrou-se valioso para o tratamento destas pessoas, uma vez que lhes permitiu expressar os seus sentimentos de forma criativa e lúdica, algo que contribuiu para o seu processo de recuperação e bem-estar psicológico.

3.2.3. Aplicação do Projeto

Em primeiro lugar, importa destacar que iniciei o meu percurso ao acompanhar as formações ministradas por uma das técnicas de ORVC. Tais formações, prestadas de forma sistemática e organizada, envolveram um total de 25 horas dedicadas ao tema "Comunicação - Formas de Comunicar" e 10 horas à temática de "Atividades de vida diária - compras/tratamento de vestuário/ limpeza/gestão orçamental", destinadas a cada grupo participante. Importa ainda salientar que foi por através da formação referente à comunicação que pude verificar a viabilidade de implementar o meu projeto, que, precisamente, assentava numa forma de comunicação.

Não obstante, dei continuidade à minha colaboração na preparação das formações ministradas pela técnica, assumindo diversas tarefas, tanto na vertente da apresentação como na elaboração de materiais didáticos, tais como PowerPoints, vídeos, postais, dinâmicas, cartazes, entre outros. Uma das apresentações em questão, foi realizada em alusão ao Dia Internacional da Mulher, idealizada pela técnica responsável mencionada anteriormente, que ao reconhecer a relevância do tema, optou por conduzir uma breve exposição¹³ acerca da temática, seguida por uma atividade, que consistiu na confeção de uma rosa em cartolina¹⁴. Um trabalho manual cuja duração variou de acordo com o grupo, sendo que o grupo misto naturalmente levou mais tempo para concluir a atividade em relação ao grupo composto exclusivamente por mulheres, que a realizaram de forma mais célere. Para além disso, os participantes foram também orientados a criar um cartão

¹³ Cf. apêndice II

¹⁴ Cf. Anexo I

comemorativo, como forma de homenagear as mulheres que fazem parte de seu cotidiano¹⁵ (fossem elas mães, esposas, filhas, vizinhas ou até mesmo técnicas da Ana Jovem). De forma a comemorar o dia, foi necessário reunir previamente as informações necessárias acerca do tema para a sua exposição e posteriormente, foi-me incumbida a responsabilidade de transferir essas mesmas informações para uma apresentação PowerPoint, que seria utilizada durante a formação.

Atividade 1: A Arte de saber ler - Entre(linhas) e descobertas

Objetivo da atividade: Implementar a leitura como prática regular: Os participantes devem ser incentivados a tornar a leitura uma parte regular do seu dia-a-dia, reconhecendo os benefícios de manter esse hábito.

Estratégias: Reconhecer a leitura como uma estratégia eficaz para combater o stress; Promover a aquisição de competências de leitura crítica, compreensão e intervenção nos domínios da produção, análise e comunicação da informação.

Recursos: Vários exemplares do livro “O Príncipezinho”; Papel; Lápis; caneta;

Conforme mencionei anteriormente, o projeto foi aplicado de diferentes formas, adaptando-se às necessidades específicas de cada grupo. No entanto, a atividade inicialmente pensada consistia na leitura crítica de uma obra literária, funcionando como um clube de leitura. Foi solicitado às formandas que, para além da análise do livro selecionado, procedessem à identificação de palavras que julgassem complexas e assinalassem as frases que mais despertassem o seu interesse. Posteriormente, as palavras de difícil compreensão seriam descodificadas com o auxílio de um dicionário e as frases assinaladas serviriam como objeto de reflexão para a totalidade do grupo.

Tendo em vista as limitações de tempo que enfrentávamos, decidi escolher uma obra literária de menor extensão, resultando na seleção da obra "O Príncipezinho", da autoria de Antoine de Saint-Exupéry.

O livro "O Príncipezinho" é uma obra intemporal que aborda temas universais, como a amizade, o amor, a perda, a solidão, a responsabilidade e a identidade, de uma maneira poética e reflexiva. Este livro apresenta uma visão do mundo que nos encoraja a

¹⁵ Cf. apêndice III

olhar para além das aparências e a descobrir que o essencial é invisível aos olhos. Embora seja muitas vezes considerado um livro para crianças, "O Príncipezinho" é uma obra que pode ser apreciada por leitores de todas as idades. Na verdade, muitos adultos acham que a obra adquire um significado ainda maior à medida que envelhecem e experimentam as complexidades da vida. Esta obra pode ajudar a trazer uma nova perspetiva sobre as relações interpessoais, as escolhas que fazemos e as consequências que delas advêm. A sua leitura pode incentivar a reflexão sobre o que é realmente importante na vida e sobre o valor das pessoas e dos momentos que partilhamos com elas.

Inicialmente tinha pensado em aplicar esta atividade em todos os grupos, porém, o único grupo elegível (na medida em que era o único em que todos os integrantes sabiam ler) acabou por ser o grupo das mulheres.

A atividade decorreu de forma fluída, contando sempre com uma participação ativa e envolvente por parte do grupo, que se identificou com as personagens "tipo" da obra. Esta ligação acabou por estimular a partilha de experiências pessoais, frequentemente relacionando-as com os momentos vividos pelas personagens.

Importa realçar que na realização desta atividade não se procedeu a qualquer tipo de avaliação formal, em vez disso, privilegiou-se um ambiente propício à partilha e ao diálogo, onde o grupo teve a oportunidade de expressar a sua opinião e de fornecer um feedback em relação à atividade realizada de forma oral.

Observação da participação e desempenho dos formandos:
A atividade iniciou-se com um grupo inicial de 4 formandos que demonstraram um notável interesse e entusiasmo na leitura do livro. Conforme a atividade progrediu, o número de participantes aumentou para cerca de 10 formandos, indicando um crescente interesse. No entanto, é importante notar que, apesar do aumento no número de participantes, 3 deles não conseguiram concluir a leitura da obra. Isso resultou num alcance dos objetivos da atividade de aproximadamente 70%, considerando o número inicial de formandos que participaram efetivamente até o final.

Atividade 2: Comemoração do Dia Mundial da Poesia (21 de março)

Objetivos da atividade:

1. Apreciar e valorizar a poesia como forma de expressão artística e cultural: Os participantes devem compreender a importância da poesia como uma forma de expressão artística e cultural, que enriquece o patrimônio literário.
2. Criar poesias originais, demonstrando capacidades criativas na construção de versos, transmitindo emoções e pensamentos.

Estratégias: Aplicar a poesia como um meio de reflexão, demonstrando a capacidade de analisar, interpretar e extrair significado da linguagem poética; Comparar diferentes estilos literários, permitindo uma compreensão mais ampla da diversidade presente na literatura;

Recursos: Áudio, computador, quadro branco.

O Dia Mundial da Poesia, comemorado a 21 de março, é uma data que celebra a poesia como forma de expressão artística e cultural. Reconhecido pela UNESCO em 1999, aquando da realização da 30ª Conferência Geral da Unesco, este dia destaca a "diversidade do diálogo, a livre criação de ideias através das palavras, da criatividade e da inovação" (Cultura Portugal, 2022).

As estratégias consideradas tiveram como objetivo principal promover um acesso mais eficiente à leitura poética e ao conhecimento, consciencializar acerca da importância crucial da prática da leitura e reconhecer os benefícios que a leitura pode proporcionar para o equilíbrio emocional. Através dessas abordagens, pretende-se fortalecer a relação entre os formandos e a leitura, promovendo o seu papel transformador e enriquecedor no desenvolvimento pessoal e intelectual.

Grupo 1

Procedeu-se à análise dos dois poemas selecionados: "Sísifo", de Miguel Torga, e "Poema XXI", de Alberto Caeiro. Considerando a presença de dois participantes do grupo que não possuíam competências de leitura ou de escrita, optei por ler os excertos dos poemas em voz alta para o grupo e incluí um áudio na apresentação para melhorar a compreensão e interpretação dos poemas. Ao longo desta atividade, os participantes entrosaram-se de forma ativa na análise dos poemas, fazendo referências a situações das suas próprias vidas, do seu passado e do seu quotidiano. De seguida, foi então realizada uma dinâmica de avaliação conjunta, com o objetivo de encorajar os alunos a escreverem o seu próprio poema, avaliando assim a sua originalidade, a qualidade

poética e a capacidade de transmitir emoções e ideias através da poesia. Solicitou-se que cada participante contribuísse com pelo menos uma linha para o poema e que estimulasse a sua imaginação e a sua criatividade. O poema foi registado tanto no quadro branco, como num documento Word¹⁶.

Observação da participação e desempenho dos formandos:

Na atividade em questão, que envolveu 8 participantes, foi possível observar um distinto nível de envolvimento e entusiasmo por parte dos formandos. Todos demonstraram interesse ativo, manifestaram vontade de participar na atividade e solicitaram a possibilidade de ficar com o poema por eles criado, bem como que os seus nomes fossem incluídos no mesmo. É possível afirmar que o desempenho chegou ao alcance dos objetivos, atingidos a 100%.

Grupo 2

Com este grupo, devido à falta de interação e reflexão crítica, a atividade de quebra-gelo revelou-se inviável. Por conseguinte, iniciou-se a apresentação com a exposição de um único poema, escolhido pela sua simplicidade e linguagem acessível, o poema de Alberto Caeiro. Como poeta da natureza, Caeiro aborda temas como o campo, a fauna e a flora, uma área conhecida pelos integrantes do grupo, uma vez que os mesmos se identificavam ou trabalhavam diretamente nesse meio. Tal como no grupo anterior, foi realizada a leitura do poema através de uma apresentação previamente criada para esse efeito¹⁷ e à audição do poema por um declamador de poesia através do Youtube. Contudo, em comparação com o primeiro grupo, esta tarefa mostrou-se mais desafiadora devido às dificuldades de visão e audição dos formandos.

Embora não tenha sido possível incentivar um debate entre todos os participantes, esforcei-me por incutir algumas reflexões presentes no poema e apesar de terem sido pouco participativos, os participantes manifestaram, oralmente, ter apreciado a atividade e o poema em si. Posteriormente, deu-se início à atividade seguinte, que consistia na elaboração de uma colagem de imagens através de revistas e jornais disponibilizados para o efeito, com o intuito de "ilustrar" o poema. A premissa era simples: uma vez que o poema transmitia a importância dos momentos menos bons

¹⁶ Cf. Anexo II

¹⁷ Cf. Apêndice VIII

como uma forma de valorizar ainda mais os momentos bons, foi distribuída uma folha de papel para que os participantes, de um lado, colocassem imagens que evocassem alegria e coisas boas e, do outro lado, imagens que lhes causassem tristeza e sentimentos menos positivos. Os participantes foram encorajados a explorar a sua imaginação e a utilizar diversos materiais disponíveis, tais como marcadores, lápis de cor, cartolinas, entre outros, de forma a construírem as suas colagens. Finalizadas as atividades, os participantes manifestaram interesse em levar consigo os seus trabalhos para casa, solicitação esta que lhes foi prontamente atendida. Em conformidade, as colagens foram levadas por todos os elementos do grupo.

Observação da participação e desempenho dos formandos:

Na presente atividade, registou-se uma participação de 60% por parte dos formandos, com 3 dos 5 participantes a demonstrar algum interesse e vontade em participar na atividade. No entanto, é importante notar que o nível de envolvimento não foi muito elevado, sugerindo um interesse moderado na atividade proposta.

No que diz respeito ao desempenho, os objetivos da atividade foram alcançados apenas parcialmente, de aproximadamente 60%.

Grupo 4

No caso do grupo 4 deu-se início à atividade com a leitura do poema “Sísifo”, da autoria de Miguel Torga. À semelhança dos grupos anteriores, foi elaborada uma apresentação com o propósito de explorar o poema e as participantes foram incentivadas a envolver-se na leitura do mesmo. Da mesma forma que nos grupos anteriores, foi igualmente disponibilizado um áudio de forma a aprimorar a compreensão do referido poema.

Foram realizadas duas atividades subsequentes, ambas relacionadas à mensagem primordial do poema: a importância de recomeçar e de fazer de novo. Para isso, foi proposto às participantes que, em primeiro lugar, elaborassem uma lista de objetivos que gostariam de alcançar num futuro próximo. De seguida, foi-lhes solicitado que escrevessem uma carta dirigida a elas próprias, na qual reconhecessem todas as suas concretizações até o momento e se parabenizassem pelo progresso já conquistado. O intuito destas duas atividades foi encorajar as participantes a concentrarem-se nas

conquistas obtidas até o momento, bem como inspirá-las a continuar esta caminhada, rumando no sentido dos seus objetivos.

