

**O Papel Social dos Museus: Promoção de Bem-Estar e
Impacto na Mediação do Museu de Lisboa. Análise dos
Programas Educativos *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*
e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu***

Joana Covas Pimenta

Relatório de Estágio de Mestrado em Museologia

Setembro, 2024

Relatório de Estágio apresentado para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Museologia realizado sob a orientação científica da Prof. Dr.^a Adelaide Manuela da Costa Duarte e orientação no local de estágio do Dr. David Felismino

Agradecimentos

No decorrer do estágio curricular, como também na realização deste relatório de estágio, tive o prazer de contactar com diversos profissionais que de uma maneira ou outra possibilitaram o meu crescimento pessoal, académico e profissional.

Começo, assim, por agradecer à professora doutora Adelaide Duarte, orientadora científica deste relatório, que me concedeu o apoio e motivação essencial para a elaboração do relatório, além do esclarecimento de dúvidas e orientação. Agradeço, também, o nível de rigor que sempre exigiu, o que levou ao melhoramento constante deste trabalho.

Ao Museu de Lisboa, mais concretamente, à Diretora do Museu, Dr.^a Joana Sousa Monteiro e ao Diretor-adjunto, Coordenador do Serviço Educativo (SE) e coordenador do estágio, Dr. David Felismino, agradeço a oportunidade de estagiar numa instituição prestigiante, e por todo o apoio, disponibilidade e simpatia demonstrado durante e após o estágio. Destaco o Serviço Educativo do Museu de Lisboa e a sua equipa excepcional: Ana Margarida, Paula, Marta, Joana, Maria João e Joana. Obrigada por terem contribuído para que a minha primeira experiência na área da mediação tenha sido bastante positiva e enriquecedora. Agradeço a todas pelas estimulantes conversas, conselhos pessoais e profissionais e almoços, como também pela confiança, empoderamento e simpatia. Tanto a equipa do SE, como também toda a equipa do Museu de Lisboa sempre demonstraram uma grande simpatia e sempre me fizeram sentir bem-vinda, incluída e valorizada.

Por fim, agradeço à minha família e amigos pelo apoio incondicional e paciência no decorrer da elaboração deste relatório.

Muito obrigada!

O Papel Social dos Museus: Promoção de Bem-Estar e Impacto na Mediação do Museu de Lisboa. Análise dos Programas Educativos *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. Relatório de estágio

Joana Covas Pimenta

Resumo

O presente relatório de estágio foi realizado no âmbito do Mestrado em Museologia, para a obtenção do título de mestre em Museologia na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade NOVA de Lisboa (NOVA FCSH). Este relatório consiste na apresentação do trabalho realizado no decorrer do estágio curricular, como também no desenvolvimento e exploração do tema do bem-estar em contexto museal, com base em dois casos de estudo.

O estágio curricular teve como objetivos aplicar os conhecimentos que tenho vindo a adquirir no decorrer do Mestrado e de participar, acompanhar e analisar as diferentes atividades e visitas, com destaque para a participação, acompanhamento e análise dos programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, os casos de estudo deste relatório. Para a análise destes casos de estudo foi proposto perceber qual a importância do bem-estar no contexto museal e para as comunidades que frequentam os museus, perceber se os museus conseguem influenciar a mediação e o bem-estar dos seus visitantes, e identificar os benefícios para os museus ao implementarem programas direcionados para o bem-estar. Ao nível da metodologia, para o relatório de estágio foi utilizada uma metodologia teórico-analítica. Foi realizada uma revisão crítica da bibliografia, como também foram analisados os casos de estudos a partir de entrevistas realizadas às mediadoras responsáveis pelos programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu* e à responsável pela operacionalização do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. Também foram realizados questionários aos participantes dos programas mencionados anteriormente.

Através desta análise, foi possível concluir que os museus têm um impacto positivo no bem-estar dos seus visitantes. Mais concretamente, foi verificado que no programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, os participantes beneficiaram positivamente das sessões do programa, uma vez que afirmaram que as sessões tiveram um impacto positivo no seu dia-a-dia e que consideram que a sua disposição emocional melhorou depois da sua participação nas sessões. Já no programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, os participantes afirmam sentirem-se mais bem-dispostos depois de terminadas as sessões. Considera-se as características derivadas das sessões e apontadas pelos cuidadores, como a possibilidade de construir uma comunidade, o convívio com os outros cuidadores, participantes e mediadoras e a aquisição de novos conhecimentos como características que, igualmente, influenciam positivamente o seu bem-estar. Ao nível do impacto no Museu, estes programas possibilitam a diversificação do público do Museu de Lisboa, e enfatizam a missão e tipologia de museu de cidade que se revê nestes programas. Foi, também, verificado que a mediação é impactada pelos programas a nível prático, através da característica experimental presente em ambos os programas. Da mesma forma, foi verificado que para além dos programas impactarem a mediação, a mediação impacta, igualmente, os programas e os seus participantes, através dos diferentes recursos utilizados.

Palavras-chave: Serviço Educativo, Mediação Cultural, Educação, Bem-estar, Museu.

The Social Role of Museums: The Promotion of Wellbeing and the Impact on the Education of the Museum of Lisbon. Analysis of Educational Programs *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* and *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. Internship Report

Joana Covas Pimenta

Abstract

This internship report was carried out within the scope of the master's degree in Museology, to obtain a master's degree in Museology at the Faculty of Social Sciences and Humanities of the NOVA University of Lisboa (NOVA FCSH). This report consists of the presentation of the work carried out during the curricular internship, as well as the development and exploration of the theme of well-being in a museum context, based on two case studies.

The curricular internship aimed to apply the knowledge that I have been acquiring during the master's degree and to participate, monitor and analyze the different activities and guided tours, with emphasis on the participation, monitoring and analysis of the programs *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* and *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, the case studies of this report. For the analysis of these case studies, the following objectives were elaborated: to understand the importance of well-being in the museum context and for the communities that frequent museums; to understand if museums can impact the education and well-being of their visitors; as well as to identify the benefits for museums when implementing programs aimed at well-being. In terms of methodology, a theoretical-analytical approach was used for the internship report. A critical review of the bibliography was carried out, and the case studies were analyzed through interviews with the mediators responsible for the two programs, and with the person responsible for the operationalization of the program *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, as well as questionnaires were carried out to the participants of the programs mentioned above.

Through this analysis, it was possible to conclude that museums have a positive impact on the well-being of their visitors. More specifically, it was found that in the program *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, the participants benefited positively from the program sessions, as it was stated that the sessions had a positive impact on their day and that they felt that their emotional disposition improved after their participation in the sessions. The participants of the program *Marcar o Lugar – Encontros no Museu* state that they felt a positive impact on their mood after the sessions were over. The characteristics derived from the sessions and pointed out by the caregivers, like the possibility of building a community, the interaction with other caregivers, participants and mediators and the acquisition of new knowledge are, also, considered to have positively impacted their well-being. In terms of the impact on the Museum, these programs enable the diversification of the public that frequent the Museum of Lisbon and emphasize the mission and typology of a city museum, that is seen in these programs. It was also verified that the museum education is impacted by the programs at a practical level, through the experimental feature present in both programs. Likewise, it was found that in addition to the programs impacting the museum education, it also impacts the programs and their participants, through the different resources used.

Keywords: Educational Service, Cultural Mediation, Education, Well-being, Museum.

Lista de Abreviaturas

NOVA FCSH – Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa

CML – Câmara Municipal de Lisboa

EGEAC/Lisboa Cultura – Empresa de Gestão de Equipamentos e Animação Cultural

ICOM – International Council of Museums

NHS – National Health Service

OMS – Organização Mundial de Saúde

WOW – Wheel Of Wellbeing

NEF – New Economics Foundation

MUHNAC – Museu Nacional de História Natural e da Ciência

USF – Unidade de Saúde Familiar

MoMA – Museum of Modern Art

MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia

Rede MID – Rede de Museus para a Inclusão na Demência

SE – Serviço Educativo

Índice

Introdução	1
1. O tema: escolha, objetivos e metodologia	2
2. Estrutura do relatório de estágio	4
Capítulo I – O Museu de Lisboa	5
1.1. Breve análise da sua história	5
1.2. Uma instituição polinucleada	7
1.3. Um museu de cidade.....	10
1.4. O Serviço Educativo do Museu de Lisboa	11
Capítulo II – O Papel social dos museus: Promoção de bem-estar	13
2.1. Museu, mediação e bem-estar: dos conceitos ao significado em contexto museal .	14
2.2. O impacto no bem-estar em contexto museal.....	19
2.3. Programas e projetos no bem-estar: revisão crítica	21
Capítulo III – Caso de estudo I – Programa <i>Lisboa Revela-se! Pós-Parto no Museu</i> 25	
3.1. O programa, objetivos e metodologias aplicadas	26
3.2. Uma breve caracterização sociodemográfica dos participantes e motivações	29
3.3. O impacto do programa no bem-estar dos participantes	31
3.4. O impacto do programa na mediação e no Museu	33
Capítulo IV – Caso de estudo II – Programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i> 37	
4.1. O programa, objetivos e metodologias aplicadas	37
4.2. Motivações e avaliação do programa por parte dos participantes	40
4.3. O impacto do programa no bem-estar dos participantes	43
4.4. O impacto do programa no Museu e na mediação	45
Considerações finais: O impacto dos programas no bem-estar dos participantes, no Museu e na mediação	47

Referências bibliográficas	51
Anexos	57
Anexo 1 – Parecer da Comissão de Ética da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa.....	57
Anexo 2 – Tabela com as atividades acompanhadas/realizadas no decorrer do estágio	58
Anexo 3 – Guião do inquérito realizado aos participantes da 9. ^a edição do programa <i>Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu</i>	79
Anexo 4 - Guião da entrevista realizada à mediadora sobre a componente cultural da 9. ^a edição do programa <i>Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu</i>	86
Anexo 5 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes da 9. ^a edição do programa <i>Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu</i>	87
Anexo 6 - Guião do inquérito realizado aos participantes com demência do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	94
Anexo 7 - Guião do inquérito aos participantes cuidadores do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	96
Anexo 8 - Guião da entrevista realizada às mediadoras responsáveis pelas sessões do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	98
Anexo 9 - Guião da entrevista realizada à responsável pela operacionalização do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	99
Anexo 10 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes com demência das sessões de continuidade do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	100
Anexo 11 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes cuidadores das sessões de continuidade do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>	102

Introdução

Este relatório constitui a componente não letiva realizada no âmbito do Mestrado em Museologia, concretamente na unidade curricular *Estágio com relatório em Museologia*, para a obtenção do título de mestre em Museologia na Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade NOVA de Lisboa (NOVA FCSH). De acordo com o Regulamento do Mestrado em Museologia da NOVA FCSH¹, para a obtenção deste grau deve ser escolhido uma das modalidades: dissertação, trabalho de projeto ou estágio com relatório. Foi, assim, optado pela modalidade de estágio com relatório, tendo sido o mesmo realizado no departamento do Serviço Educativo do Museu de Lisboa, com uma carga horária de 800h, que se iniciou no dia 26 de setembro de 2023 e terminou no dia 22 de março de 2024. O relatório de estágio foi realizado sob a orientação científica da Prof. Dr.^a Adelaide Manuela da Costa Duarte e orientação no local de estágio do Dr. David Felismino.

No decorrer do estágio curricular acompanhei e realizei diversas atividades que levaram à escolha de dois casos de estudo para o presente relatório, os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e o *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. O bem-estar, o tema que será tratado neste relatório, é um dos temas que têm vindo a ser explorados em contexto museal e que se encontra incorporado na programação do Museu de Lisboa em diversos programas e atividades alinhados com a sua tipologia e missão, sendo, também, o tema central dos dois casos de estudo escolhidos.

A experiência que desenvolvi no estágio curricular realizado no Serviço Educativo, que possibilitou o meu primeiro contacto com a mediação, permitiu-me refletir sobre os conceitos de museu, mediação e bem-estar de maneira a perceber como os mesmos interagem e se interligam, além de observar como os programas impactam o bem-estar dos participantes, o Museu e a mediação. Para a realização deste trabalho foi obtido a aprovação pela Comissão de Ética da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade NOVA de Lisboa².

¹ FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA – Regulamento do Mestrado em Museologia nº 154. **D.R. 2.º Série** (2012-08-09). 28056-28059.

² Consultar o Anexo 1 para o parecer da Comissão de Ética

1. O tema: escolha, objetivos e metodologia

Para a obtenção do grau de Mestre, como referido, foi optado pela modalidade de estágio com relatório. O estágio curricular permitiu um contacto direto com a prática de museologia, através do mesmo foi possível contactar com os diversos profissionais de museus, públicos e programas o que sustentou a escolha pela modalidade de estágio com relatório. Para a realização do estágio curricular, o Museu de Lisboa foi uma das principais escolhas como instituição acolhedora. O interesse pela mesma passa pelo facto de ser uma instituição polinucleada com diversos focos de interesse dentro da sua temática central: a cidade de Lisboa. Tanto a cultura lisboeta, como também a estrutura funcional polinucleada desta instituição fez com que se estabelecesse como uma das primeiras opções para a realização do estágio curricular. A oferta educativa do Museu de Lisboa, foi outra das razões que me levaram a escolher esta instituição. Após ter terminado a parte letiva do Mestrado soube que queria entrar na área da mediação. Este tema tratado numa unidade curricular do Mestrado suscitou-me curiosidade e interesse sobre o tema, ao enquanto constitui também um grande desafio. O ato de mediar sugere um grande investimento emocional por parte do mediador, uma personalidade aberta, sociável e comunicativa, características estimulantes. Pessoalmente, de perfil, tímida e introvertida, vejo a mediação como um desafio. Tenho um enorme gosto em comunicar com as pessoas, o que fez com que focasse em superar dificuldades e realizasse as minhas funções com a melhor qualidade possível. Apesar de ver a mediação com as suas complexidades, tenho o objetivo de continuar a trabalhar e a explorar esta área no futuro.

