



# VALUE(S)olidarity

Projeto de Solidariedade

Volunteering Project

**Desenvolvido por:** Centro de Juventude de Águeda

**Developed by:** Águeda Youth Center



## VALUE(S)olidarity



VALUE(S)olidarity

O VALUE(S)olidarity é um projeto de solidariedade desenvolvido no Centro de Juventude de Águeda.

Os lares e centros de dia parceiros no VALUE(S)olidarity são:

1. AMAR – Associação Macinhataense de Cultura de Recreio (Macinhata do Vouga)
2. Fundação Nossa Senhora da Conceição (Valongo do Vouga)
3. Associação Senhora da Esperança – Centro Social, Cultural e Recreativo (Á-dos-Ferreiros)
4. Jardim Social de Travassô (Travassô)
5. Centro Social Arco Íris (Espinhel)
6. Associação Fermentelense de Assistência a Crianças e Pessoas de 3ª Idade (Fermentelos)
7. Santa Casa da Misericórdia de Águeda/ Lar Conde Sucena (Águeda)
8. O Mágico – Centro de Apoio Social, Cultural e Recreativo (Giesteira)
9. Centro Social de Agadão (Agadão)
10. Centro Social de Belazaima (Belazaima do Chão)

11. Paraíso Social de Aguada de Baixo (Aguada de Baixo)
12. LAAC – Liga dos Amigos de Aguada de Cima (Aguada de Cima).

O fosso intergeracional entre jovens e idosos foi percebido e reconhecido por um grupo de jovens com o intuito de diminuir a falta de proximidade entre as duas faixas etárias. De facto, a partilha de experiências pode diminuir a sensação de estar só e criar condições para uma sociedade mais solidária e inclusiva. Assim, o VALUE(S)olidarity veio dar continuidade ao trabalho iniciado com o projeto Grandpa Tell me More! (Boa Prática 2018), levando a intervenção a um grupo mais alargado de idosos, através de parcerias com doze lares e centros de dia do concelho de Águeda. O VALUE(S)olidarity é reflexo de como o trabalho dos jovens com os idosos potencia uma aproximação entre as gerações, a cultura local e europeia, a dinamização de práticas com visões e ideias diferentes e a adoção de valores sociais europeus na realidade dos jovens e dos idosos de Águeda.



## Agência Nacional Erasmus + Juventude em Ação

A Agência Nacional Erasmus+ Juventude em Ação é a estrutura de missão que pretende assegurar a gestão, em Portugal, do Programa Erasmus+ nos domínios da juventude e do desporto, bem como assegurar a gestão e a execução das atividades ainda em vigor do Programa “Juventude em Ação”. Coordena ainda a rede de informação Eurodesk em Portugal.

A AN E+ JA apoia intercâmbios, Serviço Voluntário Europeu, formação internacional, Parcerias Estratégicas e eventos de Diálogo Estruturado. Presta apoio e informação na dimensão do Desporto e ao Corpo Europeu de Solidariedade do Erasmus+.

A Agência Nacional Erasmus+ Juventude em Ação apoiou o projeto VALUE(S)olidarity, assim como outros projetos da Psientífica.



## Corpo Europeu de Solidariedade

O Corpo Europeu de Solidariedade (CES) é a nova iniciativa da União Europeia dirigida aos jovens, dando-lhes a oportunidade de fazer voluntariado ou de trabalhar em projetos, no próprio país ou no estrangeiro, em benefício de pessoas e comunidades de toda a Europa. Depois de se inscreverem, os participantes no Corpo Europeu de Solidariedade podem ser selecionados e convidados a integrar uma vasta gama de projetos. Os projetos apoiados pelo Corpo Europeu de Solidariedade podem durar entre dois e doze meses, decorrendo, regra geral, em países da União Europeia.

O VALUE(S)olidarity é financiado pelo Corpo Europeu de Solidariedade.

## Objetivos do projeto

O objetivo global do VALUE(S)olidarity é promover a solidariedade enquanto valor comum, sobretudo através de atividades intergeracionais, com vista ao fomento do envolvimento dos jovens e dos idosos, das instituições e da comunidade, para que Águeda se torne mais solidária e inclusiva. Através da capacitação dos jovens, da partilha intergeracional, da promoção e do desenvolvimento social, os jovens desenvolveram valores sociais e éticos, como a solidariedade, os direitos humanos, a igualdade de oportunidades e o reconhecimento dos contextos multiculturais.

Os objetivos gerais são:

- 1 | Reconhecer o potencial da intergeracionalidade no desenvolvimento pessoal e social dos jovens e idosos;
- 2 | Reconhecer o potencial da intergeracionalidade na comunidade;
- 3 | Incentivar o envolvimento de instituições sociais e públicas nas práticas sociais, culturais e educativas intergeracionais e promover novas iniciativas;
- 4 | Contribuir para a melhoria das situações de exclusão social;
- 5 | Contribuir para a melhoria dos problemas da exclusão e discriminação social e a baixa participação social.

Os objetivos específicos são:

- a) Promover práticas sociais, culturais e educativas, intergeracionais, ajustadas às necessidades dos jovens e idosos locais e da comunidade;
- b) Promover a solidariedade, a diversidade e a interculturalidade;
- c) Capacitar os jovens e os idosos com novas competências e aprendizagens com base na educação não formal;
- d) Incentivar a atitude empreendedora, criativa e proativa dos jovens e idosos;
- e) Sensibilizar a comunidade e instituições para a necessidade de potenciar atitudes empreendedoras para desenvolvimento da região;
- f) Promover a participação da comunidade local nas atividades dos jovens e dos idosos;
- g) Promover os valores sociais europeus, nomeadamente a solidariedade;
- h) Partilhar boas práticas;
- i) Promover o reconhecimento das oportunidades da UE.

## Voluntários

O Marco Caloba tem 20 anos e é natural da África do Sul. Atualmente estuda na Universidade de Aveiro, no 3.º ano do Mestrado Integrado em Engenharia Mecânica. Já participou em diversos projetos de Erasmus+ Juventude em Ação, principalmente em intercâmbios de jovens- Destes destaca dois, um em Águeda e outro em Kaunas, na Lituânia, sobre o diálogo intergeracional, uma vez que estavam baseados em atividades de educação não-formal que o ajudaram a desenvolver competências sociais e pessoais no que toca à interação com gerações mais antigas e a conseguir assim um melhor entendimento e mais empatia em relação a elas. Foi a curiosidade e o interesse que estes intercâmbios despertaram no Marco que o fizeram embarcar no projeto VALUE(S)olidarity.