Observação da participação e desempenho dos formandos:

A maioria dos sete formandos teve uma participação positiva, sendo que cinco deles mostraram-se ativos e entusiasmados, contribuindo significativamente para atingir os objetivos. Os outros dois, mais reservados, também cumpriram as tarefas satisfatoriamente. Isso resultou numa taxa de participação ativa de cerca de 71,4%.

Atividade 3: Comemoração Dia do Livro Português (26 de março)

Objetivos da atividade:

1. Reconhecer o valor e aumentar o conhecimento da literatura;
2. Promover o desenvolvimento de competências que incentivem a avaliação crítica e a compreensão;

Estratégias: Implementar hábitos de leitura; Promover a discussão de obras e autores portugueses;

Recursos: Cartolinas de cores variadas; Projetor; Computador.

Considere importante celebrar o Dia do Livro Português com os grupos devido a sua importância, na medida em que a celebração visa, principalmente, valorizar e promover a riqueza cultural e literária do país. Celebrada a 26 de março, esta data é uma oportunidade para os portugueses enaltecerem a sua produção literária, homenagearem os seus autores e estimularem o hábito da leitura.

A literatura é uma forma de expressão artística que desempenha um papel fundamental na preservação da identidade, da cultura de um povo. Através da escrita, é possível conhecer a história, as tradições, as ideias e os valores de uma nação. No caso de Portugal, país com uma tradição literária rica e reconhecida mundialmente, celebrar o Dia do Livro Português é uma maneira de preservar e difundir essa herança cultural.

A celebração desta data proporciona a oportunidade de destacar a diversidade e a qualidade da literatura portuguesa, valorizando autores como Fernando Pessoa, José Saramago, Eça de Queirós, Florbela Espanca, Sophia de Mello Breyner Andresen e muitos outros, que deixaram um legado literário que merece ser valorizado e conhecido

tanto dentro como fora do nosso país. O Dia do Livro Português é uma excelente oportunidade para reaver e divulgar essas obras de forma a captar o interesse de novos leitores e a manter o apetite de quem já conhece.

Nesta altura só foi possível realizar esta atividade com um grupo, pois todos os outros já tinham terminado o número de horas de formação. Assim, criei uma apresentação¹⁸, que mais tarde foi exposta aos participantes, com o objetivo de lhes dar a conhecer a importância deste dia e criar um debate acerca das obras e dos autores de origem portuguesa que os mesmos conheciam.

Posteriormente, foi sugerido ao grupo a elaboração de marcadores de livros personalizados. A proposta visava criar marcadores únicos, decorados de acordo com os gostos individuais de cada participante, com o objetivo de tornar a experiência de leitura mais íntima e prazerosa, incentivando assim, a estima pela atividade. No entanto, os membros do grupo optaram por não realizar a tarefa proposta, alegando cansaço, e por esse motivo, não foi imposto que o fizessem.

Observação da participação e desempenho dos formandos:

Na atividade em questão, dos 10 participantes envolvidos, observou-se que os formandos demonstraram um interesse significativo e estiveram dispostos a partilhar os seus conhecimentos. No entanto, houve uma relutância generalizada por parte dos formandos em participar ativamente na atividade proposta. Considerando esses dados, pode-se estimar que aproximadamente 30% (3 em cada 10) dos formandos estiveram dispostos a participar ativamente na atividade, enquanto os restantes 70% (7 em cada 10) optaram por não se envolver plenamente. Assim, embora a maioria dos formandos tenha demonstrado interesse e tenha partilhado conhecimentos, a falta de participação ativa por parte de alguns pode ter afetado o alcance completo dos objetivos da atividade. Portanto, é fundamental explorar estratégias para envolver todos os formandos de forma mais eficaz em futuras atividades, a fim de maximizar o sucesso global do programa de formação.

¹⁸ Cf. apêndice XIII

3.3. Considerações

As formações decorreram no período entre 1 de março e 11 de maio, desempenhando um papel crucial na realização do meu projeto de estágio. O tempo disponível para concretizar o projeto durante as formações foi limitado e não foi suficiente para abranger todo o conteúdo planejado. No entanto, foi possível executar o projeto sem enfrentar grandes obstáculos. Isso ressalta a importância de uma planificação cuidadosa para otimizar o tempo, considerando o público-alvo e garantindo a cobertura de conteúdos relevantes e envolventes, capazes de cativar os participantes em relação à temática da leitura e seus benefícios.

De acordo com Barros (2021), a leitura é uma ferramenta multifacetada que oferece uma compreensão mais profunda, enriquecimento cultural e estimula a criatividade. Barros (2021, p.210) ao citar Cardoso (2007, p.1) afirma ainda que os benefícios não contribuem apenas para uma vida mais plena e enriquecedora, mas também para a formação de cidadãos conscientes.

Esta experiência levou-me a refletir sobre a importância de ver a leitura como mais do que uma simples atividade. A leitura, que de acordo com Barros (2021), é um processo transformador que desperta a nossa capacidade de absorção e reflexão, desafia-nos a ir além da passividade e a desempenhar um papel ativo na construção do nosso conhecimento e na nossa contribuição para a sociedade. A cada página que viramos, avançamos na construção de uma comunidade que valoriza o pensamento crítico, a participação ativa e uma compreensão mais profunda. Deste modo, compreende-se que a leitura exerce um papel fundamental na formação de cidadãos conscientes e críticos. (Barros, 2020, p.211).

Conclusão

Considero que o estágio no âmbito de Centro Qualifica da Profiforma, integrado no segundo ano do mestrado em Ciências da Educação, constituiu uma etapa fundamental para o meu desenvolvimento profissional. Este estágio representou uma excelente oportunidade de adquirir conhecimentos práticos e teóricos sobre a formação de indivíduos em diferentes fases da vida.

Durante o período de nove meses, mergulhei neste universo, compreendendo as necessidades e os desafios enfrentados pelos adultos que procuram melhorar as suas competências e os seus conhecimentos. Tive a possibilidade de interagir com os formandos, de conhecer as suas trajetórias de vida, e os seus testemunhos permitiram-me ampliar a minha perspetiva acerca da importância da educação ao longo da vida, que possui um papel fundamental não só na transformação pessoal como também social do adulto. Além disso, tornei-me mais consciente da relevância dos programas de qualificação para adultos.

A Profiforma, como instituição acolhedora, revelou-se aberta e recetiva às minhas ideias, proporcionando um ambiente propício à inovação e ao crescimento. Esta disponibilidade fortaleceu a minha autoestima e proporcionou o desenvolvimento de competências no âmbito da gestão e da liderança. Tanto na Profiforma como no Centro Qualifica, tive o privilégio de colaborar com profissionais experientes e dedicados, que me orientaram e partilharam os seus conhecimentos. Aprendi sobre diferentes estratégias de motivação e sobre como adaptar as abordagens pedagógicas para corresponder às necessidades específicas dos adultos.

Uma das experiências mais memoráveis durante o estágio foi a oportunidade de desenvolver e implementar o meu próprio projeto. Esta experiência permitiu-me colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do curso, tais como as competências intrínsecas à educação e formação de adultos, a execução de intervenções socioeducativas e respetivo planeamento, a atuação em contextos educativos e formativos com diversos indivíduos e grupos, a elaboração e execução de projetos educativos e os benefícios subjacentes à aplicação de dinâmicas de grupo no contexto de formação. Foi ainda vantajoso na medida em que me possibilitou exercitar a minha criatividade e capacidade de resolução de problemas.

Esta jornada proporcionou-me um contacto direto com as exigências e desafios do mercado de trabalho e acredito que me encontro agora mais bem preparada para abraçar a minha futura carreira com confiança, compreensão e um forte compromisso com a educação ao longo da vida.

Bibliografia

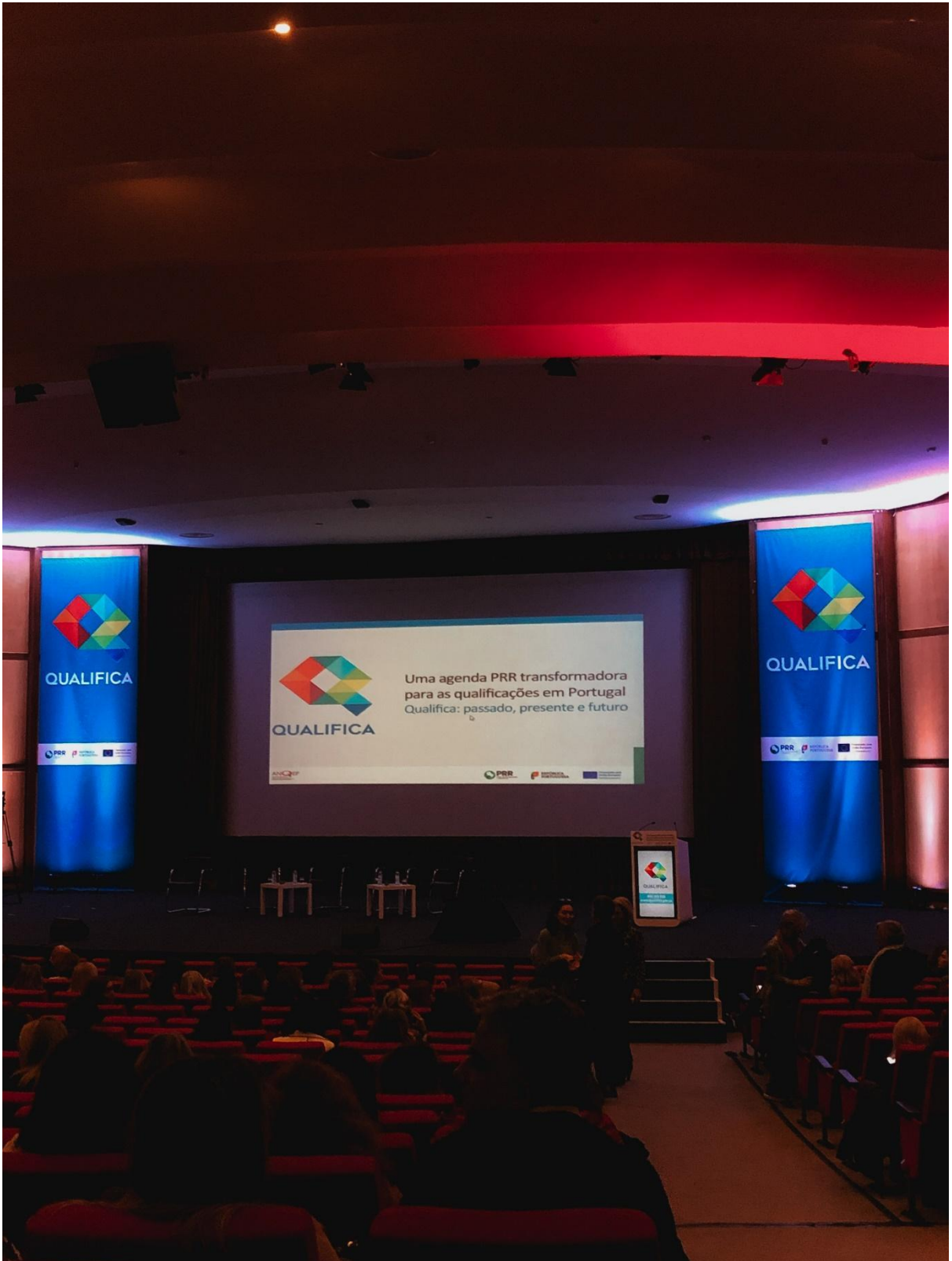
- A. Bennett. (2013). Atividade cognitiva ao longo da vida, carga neuropatológica e envelhecimento cognitivo. *Neurology*, 81(4), 314.
<https://doi.org/10.1212/WNL.0b013e31829c5e8a>
- Andersen, K. G., Rambaut, A., Lipkin, W. I., Holmes, E. C. & Garry, R.F. (2020). The proximal origin of SARS-CoV-2. *Nature Medicine*, 26(4), 450–452.
doi:10.1038/s41591-020-0820-9
- Anjos, M. (2017, setembro) A importância da comunicação da missão, visão e valores para os empregados. *Comunicação com Líderes e Empregados*,3.
- ANQEP, I.P. (2017). Orientação metodológica nº 1 - reconhecimento, validação e certificação de competências escolares – RVCC escolar. Lisboa: Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional.
- Barros, M. (2021). A leitura nas prisões: Benefícios para todos. Em *Produção Académica e Pluralidade* (p. 263). *Pembroke Collins*.
- Biblioteca Nacional de Portugal. (s.d.). Dia Mundial da Poesia. Retirado de <https://www.bnportugal.gov.pt/>
- Booth, T., & Ainscow, M. (2002). *Index para Inclusão: Desenvolvendo a Aprendizagem e a Participação na Escola*.
- Bury, L. (2013, outubro 8). Ler ficção literária melhora a empatia, indica estudo. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/books/booksblog/2013/oct/08/literary-fiction-improves-empathy-study>
- Comissão Europeia. (2023, março). Educação e formação de adultos. *Educação e Formação de Adultos*. <https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/pt-pt/national-education-systems/portugal/educacao-e-formacao-de-adultos>
- Conceito de missão. (sem data). *Conceito.de*. Obtido 11 de julho de 2023, de <https://conceito.de/missao>
- Coutinho, C. P., & Lisbôa, E. S. (2011). Sociedade da informação, do conhecimento e da aprendizagem: Desafios para educação no século XXI. *Revista de Educação*, 18(1), 5-22. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/14854>