Ao realizar o plano de estágio, e com base nas aprendizagens obtidas na parte letiva do Mestrado elegi como tema geral as comunidades e programas educativos inclusivos. Nesta escolha, foquei-me em vários programas e atividades presentes nos programas educativos do Museu, como os dois casos de estudo deste relatório referentes ao tema do bem-estar e atividades referentes à comunidade LGBTQ+, como o percurso, *Lisboa Sai do Armário*. Com a ajuda dos meus orientadores, decidi centrar-me no tema do bem-estar e a sua promoção, uma vez que é um tema estimulante pelo qual tenho um grande interesse e que tem vindo a ser explorado em contexto museal. Para desenvolver este tema optei por analisar dois programas educativos do Museu de Lisboa: os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. Ambos se dirigem a públicos bastante específicos e apresentam-se como programas bastante distintos que se centram sobre questões sociais ao utilizarem as coleções do Museu de

Lisboa para facilitarem o encontro entre o Museu, o público e o bem-estar. Estes programas não só vão ao encontro da tipologia e missão do Museu de Lisboa, como também possibilitam a diversificação do seu público. As diferentes características e nuances aqui apontadas possibilitaram a escolha destes programas como casos de estudo para este relatório.

Os objetivos gerais definidos passaram por aplicar os conhecimentos que tenho vindo a adquirir no decorrer do Mestrado, ao realizar uma revisão crítica da bibliografia afim do tema, de modo a enformar teoricamente os programas escolhidos, enquanto se pretendeu participar, acompanhar e analisar as atividades e programas, principalmente os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu e Marcar o Lugar - Encontros no Museu*.³ Os objetivos gerais para o relatório de estágio passaram também por perceber qual a importância do bem-estar no contexto museal, para as comunidades que frequentam os museus e ainda perceber se os museus conseguem influenciar o bem-estar dos seus visitantes. Acresce que se pretendeu identificar a perceção dos benefícios junto do público, ao se implementar programas direcionados para o bem-estar. Como objetivos específicos, visou-se aplicar questionários e entrevistas aos grupos participantes, de modo a avaliar o impacto daqueles programas e desenvolver o tema do bem-estar.

Ao nível da metodologia, o estágio curricular apresentou uma metodologia de observação e participação ativa, acompanhando as diversas atividades, as visitas orientadas, entre outras tarefas que me foram solicitadas, com orientação por parte da equipa do Serviço Educativo do Museu de Lisboa. Esta orientação permitiu adquirir diversas ferramentas para uma prática de mediação assertiva, consciente, dinâmica e eficiente. Para o relatório de estágio foi utilizada uma metodologia teórico-analítica. Além da revisão crítica da bibliografia, foram analisados os casos de estudos a partir de entrevistas realizadas às mediadoras responsáveis pelos programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu e Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. Ademais, foi também realizada uma entrevista à responsável pela operacionalização do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, como também foram realizados questionários aos participantes dos programas mencionados anteriormente.

Durante o decorrer do estágio curricular e ao escrever o relatório de estágio deparei-me com alguns constrangimentos, nomeadamente a dificuldade em obter

³ Consultar o Anexo 2 para a tabela com as atividades acompanhadas/realizadas no decorrer do estágio curricular

respostas no questionário aplicado aos participantes do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. Crê-se que a razão reside no facto de ser um público com características específicas, como um maior cansaço e falta de tempo dado que são mães recentes. A dificuldade em chegar a este público não se refletiu, todavia, quando realizei os questionários aos participantes do *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, uma vez que os questionários foram realizados presencialmente.

2. Estrutura do relatório de estágio

Do ponto de vista da estrutura, este relatório foi organizado em quatro capítulos, precedidos de uma introdução. Nesta alínea, explicam-se os motivos de escolha do tema, os objetivos e a metodologia utilizada. Este relatório termina com uma conclusão sobre os dois casos de estudo e sobre o impacto do programa no bem-estar dos participantes, além de listar a bibliografia e indicar os anexos documentais.

O primeiro capítulo corresponde ao enquadramento e à caracterização da instituição de acolhimento, o Museu de Lisboa, com o objetivo de dar a conhecer a instituição, introduzindo, assim, a leitura dos restantes capítulos. Segue-se, assim, o segundo capítulo que pretende contextualizar teoricamente a temática do relatório: o bem-estar em museus. Neste capítulo são discutidos os conceitos de museu, de mediação e de bem-estar, com o objetivo de aprofundar estes conceitos e desenvolvê-los no decorrer do relatório. Sendo um dos objetivos para os casos de estudo perceber qual a importância do bem-estar no contexto museal e para as comunidades que frequentam os museus, este segundo capítulo desenvolve este tópico de maneira a responder a esse objetivo. Ademais, para ter uma noção dos programas que estão a ser aplicados nacional e internacionalmente, realizou-se um breve enquadramento com programas museais direcionados para o bem-estar, principalmente programas com a mesma temática ou semelhantes à dos casos de estudo em apreço.

O terceiro capítulo corresponde ao primeiro caso de estudo: o programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. É feita uma breve caracterização do programa e das suas quatro sessões, apoiada na bibliografia consultada, seguido de uma descrição da metodologia adotada para a análise deste caso de estudo, e também são elencados os objetivos de maneira a conseguir perceber o impacto que este programa tem no bem-estar dos participantes e na mediação através da análise dos resultados derivados da

metodologia adotada. O segundo, e último caso de estudo deste relatório, configura o quarto capítulo. Focando-se, assim, no programa *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*. Este capítulo engloba uma caracterização do programa e das sessões de continuidade que acompanhei, como ainda apresenta uma descrição da metodologia adotada, e dos objetivos para, igualmente, perceber o impacto que este programa tem no bem-estar dos participantes e na mediação através da análise dos resultados derivados da metodologia adotada.

O relatório termina com uma conclusão sobre os dois casos de estudo, que inclui uma reflexão sobre os mesmos e sobre os resultados obtidos, verificando se os objetivos para estes casos de estudo foram alcançados com base no enquadramento teórico presente no segundo capítulo deste relatório e com base nos resultados obtidos através da metodologia aplicada. Além disso, é também refletido sobre a pertinência deste estágio no âmbito disciplinar da museologia. Por fim, são apresentadas as referências bibliográficas e os anexos disponíveis de modo a disponibilizar as referências que serviram de apoio ao relatório.

Capítulo I – O Museu de Lisboa

1.1. Breve análise da sua história

Neste capítulo apresenta-se o Museu de Lisboa, instituição acolhedora do estágio curricular, através de uma breve contextualização da sua história e de uma sintética explicação sobre os diferentes núcleos que o constituem. Será, igualmente, observado a tipologia do Museu, uma vez que está na base da programação do mesmo, terminando com uma contextualização e reflexão sobre o Serviço Educativo.

O Museu de Lisboa é uma instituição polinucleada, destinada a preservar, valorizar e divulgar a história da cidade que lhe dá nome, e cuja origem remonta ao período anterior à implantação da República Portuguesa. Mais concretamente, a sua origem remota a 1909 quando se propôs e aprovou, em sessão de Câmara a criação de um Museu Municipal que documentasse a história da cidade.⁴ Foi entendida a importância

⁴ CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA. *Ata da 28.ª sessão* [Em linha]. Lisboa, Câmara Municipal de Lisboa, 1909. p. 412 [Consult. 2024/07/30]. Disponível na Internet:<URL: https://hemerotecadigital.cm-lisboa.pt/OBRAS/ActasSCML/1909/1909_master/Actas_1909.pdf.

em estabelecer um Museu que desse a conhecer a história da cidade de Lisboa, e reconhecesse o valor do Museu para as escolas e para a sociedade.⁵ Em 1930, a Câmara Municipal de Lisboa (CML) adquire o Palácio da Mitra, onde foi inaugurado o Museu da Cidade, em 1942, após terminar as obras de adaptação no edifício.⁶ Em 1962, foi adquirido o Palácio Pimenta e, após alguns anos, em 1979, o acervo que se encontrava no Palácio da Mitra é transferido para o Palácio Pimenta,⁷ seguindo um programa museológico, elaborado pela arqueóloga e lisipógrafa Irisalva Moita.⁸ O programa museológico propunha um discurso cronológico e progressivo sobre a cidade a partir do acervo existente. Deste modo, entre 1970 e 1984, o Museu abriu ao público em diversas fases.⁹

Em 2015, o Museu da Cidade, sob o novo epíteto de Museu de Lisboa, passou a integrar a Empresa de Gestão de Equipamentos e Animação Cultural (EGEAC/Lisboa Cultura),¹⁰ assumindo uma estrutura polinucleada, com cinco núcleos: o Palácio Pimenta, o Teatro Romano, o Santo António, o Torreão Poente e o Núcleo Arqueológico da Casa dos Bicos.¹¹ Estes espaços apresentam objetivos complementares, como também uma identidade e uma missão transversal de dar a conhecer a cidade de Lisboa de diversas formas, demonstrando, assim a complexidade e riqueza da mesma.¹² Por exemplo, o Museu de Lisboa - Teatro Romano dá a conhecer a presença de vestígios do Império Romano e a sua importância para a cidade, debruçando-se sobre as marcas e influências deixadas por este povo e o Museu de Lisboa - Santo António, além da biografia histórica do Santo, são pensadas as práticas devocionais associadas ao culto antoniano no passado e no presente. Mais recentemente, o Museu tem trabalhado na criação de um sexto núcleo

⁵ idem.

⁶ MONTEIRO, Joana Sousa – *The Museum of Lisbon – a city museum on a journey*. [Em linha] In European City Museums. Barcelona: Barcelona City Council, Institute of Culture, MUHBA (Barcelona History Museum), 2023. p. 227. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.barcelona.cat/museuhistoria/sites/default/files/activitats_pdf/2023-09/EuropeanCityMuseums.pdf

⁷ idem.

⁸ MUSEU DE LISBOA – *Sobre Nós* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/sobre-nos>

⁹ MUSEU DE LISBOA – *Sobre Nós* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/sobre-nos>

¹⁰ MONTEIRO, Joana Sousa – *The Museum of Lisbon – a city museum on a journey*. [Em linha] In European City Museums. Barcelona: Barcelona City Council, Institute of Culture, MUHBA (Barcelona History Museum), 2023. p. 228. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.barcelona.cat/museuhistoria/sites/default/files/activitats_pdf/2023-09/EuropeanCityMuseums.pdf

¹¹ idem.

¹² MUSEU DE LISBOA – *Sobre Nós* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/sobre-nos>

na antiga Fábrica de Moagem da antiga Manutenção Militar, com o objetivo de estudar e valorizar a história o património industrial de Lisboa.¹³

O Museu de Lisboa apresenta-se através da seguinte missão: “dar a conhecer a identidade cultural, social, económica, política, antropológica e territorial de Lisboa, refletindo a sua evolução histórica e da população que a caracteriza. (...) Ao interpretar a cidade através dos testemunhos materiais, permite dar a conhecer a sua herança multicultural – passada e presente – como contributo para os seus possíveis futuros”.¹⁴ Esta missão encontra-se espelhada nos núcleos que integram o Museu de Lisboa, através dos seus acervos, temáticas escolhidas para as exposições e programação educativa. Refiro duas atividades que tive a oportunidade de acompanhar, *A, B, C da Revolução e Por Tutatis! Lisboa já foi romana!*, atividades que se focam nos problemas sociais atuais sentidos pelos alunos fazendo alusão à figura de Santo António e na forma como os habitantes romanos viviam com base no espaço onde se encontram, no Teatro Romano.