A Elza Rocha é natural de Barrô e já completou 20 voltas ao Sol. Atualmente estuda Bioquímica na Universidade de Aveiro e, ainda que por contraste, sempre se interessou por iniciativas sociais e culturais que promovam o envolvimento de diferentes gerações. Tudo começou no projeto KA2 Grandpa Tell Me More, distinguido como projeto de Boas Práticas, onde percebeu a necessidade de envolver os mais velhos numa época em que o instantâneo é o mais atraente e onde a população mais idosa vai sendo deixada de parte. E com o projeto Value(S)olidarity conseguiu cultivar o interesse pelas memórias, pelos ensinamentos e pelos conselhos dos idosos com quem teve o prazer de conviver. E é com carinho que guarda todas as boas discussões de moralidades, costumes e ideias que a ajudam a moldar a pessoa que é hoje.





VALUE(S)olidarity



Sonha com um mundo ideal, tem 24 anos e é de Aguada de Cima. O seu nome é Mariana Marques, fisioterapeuta de profissão e voluntária nos seus tempos livres. Faz parte da Juventude da Cruz Vermelha e da direção do GAS'África. É apaixonada por pessoas e pelos seus comportamentos. Participou no projeto Value(s)olidarity por acreditar que o trabalho dos jovens passa, na maioria das vezes, por relembrar as pessoas das suas competências e de que são especiais e únicas.





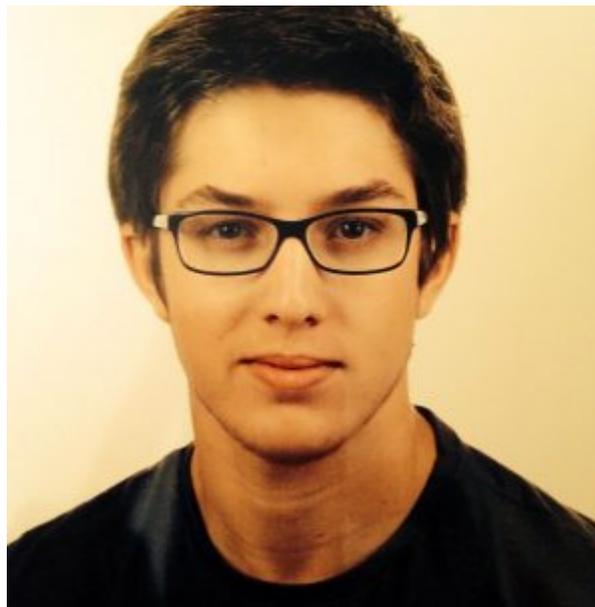
VALUE(S)olidarity



O nome dela é Daniela Dias, tem 25 anos e é natural de Aguada de Baixo, Águeda. A sua formação é Engenharia Biomédica, mas ao longo do tempo tem vindo a completar esta formação académica com formação não-formal que a tem ajudado na integração e participação ativa na sociedade que a rodeia. Já participou em alguns intercâmbios nos quais desenvolveu competências importantes como a tolerância cultural. Desta forma, decidiu participar no projeto VALUE(S)olidarity por se tratar de um projeto de integração onde constam valores como compreensão e troca de ideias entre diferentes gerações. Acha que o projeto foi uma experiência incrível e muito desafiante.



O Cláudio Machado nasceu a 03 de maio de 1998, sendo natural de Aguada de Baixo, pequena aldeia do conselho de Águeda e tem estudos em Física pela Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra. A participação em diversos intercâmbios jovens e hackathons a nível universitário têm sido a sua base da educação não-formal. Foi com o projeto Grandpa Tell Me More que teve a primeira experiência em trabalhar com idosos e que para ele se revelou muito gratificante e enriquecedora, pois a partir daí ficou motivado para o VALUE(S)olidarity.



## Atividades do projeto

Os tópicos das atividades concebidas, implementadas e avaliadas pelos jovens foram:

- Passatempos
- Namoro/casamento
- Música, filmes e karaoke
- Experimentação de instrumentos musicais
- Gastronomia
- A vida diária
- Educação
- Jogos de tabuleiro
- Poesia
- Tópicos e assuntos atuais
- Voluntariado
- Clubes e associações.

## 1- Reuniões de grupo e coaching

Apesar de a maioria dos jovens envolvidos neste projeto já terem participado numa iniciativa transnacional de jovens e, portanto, já terem em mente as ideias do que pretendiam implementar em cada sessão, foi fundamental discutir, definir, aprovar e implementar um modelo de gestão. Para a implementação do projeto recorreu-se ao ciclo de aprendizagem PDCA (Plan Do Check Act), ou seja, para cada atividade foi implementado um processo de preparação, implementação, avaliação e atuação/correção. A coach foi neste processo uma referência que esteve presente nas diferentes fases do processo e alguém disponível para facilitar qualquer dúvida ou questão que os jovens tivessem.



## 2- Passatempos na Associação Nossa Senhora da Esperança

Na Associação Senhora da Esperança em À-dos-Ferreiros foi implementada uma sessão que objetivou a partilha de vivências em termos de passatempos dos idosos e dos jovens hoje em dia. As principais diferenças encontradas é que os idosos brincaram muito ao ar livre com os amigos, brincavam com animais por trabalharem nos campos, faziam os seus próprios brinquedos, como bonecos de trapos e bonecos feitos de espigas de milho e os jovens crescem mais fechados em casa, rodeados de novas tecnologias e travam conhecimentos em redes sociais que não existiam sequer durante a juventude dos idosos. Também se falou de solidariedade e como investir o tempo em projetos solidários.



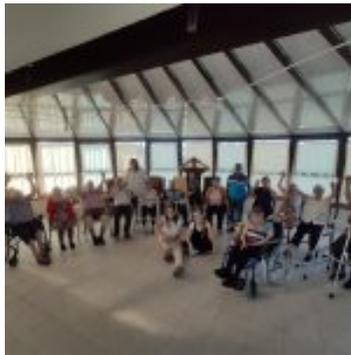
### 3- Namoro e casamento na AFA

Na Associação Fermentelense de Assistência a Crianças e Pessoas de 3ª Idade em Fermentelos, 15 participantes passaram a manhã com muita emoção, uma vez que os idosos contaram situações da sua vida, recordaram os seus namoricos e o dia do casamento, debateram a ida à igreja e o divórcio, o vestido de noiva branco e compararam com a atualidade levada pelos jovens, onde hoje em dia há menos estigma no divórcio, o conceito de casar passa principalmente por viver junto, o casamento pela igreja é facultativo e para os jovens é perfeitamente normal que pessoas do mesmo sexo se casem.



## 4- Música, filmes e karaoke no Centro Social de Belazaima

Quando os jovens estiveram no Centro Social de Belazaima, em Belazaima do Chão, a animação foi constante! Através de atividades de educação não-formal e da partilha de histórias, jovens e idosos falaram sobre cinema, filmes e bandas sonoras, televisão e sobre as suas vivências pessoais. Houve muita música, animação e cantorias!