- De Sabino, M. M. D. C. (2008). Importância educacional da leitura e estratégias para a sua promoção. *Revista Iberoamericana de Educación*, 45(5), 1–11. <https://doi.org/10.35362/rie4552028>
- Decreto-Lei n.º 357/2007 de 29 de outubro do Ministério da Educação. *Diário da República: I série n.º 208* (2007).
- Dia Mundial da Poesia 2022. (sem data). Portal da Cultura. Obtido 12 de julho de 2023, de <http://culturaportugal.gov.pt/pt/saber/2022/03/dia-mundial-da-poesia-2022/>
- Diário da República*. (2016). Portaria n.o 232/2016, de 29 de agosto | DR. *Diário da República*.
- Diário da República* (2022). Regula o reconhecimento, a validação e a certificação de competências no âmbito do Programa Qualifica | DR. *Diário da República*.
- Equipe editorial de Conceito.de. (15 de Janeiro de 2012). Missão - O que é, conceito e definição. *Conceito.de*. <https://conceito.de/missao>.
- Ferreira, S., Carvalho, J. S., & Candeias, A. I. (2015). A leitura como instrumento de inclusão social de indivíduos com dependência de drogas: uma intervenção baseada na terapia da leitura. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 20(3), 307-320.
- Fonseca, A. C. M. (2017). A leitura na prisão: contributos para a educação em cidadania. (Tese de Doutoramento). Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Retirado de <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/108065/2/222962.pdf>
- Freire, P. (2000). *Pedagogia da indignação: cartas pedagógicas e outros escritos*. São Paulo: Unesp.
- Menegócio, A. M., Pivello, L. G. P., Queiroz, P. H. B., & Ziliotto, G. C. (2019). Projeto Biblioterapia, a leitura para usuários do Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas III como forma de reflexão de vida: relato de experiência. *Revista Intellectus*, (51), 60. ISSN 1679-8902.
- Marcos, A., Perez, L. G., Breno, P. H., & Cardoso, G. (2019). Projeto biblioterapia, a leitura para usuários do centro de atenção psicossocial álcool e drogas iii como forma de reflexão de vida: relato de experiência.
- Marques, A. C. (2015, setembro 6). 4 benefícios de ler um bom livro. *Observador*. <https://observador.pt/2015/09/06/4-beneficios-ler-um-bom-livro/>

- Online Etymology Dictionary. (n.d). Online Etymology Dictionary. retirado de <https://www.etymonline.com/>
- Pacheco, J. (2014). Aprender em comunidade. *Revista Lusófona de Educação*, (26).
- Pacheco, J. (2019). O fim da escola como a conhecemos: Novas estratégias educacionais para um mundo em constante mudança. Porto Editora.
- Perrenoud, P. (2002). Dez novas competências para ensinar. Porto Editora.
- Portaria n.º 61/2022. Regula o Reconhecimento, a Validação e a Certificação de Competências no âmbito do Programa Qualifica. *Diário da República: Série I*, n.º 21 (2022).
- Portaria n.º 86/2022, Educação e Trabalho, Solidariedade e Segurança Social. *Diário da República: I série*, n.º. 25 (2022).
- Robert S. Wilson, Patricia A. Boyle, Lei Yu, Lisa L. Barnes, Julie A. Schneider, & David Silva, J. M. (2008). Líderes e lideranças em escolas portuguesas: trajectos individuais e impactos organizacionais. Editora Almedina.
- Skrtic, T. M. (1991). Behind special education: A critical analysis of professional culture and school organization. Denver, CO: Love Publishing.
- Souza, L. G. S., & Pinheiro, L. B. (2012). Oficinas terapêuticas em um Centro de Atenção Psicossocial - álcool e drogas. *Aletheia*, (38-39), 218-227 Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/3375/2513>
- UNESCO. (s.d.). Dia Mundial da Poesia. Retirado de <https://www.un.org/en/observances/poetry-day> Biblioteca Nacional de Portugal. (sem data). Obtido 12 de julho de 2023, de <https://www.bnportugal.gov.pt/>
- Universidade de Coimbra. (2022). Plano de Estudos—Mestrado em Ciências da Educação.
- Universidade de Coimbra. (2016). Regulamento do Estágio Curricular do Ciclo de Estudos Conducente ao Grau de Mestre em Ciências da Educação da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra. https://www.uc.pt/regulamentos/uo/uei/fpce/vigentes/regulamento_estagio_curricular_mestrado_ciencias_educacao_FPCEUC

Apêndices

Apêndice I – Encontro Nacional de CQ, Santarém



Apêndice II - Análise SWOT da Plataforma SIGO

Análise SWOT	
Forças	Fraquezas
<ul style="list-style-type: none"> - A plataforma SIGO é uma ferramenta de utilização simples e intuitiva. - Na fase da orientação, permite copiar as ações de um candidato para outros candidatos na mesma situação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Uma vez que se trata de uma ferramenta tecnológica, a sua utilização está sujeita a falhas técnicas, como problemas de conexão ou de sistema, o que pode prejudicar o trabalho do técnico. - Inserir as informações na plataforma e criar as ações pode ser um processo custoso e demorado, uma vez que a plataforma digital é lenta e entra muitas vezes, sem aviso prévio, em manutenção. - A descrição das ações só possui 400 caracteres, o que acaba por ser muito limitado.
Oportunidades	Ameaças
<ul style="list-style-type: none"> - A utilização do SIGO pode aumentar a eficiência e a produtividade da instituição, permitindo um melhor planeamento dos processos. - A plataforma SIGO permite o acesso às informações em tempo real, acessíveis a todos os centros do país 	<ul style="list-style-type: none"> -A plataforma SIGO pode apresentar vulnerabilidades de segurança

Apêndice III - Apresentação do Dia Internacional da Mulher



Origem

Foi oficialmente criado pela ONU (Organização das Nações Unidas) em 1977.

Estes 2 eventos foram determinantes para a oficialização da data:

1911 - O incêndio numa fábrica de roupas em Nova York, que revelou as terríveis condições de trabalho a que as mulheres eram submetidas.

1917- um marco da História Contemporânea, a marcha das mulheres russa por pão e paz, que deu início a uma revolução global.

1848

França

Em 1848, França conheceu uma nova revolução: as mulheres reivindicavam a igualdade jurídica, o direito ao voto e a equiparação de salários, algo que mais tarde originou a famosa Revolução Francesa.



1911

EUA, 25 de março

Ocorreu o incêndio mais mortal da cidade de Nova York, tendo morto 146 pessoas no total: 23 homens e 123 mulheres.

As portas da fábrica estavam trancadas, de forma a impedir que as mulheres fizessem pausas durante o turno, o que fez com que as hipóteses de escapar daquele incêndio fossem quase nulas. Para além disso, os jornais revelaram as péssimas condições de trabalho das vítimas: cargas horárias de mais de 16 horas diárias e salários incrivelmente baixos eram alguns dos factores.



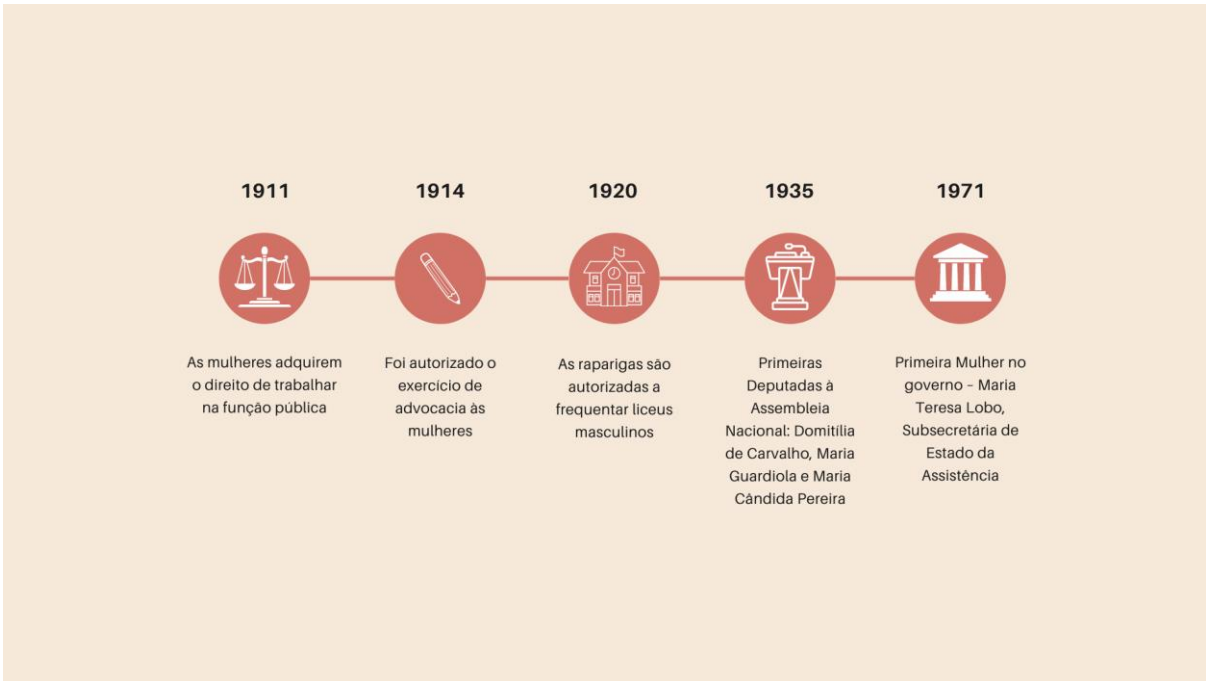
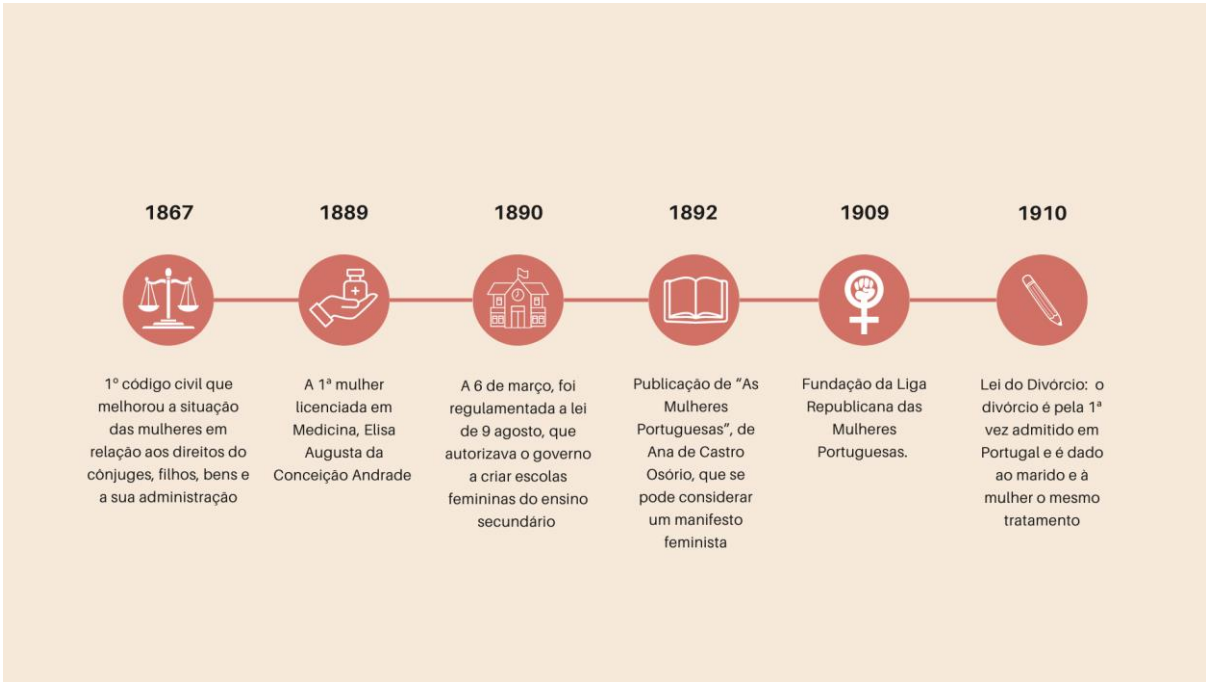
1917

Rússia, 8 de março

Batizado de "Pão e Paz", este protesto liderado por mulheres reivindicava melhores condições de trabalho, dizendo não à fome e à guerra, mas acabou por ir muito mais longe, despertando nada mais nada menos do que a Revolução Russa.