1.2. Uma instituição polinucleada

Como mencionado anteriormente, o Museu de Lisboa é uma instituição polinucleada, sendo constituída por cinco núcleos – o Palácio Pimenta, o Santo António, o Teatro Romano, o Núcleo Arqueológico da Casa dos Bicos, e o Torreão Poente que se focam em diferentes aspetos da cultura lisboeta. O núcleo-sede do Museu encontra-se instalado no Palácio Pimenta.¹⁵ Para além da área de exposição de longa duração que explica a evolução da cidade, desde a ocupação do território durante a pré-história até finais do século XX, o Museu de Lisboa – Palácio Pimenta possui, também duas áreas de exposições temporárias, o Pavilhão Preto, destinado a exposições temporárias de grandes dimensões e a Sala dos Fundos onde se realizam exposições de menor dimensão, além de um centro de documentação.¹⁶

¹³ idem. p. 231

¹⁴ MUSEU DE LISBOA – *Sobre Nós* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/sobre-nos>

¹⁵ MONTEIRO, Joana Sousa – *The Museum of Lisbon – a city museum on a journey*. [Em linha] In European City Museums. Barcelona: Barcelona City Council, Institute of Culture, MUHBA (Barcelona History Museum), 2023. p. 227. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.barcelona.cat/museuhistoria/sites/default/files/activitats_pdf/2023-09/EuropeanCityMuseums.pdf

¹⁶ MUSEU DE LISBOA – *Palácio Pimenta* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/nucleos/palacio-pimenta>

O Museu de Lisboa realiza em todos os seus núcleos, exposições de longa, curta e média duração, como referido, pois de acordo com o artigo 40.º da Lei-Quadro do Museus Portugueses n.º 47/2004, um museu pode e deve apresentar exposições permanentes, temporárias e itinerantes.¹⁷ Segundo o autor Michael Belcher as exposições permanentes são pensadas com o intento de permanecerem patentes no museu durante, no mínimo, dez anos. Já as exposições temporárias apresentam uma duração limitada, ou seja, de acordo com a sua duração podem ser realizadas exposições temporárias de curta duração que permanecem no museu durante alguns dias ou semanas; exposições temporárias de média duração que têm uma duração de três a seis meses e, por fim, exposições de longa duração que não apresentam um tempo de duração especificado.¹⁸

Inaugurado em 2014, o Museu de Lisboa – Santo António, herdeiro do antigo *Museu Antoniano*, centra-se na figura de Santo António, como o nome indica, salientando a relação entre esta figura e a cidade de Lisboa. Segundo os editores do *Guia do Museu de Lisboa Santo António*, Pedro Teotónio Pereira, coordenador do Museu de Lisboa – Santo António e Joana Cintra Gomes, arquiteta no Museu de Lisboa “o Museu apresenta-se como o ponto de partida para conhecer a vida e obra de Santo António e explorar um extraordinário património material e imaterial que de Lisboa irradia para todos os continentes.”¹⁹

Após profundas obras de conservação e adaptação, o Museu de Lisboa – Teatro Romano abriu portas, em 2015.²⁰ O sítio arqueológico do Teatro Romano, no qual são visíveis vestígios da sua remodelação no século I d.C., é um dos mais relevantes monumentos da cidade de Lisboa pois evidencia a partir do espaço e coleções a importância da civilização romana para Lisboa na sua organização e estrutura.²¹ A exposição de longa duração revela a importância da sua localização, através dos materiais recolhidos durante as escavações fruto das sucessivas ocupações no decorrer da história.²²

¹⁷ LEI QUADRO DOS MUSEUS PORTUGUESES n.º 47/2004. *Diário da República n.º 195/2004, Série I-A*. (2004-08-19) p. 5379-5394

¹⁸ BELCHER, Michael – *Exhibitions in Museums*. Smithsonian Institution Press, 1991. p.47 ISBN: 978-0718512886

¹⁹ TEOTÓNIO, Pedro Pereira ; CINTRA, Joana Gomes – *Guia Museu de Lisboa Santo António*. Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa / Imprensa Nacional-Casa da Moeda, 2016. p. 7 ISBN: 978-972-27-2338-1

²⁰ MUSEU DE LISBOA – *Teatro Romano* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/teatro-romano>

²¹ FERNANDES, Lúcia [et al.] – *Guia Museu de Lisboa Teatro Romano*. EGEAC, 2021. p. 10. ISBN: 978-989-8763-62-4

²² MUSEU DE LISBOA – *Teatro Romano* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/teatro-romano>

A Casa dos Bicos, em cujo piso térreo funciona um núcleo arqueológico visitável, apresenta-se como um dos exemplos mais representativos da arquitetura civil de Lisboa no tempo renascentista.²³ Em 2014, inaugurou-se o Museu de Lisboa – Casa dos Bicos que segundo a arqueóloga Lúcia Fernandes, apesar de ser um espaço pequeno, apresenta elementos relevantes para os períodos romano e moderno da história de Lisboa.²⁴

O Torreão Poente da Praça do Comércio, dedicado a exposições temporárias de média duração abrangendo temáticas diversas relacionadas com a história e o presente de Lisboa. Em 2020, iniciaram-se obras de restauro e de reconversão a espaço museológicos com o objetivo de tornar o edifício acessível aos públicos. Atualmente, ainda de encontra temporariamente encerrado ao público.²⁵

Uma vez que o estágio curricular foi realizado no contexto do Serviço Educativo do Museu de Lisboa, tive a oportunidade de acompanhar e participar em atividades em todos os núcleos do Museu. Como será explorado mais em diante, o Serviço Educativo do Museu de Lisboa abrange os cinco núcleos que englobam o Museu. As atividades pensadas para cada núcleo, visíveis nos três programas educativos oferecidos pelo Museu, baseiam-se na temática de cada núcleo, havendo, assim, atividades e visitas orientadas específicas para cada núcleo do Museu. Por exemplo, das visitas e atividades que acompanhei, a visita orientada *Uma Cidade Tantos Nomes*, realizada no núcleo Palácio Pimenta, esboça uma evolução urbanística e social de Lisboa através da exposição permanente que se encontra no piso térreo do Palácio. Já no núcleo Teatro Romano, tive a oportunidade de acompanhar uma visita-oficina intitulada *Arqueólogo Por Um Dia*, onde se dá oportunidade a públicos mais novos de contactarem com as atividades de observar, escavar e registar o que encontram. Ambas estas atividades refletem a temática do núcleo onde se inserem, a visita orientada *Uma Cidade Tantos Nomes*, através do seu enfoque na cidade e na sua evolução e a visita oficina *Arqueólogo Por Um Dia*, através do contacto com a temática da arqueologia que se encontra bastante presente no núcleo Teatro Romano.

²³ MUSEU DE LISBOA – *Casa dos Bicos* [Em linha]. Lisboa [s.n.]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/casa-dos-bicos>

²⁴ FERNANDES, Lúcia – *SCAENA. Revista do Museu de Lisboa – Teatro Romano. Atas do Colóquio Irisalva Moita. Vida e Obra*. Vol. II. EGEAC, 2021. p. 3. ISBN: 2184-6979.

²⁵ MUSEU DE LISBOA – *Torreão Poente* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/torreao-poente>

1.3. Um museu de cidade

O Museu de Lisboa configura tipologicamente um museu de cidade polinucleado, como referido. Os museus que integram esta tipologia ilustram a cidade onde se inserem e procuram acompanhar o desenvolvimento que se observa nesse território. A sua temática representa um artefacto vivo, onde a cidade tem um papel ativo na construção do museu, uma vez que se encontra em constante mutação.²⁶ Esta característica complexifica esta tipologia de museu, visto que a sua temática envolve muito mais do que um acervo. O seu estudo engloba tudo o que a cidade foi, aquilo que a cidade atualmente é, e o que será no futuro.

Neste sentido, o Museu de Lisboa, assim como os seus congéneres, para além de serem sobre a cidade onde se inserem, são igualmente para a cidade. Ou seja, estes museus permitem interligar de modo interativo os habitantes com o lugar onde se encontram instalados, através de programas e atividades com uma temática que se mostra relevante para os habitantes, com o objetivo de intensificar essa ligação entre os habitantes e a cidade, através da criação de laços de empatia e de condições para uma participação ativa das comunidades.²⁷ Esta tipologia de museu permite ainda explorar caminhos e temas contemporâneos de relevância para sociedade que vive nessa cidade, através de questões sociais, como as migrações, os direitos sociais e o ativismo e através de questões ambientais, como a sustentabilidade e hortas urbanas.²⁸ Esta tipologia de museu reflete-se na própria missão do museu, onde é demonstrado a intenção de dar a conhecer não só a história da cidade, como também a população que aí habita de maneira a contribuir para o futuro de ambos, como também se reflete nos programas desenvolvidos pelo Serviço Educativo do Museu de Lisboa, através de atividades centradas nos habitantes como é o caso dos dois casos de estudo deste relatório: o programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e o programa *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*.

²⁶ JONES, Ian – *Understanding cities. A brief history of CAMOC, an international committee about cities* [Em linha]. ICOM. [s.n] [Consult. 2024/06/04]. p. 21 Disponível na Internet:<URL:<https://camoc.mini.icom.museum/wp-content/uploads/sites/4/2021/11/CAMOC-how-and-why-1.pdf>

²⁷ FERNANDES, Lídia – *SCAENA. Revista do Museu de Lisboa – Teatro Romano. Atas do Colóquio Irisalva Moita. Vida e Obra*. Vol. II. EGEAC, 2021. p. 35-36. ISBN: 2184-6979.

²⁸ idem. p. 35-36

1.4. O Serviço Educativo do Museu de Lisboa

Os serviços educativos dos museus apresentam como objetivo auxiliar e mediar o público na descodificação de significados que um objeto e/ou exposição pode ter. Uma vez que cada visitante interpreta as exposições de formas diferentes, com base na sua experiência prévia, os serviços educativos permitem uniformizar e acrescentar conhecimento. Este serviço começou por servir, maioritariamente, a comunidade escolar através de atividades que complementam os programas escolares. Atualmente, os serviços educativos focam-se em diferentes grupos etários, desde crianças a pessoas seniores; sendo uma das maiores dificuldades a exigência de adaptar um discurso apropriado para cada grupo, tendo em conta as características do mesmo.²⁹ A criação e crescente importância dada aos serviços educativos, também permitiu uma abertura dos museus à sociedade, começando este a ser frequentado por pessoas, independente do seu grau de escolaridade, idade e classe social.³⁰

O Serviço Educativo do Museu de Lisboa dedica-se, desde 2015, à divulgação da cultura e história lisboeta através de visitas orientadas, oficinas de expressão plástica, workshop diversos, projetos de continuidade e ações de formação.³¹ A nível estrutural, o Serviço Educativo do Museu de Lisboa apresenta uma equipa multidisciplinar, constituída por seis mediadores e um coordenador que possibilitam a ativação dos programas educativos.³² Os programas educativos disponibilizados pelo Museu, direcionados às famílias, público escolar, geral e com necessidades específicas, repartem-se em três programas distintos dirigidos a diferentes públicos referidos anteriormente,³³

²⁹ DUARTE, Ana ; VITOR, Isabel – *Os Serviços Educativos e as Atividades de Extensão Cultural nos Museus. O Caso dos Museus Municipais de Setúbal* [Em linha]. In *Cadernos de Sociomuseologia. Actas do V Encontro Nacional Museologia e Autarquias*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 1996. N.º 8. p. 83 [Consult. 2024/06/17]. Disponível na Internet:<URL: <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/cadernosociomuseologia/issue/view/25>

³⁰ FIGURELLI, Gabriela Ramos – *Os Serviços Educativos em Museus Portugueses: Uma Contextualização Histórica* [Em linha]. In *Cadernos de Sociomuseologia. Novos Desafios para a Museologia Social*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2015. Vol. 50, N.º 6. p. 118 [Consult. 2024/06/17]. Disponível na Internet:<URL: <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/cadernosociomuseologia/issue/view/673>

³¹ MUSEU DE LISBOA – *Educação* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/educacao>

³² FELISMINO, David – *Escutar, dialogar, pensar: ferramentas para promover uma cidadania ativa e participativa* [Em linha]. Lisboa: [27/01/2023]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.patrimonio.pt/post/escutar-dialogar-pensar-ferramentas-para-promover-uma-cidadania-ativa-e-participativa>

³³ MUSEU DE LISBOA – *Educação* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/educacao>

que atua nos cinco lugares que constituem o Museu de Lisboa, bem como no espaço público.³⁴

O programa *Lisboa Para Todos* direciona-se ao público geral. Neste programa, encontramos as visitas acessíveis, por exemplo, que incluem os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu e Marcar o Lugar - Encontros no Museu*. Este programa apresenta, assim, atividades que pretendem descobrir a história da cidade, destacando as várias ocupações de que foi alvo e o modo de vida do povo lisboeta, de maneira a ajudar a perceber a cultura, a religião e os aspetos socioeconómicos que a distinguem.³⁵ O programa *Construir Lisboa* destina-se ao público escolar e tem o objetivo de complementar os programas curriculares de forma a estimular o pensamento crítico sobre a cidade e a sociedade atual através da história da cidade de Lisboa, mais concretamente, destacando temáticas como a diversidade cultural, a democracia, a cidadania, o urbanismo, entre outros; temas que estimulam o pensamento crítico e a participação.³⁶ O programa *Percorrer Lisboa* dirige-se, igualmente, ao público geral, no entanto, consiste em percursos orientados com o objetivo de ajudar a perceber como a cidade foi construída e vivida, através de passeios pelas ruas, bairros e colinas da cidade. Evidenciam-se, assim, histórias do passado, levando à análise de como se refletem e afetam o presente.³⁷ Para além destes programas, o Museu foca-se bastante numa programação cultural abrangente, dirigida a públicos variados, pensada no âmbito das exposições temporárias ou de um conjunto de dias comemorativos, como por exemplo, *Baile Barroco* (no Palácio Pimenta para assinalar o 18 de maio, Dia Internacional dos Museus) e a *Lupercalia*, (uma festa realizada no Teatro Romano, quando do Carnaval).³⁸ Igualmente, o destaque dado aos

³⁴ FELISMINO, David – *Escutar, dialogar, pensar: ferramentas para promover uma cidadania ativa e participativa* [Em linha]. Lisboa: [27/01/2023]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL:<https://www.patrimonio.pt/post/escutar-dialogar-pensar-ferramentas-para-promover-uma-cidadania-ativa-e-participativa>

³⁵ MUSEU DE LISBOA – *Lisboa Para Todos. Fins de semana no Museu* [Em linha]. Lisboa: 2023/2024. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL:https://www.museudelisboa.pt/application/files/9316/9288/3796/ADV_ML_LISBOA_PARA_TODOS_S_ET23_JUN24_WEB_V2.pdf