## 5- Instrumentos musicais na AMAR

A experimentação de instrumentos musicais, o acompanhamento de músicas com Instrumental Orff, o canto e dança contaram com 47 participantes na AMAR – Associação Macinhataense de Cultura de Recreio em Macinhata do Vouga, onde jovens e idosos se uniram numa tarde divertida onde até os técnicos dançaram com o grupo!



## 6- Gastronomia no Paraíso Social

A dieta mudou, atualmente comemos mais carne, mas também começamos a preocupar-nos mais com os hábitos alimentares, não só por causa de questões de saúde, mas por questões de desenvolvimento sustentável e preocupação com o planeta. Estas foram das principais conclusões tiradas na sessão sobre gastronomia no Paraíso Social de Aguada de Baixo, onde ainda houve experimentação de diversos alimentos e partilha de vivências num diálogo intergeracional. Entre jovens e idosos a atividade contou com 11 participantes.



## 7- A vida diária N'O Mágico

No Mágico – Centro de Apoio Social, Cultural e Recreativo na Giesteira, os jovens aprenderam que a vida diária dos idosos era passada principalmente no campo que era o principal meio de subsistência, por isso os idosos tinham que trabalhar desde cedo e as suas rotinas estavam relacionadas com a agricultura e a pecuária. Os jovens aprenderam também que não havia muito tempo para jogos e brincadeiras na vida dos idosos participantes e por isso não praticavam jogos tradicionais ou desporto. Com os jovens, os idosos perceberam que hoje em dia, além da prática desportiva outdoor, os jovens passam muito tempo no computador, e por exemplo, no Netflix. Ambas as gerações relataram situações de solidariedade na sua vida diária.



## 8- Educação no Arco Íris

No Centro Social Arco Íris em Espinhel foi lida uma história sobre como era a Educação no tempo dos avós dos participantes nomeadamente sobre o transporte, a relação com os professores, o ensino obrigatório, a relação entre pares e outros aspetos que serviram de mote para promover a discussão entre principais diferenças na Educação de hoje em dia e de antigamente. Também houve um jogo com dados e perguntas para que ambas as gerações partilhassem as suas experiências pessoais. Esta atividade contou com a presença de 28 participantes.



## 9- Jogos de tabuleiro na Santa Casa da Misericórdia de Águeda

Uma tardada de Bingo foi passada na Santa Casa da Misericórdia de Águeda no Lar Conde Sucena, onde os participantes falaram sobre jogos de tabuleiro como xadrez, damas, bingo, gamão, monopólio e scrabble, comparando o agora e o antigamente.



## 10- Poesia na LAAC

Ritmo, palavras, animação, partilha, intergeracionalidade e aprendizagem. Estas podiam ser as palavras que definem a sessão de poesia na LAAC – Liga dos Amigos de Aguada de Cima. Jovens e idosos trabalharam a consciência fonológica, partilharam poemas, ditos populares e lengalengas.



## 11- Tópicos e assuntos atuais no Jardim Social

No Jardim Social de Travassô, os participantes conversaram sobre o Corpo Europeu de Solidariedade, o Erasmus+, tópicos e assuntos atuais como a União Europeia, o Brexit e os movimentos migratórios a que assistimos.



## 12- Voluntariado na Fundação Nossa Senhora da Conceição

Voluntariado e Solidariedade foram as palavras mais ouvidas na sessão que decorreu na Fundação Nossa Senhora da Conceição em Valongo do Vouga, onde foi implementada uma atividade não-formal que permitiu discutir o conceito de ser voluntário antigamente e na atualidade. Foi dado destaque ao Corpo Europeu de Solidariedade e ao Erasmus+ Juventude em Ação pela aprendizagem através da mobilidade e dos projetos solidários que permitem aos voluntários desenvolver competências.



### 13- Clubes e Associações no Centro Social de Agadão

No Centro Social de Agadão, 24 participantes discutiram o associativismo de antigamente e da atualidade através da participação em atividades de educação não-formal. Jovens e idosos falaram ainda do papel das mulheres e da história da instituição.



## Apresentação Pública do Projeto

Além das reuniões nos lares e partilha informal de vivências, resultados e impacto do projeto junto de jovens aguedenses e técnicos e familiares dos utentes, foi realizada uma sessão de apresentação pública do projeto na Escola Secundária Marques Castilho onde foram partilhados testemunhos, exibidos resultados e vídeos do projeto, bem como foi abordado o Corpo Europeu de Solidariedade.



## Resultados e impacto

O projeto foi um sucesso em termos de consecução e objetivos, tendo sido observados os seguintes resultados:

- a) Cumprimento dos planos estabelecidos;
- b) Conhecimento sobre como melhorar a aprendizagem e diálogo intergeracional pela criação, implementação e avaliação de métodos usados com jovens e idosos na mesma atividade numa perspetiva de aprendizagem e de adaptação constante, sempre com base no respeito, confiança e afeto;
- c) Consciencialização das vantagens de aprender através de pessoas idosas. 100% dos jovens envolvidos no projeto manifestaram que a sua participação foi benéfica para eliminar estereótipos associados aos idosos, e os idosos também manifestaram que a presença dos jovens e as atividades implementadas foram positivas para desconstruir a imagem generalizada da juventude atual;
- d) Aumento do diálogo social entre jovens e idosos, cuja comunicação permitiu sem dúvida um melhor entendimento entre gerações;
- e) Desenvolvimento de camaradagem entre gerações, uma vez ter sido observado um contacto descontraído e sem preconceito pelas partes envolvidas;
- f) Aumento do conhecimento e capacitação entre os jovens, técnicos e idosos sobre aprendizagem intergeracional;
- g) Aumento da consciencialização dos jovens acerca da sua responsabilidade social. Os jovens ficaram mais consciencializados em relação ao que podem fazer e de que a mudança pode partir deles. Foi isso importante sentirem-se apoiados.
- h) Jovens mais ativos socialmente na criação de melhores condições para a sua comunidade. Houve envolvimento na definição de necessidades, na criação das atividades e de como se chega a uma atividade final que corresponde a um objetivo e a um resultado e impacto esperado.
- i) Jovens mais conscientes acerca das necessidades intergeracionais e mais proativos em encontrar soluções.

- j) Rede de jovens aptos a partilhar boas práticas em desenvolvimento e aprendizagem intergeracional. Os jovens partilharam as suas experiências e entenderam como podem fazer de maneira diferente para que possa ser replicável.
- k) Boas práticas em aprendizagem intergeracional. Criou-se um documento compilação com as sessões desenvolvidas e conteúdos desenvolvidos, o booklet, o qual está disponível na página do projeto e foi partilhado com a mailinglist do Centro de Juventude de Águeda e com os contactos dos jovens e parceiros.