Destacamos no percurso
Histórico das mulheres em
Portugal:



A 1ª Mulher a votar em Portugal

Carolina Beatriz Ângelo foi a **primeira mulher cirurgiã** e a **primeira mulher a votar** em Portugal (e possivelmente em toda a Europa) nas eleições da Assembleia Constituinte, no ano de 1911.



Após a revolução de 25 de Abril de 1974...

A Engenheira Maria de Lurdes Pintassilgo, secretária de Estado da Segurança Social, foi convidada pelo presidente da República António Ramalho Eanes para ocupar o cargo de Primeira-Ministra, posição que exerceu durante 100 dias.

Foi a 1ª e única Primeira Ministra em Portugal.

Atualidade

Desde 1975, que o dia 8 de março é um dia importante para as mulheres de todo o mundo. Tem sido, tradicionalmente, um dia para celebrar os sucessos no que diz respeito aos direitos das mulheres e, ao mesmo tempo, para destacar as mais sérias desigualdades existentes entre os dois sexos.



48 anos depois, será que ainda é necessário continuar a fazê-lo?

A resposta é sim.
E seguem seis razões que provam
que o Dia Internacional da Mulher é,
nos dias de hoje, mais importante do
que nunca.

1º.

Mulheres e raparigas impossibilitadas de aceder a abortos quando precisam deles
desesperadamente

39% da população do mundo vive em países onde o aborto é proibido ou apenas permitido se a vida ou a saúde da mulher estiverem em risco. Entre eles está o Chile, onde interromper a gravidez não é permitido em nenhuma circunstância. Neste país, mulheres que carreguem fetos com problemas de saúde são obrigadas a levar a gravidez até ao fim.

Forçar uma mulher a suportar a dor de carregar um feto até ao fim, quando sabe que o mesmo vai morrer, não será um ato de tortura?



2º.



Raparigas continuam a ser obrigadas a casar

Mais de 700 milhões de mulheres atualmente vivas casaram antes de completarem os 18 anos - destas, 1 em cada 3 tinha menos de 15 anos - segundo a UNICEF.

Quando uma menina é obrigada a casar, normalmente tal implica deixar a escola e aceitar engravidar cedo e, muitas vezes, consecutivamente.

3º.

A violação no seio do casamento não é sempre considerada violação

Muitos países continuam a não considerar explicitamente a violação conjugal como crime. Na Tunísia, por exemplo, o sexo é considerado um dever marital tanto para homens, como para mulheres. Na realidade isso implica que as mulheres se sentem obrigadas a aceitar as exigências dos maridos.

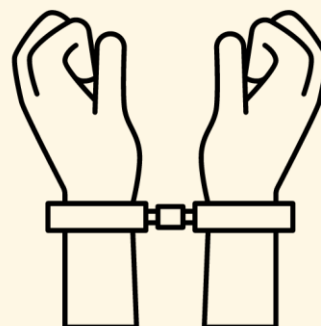


4º.

Mulheres estão a ser colocadas atrás das grades durante décadas por sofrerem abortos espontâneos

Aconteceu em El Salvador e na Nicarágua, tal como nos Estados Unidos da América.

Mulheres destes países foram presas após sofrerem abortos espontâneos ou por complicações relacionadas com a gravidez - e foram presas durante décadas. Isto só acontece em locais onde o aborto é ilegal, as mulheres são consideradas culpadas do crime de "homicídio qualificado".



5º.

Sobreviventes de esterilização forçada continuam à espera que seja feita justiça

Ao longo da história, a esterilização de pessoas contra a sua vontade tem sido usada como forma de controlar a população de alguns dos grupos mais marginalizados da sociedade: os portadores de deficiência, pessoas a viver em situação de pobreza e minorias étnicas. As mulheres são um dos principais alvos. Na década de 1990 foram esterilizadas no Peru cerca de 200.000 pessoas sem o seu consentimento informado. Eram sobretudo indígenas ou mulheres pobres. Passaram-se 18 anos e as vítimas continuam a pedir que seja feita justiça.



6º.

Mulheres continuam a ser assediadas sexualmente em locais públicos

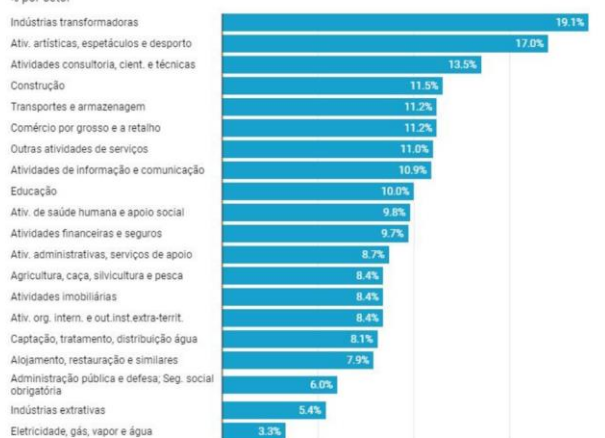
O assédio sexual é uma realidade diária para as mulheres, onde quer que se encontrem. Um estudo das Nações Unidas revela que 43% das mulheres jovens a viver em Londres, no Reino Unido, já foram assediadas na rua. Em Port Moresby, na Papua Nova Guiné, a ONU descobriu que 90% das mulheres e raparigas já sofreram algum tipo de violência sexual.



Diferença salarial entre Homens e Mulheres

Diferença Salarial entre homens e mulheres

% por setor



Fonte: Jornal Expresso, dados de 2022

Disparidade salarial de género por país da UE*

[diferença de rendimento médio bruto por hora entre mulheres e homens como % do rendimento bruto masculino**]



Fonte: Parlamento Europeu, dados de 2020

"Eu não sou livre enquanto qualquer
mulher é prisioneira, mesmo que as
suas correntes sejam diferentes das
minhas."

Audre Lorde, poeta e ativista pelos direitos civis

"Não há limites para o que podemos
alcançar juntas."

Michelle Obama

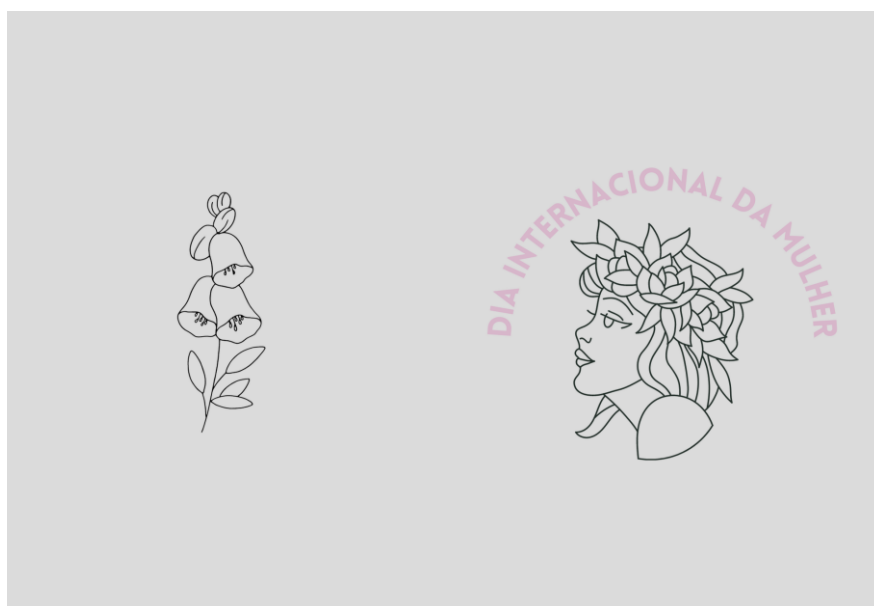
Feliz Dia da Mulher!

Apêndice
Postal Dia

IV-



Internacional da Mulher



Apêndice V – Apresentação da análise da obra

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry



O livro escolhido...

O Príncipezinho

O livro foi originalmente publicado em 1943 e consiste numa fábula poética que conta a história de um jovem príncipe de um pequeno asteroide, que viaja pelo universo à procura de significado.

Ao longo da história, o príncipezinho aprende valiosas lições sobre o amor, a amizade, a responsabilidade e a vida.

O livro é famoso pela sua linguagem simples e poética, bem como pelas ilustrações (criadas pelo próprio Saint-Exupéry).

"O Príncipezinho" é considerado um clássico da literatura francesa e é amplamente lido em todo o mundo. A obra já foi traduzida para mais de 300 idiomas e dialetos e já vendeu mais de 200 milhões de cópias em todo o mundo.

Sobre o autor...

Antoine de Saint-Exupéry

Foi um escritor e aviador francês que viveu entre os anos de 1900 e 1944. A sua obra mais conhecida, «O Príncipezinho», é também um dos livros mais vendidos e traduzidos em todo o mundo.

Além de escritor, Saint-Exupéry era aviador e trabalhou na área de aviação comercial, mas também como piloto durante a Segunda Guerra Mundial.



Sobre o autor...

Antoine de Saint-Exupéry

Durante a sua vida, Saint-Exupéry escreveu diversos romances e ensaios, que refletiam a sua experiência como aviador.

Os seus livros são conhecidos pela sua prosa poética, que mistura observações detalhadas com reflexões filosóficas sobre a vida, o amor e a morte.

Infelizmente, Saint-Exupéry desapareceu em 1944 durante uma missão de reconhecimento aéreo na Segunda Guerra Mundial e o seu corpo nunca foi encontrado. A sua obra mais conhecida, no entanto, continua a inspirar e a encantar leitores em todo o mundo.



Um pequeno resumo...

O Príncipezinho



Um pequeno resumo...

O Príncipezinho

A história começa com o narrador, um piloto, que ao despenhar-se no deserto do Saara, encontra o Príncipezinho.

O Príncipezinho conta alguns aspetos da sua vida ao narrador (o seu pequeno planeta, a sua rosa, o seu dia a dia...) Para além disso, ele menciona as suas viagens aos outros planetas e a respetivas interações com os habitantes dos mesmos.

Ao longo da história, o Príncipezinho aprende sobre o amor, a amizade e a responsabilidade. Percebe a importância das relações humanas e aprende a lidar com os seus sentimentos. Eventualmente, o Príncipezinho decide voltar para seu planeta de origem, de forma a cuidar da sua rosa, e o narrador é resgatado do deserto.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o significado do desenho da jibóia que engoliu um elefante?

"Por que é que um chapéu fazia medo?
[...] Desenhei então o interior da jibóia, para que as
pessoas grandes pudessem compreender.
Elas têm sempre necessidade de explicações."