³⁶ FELISMINO, David – *Escutar, dialogar, pensar: ferramentas para promover uma cidadania ativa e participativa* [Em linha]. Lisboa: [27/01/2023]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL:<https://www.patrimonio.pt/post/escutar-dialogar-pensar-ferramentas-para-promover-uma-cidadania-ativa-e-participativa>

³⁷ MUSEU DE LISBOA – *Percursos. Percorrer Lisboa*. [Em linha]. Lisboa: 2024. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL:https://www.museudelisboa.pt/application/files/4617/0239/6118/AF_ADV_ML_Folheto_Percursos_2024_WEB.pdf

³⁸ MONTEIRO, Joana Sousa – *The Museum of Lisbon – a city museum on a journey*. [Em linha] In European City Museums. Barcelona: Barcelona City Council, Institute of Culture, MUHBA (Barcelona History

projetos de longa-duração, como é o caso dos dois casos de estudo deste relatório, têm provado, de acordo com Joana Sousa Monteiro, diretora do Museu de Lisboa, “serem proveitosos e interessantes para o Museu, pois permitem obter resultados de médio termo.”³⁹

No decorrer do estágio tive a oportunidade de participar e acompanhar várias visitas orientadas e atividades presentes nos programas educativos mencionados anteriormente. No programa *Lisboa Para Todos*, foi possível acompanhar e participar nas sessões dos programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*. As sessões apresentam, assim, o objetivo presente no programa educativo de dar a conhecer a história da cidade. Durante as sessões de ambos os programas foram destacados temas sobre a cidade, como o santo padroeiro da cidade, Santo António, e o Hospital de Todos os Santos. No programa escolar *Construir Lisboa* tive a oportunidade de realizar a visita orientada *Um Jardim Sustentável* para alunos do 2º e 3º ciclo. Esta visita orientada, não só foi um desafio para mim, em termos de comunicação e mediação, como também desafiou os alunos a pensarem criticamente sobre a sustentabilidade e a sua importância para a nossa sociedade. Desafios estes que me permitiram crescer como profissional na área da mediação, mas também permitiram aos alunos aprender sobre ações sustentáveis que podem vir a utilizar no seu dia-a-dia. No programa *Percorrer Lisboa* tive a oportunidade de acompanhar o percurso, *Lisboa após o terramoto de 1755* que demonstra a forma como a cidade foi afetada pelo terramoto e como foi reconstruída, estabelecendo pontes entre o passado e refletindo sobre o presente. Para além de todas estas atividades, tive, igualmente, o prazer de participar no *Carnaval Revolucionário*, que mais uma vez se apresentou como um desafio bastante educativo e enriquecedor.

Capítulo II – O Papel social dos museus: Promoção de bem-estar

Neste capítulo vamos analisar os conceitos de museu, mediação e bem-estar, e também o impacto que as instituições museais têm no bem-estar. Vamos, ainda, fazer uma

Museum), 2023. p. 238. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.barcelona.cat/museuhistoria/sites/default/files/activitats_pdf/2023-09/EuropeanCityMuseums.pdf

³⁹ Idem. p. 238

breve revisão crítica sobre programas e projetos que se apresentam com o tema do bem-estar. Com este capítulo tenho o propósito de contextualizar e refletir sobre o tema central deste relatório de estágio, o bem-estar, através dos tópicos mencionados anteriormente.

2.1. Museu, mediação e bem-estar: dos conceitos ao significado em contexto museal

O conceito de museu tem vindo a ser debatido entre profissionais de museus e estudiosos, ao longo dos anos, tal como o atestam as várias definições que vão sendo estabelecidas pelo ICOM – International Council of Museums. A proposta para uma nova definição de museu, em vigor desde 2022, compreende o museu como: “uma instituição permanente, sem fins lucrativos e ao serviço da comunidade, que pesquisa, coleciona, conserva, interpreta e expõe o património material e imaterial. Abertos ao público, acessíveis e inclusivos, os museus funcionam e comunicam de forma ética e profissional, proporcionando experiências diversas para educação, fruição, reflexão e partilha de conhecimento.”⁴⁰ Esta definição surgiu após um longo debate, concretamente depois de 2019, introduziu aspetos essenciais à funcionalidade de um museu que anteriormente não eram reconhecidas como a democratização, a inclusão, a igualdade, a transparência e a participação.⁴¹ Este debate veio acrescentar relevantes aspetos ao conceito que atualmente se encontra em vigor.

Este conceito de museu vai ao encontro da experiência que tive no estágio curricular no Museu de Lisboa. Ao participar em várias atividades, como a visita oficina *Eu, cidadão!* e a visita jogo *Sem Regras? Um Monopólio da habitação* observei as experiências diversas para educação, fruição, reflexão e partilha de conhecimento que está abrangida naquela definição. Estas duas visitas permitem a reflexão e a partilha de conhecimento de forma contínua, motivada e informada sobre questões atuais como a habitação e a cidadania. Para além de existir esta preocupação em ir ao encontro, com a programação oferecida, dos programas curriculares e a questões atuais, os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, os casos de estudo deste relatório, são, igualmente exemplos de programas abertos ao público,

⁴⁰ CULTURA PORTUGAL – *Nova Definição de Museu (ICOM)* [Em linha] Lisboa: [29/08/2022]. [Consult. 2024/06/07]. Disponível na Internet:<URL: <https://culturaportugal.gov.pt/pt/saber/2022/08/nova-definicao-de-museu-icom/>

⁴¹ ICOM PORTUGAL – *Sobre a proposta da nova definição de Museu* [Em linha] Lisboa: [10/09/2019]. [Consult. 2024/06/07]. Disponível na Internet:<URL: <https://icom-portugal.org/2019/09/10/sobre-a-proposta-da-nova-definicao-de-museu/>

acessíveis e inclusivos que estão ao serviço da comunidade. Estes dois programas investem numa abordagem educativa participativa, assente na criação de lugares de fala e de escuta, priorizando, assim, a conexão com o participante que permite a promoção do bem-estar.

A mediação em contexto museal centra-se na criação de pontes entre o público e o conteúdo museal. Segundo os autores André Desvallées e François Mairesse, a mediação, consiste na conciliação de duas partes, ou seja, os visitantes com o que está exposto nos museus.⁴² Através destas pontes é apresentado ao visitante a oportunidade, pela educação informal, de se rever e relacionar com o conteúdo em exposição, como também possibilita a construção de conhecimento através do contacto direto com o objeto ou exposição, assim, é apresentado ao visitante, através da mediação cultural, a sua identidade e o mundo que o rodeia.⁴³ Para além de possibilitar a construção de conhecimento, a mediação possibilita, igualmente, o conhecimento aprofundado das coleções e exposições de um museu, sendo, assim também uma estratégia de comunicação educativa que permite aos visitantes uma melhor e completa interpretação e compreensão das coleções através de diversos recursos e técnicas.⁴⁴ Ademais, a mediação cultural tem por base a educação informal, ou seja, aquela aprendizagem que não é explícita nem incorporada em atividades planeadas. A educação informal é flexível o suficiente para ser modificada de acordo com as necessidades apresentadas, como também é aberta a todos.⁴⁵

A mediação cultural que observei no decorrer do estágio curricular encontra correspondência com as ideias aqui apresentadas. Assisti, várias vezes, ao planeamento e preparação de atividades e visitas que, mais tarde, ao interagirem com o grupo foram modificadas de acordo com as necessidades que encontraram. Para além das pontes que a mediação ajuda a construir entre os visitantes e as coleções, permitindo, através das mesmas, o relacionamento direto com os objetos museais, que possibilitam, assim, a construção de conhecimento e novas aprendizagens que levam a perceber a identidade e o mundo dos visitantes. A mediação, na prática, e de maneira a possibilitar a construção de conhecimento, de novas aprendizagens e de relacionamentos diretos com os objetos e

⁴² DESVALLÉES, André ; MAIRESSE, François – *Conceitos-chave de museologia*. São Paulo: Comitê Brasileiro do Conselho Internacional de Museus, 2013. p. 52. ISBN: 978-85-8256-025-9

⁴³ idem. p. 52

⁴⁴ idem. p. 53

⁴⁵ MAIRESSE, François – *Dictionary of Museology*. Londres: Routledge, 2023. p. 422. ISBN: 9781003206040

coleções, como referido, implica a leitura emocional dos visitantes, de maneira a perceber como iniciar o discurso de forma a chegar a todos os visitantes. Implica, também, saber improvisar, uma vez que nem sempre o que estava planeado resulta, sendo necessário através da leitura feita anteriormente, perceber as necessidades dos visitantes e adaptar o discurso e/ou informação dentro da atividade ou visita que estão a realizar. Encontrei estas circunstâncias em várias atividades e visitas que acompanhei, como também me deparei com as mesmas quando realizei a visita orientada *Um Jardim Sustentável*. Percebi que na primeira vez que realizei a visita senti dificuldades em conseguir estabelecer uma ligação com o grupo e em perceber as necessidades que tinham. Consegui, assim, com ajuda das mediadoras do Museu de Lisboa, ultrapassar essas dificuldades, o que permitiu realizar as outras visitas com mais segurança, respondendo às necessidades que os grupos apresentavam. Nos casos de estudo deste relatório, também, foram encontradas estas características que são essenciais na promoção do bem-estar.

A palavra bem-estar tem diversas interpretações e tem sido alvo de estudo no domínio das ciências sociais e da saúde. Em 2008, o *New Economics Foundation* (NEF) reflete, a pedido do Governo do Reino Unido, sobre o conceito de bem-estar afirmando que o mesmo compreende dois elementos principais, o sentir-se bem e o funcionar bem. Os sentimentos de felicidade, satisfação, apreciação, curiosidade e engajamento são características de alguém que tem uma experiência de vida positiva. Igualmente importante para o bem-estar é a vivência da pessoa no mundo, o experienciar relações interpessoais positivas, o ter controlo sobre a sua vida e o ter um sentido de propósito como atributos importantes para alcançar o bem-estar.⁴⁶ O mesmo artigo desenvolve, igualmente, pela primeira vez, cinco ações com base em evidências: a ação de conectar-se com o outro, ser ativo fisicamente, reparar no mundo à sua volta, continuar a aprender e a ação de dar. Estas ações influenciam o bem-estar quando incluídas no quotidiano dos cidadãos. A ação de conectar implica o relacionamento com as pessoas, família, amigos, colegas e vizinhos;⁴⁷ a ação de ser ativo abrange o movimento corporal e a importância do exercício físico;⁴⁸ a ação que pede para prestar atenção ao mundo que nos rodeia, apela à importância de estar consciente sobre o mundo, sobre as paisagens e a mudança das estações do ano – para tomar atenção ao mundo e àquilo que se faz sentir, de maneira a

⁴⁶ AKED, Jody [et al.] – *Five ways to wellbeing* [Em linha]. New Economics Foundation, 2008. p. 2. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://neweconomics.org/uploads/files/five-ways-to-wellbeing-1.pdf>

⁴⁷ idem. p. 5

⁴⁸ idem. p. 6

que se possa refletir e apreciar o que realmente importa;⁴⁹ a ação que apela à continuidade da aprendizagem destaca a necessidade de se experimentar atividades ou passatempos novos que permitam um crescimento na confiança;⁵⁰ por fim, a ação de dar implica a ação de fazer algo positivo por um amigo ou desconhecido, fazer voluntariado e conectar-se com a comunidade.⁵¹ Deste modo, o artigo desenvolvido pelo NEF revela que relações interpessoais positivas, interações em comunidade, movimento físico, aprendizagem e *mindfulness* promovem a felicidade, o aumento da autoestima e a satisfação com a vida que leva ao bem-estar individual.⁵² De acordo com Erica Ander, Linda Thomson e Helen Chatterjee, os museus conseguem contribuir para o bem-estar através destas cinco ações. Possibilitam a conexão com outras pessoas, a aquisição de novas aprendizagens, como também permitem tomar atenção ao mundo e ao que os rodeia através de exposições e programas educativos. Igualmente, através de programas de voluntariado, os museus possibilitam as ações de ser ativo e de dar.⁵³ Este bem-estar individual, ou seja, o bem-estar subjetivo que indica que cada pessoa sente o bem-estar a partir da sua experiência individual, social e cultural é indicativo do bem-estar experienciado psicologicamente⁵⁴ e do bem-estar que evidenciei no desenvolvimento dos casos de estudo e no decorrer do estágio curricular através de programas, atividades e exposições que foram desenvolvidas pelo Museu que permitiram observar o impacto no bem-estar subjetivo do visitante.