O projeto revelou o impacto esperado e validou os benefícios da intergeracionalidade e da educação não-formal no desenvolvimento de competências e conhecimento.

## **JOVENS**

### Competências sociais e cívicas

- Maior proximidade à comunidade.
- Desenvolvimento de competências relacionadas com o estabelecimento de relações, em contextos diversificados, com diferentes objetivos comunicacionais e diferentes grupos-alvo.

### Sentido de iniciativa e empreendedorismo

- Transformação de ideias em projetos viáveis, ajustados às necessidades dos jovens e da comunidade para a implementação ações sociais, culturais e educativas intergeracionais, com vista à criação e valor social.

### Comunicação em língua materna

- Desenvolvimento de proficiência linguística pela imersão na comunidade local e contacto em diversos contextos e através da oralidade, escrita e comunicação.

### Aprender a aprender

- Responsabilidade na própria aprendizagem, criação de iniciativas e avaliação de resultados.
- Processo continuado de reflexão, individual e em grupo, o que levou à identificação do estilo pessoal de aprendizagem.
- Contorno de obstáculos e compreensão da forma como a experiência contribuiu para desenvolvimento pessoal e profissional.

### Competência matemática e competências básicas de ciência e tecnologia

- Gestão de orçamentos, de tempo, raciocínio lógico e matemático que incrementou o uso de cálculos e gráficos na rotina diária.

### Competência na língua estrangeira

- Recurso a materiais em língua estrangeira para a procura de estratégias ajustadas a idosos.
- Expressão de pensamentos e convivência com participantes de outras culturas.
- Maior sensibilidade à cultura europeia.

### Competência digital

- Recurso a programas informáticos para a criação de vídeos, uso de máquina fotográfica e edição de fotos, criação do poster e uso de redes sociais, o que culminou na maior abertura a formas de comunicar online e domínio de programas para transmitir a mensagem pretendida.

### Sensibilidade e expressão cultural

- Entrosamento com outras culturas, identificando semelhanças e divergências, o que revelou maior conhecimento crítico sobre a sua cultura.
- Maior abertura a culturas europeias e desenvolvimento de competências relacionadas com o convívio pacífico, resolução de problemas e tomada de decisões.

### **IDOSOS**

- Melhoria da auto-perceção quanto à sua contribuição na comunidade;
- Aumento do bem-estar.
- Desmistificação de preconceitos sobre juventude.
- Aumento do conhecimento sobre a atualidade.

### **TÉCNICOS**

- Valorização do potencial de inovação social dos jovens.
- Maior competência em abordagens intergeracionais e empreendedorismo social.
- Maior capacidade de ativar e implementar processos de participação juvenil.

### **STAKEHOLDERS**

- Aumento da qualidade do trabalho intergeracional com impacto social, cívico e democrático.
- Aumento da capacidade de cooperar a nível nacional e europeu para reforço de estratégias internacionais.

- Reconhecimento da potencialidade da ENF.
- Desenvolvimento do efeito multiplicador das boas práticas locais e europeias.

### **DECISORES DO PLANEAMENTO DE INICIATIVAS PARA A JUVENTUDE**

- Aumento do conhecimento sobre potenciais iniciativas de inclusão de jovens no planeamento de ações e iniciativas locais.
- Melhoria da capacidade de conceber a participação juvenil como um valor acrescentado em todas as políticas locais, tendo em conta que as políticas locais têm impactos sobre a juventude.

O conhecimento desenvolvido pelas partes envolvidas foi reconhecido através de reuniões e reflexões conjuntas antes e após a implementação das ações, tanto para reformulação de estratégias como para integrar as aprendizagens. Os jovens registaram as competências desenvolvidas num notebook para facilitar o preenchimento do Youthpass e os intervenientes nas sessões fizeram registos em vídeo sobre as aprendizagens e suas emoções. O coaching assumiu um papel importante na identificação das aprendizagens pelos momentos de reflexão, análise crítica, e motivação dos jovens a fazer mais e melhor.

O VALUE(S)olidarity mostrou que o conhecimento não está balizado cronologicamente nem limitado a fases da vida, podendo a aprendizagem intergeracional ocorrer em contextos distintos e ter impacto em diferentes intervenientes. Falamos de combate à solidão, aumento da autoestima e qualidade de vida, partilha de saberes, compreensão do processo de envelhecimento, conhecimento e adaptação a diferentes contextos, e sobretudo de solidariedade e respeito pelo outro. A comunidade é impactada por este projeto pelo desenvolvimento do sentimento

de pertença, pela colaboração de voluntários e envolvimento de organizações em problemas comunitários, como por exemplo, o preconceito e a exclusão social. Este projeto conduziu à necessidade de políticas locais que promovam respostas sociais de cariz intergeracional.

- “O impacto desta atividade é positivo permitindo perceber que é muito mais fácil realizar atividades simples e tão enriquecedoras.” – Daniela Martins (Psicóloga n’O Mágico)
- “Este projeto foi uma mais-valia tanto para mim como para os idosos envolvidos. Ajudou-me a perceber que existem algumas diferenças entre as duas gerações envolvidas, mas mais importante, ajudou a aproximar estas mesmas gerações.” – Daniela Dias (voluntária do projeto)
- “O projeto VALUE(S)olidarity teve um grande impacto em mim como pessoa, profissional, jovem e voluntária. Este projeto veio, acima de tudo, fazer-me olhar para dentro, para o meu interior, antes sequer de o mostrar para fora, para a minha cidade, para o que está detrás de um projeto que aos olhos dos outros parece apenas bonito” – Mariana Marques (voluntária do projeto)
- “O balanço é extremamente positivo. A atividade potenciou a aproximação entre gerações. A sabedoria dos mais velhos e a curiosidade dos mais novos promoveu a troca/partilha de vivências e histórias de vida, contribuindo para o sentido valorização e utilidade da pessoa idosa.” (Mariana Tavares, animadora sociocultural na AFA Fermentelos)
- “O contacto intergeracional é sempre proveitoso para os idosos, que tem benefícios ao nível da estimulação cognitiva, por exemplo, como também ao nível da autoestima. A partilha relacionada com o tema da União Europeia despertou nos utentes um interesse acrescido pela sua compreensão e organização.” (Dr.ª Elsa Rodrigues, Diretora Técnica no Jardim Social de Travassô)



VALUE(S)olidarity



- “A alegria compartilhada, o conhecimento partilhado foi fantástico e pode ser comprovado pelas filmagens existentes. O convívio dos idosos com jovens e a troca de experiências e vivências faz surgir sorrisos e gargalhadas adormecidos por muito tempo, fruto de algumas tristezas que o sabor dos longos anos vividos transporta.” (Catarina Gouveia, Direção Técnica do Paraíso Social de Aguada de Baixo)
- “Para nós, instituição de apoio a idosos foi uma mais valia tendo em conta a importância da intergeracionalidade assim como das temáticas abordadas. É uma excelente forma de abordar assuntos importantes da sociedade de forma animada e descontraída possibilitando uma maior abertura e partilha por parte dos idosos.” (Arlete Santos, animadora sociocultural na Fundação Nossa Senhora da Conceição da Freguesia de Valongo do Vouga).