É o ícone que nos ensina a ver além das aparências.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

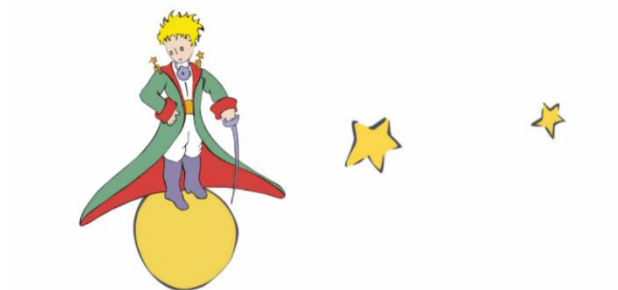
Qual é o significado do desenho da jibóia que engoliu um elefante?

O desenho da jibóia que engoliu um elefante representa a importância da imaginação e da criatividade na vida das pessoas, especialmente das crianças. Também pode ser interpretado como uma metáfora para a capacidade de compreender as coisas de forma diferente.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Quantos planetas visitou o príncipezinho?



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Quantos planetas visitou o príncipezinho?

Contando com o planeta terra, no total, o príncipezinho visitou 7 planetas. Cada um desses planetas trouxe-lhe aprendizagens e apresentaram uma crítica ou reflexão acerca da sociedade.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Asteroide B612 - o seu planeta de origem



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Asteroide B612 - o seu planeta de origem



É um planeta pequeno (tão pequeno que ele consegue ver o pôr do sol a qualquer hora do dia e atravessá-lo de uma ponta à outra em poucos passos).

Composto por três vulcões ativos e por uma única rosa.

Apesar de não ser detalhado, o planeta do Príncipezinho é uma metáfora para a inocência e a pureza da infância, onde as coisas são vistas com um olhar mais simples e ingênuo. É uma representação da simplicidade e da beleza da vida, que muitas vezes é obscurecida pela complexidade e agitação do mundo adulto.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do rei



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do rei



Este planeta é descrito como sendo muito pequeno, tendo apenas espaço suficiente para o rei e para o seu trono.

O rei é o único habitante e é retratado como uma personagem solitária e autoritária, que acredita que tem o poder de governar tudo e passa a maior parte do tempo a dar ordens vazias e a fazer decretos sem efeito.

É um rei sem súbditos, e por isso acaba por ser muito solitário e triste.

Esta personagem representa uma metáfora para a necessidade humana de poder e de controlo, e como esse caminho pode facilmente levar à solidão e ao isolamento.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do vaidoso



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do vaidoso



O vaidoso é uma personagem caricata, que acredita ser o homem mais importante do planeta, apesar de ser o seu único habitante. Passa o dia a admirar a sua própria imagem num pequeno espelho e exige ser admirado e respeitado.

Esta personagem é uma metáfora para a vaidade e a falta de humildade humana.

O vaidoso representa aqueles que se preocupam excessivamente com a sua imagem e prestígio, em vez de se concentrarem nas coisas mais importantes, como a amizade, o amor e a solidariedade.

O pequeno tamanho do asteroide e a solidão do vaidoso são uma crítica à futilidade dessa preocupação excessiva com a aparência.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do bêbado



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do bêbado

O bêbado é uma personagem melancólica, que passa o dia a beber para esquecer os seus problemas, mas desta forma, nunca consegue realmente escapar dos problemas. Este capítulo é uma metáfora para a dependência e a fuga da realidade através do álcool e outras substâncias.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do homem de negócios



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do homem de negócios

Este encontro representa a visão crítica do autor em relação à sociedade moderna e à procura incessável pelo sucesso material.

Este planeta é um lugar pequeno e rochoso, habitado por um homem de negócios que está constantemente ocupado a contar as suas estrelas e acumulando riquezas. Ele é tão obcecado pelas suas posses que nem se apercebe a beleza das estrelas que está a contar, porque para ele são apenas números.

O homem de negócios é uma personagem que perdeu a capacidade de apreciar a beleza da vida porque vive obcecado com as suas próprias coisas e não dá importância a relações interpessoais.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do acendedor do candeeiros



O Príncipezinho

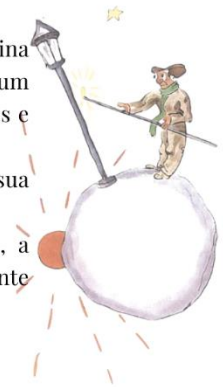
Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do acendedor do candeeiros

Esta personagem representa a importância do trabalho simples e da rotina diária na vida das pessoas. Neste planeta, que é o mais pequeno de todos, há um homem que é responsável por acender e apagar um candeeiro todas as noites e todas as manhãs.

Embora o trabalho possa parecer monótono e sem sentido, o homem leva a sua tarefa muito a sério e realiza-a com cuidado e atenção aos detalhes.

Isto mostra a importância do trabalho humilde e rotineiro na sociedade, a personagem é um exemplo de como as tarefas mais simples e aparentemente insignificantes podem ter um propósito e um valor significativo.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do geógrafo



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do geógrafo

O planeta do geógrafo é dez vezes maior que os anteriores e é um mundo completamente diferente. Este planeta não tem paisagens ou características físicas, é completamente abstrato, feito apenas de números e informações.

O geógrafo que habita o planeta é um personagem intelectual e sistemático, obcecado com a criação de mapas precisos e completos.

O príncipezinho questiona a existência de lugares bonitos com montanhas e rios mas o geógrafo responde que só se importa em desenhar mapas e em recolher informações, não se importa se são sobre coisas bonitas ou feias.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta do geógrafo

Este capítulo traduz-se numa metáfora para a ciência, que procura o conhecimento objetivo e impessoal.

O Príncipezinho conclui que os mapas do geógrafo não são úteis para ele, uma vez que ele procura algo mais profundo e significativo do que as informações objetivas que constam nos mesmos. No entanto é o geógrafo que o aconselha a visitar o planeta terra.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta terra

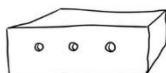


O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

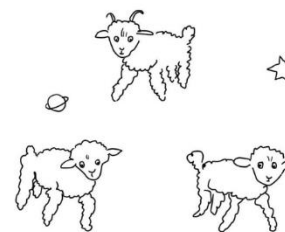
O planeta terra

Aos olhos do Príncipezinho, o planeta terra é um lugar estranho e confuso, habitado por seres humanos que são muito diferentes dele. Os adultos são retratados como preocupados com coisas materiais e superficiais, e muitas vezes incapazes de ver além do que está diante deles.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry



O príncipezinho conhece **dois tipos** de personagens neste planeta:

1. Aqueles que estão presos na sua própria solidão, como o comerciante de comprimidos para matar a sede.
2. Os que valorizam a amizade e o amor, como a raposa e o piloto (narrador).

Através da amizade com a raposa, o Príncipezinho aprende a importância de criar laços profundos com os outros e o facto de que todos os indivíduos são únicos. O narrador também se torna um amigo próximo, ao partilhar a sua sabedoria e compreensão das complexidades da vida na Terra.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

O planeta terra

O planeta Terra é caracterizado como um lugar habitado por seres humanos que muitas vezes são superficiais e presos na sua própria solidão. No entanto, também é um lugar onde a amizade e o amor são valorizados e podem ser encontrados se as pessoas estiverem dispostas a procurá-los.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Elementos que nos ajudam na interpretação da obra...



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o papel do avião na história?



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o papel do avião na história?



O avião representa o meio de transporte que o narrador usa para ir e vir entre os diferentes planetas que visita, pode simbolizar a procura pela sabedoria e pelo conhecimento.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o papel dos embondeiros?



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o papel dos embondeiros?

Os embondeiros são uma metáfora para os problemas e responsabilidades que enfrentamos na vida, que podem parecer pequenos e insignificantes, mas se não forem cuidados, podem crescer e tornarem-se grandes problemas, que afetam as nossas vidas e a vida das pessoas ao nosso redor.

O Principezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Google


embondeiros

Tudo Imagens Compras Maps Videos Notícias Livros Voos Finanças Ferramentas de p

Baobás

Plantas

Vista geral Classificações inferiores



Adansonia é um género de plantas com flor que agrupa as espécies de árvores das regiões tropicais áridas e semiáridas conhecidas por baobás, embondeiros, imbondeiros ou calabaceiras. [Wikipedia](#)

Nome científico: *Adansonia*

Classificação superior: [Malvaceae](#)

Classe: [Magnoliopsida](#)

Género: *Adansonia*; L.

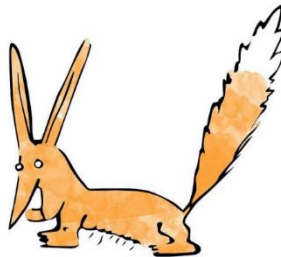
Ordem: [Malvales](#)

Reino: *Plantae*

O Principezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o significado do encontro do Principezinho com a raposa?

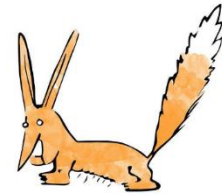


O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o significado do encontro do Príncipezinho com a raposa?

O encontro do Príncipezinho com a raposa representa a amizade e a importância de estabelecer laços com outras pessoas. Lembra-nos a importância de cuidar das coisas que amamos e da responsabilidade que vem com isso.



O Príncipezinho

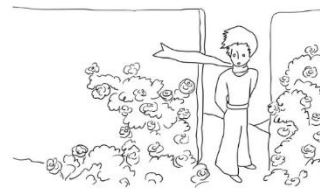
Antoine de Saint-Exupéry

Qual é a importância da descoberta das rosas no planeta terra?



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry



Qual é a importância da descoberta das rosas no planeta terra?

Quando o Príncipezinho chega à Terra, fica encantado com a quantidade de rosas que encontra, mas ao mesmo tempo, não consegue deixar de se sentir um pouco desiludido porque pensava que a sua era única no universo.

As rosas simbolizam a ideia de que cada ser humano é único e tem as suas próprias características e qualidades, assim como cada rosa é única e tem as suas próprias pétalas e o seu próprio aroma.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é a importância da descoberta das rosas no planeta terra?

A importância do cuidado e da atenção que devemos dedicar a cada um é destacado neste excerto, já que o Príncipezinho aprende que a sua flor não é menos valiosa só porque existem outras semelhantes.

A descoberta das rosas também pode ser interpretada como um lembrete da importância de valorizar as coisas simples e preciosas da vida, mesmo que estas possam parecer comuns ou banais. Destaca-se a necessidade de prestar atenção aos detalhes e de apreciar as coisas simples e belas do mundo que nos rodeia.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o significado da mensagem final do livro sobre "só se ver bem com o coração"?



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é o significado da mensagem final do livro sobre "só se ver bem com o coração"?

Esta mensagem traduz-se na importância de nos conectarmos com as outras pessoas e com o mundo de uma forma mais profunda, uma vez que o "essencial é invisível aos olhos".

Esta conexão é primordial para a nossa felicidade e para o nosso bem-estar. É necessário ver para além das aparências superficiais se queremos encontrar o verdadeiro significado da vida.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Porque é que o Príncipezinho decide voltar para o seu planeta?

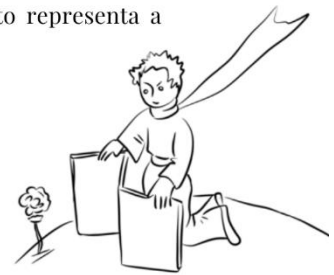


O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Porque é que o Príncipezinho decide voltar para o seu planeta?

O Príncipezinho decide voltar para o seu planeta porque sente saudades da sua rosa e percebe que ela é única e especial para ele. Este momento representa a importância de cuidar das coisas que amamos.



Príncipezinho

MENSAGENS



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

1. não devemos julgar as pessoas pela sua aparência

O Príncipezinho vem de um planeta muito longínquo da terra, identificado como "asteróide B612", descoberto por um turco que inicialmente não foi levado a sério devido às roupas que vestia.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

2. "só se vê bem com o coração"

As coisas mais importantes são as que não se podem ver, mas sentem-se. Tais como o amor, a bondade, a generosidade e a amizade.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

3. "Foi o tempo que dedicaste à tua rosa que a fez tão importante."

O que torna as coisas ou as pessoas importantes para nós, é o tempo que investimos nelas. Quanto mais tempo dedicamos a algo ou a alguém, mais importante se torna nas nossas vidas.