Voltando às ações para o bem-estar subjetivo, é de referir que depois de publicado o artigo elaborado pelo NEF onde aponta estas cinco ações, o *Wheel of Wellbeing* (WOW) criado em 2013 pelo South London and Maudsley NHS Trust e os seus parceiros, acrescenta uma outra ação fundamental, para além das cinco ações mencionadas anteriormente, para o bem-estar dos indivíduos: a ação de cuidar do planeta.⁵⁵

Mais recentemente, a Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2021, define o conceito de bem-estar, indo ao encontro e complementando o conceito elaborado pelo

⁴⁹ idem. p. 8

⁵⁰ idem. p. 9

⁵¹ idem. p. 10

⁵² idem. p. 17

⁵³ ANDER, Erica [et al.] – *Culture's Place in Wellbeing: Measuring Museums Wellbeing Interventions* [Em linha]. Londres: University College London, 2013. p. 5 [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL:

https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1453245/1/Ander_Cultures%20places%20in%20wellbeing%20Ander%20et%20al%20V1.pdf

⁵⁴ D'ACCI, Luca – *Measuring Well-Being and Progress*. In Social Indicators Research, 2011. Vol 104, n.1. 47 – p. 2. DOI: 10.1007/s11205-010-9717-1

⁵⁵ SOUTH LONDON AND MAUDSLEY NHS FOUNDATION TRUST – *Wheel of Well-being* [Em linha]. Londres, 2013 [Consult. 2024/06/12]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.wheelofwellbeing.org/>

NEF, em 2008. A OMS define o mesmo como o estado positivo experienciado por indivíduos e pela sociedade. Este conceito é similar ao conceito de saúde, uma vez que se apresenta como um recurso para o quotidiano e é determinado pelas condições sociais, económicas e ambientais que rodeia o indivíduo. Mais aprofundadamente, o bem-estar engloba a qualidade de vida, como também a habilidade das pessoas e sociedades em contribuírem para o mundo de acordo com o seu sentido de propósito. Esta contribuição possibilita a igualitária distribuição de recursos, a prosperidade geral e a sustentabilidade, o que impacta a qualidade de vida e leva ao bem-estar individual.⁵⁶

Também em 2021, John Falk, diretor do Institute for Learning Innovation e autor do livro *The Value of Museums: Enhancing Societal Well-being* (2021), elabora uma definição para o termo bem-estar assente em características holísticas e efêmeras, uma vez que se apresenta como um conceito inacabado que está constantemente a decorrer, mantendo, assim, um equilíbrio apropriado entre o mundo físico, social, intelectual e pessoal/espiritual.⁵⁷ No livro referido, o autor identifica quatro categorias que agrupam as necessidades de bem-estar sentidas pelos indivíduos: o bem-estar pessoal, o bem-estar intelectual, o bem-estar social e o bem-estar físico. O bem-estar pessoal abrange as necessidades como o sentido de identidade, a instigação do interesse e da imaginação, e a criação de sentimentos que acolhem o sentido de pertença e de individualidade;⁵⁸ o bem-estar intelectual recai sobre a viabilização da curiosidade e da aprendizagem de maneira a fomentar uma melhor compreensão que leve ao encontro de resolução de desafios pessoais e sociais; já o bem-estar social permite com que os indivíduos construam experiências de vida partilhadas de forma a que aprofundem os seus vínculos com as suas famílias e amigos; por fim, o bem-estar físico fornece oportunidades para as pessoas se encontrarem, interagirem, explorarem e aprenderem dentro de um espaço seguro.

Estas quatro categorias, como também as seis ações para o bem-estar, mencionadas anteriormente, serão essenciais para os próximos capítulos deste relatório, uma vez que serão recuperadas durante a discussão de maneira a complementar as conclusões retiradas dos casos de estudo. Para além disso, os conceitos aqui apresentados e trabalhados pelos vários autores e instituições encontram ressonância no Serviço

⁵⁶ AKERMAN, Marco [et al.] – *Health promotion glossary of terms*. Geneva: World Health Organization, 2021. p. 10. ISBN: 978-92-4-003834-9

⁵⁷ FALK, John – *The Value of Museums: Enhancing Societal Well-Being*. Rowman & Littlefield Publishers, 2021. p. 36-37. ISBN: 978-1-5381-4921-8

⁵⁸ idem. p. 7-8

Educativo do Museu de Lisboa, uma vez que a preocupação pelo tema tem vindo a ser cuidada através das atividades planeadas pelo Museu, como os casos de estudo exemplificam.

2.2. O impacto no bem-estar em contexto museal

Os museus constituem um dos principais intervenientes no apoio à saúde e bem-estar dos seus visitantes, através da inclusão da comunidade, incentivo à criatividade e aprendizagem, utilizando as coleções e apoiando-se nas suas missões, de maneira a criar programas culturais que impactam diretamente a saúde e o bem-estar.⁵⁹ Desta forma, Helen Chatterjee, professora de biologia e co-fundadora da Culture, Health and Wellbeing Alliance, e Guy Noble, curador de arte nos hospitais da University College London, argumentam que os museus conseguem diretamente melhorar a saúde e bem-estar das comunidades e indivíduos, através de programas e atividades.⁶⁰ Estes programas e atividades permitem, de acordo com Lynne Friedli, investigadora em saúde mental, desigualdades e justiça social, sustentar a resiliência o que leva ao reforço das relações interpessoais e apresenta oportunidades para a criação de vínculos entre indivíduos e familiares, como também a construção de comunidades.⁶¹ Helen Chatterjee afirma que para além de sustentar a resiliência, a interação com os museus possibilita, igualmente, experiências sociais positivas que levam à redução do isolamento social; oportunidades de aprendizagem; experiências relaxantes que levam à redução da ansiedade, como também o aumento de emoções positivas como o otimismo, esperança e apreciação; um aumento da autoestima e sentido de identidade; uma distração positiva do ambiente clínico, como hospitais e lares e uma melhoria na comunicação entre famílias e profissionais de saúde.⁶²

John Falk acrescenta que os museus proporcionam também um espaço adequado para que os participantes atinjam um estado mental de *flow*, ou seja, um estado mental

⁵⁹ CHATTERJEE, Helen – *Partnership for Health: the role of cultural and natural assets in public health* [Em linha]. In Connecting Museums. Routledge, 2019. p. 15. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086926/>

⁶⁰ CHATTERJEE ; NOBLE apud CHATTERJEE, Helen - *Partnership for Health: the role of cultural and natural assets in public health*. In Connecting Museums. Routledge, 2019. p. 6. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086926/>

⁶¹ FRIEDLI apud CHATTERJEE, Helen - *Partnership for Health: the role of cultural and natural assets in public health*. In Connecting Museums. Routledge, 2019. p. 6. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086926/>

⁶² idem. p. 6

em que sentem um grande controlo sobre o que estão a fazer, ao ponto de tudo à sua volta perder importância, de modo que estejam apenas concentrados no momento.⁶³ No entanto, para além de proporcionar o estado mental de *flow*, as experiências museais permitem também influenciar e impactar o bem-estar do visitante, concordando-se, assim com a autora Helen Chatterjee e acrescentando novas e diferentes formas como os museus conseguem impactar o bem-estar do visitante. Para John Falk, os museus impactam o bem-estar ao proporcionarem um sentimento de concentração intensa; uma sensação de espontaneidade, como também um sentimento de ação e consciencialização; uma perda de autoconsciência reflexiva que possibilita o afastamento de conflitos internos e desarmonia; um sentimento de felicidade, de controlo pessoal sob uma situação ou atividade; uma experiência subjetiva da distorção do tempo, ficando com a sensação de que o tempo “voa”; uma perceção da experiência como intrinsecamente gratificante e de um sentimento de ter feito algo importante e memorável.⁶⁴

Robert Kotowski, historiador e diretor do Museu Nacional de Kielce, na Polónia, adiciona que programas museais relacionados com a saúde e bem-estar permitem aos participantes ver a vida num contexto mais amplo. Através do espaço e das coleções dos museus é possível esquecer os problemas e encontrar inspiração. Para o autor o contar de uma história com base em objetos museais permite perceber a arte e interligá-la com a vida, como também ajudar a resolver dificuldades individuais. Através destes programas é possível estimular o processo de pensamento e impulsionar a criatividade, permitindo, também o envolvimento emocional, o desbloqueamento de emoções, o que leva a uma precessão do eu e do ambiente ao seu redor, como também a interpretação do mundo.⁶⁵

Ao participar nas sessões dos programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu e Marcar o Lugar – Encontros no Museu* tive a oportunidade de observar vários pontos aqui apresentados pelos autores, como o estado mental de *flow* e o aumento da autoestima, confiança e criatividade. Não só com a bibliografia, mas também com os casos de estudo que serão desenvolvidos, tenho como objetivo, com base nos inquéritos e entrevistas, refletir sobre os pontos aqui elencados, de forma a perceber se os programas *Lisboa*

⁶³ FALK, John – *The Value of Museums: Enhancing Societal Well-Being*. Rowman & Littlefield Publishers, 2021. p. 64. ISBN: 978-1-5381-4921-8

⁶⁴ idem.

⁶⁵ KOTOWSKI, Robert – *Museum as Space for Health and Well-being* [Em linha]. Polónia, Muzealnictwo, 2023. p. 121 [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.semanticscholar.org/reader/ea5a92e37d6a6bba037593b06aa468b31e5edf5c>

Revela-se! Pós-parto no Museu e Marcar o Lugar- Encontros no Museu do Museu de Lisboa conseguem impactar o bem-estar dos seus participantes.

2.3. Programas e projetos no bem-estar: revisão crítica

Nesta alínea, vamos observar programas e projetos internacionais, e alguns nacionais, que têm vindo a ser implementados para contextualizar os casos de estudo que acompanhei no decorrer do estágio.

Ao longo deste trabalho tenho vindo a evidenciar a importância do conceito de bem-estar e a sua relação com o papel social dos museus, observando o poder e a influência que estas instituições têm no bem-estar dos visitantes. Com o envelhecimento da população e com os problemas sociais e individuais que dele decorrem, nomeadamente o isolamento social, a depressão, a ansiedade e várias doenças como a demência,⁶⁶ os museus apresentam condições para desempenhar um papel ativo e relevante nesta matéria, atendendo à sua missão ao nível da acessibilidade, inclusão e bem-estar das comunidades. De acordo com Erica Ander, Linda Thomson e Helen Chatterjee, o Reino Unido tem sido um dos países que mais se tem dedicado à investigação, nesta área, apesar de não ser o único país a fazê-lo, investigando e promovendo projetos e programas museais com enfoque no bem-estar.⁶⁷ Um projeto pioneiro que ali se desenvolveu intitula-se, *Social Prescribing* e consiste numa parceria entre instituições culturais e o sistema de saúde.⁶⁸ Esta parceria centra-se em indicar pacientes com necessidades sociais e/ou emocionais para instituições culturais. Uma das mais-valias deste projeto é a sua eficácia na saúde mental das pessoas, permitindo, por sua vez, aliviar o sistema de saúde que deste modo fica mais apto a uma resposta mais ampla e eficaz. Apresenta ainda uma crescente

⁶⁶ DESMARAIS, Sarah [et al.] – *Museums as Spaces for Wellbeing: A Second Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres: National Alliance for Museums, 2018. p. 7. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://museumsandwellbeingalliance.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/museums-as-spaces-for-wellbeing-a-second-report.pdf?platform=hootsuite>

⁶⁷ ANDER, Erica [et al.] – *Culture's Place in Wellbeing: Measuring Museums Wellbeing Interventions* [Em linha]. Londres: University College London, 2013. p. 3. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1453245/1/Ander_Cultures%20places%20in%20wellbeing%20Ander%20et%20al%20V1.pdf

⁶⁸ DESMARAIS, Sarah [et al.] – *Museums as Spaces for Wellbeing: A Second Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres: National Alliance for Museums, 2018. p. 24. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://museumsandwellbeingalliance.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/museums-as-spaces-for-wellbeing-a-second-report.pdf?platform=hootsuite>

valorização das instituições culturais, uma vez que são tidas como equipamentos competentes de intervir, numa vertente mais social, em questões clínicas.

Em Portugal, há instituições museológicas que têm vindo a explorar esta vertente, de prescrição cultural como estratégia de promoção do bem-estar. Este objetivo é identificado no Museu Nacional de História Natural e da Ciência (MUHNAC), onde Raquel Barata, coordenadora do Núcleo Educativo e de Exposições dos Museus da Universidade de Lisboa, em 2022, afirmou sobre a sua existência quando declarou que: “Esta prescrição cultural tem como objetivo o desenvolvimento de intervenções de prescrição social, sugeridas pelos médicos, assistentes sociais e psicólogos, que incluam a interação com o património e coleções dos museus e jardins botânicos devidamente preparados para o efeito.”⁶⁹ O MUHNAC apresenta uma parceria com a Unidade de Saúde Familiar (USF) da Baixa e a USF Almirante, com o Museu de São Roque e a Santa Casa da Misericórdia para desenvolver atividades no âmbito deste projeto. Os curadores de coleções dos museus e jardins definem as tarefas que serão desenvolvidas. Será necessário, então, a aprovação por parte dos profissionais de saúde para, de acordo, com cada perfil de prescrição, ser atribuído uma tarefa adequada a cada utente. Assim, ao paciente é atribuído um responsável que o acompanha nas suas tarefas e que se encontra em constante contacto com os profissionais de saúde de maneira a registar os progressos a nível de saúde e bem-estar.⁷⁰ Para além deste projeto desenvolvido pelo MUHNAC, foi igualmente elaborado, em 2022, um manual de apoio para a implementação deste projeto nos municípios do Alentejo Central,⁷¹ sublinhando a eficácia e importância deste projeto, como também a sua replicabilidade em outros locais do país.