## Youthpass

Os jovens adquiriram e desenvolveram muitas competências com a sua experiência de participação neste projeto solidário do Corpo Europeu de Solidariedade. No sentido de as suas competências serem reconhecidas, os jovens receberam o seu Youthpass um reconhecimento a nível europeu ao nível da educação não-formal.

## Testemunhos

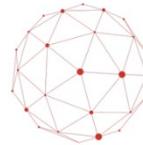
- “Neste projeto aprendi a diferenciar o “escutar” do “ouvir”, aprofundei em mim a vontade de me colocar inteiramente no lugar do outro, imaginar que vivi as mesmas experiências na mesma época e então perceber o porquê desse pensamento, aumentei a curiosidade acompanhada de gargalhadas sobre temas como casamento e músicas” – Mariana Marques (voluntária do projeto);
- “Com este projeto tenho uma melhor noção das dificuldades que as gerações mais antigas enfrentaram, podendo desta maneira prestar o meu apoio a nível solidário e aproveitar mais o que hoje me é oferecido, assim como as oportunidades com que me deparo” – Daniela Dias (voluntária do projeto);
- “As trocas de conhecimento/experiências deixaram-nos mais cultos e com maior sensibilização em relação à vida nos tempos que já passaram assim como deixaram os idosos a par do mundo em que vivemos hoje”. – Marco Caloba (voluntário do projeto)
- “Neste projeto conseguimos desenvolver competências que no início não eram evidentes. Ao termos contacto com os idosos, com todas as suas experiências, com a vivência saímos mais enriquecidos a nível pessoal, e que se tornou numa aprendizagem constante ao longo de cada sessão.” – Cláudio Machado (voluntário no projeto)
- “Os benefícios na instituição e nos idosos foram positivos, principalmente porque a atividade se realizou ao fim de semana, colmatando estes dias de semana que têm menos atividades.” – Daniela Martins (Psicóloga n’O Mágico)
- “A dinâmica foi interessante e captou a atenção e a participação dos seniores, principalmente quando cantaram o hino de Portugal. Estes tipos de atividades são importantes pois envolvem e trazem os seniores para atualidade e para a reflexão das suas próprias vivências.” (Paula Santos, animadora sociocultural no Centro Social de Agadão)

- “Através de dinâmicas simples e adequadas à faixa etária, foi possível trabalhar o tema “Namoro/Casamento” num ambiente intimista, recetivo e sensível aos testemunhos de todos. Foram momentos de partilha de memórias de outrora, experiências e episódios de vida.” (Mariana Tavares, animadora sociocultural na AFA Fermentelos)
- “O desempenho dos jovens foi uma mais valia para o sucesso e aceitação da atividade por parte dos idosos” (Dr.ª Elsa Rodrigues, Diretora Técnica no Jardim Social de Travassô)
- “Os jovens demonstram e explicam muitas situações e episódios que vivem atualmente e os idosos, transportam para o seu tempo fazendo comparações que se tornam engraçadas.” (Catarina Gouveia, Direção Técnica do Paraíso Social de Aguada de Baixo)



# English version

## VALUE(S)olidarity



VALUE(S)olidarity

VALUE(S)olidarity is a solidarity project developed at Águeda Youth Center.

Nursing homes and day care center, partners in VALUE(S)olidarity are:

1. AMAR – Associação Macinhataense de Cultura de Recreio (Macinhata do Vouga)
2. Fundação Nossa Senhora da Conceição (Valongo do Vouga)
3. Associação Senhora da Esperança – Centro Social, Cultural e Recreativo (Á-dos-Ferreiros)
4. Jardim Social de Travassô (Travassô)
5. Centro Social Arco Íris (Espinhel)
6. Associação Fermentelense de Assistência a Crianças e Pessoas de 3ª Idade (Fermentelos)
7. Santa Casa da Misericórdia de Águeda/ Lar Conde Sucena (Águeda)
8. O Mágico – Centro de Apoio Social, Cultural e Recreativo (Giesteira)
9. Centro Social de Agadão (Agadão)

10. Centro Social de Belazaima (Belazaima do Chão)
11. Paraíso Social de Aguada de Baixo (Aguada de Baixo)
12. LAAC – Liga dos Amigos de Aguada de Cima (Aguada de Cima).

The intergenerational gap between young and old people was perceived and recognized by a group of young people in order to reduce the lack of proximity between the two age groups. In fact, sharing experiences can lessen the feeling of being alone and create conditions for a more supportive and inclusive society. Thus, VALUE(S)olidarity came to continue the work started with the Grandpa Tell me More! (Good Practice 2018), taking the intervention to a broader group of elderly people, through partnerships with twelve homes and day centers in the municipality of Águeda. VALUE(S)olidarity is a reflection of how the work of young people with the elderly enhances a reconciliation between generations, local and European culture, the promotion of practices with different visions and ideas and the adoption of European social values in the reality of young people and the elderly in Águeda.

## National Agency Erasmus + Youth in Action

The Erasmus + Youth in Action Agency is the mission structure which aims to ensure the management in Portugal of the Erasmus + Program in the fields of youth and sport, as well as to ensure the management and implementation of the activities still in Action". It also coordinates the Eurodesk information network in Portugal. NA E+JA supports exchanges, European Voluntary Service, international training, Strategic Partnerships and Structured Dialogue events. Provides support and information in the dimension of Sport and the European Solidarity Body of Erasmus +.

The National Agency Erasmus + Youth in Action supported VALUE(S)olidarity project, as well as other Psientifica's projects.

## European Solidarity Corps

The European Solidarity Corps is the new European Union initiative aimed at young people, giving them the opportunity to volunteer or work on projects at home or abroad for the benefit of people and communities across Europe. After signing up, participants in the European Solidarity Corps can be selected and invited to join a wide range of projects. Projects supported by the European Solidarity Corps can last between two and twelve months, usually taking place in EU countries.

VALUE(S)olidarity is finance by the European Solidarity Corps.