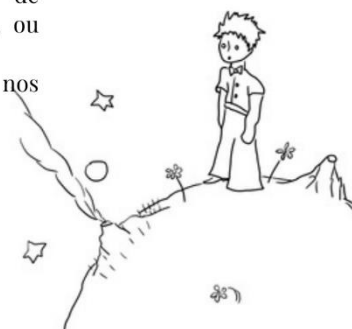
O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

4. É loucura odiar todas as rosas porque uma te espetou

Quando alguém passa por uma frustração muito grande, um desgosto ou decepção, existe a tendência para deixar de acreditar nas pessoas, julgando que toda a humanidade, ou parte dela, não é digna da nossa confiança.

Esta lição alerta-nos para não agirmos assim e não nos fecharmos para novas relações.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

4. É preciso suportar as larvas se eu quiser conhecer as borboletas

Esta frase destaca a importância de ter que suportar e passar pelas fases difíceis se queremos alcançar um objetivo maior. As larvas, muitas vezes consideradas desagradáveis e pouco atraentes, fazem parte do estágio inicial do ciclo de vida de qualquer borboleta.

Por vezes, é necessário passar por fases difíceis e desafiadoras se queremos alcançar o sucesso. É preciso ter a paciência e a resiliência necessária para suportar essas dificuldades de forma a alcançar o objectivo principal.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

5. *As pessoas são solitárias porque constroem muros em vez de pontes*

As pessoas tornam-se solitárias porque tendem a isolar-se em vez de se conectarem umas com as outras, construindo relacionamentos significativos.

Por outras palavras, a falta de conexão com os outros pode ser causada pelo medo ou pela hesitação de partilharmos os nossos sentimentos e as nossas experiências.

Ao construirmos muros à volta de si mesmas, as pessoas bloqueiam qualquer possibilidade de conexão.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

5. *Tu tornas-te eternamente responsável por aquilo que cativas*

Esta mensagem tem a ver com aquilo a que chamamos de "responsabilidade afetiva".

Ao relacionarmo-nos com as outras pessoas, devemos sempre considerar os sentimentos que despertamos nelas. Assim, é importante colocarmo-nos no lugar do outro, usando a sinceridade e a honestidade nas nossas palavras e nas nossas ações.

O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Responsabilidade afetiva: O que é?



Ter responsabilidade afetiva é assumir o próprio papel dentro de uma relação.

Não se trata de corresponder às expectativas do outro por completo, o que é uma situação impossível, e sim de cumprir a sua função com integridade, respeito e sem abrir mão da originalidade de cada um.

O que é que a história nos revela?

A importância das coisas simples da vida: o Príncipezinho só encontra desilusão nos outros asteroídes e na Terra, e volta para o seu planeta, mais pequeno, mas onde se sentia feliz.

É uma **parábola sobre os elementos simples e ternurentos da vida**



Provém do grego **parabolé**, que significa *comparação, analogia*)

A parábola é uma narração alegórica que envolve alguma verdade importante.

fonte: Dicionário Priberam da Língua Portuguesa



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Qual é a mensagem subjacente sobre a sociedade e a humanidade no livro "O Príncipezinho"?



O Príncipezinho

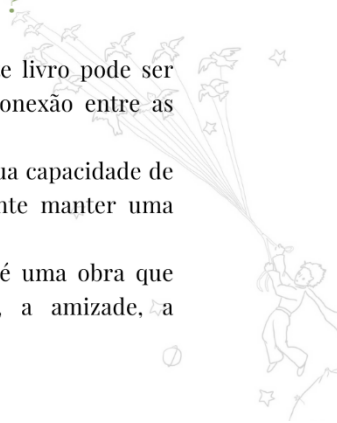
Antoine de Saint-Exupéry

Qual é a mensagem subjacente sobre a sociedade e a humanidade no livro "O Príncipezinho"?

A mensagem subjacente sobre a sociedade e a humanidade neste livro pode ser interpretada como uma crítica à superficialidade e à falta de conexão entre as pessoas na sociedade moderna.

Esta obra também sugere que os adultos muitas vezes perdem a sua capacidade de apreciar as coisas simples e bonitas da vida, e que é importante manter uma perspectiva inocente e fresca (como as crianças).

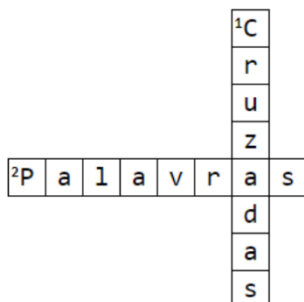
Apesar de ser considerado um livro simples, "O Príncipezinho" é uma obra que aborda temas profundos e filosóficos, tais como a solidão, a amizade, a responsabilidade e a constante procura pelo sentido da vida.



O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Atividade I



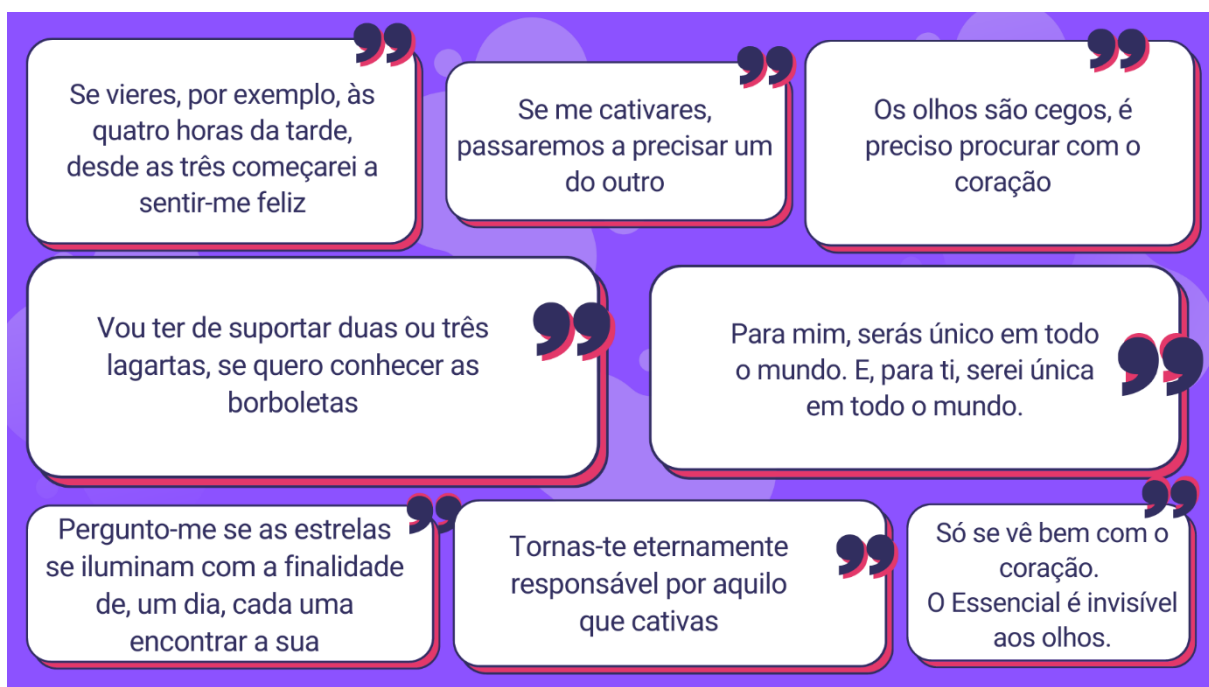
O Príncipezinho

Antoine de Saint-Exupéry

Atividade II

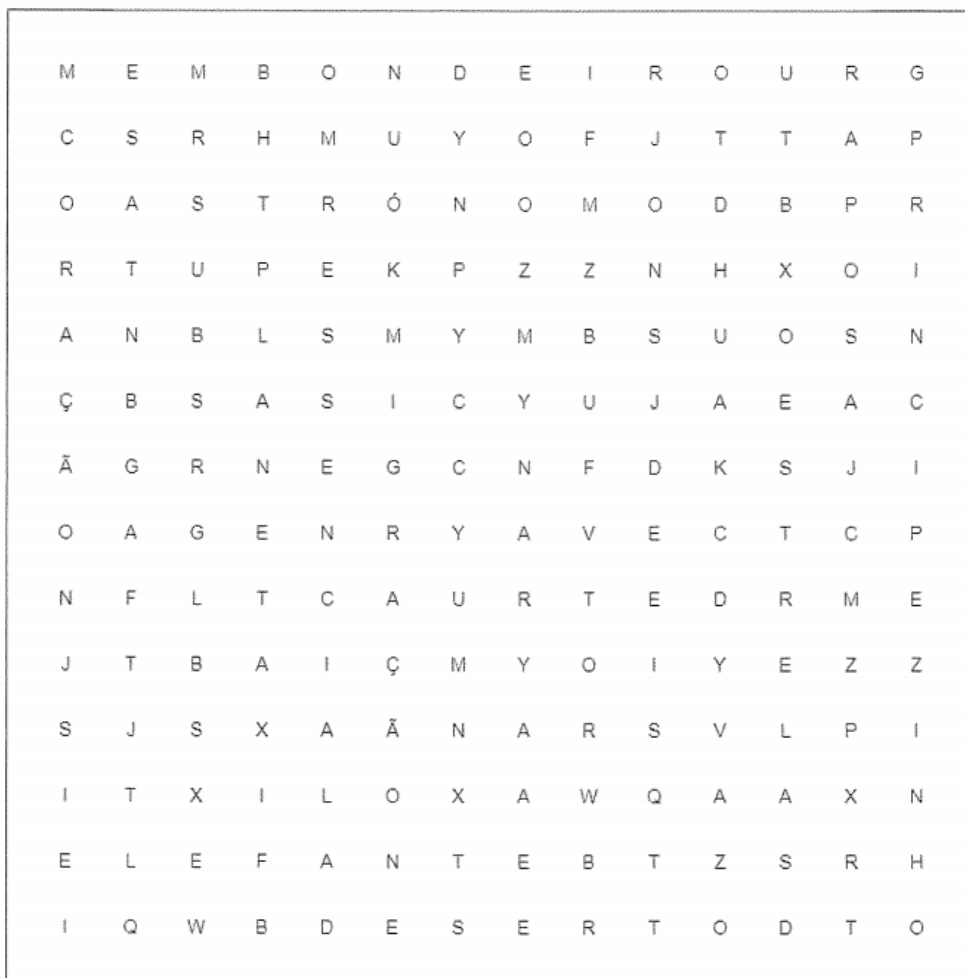
L	I	X	H	J	D	Q	D
S	E	S	O	J	E	N	H
Q	Y	T	V	I	G	K	W
L	V	K	R	S	O	P	A
J	U	Q	H	A	W	B	M
G	G	D	V	T	S	V	H

Apêndice VI – Mural de frases escolhidas pelas participantes



Apêndice VII – Sopa de Letras e Palavras Cruzadas

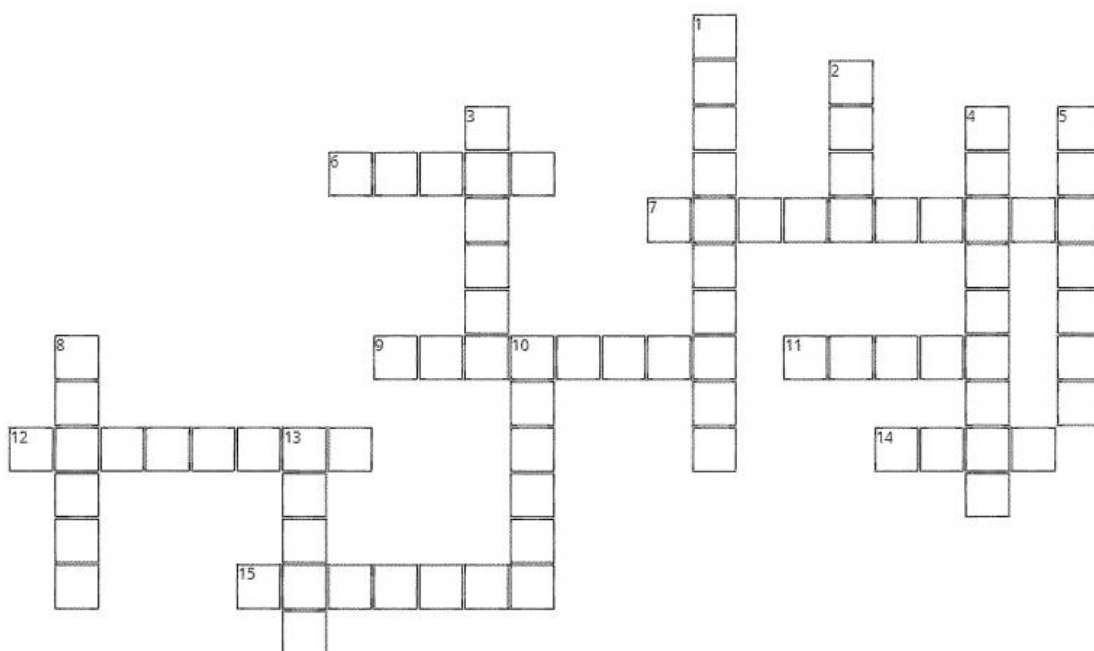
O Príncipezinho



educolorir.com

- | | |
|---------------|------------|
| Astrônomo | Cativar |
| Coração | Deserto |
| Elefante | Embondeiro |
| Essencial | Estrelas |
| Migração | Planeta |
| Príncipezinho | Raposa |
| Rosa | |