Para além de projetos como a Prescrição Cultural, focados na oferta de soluções para a melhoria da saúde e bem-estar através do cruzamento entre a saúde e as instituições culturais, os museus, também têm vindo a focar-se em programas direcionados para as mulheres em pós-parto. *New Moms at the Museum*, na Luguna Art Museum, na

⁶⁹ BARATA, Raquel – *O Poder dos Museus na promoção do Bem-Estar – Prescrição Cultural* [Em linha]. In Boletim ICOM Portugal. O Poder dos Museus. ICOM Portugal, 2022. Série III. N.º 18. p. 93. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://issuu.com/icomportugal/docs/boletim_icom_portugal_18_jul_2022

⁷⁰ idem. p. 93

⁷¹ PASSOS, Mariana Mata; CLAUDINO, Patrícia Deus – *Prescrição Cultural. Manual de Apoio à Implementação de Projeto Piloto nos Municípios do Alentejo Central* [Em linha]. Évora: Associação Pó de Vir a Ser. Departamento de Escultura em Pedra. Centro Cultural de Évora, 2022. p. 7. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://www.cimac.pt/transforma/wp-content/uploads/sites/11/2023/02/Manual-Prescricao-Cultural_AC.pdf

Califórnia, Estados Unidos da América, é um programa dedicado a mães recentes. Consiste em encontros que providenciam uma mistura de conhecimento, informação e socialização e incluem conselhos de profissionais de saúde, como, por exemplo, de nutricionistas, obstetras, fisioterapeutas, entre outros.⁷² No Irish Museum of Modern Art, na Irlanda encontramos, também, o programa *Parent & Baby Hour at The Museum* direcionada a mães e pais recentes. Este programa, diferente do anterior, apresenta uma metodologia que se foca principalmente na visita orientada da coleção que está em exposição no Museu, e tem o objetivo de providenciar um espaço relaxado para os pais socializarem e cultivarem os vínculos com os seus bebés.⁷³

Face ao crescente envelhecimento da população, como mencionado anteriormente, os museus têm igualmente se centrado em programas de bem-estar para pessoas com demência e para os seus cuidadores. Desde 2007 que o Museum of Modern Art (MoMA) promove o programa *Meet Me at MoMA* com objetivo de contribuir para uma mudança na maneira como as instituições e os indivíduos pensam a doença, trazendo o foco para novas experiências emocionais e intelectuais, e tirando a atenção das incapacidades de cada participante. O programa tem como principal objetivo criar vivências interativas e significativas que encorajem a autoexpressão e o crescimento pessoal das pessoas com demência e dos seus cuidadores.⁷⁴ Este programa tem vindo a ser replicado em vários lugares do mundo, inclusive em Portugal. Em 2011, o Museu Nacional de Machado Castro foi o primeiro Museu no nosso país a recriar este programa, uma colaboração entre o Museu e a Associação Alzheimer Portugal – *EU no musEU* – centrado na pessoa com demência e no seu cuidador. *Eu no musEU*, ao contrário do programa *Meet Me at MoMA* apresenta uma metodologia diferente, centrando-se e dando atenção às pessoas com demência e os seus cuidadores separadamente. Enquanto o programa americano realiza sessões em conjunto para as pessoas com demência e para os cuidadores, o programa *Eu no musEU* adapta-se aos dois grupos – realizam sessões para as pessoas com demência e sessões para os cuidadores. Esta sessões têm o objetivo de

⁷² LAGUNA ART MUSEUM – *New Moms at the Museum* [Em linha]. Laguna Beach, 2020. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://lagunaartmuseum.org/events/new-moms-at-the-museum/>

⁷³ IMMA – *Parent & Baby Hour at the Museum* [Em linha]. Dublin, 2024. [Consult. 2024/06/14]. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://imma.ie/whats-on/parent-baby-hour-at-the-museum/>

⁷⁴ ROSENBERG, Francesca [et al.] – *meet me. Making Art Accessible to People with Dementia* [Em linha]. Nova Iorque: The Museum of Modern Art, 2009. p. 9. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://ww2.americansforthearts.org/sites/default/files/assets/files/MeetMe_FULLL.pdf

oferecer a cada grupo um espaço de socialização e aprendizagem entre pares.⁷⁵ Em termos de resultados existe um grande interesse por parte dos participantes em participar no programa e são os cuidadores que incentivam a continuidade do mesmo.⁷⁶ Em 2020, de acordo com Bruna Filipa Teixeira Dias, antiga aluna do Mestrado em Património Cultural e Museologia pela Faculdade de Letras da Universidade do Porto, este projeto alterou e reforçou a ligação com a cultura para vários participantes, e também lhes deu uma oportunidade de usufruir de um espaço que muitas vezes se encontrava distante devido a falta de possibilidade de o visitar.⁷⁷ Através de entrevistas realizadas aos participantes, a autora afirma que o programa apresenta um impacto no bem-estar emocional e na qualidade de vida dos participantes, através do convívio com pares e com a família e o apoio que sentiram por parte da equipa do projeto.⁷⁸ Dentro do mesmo tema, em 2023 vários museus e entidades, como o Museu Nacional Machado de Castro, o Museu de Lisboa, o MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia, a Acesso Cultura, a Alzheimer Portugal, entre outros juntaram-se para criar uma rede de Museus para a inclusão na Demência – Rede MID.⁷⁹

É de salientar que existem projetos e programas nacionais e internacionais de relevância sobre o tema do bem-estar explorados em museus. Os projetos e programas aqui destacados não pretendem ser exaustivos, mas apenas ilustrativos de uma área de atuação em crescimento e, por sua vez, contextualizam os casos de estudo que enformam o presente relatório de estágio.

Assim, com base em quatro relatórios, elaborados entre 2016 e 2020, nomeadamente dois relatórios da National Alliance for Museums, *Museums for Health and Wellbeing* intitulados: *A Preliminary Report From The National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* (2016), e *Museums as Spaces for Wellbeing: A Second Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* (2018), também, com base no relatório financiado pela Arts Council England, de seu título *Not So Grim*

⁷⁵ GOMES, Virgínia ; SANTANA, Isabel – *Programa Eu no museEU* [Em linha]. [S.l.: s.n]. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://alzheimerportugal.org/programa-eu-no-museu-2/>

⁷⁶ idem.

⁷⁷ DIAS, Bruna Filipa Teixeira – *Os Desafios da Acessibilidade Cultural no Museu Nacional de Machado Castro. A Museologia como Agente de Inclusão para a Promoção da Cidadania*. Coimbra: Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, 2020. p. 53. Dissertação de mestrado.

⁷⁸ idem. p. 54

⁷⁹ ANICETO, Filipa ; ALVAREZ, Catarina – *Rede MID. Museus para a Inclusão na Demência* [Em linha]. In Boletim ICOM Portugal. Museus, Sustentabilidade e Bem-Estar. ICOM Portugal, 2023. Série III. N.º 20. p. 128. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://icom-portugal.org/wp-content/uploads/2023/08/Boletim_ICOM_Portugal_20_jul_2023-1.pdf

up North (2018) e, por fim, o *Heritage Health and Wellbeing. A Heritage Alliance Report* (2020) da Heritage Alliance é possível complementar e finalizar esta parte do relatório e iniciar os capítulos respondentes aos casos de estudo. Através dos quatro relatórios mencionados, sobre diversos programas e atividades relacionadas com o tema do bem-estar, é possível concluir sobre a existência de uma necessidade de estabelecer parcerias⁸⁰ para desenvolver um trabalho eficaz e recíproco entre o museu/instituições parceiras e os participantes, ao nível dos programas centrados no bem-estar. Os programas mencionados anteriormente, centrados no período pós-parto vivido por várias famílias, e em pessoas com demência, utilizam metodologias com foco no participante,⁸¹ e nas coleções⁸² (como na apreciação e reflexão das obras de arte e no método do *hands on*, que implica o contacto direto com os objetos,⁸³ ou em outras artes, como a música e artes plásticas.)⁸⁴ Estas metodologias resultam na inclusão social, na fortificação de vínculos entre comunidades e famílias, e também no aumento da autoestima e autoconfiança. Os casos de estudo do presente relatório de estágio, também utilizam metodologias com foco nos participantes, nas coleções ou em outras artes e, por sua vez, também resultam na inclusão social, no aumento da autoestima, entre outros benefícios como será verificado de seguida.

Capítulo III – Caso de estudo I – Programa *Lisboa Revela-se! Pós-Parto no Museu*

O Museu de Lisboa como museu de cidade reúne as características essenciais para a inclusão de programas relacionados com o bem-estar devido ao seu contacto

⁸⁰ PRICE, Max ; KEYNES, Sophie – *Heritage, Health and Wellbeing. A Heritage Alliance Report* [Em linha]. The Heritage Alliance, 2020. p. 80. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://www.theheritagealliance.org.uk/wp-content/uploads/2020/10/Heritage-Alliance-AnnualReport_2020_Online.pdf

⁸¹ DESMARAIS, Sarah [et al.] – *Museums as Spaces for Wellbeing: A Second Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres: National Alliance for Museums, 2018. p. 32. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://museumsandwellbeingalliance.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/museums-as-spaces-for-wellbeing-a-second-report.pdf?platform=hootsuite>

⁸² CHATTERJEE, Helen [et al.] – *Not So Grim Up North. Investigation the health and wellbeing impacts of museum and gallery activities for people living with dementia, stroke survivors, and mental health service-users*. Londres: Arts Council England, 2018. p. 23. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.ucl.ac.uk/culture/projects/not-so-grim-north>

⁸³ LACKOI, Krisztina [et al.] – *Museums for Health and Wellbeing. A Preliminary Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres: National Alliance for Museums, Health and Wellbeing, 2016. p. 28. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://mdse.org.uk/wp-content/uploads/PDF/museums_for_health_and_wellbeing.pdf

⁸⁴ idem. p. 34

privilegiado com a comunidade. Por conseguinte, encontramos vários programas e atividades que se centram nesta temática.

Este terceiro capítulo irá dedicar-se ao primeiro caso de estudo que tem como tema o programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. Tem o objetivo de, com base em bibliografia, entrevistas e inquéritos, fazer uma caracterização geral do programa que está a ser analisado, destacando o seu intento, os temas culturais abordados em cada sessão do programa, o público-alvo e a estrutura das sessões e do programa em geral, e também perceber se o mesmo consegue influenciar o bem-estar dos participantes e qual o impacto que tem na mediação e no Museu.

3.1. O programa, objetivos e metodologias aplicadas

O programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, resulta de uma parceria entre o Museu e a Fisioterapeuta Graça Lucena, autora do programa *Pós-Parto no Museu*. O programa *Pós-Parto no Museu* nasceu em 2015 com o objetivo de relacionar a cultura e a saúde ao interligar a recuperação do parto com uma experiência cultural⁸⁵. Pretende, também, reforçar os laços familiares, melhorar a saúde materno-infantil e promover a construção de comunidades entre os participantes que se encontrem na mesma situação de pós-parto⁸⁶. Derivado de uma proposta por parte da Fisioterapeuta Graça Lucena dirigida ao Museu de Lisboa, de maneira a incluir este programa de saúde na programação do Museu, surgiu, assim, em 2019, o programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. Em 2022, o *Pós-Parto no Museu* encontra-se também incluído na programação do Museu Nacional do Traje, intitulado, *Vestir Afetos*.

Neste caso de estudo irá ser analisado, em concreto, a 9ª edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* que decorreu entre setembro e dezembro de 2023, no Palácio Pimenta do Museu de Lisboa. Nesta edição, o programa apresentou uma estrutura de quatro sessões diferentes, sendo realizada uma sessão por mês.

A primeira sessão aconteceu em setembro, e teve como tema o relaxamento e meditação, sendo um dos objetivos propor exercícios para a recuperação da mãe; no mês

⁸⁵ GRAÇA LUCENA PHYSIOTHERAPY – *Programa Pós-Parto no Museu*® [Em Linha]. Lisboa: [s.n]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.gracalucenaphysio.pt/servico/ppm>

⁸⁶ MUSEU DE LISBOA - *Ficha Técnica: PÓS-PARTO NO MUSEU*®de Lisboa – *Lisboa Revela-se, Primavera e/ou Outono de 2023* [Documento interno]. Lisboa, 2023. Acessível no Museu de Lisboa, Lisboa, Portugal.

de outubro, realizou-se a segunda sessão que se focou na postura e na forma física. Esta sessão teve como um dos seus objetivos recomendar exercícios e sugestões sobre como melhorar a postura da mãe; a terceira sessão, realizada no mês de novembro, dedicou-se à massagem e desenvolvimento do bebé, de forma a aprender sobre como aliviar as cólicas do bebé, e como melhorar a sua respiração; a última sessão, no mês de dezembro, centrou-se na fisioterapia respiratória infantil, uma sessão que enfatizou a importância de proteger os bebés de infeções respiratórias graves.⁸⁷ As sessões, com uma duração aproximada de três horas, foram realizadas em pequenos grupos, com o máximo de dez famílias, que podiam incluir o bebé, desde o primeiro mês de idade até aos seis meses, a mãe e o pai, como também, outro familiar, a título excepcional.⁸⁸

As três horas de cada sessão incluíam uma primeira parte dedicada à fisioterapia realizada pela Fisioterapeuta Graça Lucena. Após esta primeira parte, havia um pequeno intervalo, seguindo-se a segunda e última parte da sessão, dedicada à componente cultural. Esta estrutura é flexível, dependia do plano construído para cada sessão, através da colaboração entre a fisioterapeuta e a mediadora. Assim, a componente cultural podia ou não vir ao encontro do tema que está a ser abordado na componente de fisioterapia. A primeira sessão sobre relaxamento e mediação teve como tema para a componente cultural a visita à exposição temporária *Vita Prima. Santo António em Portugal* sobre a vida de Santo António, patente no Pavilhão Preto do Palácio Pimenta, entre 24 de junho e 30 de dezembro. A segunda sessão dedicada à postura e forma física apresentou como tema da componente cultural um passeio pelo Jardim Bordalo Pinheiro, onde foi possível fazer uma ligação entre o participante, e como o mesmo se vê, e um dos animais feitos de cerâmica, espalhados pelo jardim. A terceira sessão, que se focou na massagem e desenvolvimento do bebé, teve como tema da componente cultural a visita a uma das peças emblemáticas do Palácio Pimenta, a Grande Maqueta de Lisboa antes do Terramoto de 1755. Já na sessão dedicada ao tema da fisioterapia respiratória infantil relacionaram-se os dois temas, o tema da componente fisioterapeuta e o da componente cultural, ao fazer o cruzamento entre o tema das doenças e como preveni-las, e o tema do Hospital de Todos os Santos, e os instrumentos médicos que eram utilizados.