## Objectives of the project

The global objective of VALUE(S)olidarity is to promote solidarity as a common value, especially through intergenerational activities, with a view to fostering the involvement of young and elderly, institutions and the community, so that Águeda becomes more solidary and inclusive. Through the training of young people, intergenerational sharing, promotion and social development, young people have developed social and ethical values, such as solidarity, human rights, equal opportunities and the recognition of multicultural contexts.

The general objectives are:

- 1 | Recognize the potential of intergenerationality in the personal and social development of young people and the elderly;
- 2 | Recognize the potential of intergenerationality in the community;
- 3 | Encourage the involvement of social and public institutions in intergenerational social, cultural and educational practices and promote new initiatives;
- 4 | Contribute to the improvement of social exclusion situations;
- 5 | Contribute to improving the problems of social exclusion and discrimination and low social participation.

The specific objectives are:

- a) Promote social, cultural and educational, intergenerational practices, adjusted to the needs of young and elderly people and the community;
- b) Promote solidarity, diversity and interculturality;
- c) To train young and old people with new skills and learn based on non-formal education;
- d) Encourage an entrepreneurial, creative and proactive attitude of young and old;
- e) Sensitize the community and institutions to the need to enhance entrepreneurial attitudes for the development of the region;
- f) Promote the participation of the local community in the activities of young people and the elderly;
- g) Promote European social values, namely solidarity;
- h) Share good practices;
- i) Promote or recognize EU opportunities.

## Volunteers

Marco Caloba is 20 years old and is from South Africa. Currently studying at the University of Aveiro, in the 3rd year of the Integrated Master in Mechanical Engineering. He has participated in several Erasmus + Youth in Action projects, mainly in youth exchanges. Of these, two stand out, one in Águeda and the other in Kaunas, Lithuania, on intergenerational dialogue, since they were based on non-formal education activities that helped him to develop social and personal skills with regard to interacting with older generations and thus to gain a better understanding and empathy towards them. These exchanges aroused in the framework that made him embark on the VALUE(S)olidarity project the curiosity and interest.



Elza Rocha is a native from Barrô and is 20 years old. Currently studying biochemistry at the University of Aveiro and, although by contrast, has always been interested in social and cultural initiatives that promote the involvement of different generations. It all started with the KA2 Grandpa Tell Me More project, distinguished as a Good Practices project, where she realized the need to involve the elderly in a time when the photos are the most attractive and where the older population is being left out. In addition, with the Value(S)olidarity project, she managed to cultivate an interest in memories, teachings and advice from the elderly with whom she had the pleasure of living.



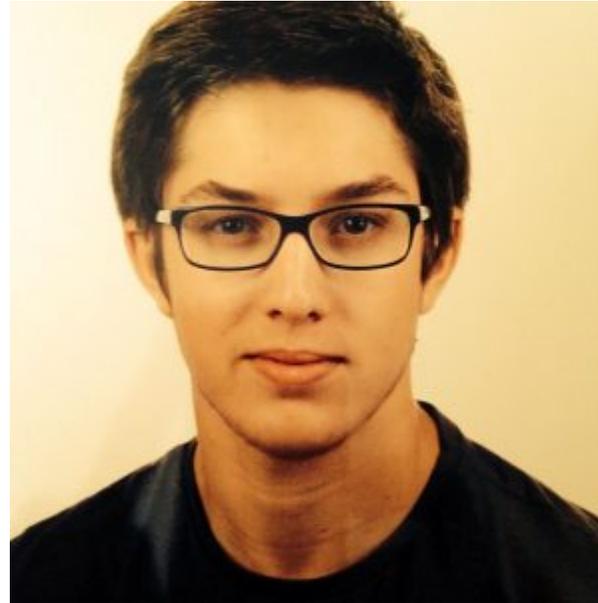
She dreams about an ideal world, she is 24 years old and she is from Aguada de Cima. Her name is Mariana Marques, a physiotherapist by profession and a volunteer in her spare time. She is part of the Youth of the Red Cross and of the direction of GAS'África. She is passionate about people and their behaviour. She participated in the Value(S)olidarity project because believes that the work of young people is, in most cases, to remind people of their skills and that they are special and unique.



Her name is Daniela Dias, she is 25 years old and comes from Aguada de Baixo, Águeda. Her training is Biomedical Engineering, but over time, she has been completing this academic training with non-formal training that has helped her to integrate and actively participate in the society that surrounds her. She has already participated in some exchanges in which developed important skills such as cultural tolerance. So, she decided to participate in the VALUE(S)olidarity project because it is an integration project that includes values such as understanding and exchange of ideas between different generations. Daniela thinks that the project was an incredible and very challenging experience.



Cláudio Machado was born on May 3, 1998, in Aguada de Baixo, a small village in Águeda and has studies in Physics at the Faculty of Science and Technology of the University of Coimbra. Participation in various youth exchanges and hackathons at the university level has been the basis of non-formal education. It was with the Grandpa Tell Me More project that he had his first experience working with the elderly and which proved very rewarding and inspiring for him. Since then he was motivated to VALUE(S)olidarity.



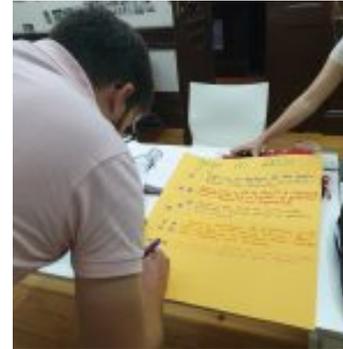
## Project Activities

The topics of activities designed, implemented and evaluated by young people were:

- Hobbies
- Dating / Marriage
- Music, movies and karaoke
- Experimentation of musical instruments
- Gastronomy
- Daily life
- Education
- Board games
- Poetry
- Current topics
- Volunteering
- Clubs and associations.

## Group meeting and coaching

Although the majority of young people involved in this project have already participated in a transnational youth initiative and, therefore, already have in mind the ideas of what they intended to implement in each session, it was essential to discuss, define, approve and implement a management model. For the implementation of the project, the PDCA (Plan Do Check Act) learning cycle was used, that is, for each activity, a process of preparation, implementation, evaluation and performance/correction was implemented. In this process, the coach was a reference who was present at the different stages of the process and someone available to facilitate any doubts or questions that young people had.



## 1- Hobbies at Senhora da Esperança Association

At the Senhora da Esperança Association in À-dos-Ferreiros, a session was implemented with the aim of sharing experiences in terms of hobbies of the elderly and young people today. The main differences found is that the elderly played a lot outdoors with friends, they had animals for working in the fields, made their own toys, such as rag dolls and dolls made of corn cobs and young people grow more closed at home, surrounded by new technologies and gain knowledge on social networks that did not exist even during the youth of the elderly. They also talked about solidarity and how to invest time in solidarity projects.