O Príncipezinho

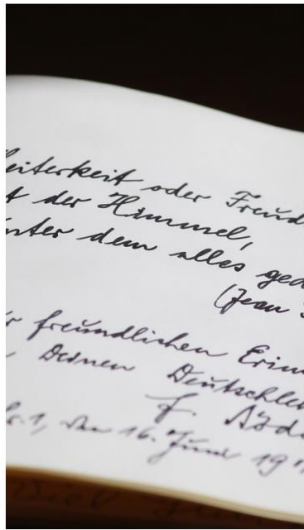


Horizontais

6. A raposa ensinou ao Príncipezinho que para se ter um amigo é necessário criar
7. A rosa terá que suportar duas ou três lagartas se quiser conhecer as...
9. O primeiro ser que o Príncipezinho encontrou no planeta Terra
11. Ao descobrir jardim com rosas, o Príncipezinho percebeu que a sua flor não era...
12. O quarto planeta era habitado por um homem de...
14. Ao quinto dia, o narrador ficou a saber que o príncipezinho amava uma
15. A raposa explicou ao príncipezinho que só se vê bem com o...

Verticais

1. O geógrafo sabe muito, mas _____ o seu próprio planeta
2. Quando a água acabou, o narrador e o Príncipezinho partiram à procura de um
3. No 5º planeta, o Príncipezinho conheceu um acendedor de candeeiros que adorava...
4. Segundo a raposa, nós somos eternamente responsáveis por aquilo que...
5. O narrador teve uma avaria no Sara, que é um?
8. O Príncipezinho pediu ao narrador que lhe desenhasse uma
10. A profissão do narrador
13. O essencial é invisível para os



Dia Mundial da Poesia

21 de março

Origem

No dia 21 de março comemora-se o Dia Mundial da Poesia, a arte literária mais antiga em todas as culturas e continentes.

O Dia Mundial da Poesia é comemorado no dia 21 de março e foi instituído pela Unesco em 1999. Esta comemoração visa reconhecer os movimentos poéticos e a tradição literária, incentivar a leitura, promover a diversidade linguística e celebrar a poesia como forma de arte.



Exemplos de alguns...

03

POETAS INTERNACIONAIS



William
Shakespeare
(1564-1616)



Emily Dickinson
(1830-1886)



Pablo Neruda
(1904-1973)

Exemplos de alguns...

POETAS NACIONAIS



Luís de Camões
(1524-1580)



Fernando Pessoa
(1888-1935)



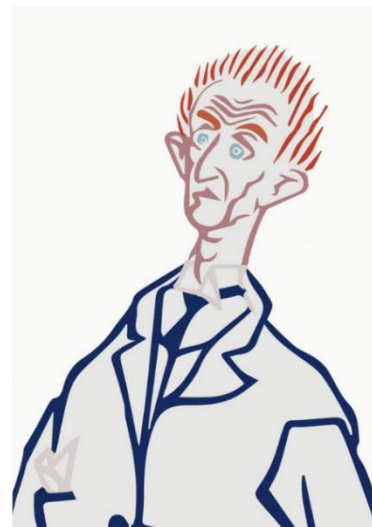
Sophia de Mello
Breyner Andresen
(1919-2004)

Sobre o autor...

Alberto Caeiro

Alberto Caeiro é um **heterónimo** de Fernando Pessoa, que nasceu em 1889 e morreu em 1915. Era louro, de olhos azuis e viveu a maior parte da sua vida no campo, com uma tia-avó, porque tinha ficado órfão de pais cedo.

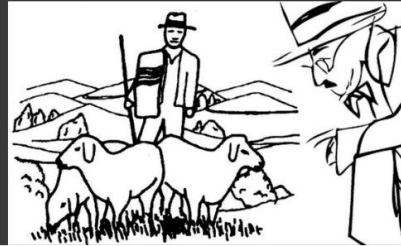
Como surgiu este heterónimo? Conta o próprio Fernando Pessoa que «se lembrou um dia de fazer uma partida a Mário de Sá-Carneiro" (também ele poeta) — de inventar um poeta campestre.



O que é um heterónimo?

É um nome e personagem inventados por um autor para assinar obras com estilos literários diferentes.

Fernando Pessoa criou dezenas de heterónimos mas os mais famosos são Alberto Caeiro, Álvaro de Campos e Ricardo Reis.



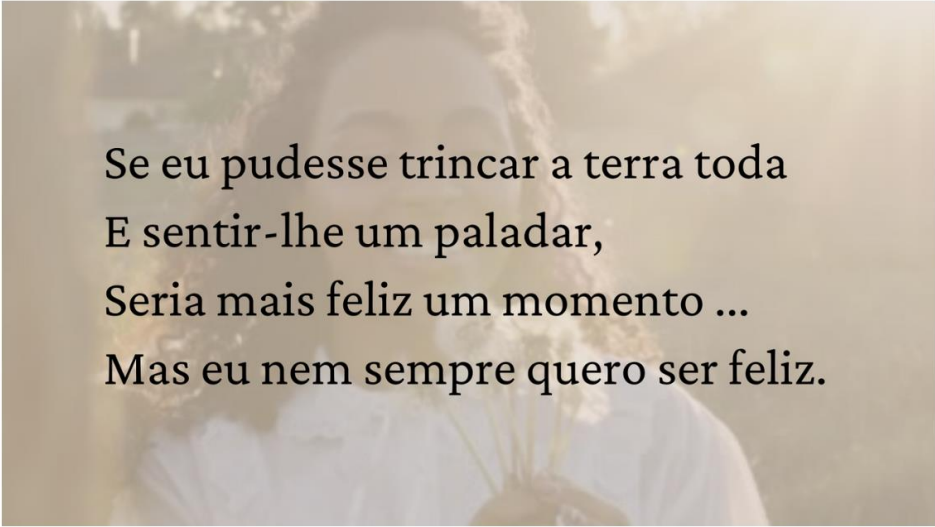
Pseudónimo e Heterónimo

Pseudónimo significa "nome suposto ou falso em geral, adotado por um escritor ou artista com o objetivo de assinar as suas obras".

Heterónimo quer dizer "personalidade criada por um escritor, com mundividência e carácter próprios".

Poema XXI

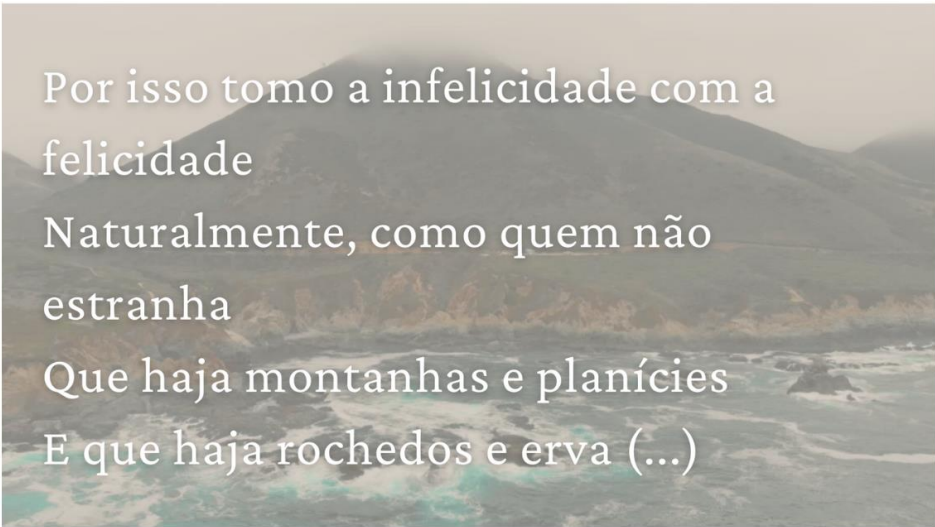
Alberto Caeiro



Se eu pudesse trincar a terra toda
E sentir-lhe um paladar,
Seria mais feliz um momento ...
Mas eu nem sempre quero ser feliz.



É preciso ser de vez em
quando infeliz
Para se poder ser
natural...
Nem tudo é dias de sol,
E a chuva, quando falta
muito, pede-se.



Por isso tomo a infelicidade com a
felicidade
Naturalmente, como quem não
estranha
Que haja montanhas e planícies
E que haja rochedos e erva (...)

Alberto Caeiro é um poeta da Natureza



Ao contrário dos poemas assinados pelo próprio Fernando Pessoa e restantes heterónimos, Alberto Caeiro é um poeta da Natureza e privilegia os sentidos (audição, tato, visão, olfato e paladar)

Qual foi o sentido utilizado neste poema?

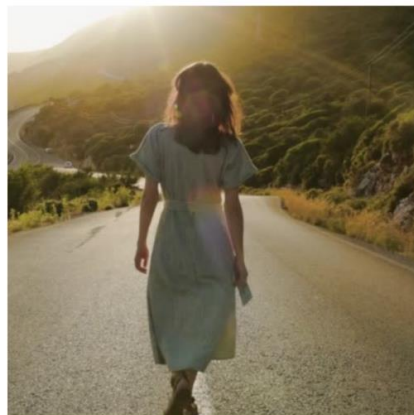
Se eu pudesse trincar a terra toda
E sentir-lhe um paladar,
Seria mais feliz um momento ...
Mas eu nem sempre quero ser feliz.

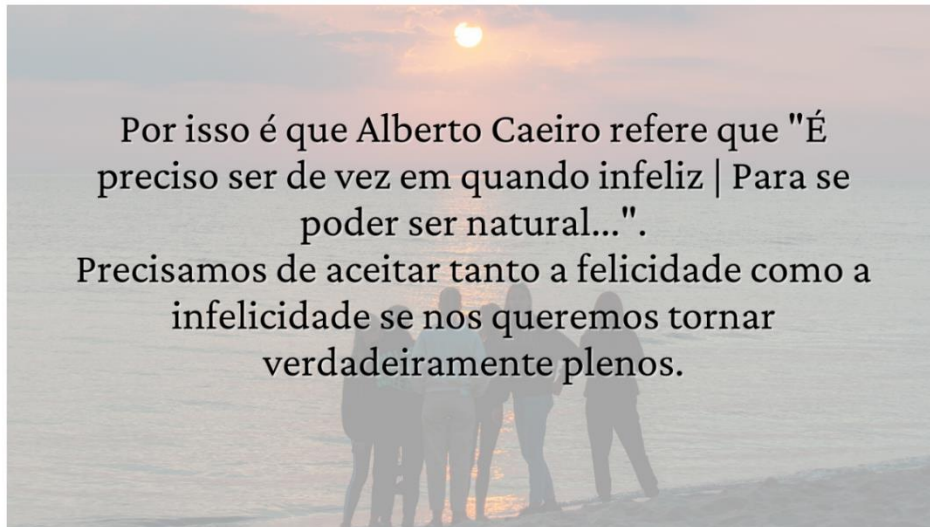
Que outras mensagens podemos retirar?



É preciso ser de vez em quando infeliz
Para se poder ser natural...
Nem tudo é dias de sol,
E a chuva, quando falta muito, pede-se.

O **sol** representa as **coisas boas** da vida e a **chuva**, as coisas **menos boas** (felicidade vs infelicidade)





Por isso é que Alberto Caeiro refere que "É preciso ser de vez em quando infeliz | Para se poder ser natural...".
Precisamos de aceitar tanto a felicidade como a infelicidade se nos queremos tornar verdadeiramente plenos.