⁸⁷ GRAÇA LUCENA PHYSIOTHERAPY – *Programa Pós-Parto no Museu®* [Em Linha]. Lisboa: [s.n]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.gracalucenaphysio.pt/servico/ppm>

⁸⁸ idem.

De maneira a perceber se o programa influencia o bem-estar dos participantes e como impacta a mediação e o Museu, em termos de metodologia foi aplicado um inquérito aos participantes do programa e foi realizada uma entrevista à mediadora responsável pela componente cultural do programa. Também foi tido como referência a breve contextualização teórica apresentada nos primeiros capítulos do presente relatório de estágio. A bibliografia permitiu construir um enquadramento teórico, como também possibilitou validar os argumentos e resultados que foram obtidos através da análise dos dados qualitativos das entrevistas e dos dados quantitativos dos inquéritos. O inquérito⁸⁹ feito aos participantes da 9ª. edição do programa foi construído com o objetivo de perceber como e se o programa consegue influenciar o bem-estar dos visitantes, quais as motivações que levaram os participantes a inscrever-se no programa, perceber o que o público procura quando se inscrevem neste programa, como também perceber que tipo de impacto este programa teve no Museu.

Para chegar às respostas para as questões anteriores, o inquérito foi dividido em quatro secções, focando-se cada um em distintos e relevantes aspetos para a análise do programa. A primeira secção desdobrou-se sobre o acesso ao programa e as motivações que levaram à inscrição no programa por parte dos participantes. Nesta secção foi possível incluir questões de carácter sociodemográfico que permitiu a realização de uma breve caracterização dos inquiridos. Com esta secção foi igualmente possível perceber o que levou à inscrição no programa e em que sessões participaram, como também verificar a preferência dos participantes pelas sessões. A segunda secção dedicou-se ao Museu de Lisboa. Esta secção teve o objetivo de aferir o impacto que este programa, principalmente a 9ª. edição, teve no Museu, através da verificação se os participantes tinham conhecimento prévio do Museu e se pretendiam voltar a visitá-lo. A terceira secção do inquérito abrange o bem-estar expectavelmente proporcionado pelo programa. Esta secção permitiu verificar o que foi desenvolvido na contextualização teórica colocando em prática e aferindo a sua veracidade de acordo com o programa em questão. Foram colocadas questões que permitiram perceber se o participante adquiriu conhecimentos nas sessões, a forma como se sentiram durante a sessão e depois da sessão. A quarta e última secção solicitou uma pequena avaliação do programa em geral, como também destacou a componente cultural, assentando em questões sobre se recomendaria e se voltaria a

⁸⁹ Consultar o Anexo 3 para o guião do inquérito realizado aos participantes da 9ª. edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

participar no programa e se mudava ou acrescentava algo de novo na componente cultural. Este inquérito foi enviado para os 16 participantes da 9.^a edição, tendo sido obtidas 9 respostas anónimas, analisadas de forma agregada. Devido ao número reduzido de respostas e ao limite de páginas para este relatório de estágio, optamos por focar-nos nos resultados obtidos de forma analítica, descritiva e argumentativa, incluindo, assim, os gráficos ilustrativos nos Anexos deste relatório.⁹⁰

A entrevista⁹¹ feita à mediadora responsável pela componente cultural do programa pretende perceber de que maneira é a prática de mediação impactada por este programa, e se o programa consegue influenciar o bem-estar dos visitantes, como também, qual o impacto que teve no Museu. A entrevista serviu para complementar a análise do programa através de uma perspetiva subjetiva e centrada na mediação e na forma como o programa possa ter impactado a mesma. Através deste instrumento de recolha de dados foi possível entender e constatar os objetivos da componente cultural, os temas escolhidos e os critérios que levam à escolha dos mesmos, os benefícios para os participantes ao usufruírem da componente cultural, de que maneira é que o programa impacta e o que acrescenta à prática de mediação, como também os diferentes recursos técnicos e pedagógicos que o programa mobiliza.

3.2. Uma breve caracterização sociodemográfica dos participantes e motivações

A presente alínea tem como objetivo realizar uma breve caracterização sociodemográfica dos participantes e perceber as motivações que levaram à inscrição na 9.^a edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* com base no inquérito e na entrevista realizada para contextualizar os resultados obtidos.

Iniciou-se o inquérito aos participantes com questões sobre a sua idade, local de residência, habilitações académicas e situação atual de empregabilidade de maneira a conseguir fazer uma pequena caracterização sociodemográfica dos participantes. Com estas questões foi possível verificar, na figura 1, 2, 3 e 4, em anexo, que a maior parte dos participantes desta edição pertenciam a uma faixa etária entre os 35 anos e os 44 anos. Também foi possível verificar que a maioria dos participantes que responderam ao

⁹⁰ Consultar o Anexo 5 para os resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes da 9.^a edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

⁹¹ Consultar o Anexo 4 para o guião da entrevista realizada à mediadora sobre a componente cultural da 9.^a edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

inquérito residia no Concelho de Lisboa e no Concelho de Oeiras. Em termos de habilitações académicas, e da situação atual de empregabilidade, foi possível verificar que todos os participantes que responderam ao inquérito têm o ensino superior, seja o grau de licenciatura ou mestrado, sendo o mestrado o grau académico que mais prevalece nesta amostra. A maioria dos participantes exerce funções profissionais por conta de outrem. Com esta breve caracterização sociodemográfica foi possível concluir que os participantes desta edição são adultos, residentes no distrito de Lisboa, detentores de um grau do ensino superior e em situação de trabalho por conta de outrem. São, igualmente, pais recentes de um bebé com idade entre o primeiro a o sexto mês, dado que constituem a amostra da participação neste programa.

De maneira a entender as motivações que levaram os participantes a inscreverem-se no programa, questionaram-se os motivos de se terem inscrito no programa pós-parto *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. A maioria das respostas centraram-se na necessidade sentida pelos participantes de vivenciar uma experiência em família que permita fomentar os laços familiares, de ter acesso a atividades adequadas para a família, em particular para a mãe e o bebé, priorizando, assim, o lazer. Os inquiridos apresentaram também um interesse em conhecer novos espaços culturais, aprender sobre a componente fisioterapeuta e como a mesma consegue impactar a família ao nível individual e coletivo, como também conhecer novas pessoas através da construção de uma comunidade. Foi possível verificar que a necessidade de contruir uma comunidade e a necessidade de vivenciar experiências adequadas ao público-alvo demonstraram-se como as duas motivações centrais para os participantes.

Com a intenção de verificar as motivações dos participantes na procura deste tipo de programas, colocam-se as questões: “*Em qual sessão/sessões do programa pós-parto Lisboa Revela-se! participou?*”, “*Qual das sessões foi a sua favorita?*” e “*Porquê que escolheu essa sessão como a sua favorita?*”. Foi possível verificar, de acordo com as figuras 5 e 6, que a sessão que teve mais participantes foi a segunda sessão sobre a *Postura e Forma Física* (com 77,8%). Já a sessão eleita como favorita pelos participantes foi a primeira sessão sobre o *Relaxamento e Meditação*, com uma percentagem na ordem dos 55,6%. Quando questionado sobre o porquê de terem escolhido essa sessão como favorita, a maioria das respostas direcionaram-se para o facto da primeira sessão ter conseguido ir ao encontro das necessidades e expectativas dos participantes. Várias respostas referiram a necessidade que sentiam em relaxar, serenar, parar e sentirem-se acolhidas. De facto, a

primeira sessão sobre o *Relaxamento e Mediação* teve na sua essência a importância da saúde individual dos participantes, como também a importância de relaxar e meditar através de exercícios simples que podem ser recriados em ambiente doméstico. Esta escolha é fundamentada pelas motivações apresentadas pelos inquiridos quando questionados sobre o porquê de se terem inscrito no programa, motivações estas que se centravam bastante na necessidade de construção de uma comunidade e de experiências de lazer.

Tanto a caracterização sociodemográfica como as motivações são aspetos importantes para contextualizar e perceber se o programa impacta o bem-estar dos participantes e se impacta a mediação e o museu, como também serve para responder a um dos objetivos de perceber o que os participantes procuram quando se inscrevem no programa. Percebeu-se, assim, que os participantes, ao se inscreverem neste programa, procuravam atividades adequadas para os seus bebés, experiências relaxantes e de lazer e a possibilidade de conhecer novas pessoas, de maneira a construir uma comunidade.

3.3. O impacto do programa no bem-estar dos participantes

Visando perceber se o bem-estar dos participantes foi impactado pelo programa, foram colocadas questões sobre se os participantes se sentiram incluídos ou não, centrando-se assim na forma como o programa possa ou não ter influenciado a sua disposição emocional. De forma a compreender o impacto que estas sessões têm na vida dos participantes foi perguntado sobre o mesmo. Seguindo a mesma lógica foi, também, questionado sobre como o participante se sentiu depois das sessões do programa e se notou alguma diferença na sua disposição emocional depois de ter participado nas sessões. Ademais, e mais concretamente sobre a componente cultural, foi colocada a questão sobre se o participante se divertiu na visita orientada. Por fim, de maneira a aprofundar as questões anteriores foi também pedido que os participantes descrevessem como se sentiram durante a visita cultural em duas ou três palavras.

Através da questão sobre se os participantes se sentiram incluídos nas sessões pretendeu-se perceber se os participantes consideram valorizadas as suas opiniões e se sentiram que tiveram acesso igualitário à informação e atividades realizadas nas sessões em que participaram. Na figura 13, em anexo, observamos que 100% dos inquiridos afirmam terem-se sentido incluídos no decorrer do programa. Na entrevista à mediadora

responsável pela componente cultural foi, igualmente, mencionado a importância que a inclusão, construção de comunidades, o encontro entre pessoas que estejam a passar pela mesma situação apresenta para o bem-estar individual do participante. Não só permite construir esta ligação e partilha, como também possibilita um aumento da autoestima, fomentando a curiosidade e uma ligação ao local onde nos movimentamos, sendo estas características potenciadas não só pelo programa em si, mas, igualmente pelo Museu. Possibilitando, também, a democratização dos espaços culturais, implementando e demonstrando que estas instituições são para todos e de todos. Para elaborar esta questão da influência do programa no bem-estar dos participantes foi colocada uma questão mais direta referente ao impacto positivo que o programa possa ter tido no bem-estar. Na figura 14, referente à questão, “*A participação na sessão/sessões do programa pós-parto Lisboa Revela-se! teve um impacto positivo no seu dia?*” foram obtidas, respostas na ordem de 100% dos inquiridos que responderem afirmativamente, ou seja, as suas participações nas sessões do programa tiveram um impacto positivo no seu dia.

Para além de ser interessante perceber que o programa tem um impacto positivo imediato no dia dos participantes, verificou-se como os participantes se sentiram especificamente após as sessões em que participaram. Para esta questão foram disponibilizadas seis palavras, três palavras positivas e três palavras negativas para os participantes selecionarem de acordo com o que sentiram. Foram disponibilizadas as palavras: *confiante, feliz, relaxada, insegura, triste e ansiosa*. Como vemos na figura 15, apenas as três palavras positivas foram selecionadas, sendo a palavra feliz a mais selecionada, seguida da palavra confiante e da palavra relaxada. Na figura 16, é ainda possível verificar que, para além das emoções positivas sentidas depois das sessões, 55,6% dos inquiridos confirma que a sua disposição emocional, de facto, melhorou depois de realizadas as sessões.

Querendo focar não apenas no programa em geral, mas também na componente cultural, foram elaboradas duas questões, com o objetivo de perceber como esta componente influencia o bem-estar. Destacou-se o sentimento de diversão com a questão: “*Divertiu-se na visita cultural?*”. Esta questão apresentou, segundo se observa na figura 17, uma resposta positiva com 100% dos inquiridos a responder afirmativamente. No entanto, de maneira a desenvolver este tópico foi também solicitado que os participantes descrevessem as visitas orientadas, ou seja a componente cultural, em duas ou três palavras. As palavras escolhidas pelos inquiridos vão precisamente ao encontro das

palavras selecionadas, na figura 15, em anexo, utilizadas para descrever o que sentiram durante as sessões de pós-parto, incluindo a componente fisioterapêutica e cultural: calma, curiosa, relaxada, tranquila, acolhida, distraída, enriquecida, divertida, educativa, integrada, cativante, alegria, partilha, feliz, acompanhada, qualidade, entusiasmo, sabedoria e interessada. A escolha desta terminologia aponta que as sessões, e ambas as componentes, proporcionam um bem-estar nos participantes.