## 2- Dating and marriage at AFA

At the Fermentelense Association for Assistance to Children and the Elderly in Fermentelos, 15 participants spent the morning with a lot of emotion, since the elderly told about life situations, remembered their flirtation and their wedding day. Discussed going to church and divorce, the white wedding dress and compared to the current situation brought by young people, where nowadays there is less stigma in divorce, the concept of marriage is mainly about living together, church marriage is optional and for young people it is perfectly normal for people of the same sex to get married.



### 3-Music, Movies and karaoke at Belazaima Social Center

When the young people were at the Belazaima Social Center, in Belazaima do Chão, the excitement was constant! Through non-formal education activities and the sharing of stories, young and old people talked about cinema, films and soundtracks, television and their personal experiences. There was a lot of music, entertainment and singing!



## 4- Musical instruments at AMAR

The experimentation of musical instruments, the accompaniment of songs with Instrumental Orff, singing and dancing counted with 47 participants at AMAR - Macinhatense Recreational Culture Association in Macinhata do Vouga, where young and old people got together in a fun afternoon where even the technicians danced with the group!



## 5- Gastronomy at Paraíso Social

The diet has changed, we currently eat more meat, but we are also beginning to worry more about eating habits, not only because of health issues, but also because of sustainable development and concern for the planet. These were among the main conclusions drawn in the session on gastronomy at Paraíso Social in Aguada de Baixo, where there was still experimentation with different foods and sharing of experiences in an intergenerational dialogue. Among young and old the activity had 11 participants.



## 6- Daily life at O Mágico

At Mágico - Social, Cultural and Recreational Support Center in Giesteira, young people learned that the daily life of the elderly was spend mainly in the countryside, which was the main means of subsistence, so the elderly had to work from an early age and their routines were related to agriculture and livestock. Young people also learned that there was not much time for games in the lives of the elderly participants. With young people, the elderly realized that today, in addition to outdoor sports; young people spend a lot of time on the computer, and for example, on Netflix. Both generations reported situations of solidarity in their daily lives.



## 7- Education at Arco Íris

At the Arco Íris Social Center in Espinhel, a story was read about what Education was like at the time of the participants' grandparents, namely about transportation, the relationship with teachers, compulsory education, the relationship between peers and other aspects that served as a slogan to promote the discussion between the main differences in Education today and in the past. There was also a game with questions for both generations to share their personal experiences. 28 participants attended this activity.



## 8- Board games at Santa Casa da Misericórdia

An afternoon of Bingo was spend at Santa Casa da Misericórdia de Águeda in Lar Conde Sucena, where the participants talked about board games such as chess game, bingo, monopoly and scrabble, comparing now and the old days.



## 9- Poetry at LAAC

Rhythm, words, animation, sharing, intergenerationality and learning. These could be the words to define the poetry session at LAAC - League of Friends of Aguada de Cima. Young and old people worked on phonological awareness, shared poems, popular sayings and stories.



## 10- Current topics at Jardim Social

At Jardim Social, in Travassô, participants talked about the European Solidarity Corps, Erasmus +, current topics and issues such as the European Union, Brexit and the migratory movements we have seen.



## 11- Volunteering at Nossa Senhora da Conceição Foudation

Volunteering and Solidarity were the most heard words in the session that took place at the Nossa Senhora da Conceição Foundation in Valongo do Vouga, where a non-formal activity was implemented that allowed to discuss the concept of being a volunteer in the past and today. The European Solidarity Corps and Erasmus + Youth in Action were highlighted for learning through mobility and solidarity projects that allow volunteers to develop skills.



## 12- Clubs and associations at Agadão Social Center

At Agadão Social Center, 24 participants discussed the associativism of the past and the present through participation in non-formal education activities. Young and old people also spoke of the role of women and the history of the institution.



## Public Presentation of the Project

In addition to meetings in homes and informal sharing of experiences, results and impact of the project together with young Aguedenses and technicians and users' families, a public presentation session of the project was held at the Marques Castilho Secondary School where testimonies were shared, results and videos were shown the project, as well as the European Solidarity Corps.



## Results and impact

The project was a success in terms of achievement and objectives, with the following results:

- a) Compliance with established plans;
- b) Knowledge about how to improve intergenerational learning and dialogue by creating, implementing and evaluating methods used with young and old in the same activity in a perspective of learning and constant adaptation, always based on respect, trust and affection;
- c) Awareness of the advantages of learning through the elderly. 100% of the young people involved in the project stated that their participation was beneficial in eliminating stereotypes associated with the elderly, and the elderly also expressed that the presence of young people and the activities implemented were positive in deconstructing the general image of the current youth;
- d) Increased social dialogue between young and old, whose communication undoubtedly allowed a better understanding between generations;
- e) Development of camaraderie between generations, once a relaxed and unprejudiced contact has been observed by the parties involved;
- f) Increased knowledge and training among young people, technicians and the elderly on intergenerational learning;
- g) Increasing young people's awareness of their social responsibility. Young people became more aware of what they can do and what change can come from them. It was important to feel supported.
- h) More socially active young people in creating better conditions for their community. There was involvement in the definition of needs, in the creation of activities and how to arrive at a final activity that corresponds to an objective and to an expected result and impact.
- i) Young people more aware of intergenerational needs and more proactive in finding solutions.

- j) Network of young people able to share good practices in development and intergenerational learning. Young people shared their experiences and understood how they can do it differently so that it can be replicable.
- k) Good practices in intergenerational learning. A compilation document was created with the developed sessions and developed contents, the booklet, which is available on the project page and was shared with the Águeda Youth Center mailing list and with the contacts of young people and partners.

The project revealed the expected impact and validated the benefits of intergenerationality and non-formal education in the development of skills and knowledge.

## **YOUNG PEOPLE**

### Social and civic competences

- Greater proximity to the community.
- Development of skills related to the establishment of relationships, in diverse contexts, with different communication objectives and different target groups.

### Sense of initiative and entrepreneurship

- Transformation of ideas into viable projects, adjusted to the needs of young people and the community for the implementation of intergenerational social, cultural and educational actions, with a view to creating and social value.



VALUE(S)olidarity



### Communication in mother tongue

- Development of language proficiency through immersion in the local community and contact in different contexts and through orality, writing and communication.

### Learn to learn

- Responsibility in learning, creating initiatives and evaluating results.
- Continuous process of reflection, individual and in-group, which led to the identification of the personal learning style.
- Avoiding obstacles and understanding how the experience contributed to personal and professional development.

### Mathematical competence and basic science and technology skills

- Management of budgets, time, logical and mathematical reasoning that increased the use of calculations and graphs in the daily routine.