Atividade

Crie uma colagem, através de pedaços de revistas e jornais, de forma a ilustrar a temática deste poema

Apêndice X – Atividade do Dia Mundial da Poesia com o grupo 2



COISAS QUE ME FAZEM SENTIR FELIZ

COISAS QUE ME FAZEM SENTIR TRISTE



DIA MUNDIAL DA

Poesia

21 DE MARÇO



DIA MUNDIAL DA POESIA

02

COMO SURTIU?

No dia 21 de março comemora-se o Dia Mundial da Poesia, a arte literária mais antiga em todas as culturas e continentes.

O Dia Mundial da Poesia é comemorado no dia 21 de março e foi instituído pela Unesco em 1999. Esta comemoração visa reconhecer os movimentos poéticos e a tradição literária, incentivar a leitura, promover a diversidade linguística e celebrar a poesia como forma de arte.

Exemplos de alguns...

03

POETAS INTERNACIONAIS



William
Shakespeare
(1564-1616)



Emily Dickinson
(1830-1886)



Pablo Neruda
(1904-1973)

Exemplos de alguns...

POETAS NACIONAIS



Luís de Camões
(1524-1580)



Fernando Pessoa
(1888-1935)

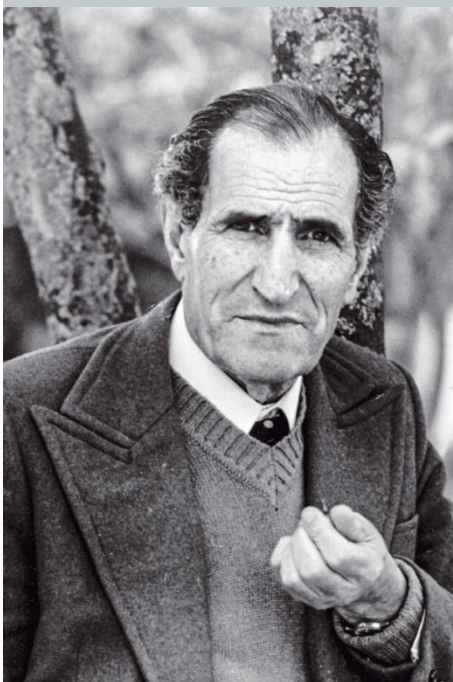


Sophia de Mello
Breyner Andresen
(1919-2004)

04

MIGUEL *Sísifo* TORGA

POESIA



MIGUEL TORGA

06

O AUTOR

Miguel Torga (1907-1995) é considerado um dos mais importantes poetas do século XX. Foi escritor, ensaísta, romancista e dramaturgo, deixando mais de 50 obras publicadas.

PSEUDÓNIMO

Miguel Torga é o pseudónimo de Adolfo Correia da Rocha, nascido em Vila Real e antigo estudante da Universidade de Coimbra (formado pela faculdade de medicina).

O MITO DE SÍSIFO

QUEM ERA SÍSIFO?

Sísifo, na mitologia grega, devido à sua astúcia perante os deuses do olimpo, foi condenado a empurrar uma pedra até ao cimo de um monte, sendo que a pedra iria cair invariavelmente da montanha sempre que chegava ao topo. Este processo seria sempre repetido até à eternidade.

O POEMA

Dada a informação recolhida anteriormente, podemos deduzir que este poema, cujo título faz alusão ao mito, vai falar sobre o processo de "fazer de novo", "recomeçar".



09



SÍSIFO

Recomeça...
Se puderes
Sem angústia
E sem pressa.

E os passos que deres,
Nesse caminho duro
Do futuro
Dá-os em liberdade.

Enquanto não alcances
Não descanses.
De nenhum fruto
queiras só metade.

II

"Recomeça..."

É necessário fazer um caminho que já se percorreu, tendo consciência de que tudo tem de se reconstruir e refazer. Tal como no mito de Sísifo, é necessário recomeçar repetidamente.

"Se puderes, / Sem angústia e sem pressa."

Esta tarefa deve ser encarada com tranquilidade e com vagar. É também necessário deixar a angústia para trás.

12

"E os passos que deres, |Nesse caminho duro | Do futuro| Dá-os em liberdade"

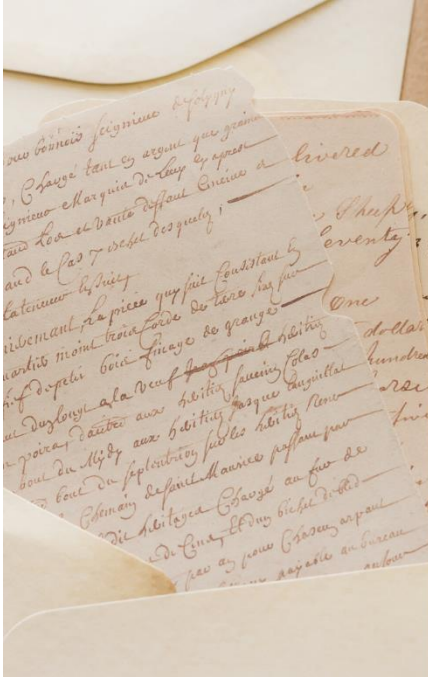
O recomeço é algo feito de forma autónoma, e por mais difícil que seja o caminho, é preciso continuar a caminhar. Estes passos são livres, isto é, por livre escolha.

"Enquanto não alcances| Não descanses. |De nenhum fruto queiras só metade."

É importante sermos resilientes e exigentes connosco próprios. Esta parte realça a importância de lutar até ao fim pela concretização dos nossos sonhos, não os deixando pela metade.

RECOMEÇAR PODE SER...

- Aprender com as experiências passadas.
- Aceitarmo-nos como somos.
- Ter uma meta/um propósito
- Fazer de forma diferente
- Estar recetivo a aprender



15

Atividade I

E PARA SI?

O que significa recomeçar?
Quais são os seus objetivos e as suas metas para o futuro?

16

Atividade II

CARTA DE GRATIDÃO

Esta carta deve reconhecer tudo o que têm feito até agora e parabenizar pelo progresso ao longo deste percurso

Apêndice XII – Atividade do Dia Mundial da Poesia para o grupo 4

Recomeçar
para mim é...

estas são as minhas metas e os meus objetivos para o futuro

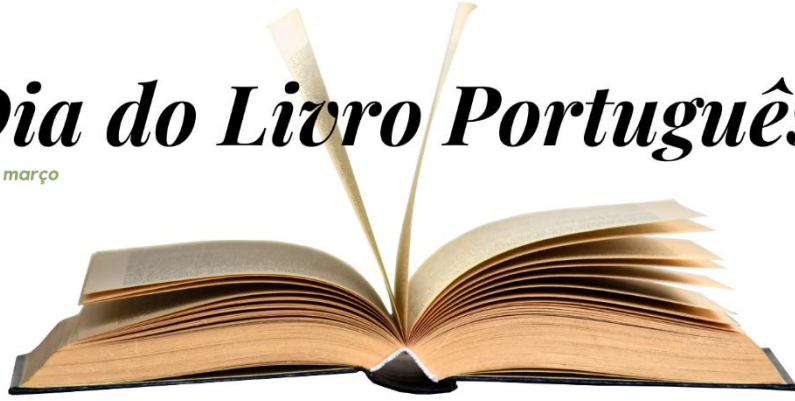
Querido eu do futuro,

Obrigada por tudo.

com amor,

Dia do Livro Português

26 de março



Dia do Livro Português

26 de março

Origem

A data foi criada pela Sociedade Portuguesa de Autores com o intuito de destacar a importância do livro, do saber e da língua portuguesa em todo o mundo.



Dia do Livro Português

26 de março

Origem

Foi escolhido o dia 26 de março para esta celebração pois foi neste dia, em 1487, que se imprimiu o primeiro livro em Portugal: o "Pentateuco", em hebraico. Ele saiu das oficinas do judeu Samuel Gacon, na Vila-a-Dentro, em Faro.



Dia do Livro Português

26 de março

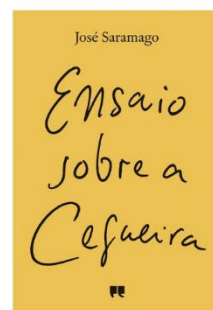
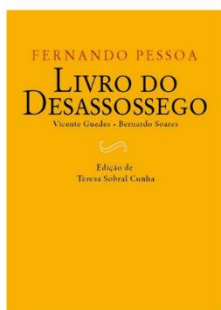
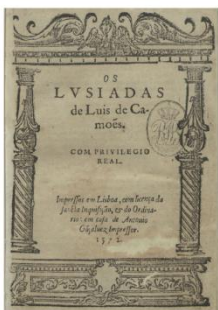
O Pentateuco

O Pentateuco é um termo utilizado para se referir aos **cinco** primeiros livros da Bíblia hebraica e cristã.

A palavra "**pentateuco**" vem do grego *pentáteuchos*, que significa "**cinco rolos**" ou "cinco volumes". Estes cinco livros foram escritos em hebraico e são considerados sagrados tanto pelos judeus como pelos cristãos.

O Pentateuco é uma das partes mais importantes da Bíblia, pois estabelece a base para a compreensão da história e da teologia judaica e cristã.

Livros portugueses conhecidos pelo mundo...



O Livro Português mais traduzido no mundo...

Livro do Desassossego

Esta obra é uma coleção de fragmentos e anotações que foram escritas ao longo da vida do autor e foram reunidas e organizadas após a sua morte.

"O Livro do Desassossego" é uma das obras mais importantes da literatura portuguesa do século XX e é considerado uma obra-prima da prosa poética.

Desde a sua publicação original, em 1982, "O Livro do Desassossego" **foi traduzido para mais de 30 idiomas**, incluindo inglês, espanhol, francês, alemão, italiano, russo, chinês e japonês. É amplamente considerada uma das maiores contribuições para a literatura mundial do século XX e é elogiada por escritores e críticos em todo o mundo.

Dia do Livro Português

Esta data...

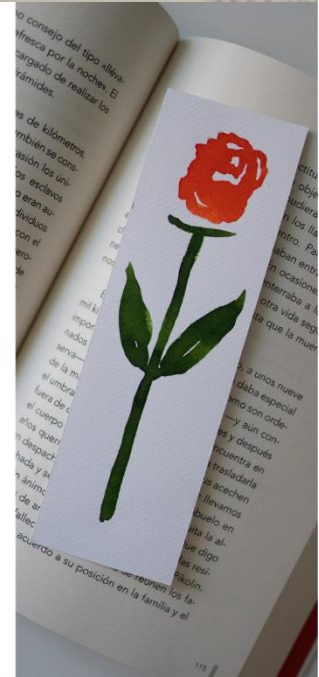
tem como objetivo destacar a importância da leitura e da literatura na sociedade portuguesa, incentivando o acesso aos livros e promovendo eventos e atividades relacionadas à literatura. É uma oportunidade de reconhecer os autores portugueses, valorizar a riqueza da literatura nacional e estimular o hábito da leitura.



Dia do Livro Português

26 de março

Atividade



Anexos

Anexo I – Atividades do Dia Internacional da Mulher



O Destino de um Pássaro

Se, como um pássaro, eu pudesse voar...
Teria também duas patas para poder andar
Dava um passo sem fim
Podia acasalar e até vir a casar...
E com essa conversa, estás-me tu a enganar

Mas eu sou como um pássaro, e como tu, sou livre de voar
Voa, Voa, menino voa, que um dia vais parar
Mas que não seja a infelicidade que me faça jamais parar

Se eu pudesse voar, possivelmente não voltaria a errar
Orgasmos da carne não me fazem vibrar, pois poesia em virtude eu quero alcançar
Voar e voar, ir e voltar

Não sabia voar, era eu pequenino
Aprendi a voar a saltar do ninho
Eu queria voar, mas não conseguia
Se como um pássaro eu pudesse voar,
No ar tocava uma guitarra
E fazia uma grande farra

Se eu pudesse voar, procuraria uma cria para poder ajudar
E eu queria ajuda, para conseguir voar
Para não me perder e assim ter de acabar

Poema por: Fernando Mota, Rogério Afonso, Carlos Monteiro, Manuel Edra, António Seabra, Nuno Simões, Luís García, Luís Roque.