### Foreign language competence

- Use of foreign language materials to search for strategies adapted to the elderly.
- Expression of thoughts and contact with participants from other cultures.
- Greater sensitivity to European culture.

### Digital competence

- Use of computer programs to create videos, use a camera and edit photos, create a poster and use social networks, which culminated in greater openness to ways of communicating online and mastery of programs to convey the desired message.

### Cultural sensitivity and expression

- Interaction with other cultures, identifying similarities and divergences, which revealed greater critical knowledge about their culture.
- Greater openness to European cultures and development of skills related to peaceful coexistence, problem solving and decision-making.

### **OLD PEOPLE**

- Improved self-perception regarding their contribution to the community;
- Increased well-being.
- Demystification of prejudices about youth.
- Increased knowledge about the news.

### **TECHNICAL**

- Valuing the potential for social innovation of young people.
- Greater competence in intergenerational approaches and social entrepreneurship.
- Greater capacity to activate and implement youth participation processes.

### **STAKEHOLDERS**

- Increase in the quality of intergenerational work with a social, civic and democratic impact.
- Increased capacity to cooperate at national and European level to strengthen international strategies.

- Recognition of the potential of NFE.
- Development of the multiplier effect of good local and European practices.

### **DECISION MAKERS IN PLANNING INITIATIVES FOR YOUTH**

- Increased knowledge about potential initiatives for the inclusion of young people in planning local actions and initiatives.
- Improving the ability to conceive youth participation as a benefit in all local policies, taking into account that local policies have an impact on youth.

The knowledge developed by the parties involved was recognized through joint meetings and reflections before and after the implementation of actions, both for reformulating strategies and for integrating learning. The young people recorded the skills developed in a notebook to facilitate the filling of the Youthpass and the participants in the sessions made video records about the learning and their emotions. Coaching has taken on an important role in identifying learning through moments of reflection, critical analysis, and motivating young people to do more and better.

VALUE(S)olidarity showed that knowledge is not bounded chronologically or limited to life stages, and intergenerational learning can take place in different contexts and have an impact on different actors. We talk about combating loneliness, increasing self-esteem and quality of life, sharing knowledge, understanding the aging process, knowledge and adaptation to different contexts, and above all solidarity and respect for others. The community was impacted by this project by the development of the feeling of belonging, by the collaboration of volunteers and the involvement of organizations in community problems, such as prejudice and social exclusion. This project led to the need for local policies that promote social responses of an intergenerational nature.

- “The impact of this activity was positive, allowing us to realize that it is much easier to carry out simple and so enriching activities.” - Daniela Martins (Psychologist at O Mágico)
- “This project was an asset for both me and the elderly involved. It helped me to realize that there are some differences between the two generations involved, but more importantly, it helped to bring these same generations closer together.” - Daniela Dias (project volunteer)
- “The VALUE(S)olidarity project had a great impact on me as a person, professional, young and volunteer. This project came, above all, to make me look inside, inside, even before showing it outside, to my city, to what is behind a project that in the eyes of others seems just beautiful” - Mariana Marques (project volunteer)
- “The balance is extremely positive. The activity improved the approximation between generations. The wisdom of the elderly and the curiosity of the youngest promoted the exchange/sharing of experiences and life stories, contributing to the sense of appreciation and usefulness of the elderly.” (Mariana Tavares, sociocultural animator at AFA Fermentelos)
- “Intergenerational contact is always beneficial for the elderly, which has benefits in terms of cognitive stimulation, for example, as well as in terms of self-esteem. The sharing related to the European Union theme stimulated an increased interest in old people for their understanding and organization.” (Dr.<sup>a</sup> Elsa Rodrigues, Technical Director at Jardim Social de Travassô)
- “The shared joy, the shared knowledge was fantastic and can be seen from the existing footage. The interaction of the elderly with young people and the exchange of experiences rise to smiles and laughs that have been dormant for a long time, the result of some sadness that the flavor of the long years lived carries.” (Catarina Gouveia, Technical Director of Paraíso Social de Aguada de Baixo )
- “For us, the institution that supports the elderly was an asset, taking into account the importance of intergenerationality as well as the themes addressed. It is an excellent way to address important issues in society in a lively and relaxed way, allowing greater openness and



sharing by the elderly.” (Arlete Santos, sociocultural animator at the Nossa Senhora da Conceição Foundation in the Parish of Valongo do Vouga)

## Youthpass

Young people acquired and developed many skills with their experience of participating in this solidarity project of the European Solidarity Corps. In order for their skills to be recognized, young people received their Youthpass at the end of their mobility, a recognition at European level in terms of non-formal education.

## Testimonies

- “In this project I learned to differentiate “listening” and “active listening” deepened in me the desire to put myself entirely in the place of the other, to imagine that I had the same experiences at the same time and then to understand the reason for that thought, I increased the accompanying curiosity of laughter on topics such as marriage and music ”- Mariana Marques (project volunteer);
- “With this project I have a better sense of the difficulties that the older generations faced, being able to give my support in solidarity and to take more advantage of what is offered to me today, as well as the opportunities that I face” - Daniela Dias (project volunteer);
- “Exchanges of knowledge/experiences have left us more educated and more aware of life in the times that have passed as well as letting the elderly know about the world in which we live today”. - Marco Caloba (project volunteer)
- “In this project we were able to develop skills that were not evident at the beginning. By having contact with the elderly, with all their experiences, with the experience we left more enriched on a personal level, and it became a constant learning throughout each session.”- Cláudio Machado (volunteer in the project)
- “The benefits in the institution and in the elderly were positive, mainly because the activity took place at the weekend, filling these weekdays that have fewer activities.” - Daniela Martins (Psychologist at O Mágico)
- “The dynamic was interesting and captured the attention and participation of seniors, especially when they sang the Portuguese anthem. These types of activities are important because they involve and bring seniors up to date and to reflect on their own experiences.”(Paula Santos, socio-cultural animator at the Agadão Social Center)

- “Through simple dynamics appropriate to the age group, it was possible to work on the theme “Dating/Marriage” in an intimate, receptive and sensitive environment to everyone's testimonies. There were moments of sharing memories from the past, experiences and life episodes.” (Mariana Tavares, sociocultural animator at AFA Fermentelos)
- “The performance of young people was an asset for the success and acceptance of the activity by the elderly” (Dr.<sup>a</sup> Elsa Rodrigues, Technical Director at Jardim Social de Travassô)
- “Young people demonstrate and explain many situations and episodes that they currently live and the elderly transport them to their time making comparisons that become funny.” (Catarina Gouveia, Technical Director of Paraíso Social de Aguada de Baixo)



Para mais informações acerca do projeto:

For further information about the project:

<http://psientifica.org/valuesolidarity/>