Sendo a aprendizagem e o fomento da curiosidade elementos fulcrais na promoção do bem-estar, considerou-se relevante incluir duas questões sobre o tema, visto também que o programa suscita a curiosidade e aprendizagem através das suas duas componentes. Na figura 18, verificamos que os participantes da 9.^a edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* adquiriram novos conhecimentos e competências nas sessões em que participaram, de acordo com as respostas positivas face à questão colocada. Para além de terem adquirido novos conhecimentos, segundo a figura 19, é possível afirmar, igualmente, que esses conhecimentos e competências são úteis no seu dia a dia.

3.4. O impacto do programa na mediação e no Museu

De maneira a perceber como este programa pode ou não impactar a mediação, uma das secções do inquérito focou-se na opinião dos participantes acerca da componente cultural. Para aprofundar a questão foi, também, realizada uma entrevista à mediadora responsável. Através destes dois métodos de recolha de dados qualitativos e quantitativos foi possível aferir, conforme a figura 20, que se encontra em anexo, que, ao solicitar que os inquiridos classificassem a componente cultural com uma pontuação de 1 a 5, a maior parte dos inquiridos, numa percentagem de 55,6%, atribuiu uma pontuação de quatro à componente cultural, seguida de uma pontuação máxima de cinco.

Para perceber o que levou os participantes a classificarem a componente cultural com uma pontuação de quatro e cinco foram colocadas questões sobre as suas visitas orientadas favoritas e o porquê dessa escolha. Na figura 21, em anexo, para 44,4% das respostas é possível aferir que as duas visitas orientadas que os participantes mais gostaram foram a primeira visita sobre o Santo António, com uma visita orientada à exposição temporária *Vita Prima. Santo António em Portugal* que se encontrava patente no Pavilhão Preto do Museu de Lisboa - Palácio Pimenta e a terceira visita sobre os lugares da cidade onde os participantes querem levar o seu bebé quando ele crescer,

através de uma visita à Grande Maqueta de Lisboa antes de 1755. Os inquiridos justificam a escolha da visita orientada sobre Santo António com a afirmação de que não conheciam a história do Santo, que acharam bastante interessante a vida do mesmo e que foi nesta visita que conseguiram aprender mais. Sobre a visita à maqueta, os inquiridos afirmam que gostaram bastante da Grande Maqueta de Lisboa e da interatividade que a mesma oferece e o interesse que tiveram ao conhecer a cidade antes do terramoto de 1755. Estas justificações vão, assim, ao encontro das motivações apresentadas pelos participantes, percebendo-se o porquê de terem escolhidos estas visitas como as suas favoritas.

Uma vez questionados sobre as preferências pelas visitas culturais e a sua justificação, afigurou-se relevante perguntar, igualmente, sobre as expetativas que os participantes tinham sobre as visitas e se as mesmas foram ao encontro das suas expetativas. A maior parte dos inquiridos afirmou não ter qualquer tipo de expetativas sobre as visitas, enquanto as expetativas que foram indicadas centram-se em querer conhecer o Museu, querer aprender e descontraír e quererem visitas tranquilas adaptadas às mães e aos bebés, apresentando, igualmente, uma expetativa negativa de que os conteúdos do Museu são monótonos. Estas expetativas vão ao encontro do que foi falado na entrevista com a mediadora responsável pelo programa quando questionada sobre os objetivos para a componente cultural. Sendo dois dos objetivos o aumentar a curiosidade sobre a cidade de Lisboa e o criar vontade de aprender e de voltar ao Museu. De acordo com as expetativas mencionadas (aprender, conhecer o Museu, e descontraír), os objetivos da componente cultural (fomentar a curiosidade e a vontade de voltar ao Museu) são cumpridos no decorrer das sessões. Na figura 22, em anexo, é possível aferir que 77,8% dos inquiridos afirmam que as visitas culturais foram ao encontro das suas expetativas. Já 22,2% dos inquiridos afirmam que as visitas culturais não foram de encontro às suas expetativas. Uma vez que os inquiridos avaliaram positivamente as visitas culturais, na figura 20, é possível que os inquiridos que afirmaram que as visitas não foram ao encontro das suas expetativas tenham tido experiências negativas com atividades museais, como a indicação apresentada anteriormente de que os conteúdos do Museu são considerados monótonos, sendo, pois, possível que as visitas do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* tenha possibilitado a desconstrução dessas expetativas negativas, uma vez que apresenta uma avaliação positiva por parte dos inquiridos. Para além das expetativas dos participantes, o inquérito inclui, também, duas questões sobre se os participantes mudariam alguma coisa nas visitas e, em caso

afirmativo, o que mudariam. Na figura 23, em anexo, 77,8% dos inquiridos respondeu que não mudariam nada nas visitas, no entanto 22,2% respondeu que sim. As mudanças que os participantes gostariam de ver aplicadas vão desde a possibilidade de haver mais lugares sentados ao longo da visita até à possibilidade de encurtar as mesmas.

A entrevista realizada à mediadora possibilitou observar esta questão do impacto que o programa teve na mediação, numa perspetiva igualmente subjetiva, no entanto, mais distanciada. Ou seja, as questões colocadas aos participantes recaem na sua experiência durante a sua participação no programa, já a experiência da mediadora remete sobre um papel mais ativo de possibilitar e oferecer essa experiência aos participantes. Por exemplo, um aspeto mencionado pela mediadora refere a forma como a prática de mediação consegue empoderar as recém-mães através de pequenas ações que são incluídas na forma como se comunica, como, por exemplo a inclusão do canto e como a sonoridade da voz consegue acalmar o bebé e trazer-lhe bem-estar. Estas pequenas ações tornam-se recursos para as mães, uma vez que podem ser aplicadas pelas mesmas em diferentes contextos. Neste caso, creio que não só o programa impacta a mediação como também a mediação impacta o programa e conseqüentemente os participantes, através da promoção do bem-estar, como também através da disponibilização de recursos que podem mais tarde vir a ser aplicados. Este diálogo entre a componente cultural e a saúde, é outro aspeto destacado pela mediadora e a sua importância em haver um programa que consolida o bem-estar ao mesmo tempo que convoca para o acervo do Museu.

Seguindo o objetivo de perceber como o programa impacta ou não o Museu, iniciou-se a secção dedicada a este tópico com a pergunta se o participante tinha conhecimento prévio sobre o Museu de Lisboa. Na figura 7, em anexo, é possível verificar que 55,6% dos participantes que responderam ao inquérito não conheciam o Museu. De maneira a aprofundar este tema foi colocada a questão se o participante já tinha participado em outras atividades organizadas pelo Museu de Lisboa. Em conformidade com a resposta obtida na questão anterior é possível constatar que a maioria da amostra não tinha participado em outras atividades organizadas pelo Museu, com um valor percentual de resposta de 89,9%. Dos quatro participantes, na figura 7, 44,4% responderam que tinham conhecimento prévio sobre o Museu, apenas um dos participantes, equivalente a 11,1%, respondeu que já participou em outras atividades. Com a intenção de perceber em quantas atividades os participantes já tinham participado foi colocada a questão. Na figura 9, em anexo, observamos que o participante que

respondeu que já tinha participado em outras atividades organizadas pelo Museu, participou em duas atividades para além do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. Uma vez que foi colocada a questão sobre se os participantes já tinham participado anteriormente em outras atividades mostrou-se relevante, para a análise do impacto do programa no Museu, perceber se os participantes da 9ª. edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* tencionam participar em outras atividades organizadas pelo Museu. No mesmo sentido foi igualmente questionado se os participantes pretendiam voltar ao Museu e, mais concretamente, se pretendiam voltar ao Museu com as suas famílias. Com uma percentagem global de 100%, na figura 10, em anexo, observamos que os participantes pretendem participar em outras atividades. Igualmente, na figura 11, em anexo, com uma percentagem de 100% verificamos que os participantes têm a intenção de voltar ao Museu de Lisboa, mais especificamente ainda, na figura 12, em anexo, também apresentando um valor de 100%, os participantes do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, tencionam, igualmente, voltar ao Museu com as suas famílias.

Mesmo com base numa amostra pequena, é possível concluir que os participantes inquiridos demonstram motivações similares, como a vontade de participar em atividades adequadas para uma família com bebés pequenos, de forma a priorizar o lazer, como também a necessidade de partilhar experiências culturais, fomentar os laços familiares e construir uma comunidade através do programa. Foi, igualmente, possível perceber que a maior parte dos inquiridos não apresentam expectativas e as que apresentam são expectativas bastante positivas, como a vontade de adquirir novos conhecimentos e de relaxar. Considera-se que a expectativa negativa indicada por um dos inquiridos referente à monotonia dos conteúdos do Museu possa ter sido desconstruída com as sessões do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*. Ao nível do bem-estar, foi possível concluir que os participantes inquiridos beneficiaram positivamente das sessões do programa, uma vez que, os participantes afirmaram que as sessões do programa tiveram um impacto positivo no seu dia e consideram que a sua disposição emocional melhorou depois da sua participação nas sessões. De facto, é possível afirmar, com base nestes resultados, que o programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* consegue impactar o bem-estar dos seus participantes. Ademais, este programa não impacta apenas o bem-estar dos seus participantes, como também consegue impactar o Museu e a prática de mediação. Este programa possibilita a diversificação do público do Museu de Lisboa. A

totalidade dos respondentes, 100% dos inquiridos, afirma pretender participar em outras atividades organizadas pelo Museu, e também apresenta a intenção de voltar com as suas famílias. Ao nível da mediação, foi possível verificar que o programa impacta a mediação, como também a mediação impacta o programa e os seus participantes. Os grupos de participantes, de características bastante diversas apresentam-se como um desafio à mediação, através das suas diversas nuances. Exige-se uma mediação dinâmica e sem automatismos de maneira a responder às necessidades apresentadas pelo grupo. Já a mediação impacta, de igual forma, o programa e os seus participantes ao disponibilizar pequenos recursos que podem vir a ser utilizados pelas mães. Desta forma, e com base nos resultados obtidos, podemos verificar que o programa não só impacta positivamente e beneficia os seus participantes, como também beneficia o Museu e vice-versa.

Capítulo IV – Caso de estudo II – Programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

O quarto capítulo do presente relatório irá dedicar-se ao segundo e último caso de estudo que tem como tema o programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. A análise deste programa tem o propósito de, com base em bibliografia, entrevistas e inquéritos, fazer uma caracterização geral do programa que está a ser analisado, destacando os objetivos do mesmo, a avaliação feita pelos participantes, o impacto do programa no bem-estar dos participantes, como também o impacto do programa na mediação e no Museu.

4.1. O programa, objetivos e metodologias aplicadas

O programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu* nasceu, em 2021, de uma parceria entre várias instituições, nomeadamente a Alzheimer Portugal, o Museu de Lisboa, o MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia, a Acesso Cultura e o Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa.⁹² Este programa é direcionado para pessoas com demência e para os seus cuidadores, e tem por base os acervos museológicos das instituições colaboradoras, o Museu de Lisboa, e o MAAT, e

⁹² MUSEU DE LISBOA – *Museu de Lisboa participa no projeto Marcar o Lugar – Encontros no Museu* [Em linha]. Lisboa: [s.n], 2021. [Consult. 2024/06/28]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/acontece/noticias/museu-de-lisboa-participa-no-projeto-marc-o-lugar-encontros-no-museu>

as suas exposições. Através das mesmas, o programa pretende “reativar memórias através da construção de narrativas individuais e coletivas”.⁹³ Apresenta como objetivos a promoção do estímulo intelectual e sensorial, o desenvolvimento da criatividade, a reativação de memórias, a construção de narrativas para manutenção da identidade, e visa também possibilitar um melhoramento da qualidade de vida, da autonomia e da participação social através da fruição e estimulação artística.⁹⁴ Neste caso de estudo serão observadas as sessões de continuidade que derivaram da necessidade e vontade apontada pelos participantes em continuarem a participar nas sessões do programa. Cada edição do programa conta com seis sessões semanais, com uma duração de duas horas. As sessões de continuidade realizam-se mensalmente⁹⁵ e são destinadas aos participantes das seis sessões estabelecidas de todas as edições que sintam necessidade de continuar a participar no programa.

Tive a oportunidade de acompanhar e participar, no decorrer do estágio curricular, entre 29 de setembro de 2023 e 15 de março de 2024, em nove sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*. As sessões de continuidade apresentam a mesma estrutura das seis sessões, é possível dividi-las em dois momentos: uma parte inicial, em grupo, de observação e discussão sobre as obras de arte; e um segundo momento, que consiste na realização de atividades práticas, uma componente criativa relacionada com os temas abordados no primeiro momento de observação e discussão.⁹⁶ Os temas abordados nas sessões que acompanhei partiram do tema dos milagres de Santo António, com a exposição que se encontrava patente, até à criação de um cancionário com canções tradicionais portuguesas reunidas pelas mediadoras e participantes, e, ainda, à exposição de fotografia *Lisboa Frágil* de Luís Pavão, tendo como tema os bailes e as tabernas, de maneira a recordar os anos passados.

Tendo o propósito de analisar e de compreender se o programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu* consegue influenciar o bem-estar dos participantes e como o mesmo impacta a mediação e o Museu, foram aplicados dois inquéritos aos participantes, um

⁹³ idem.

⁹⁴ CARVALHO, Marta Manuela Pereira de – *Um Estudo Exploratório de Metodologia Mista de um Programa de Estimulação com Arte Visual para Pessoas com Demência em Contexto de Museu*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa, 2022. p. 32. Dissertação de mestrado.

⁹⁵ Informação retirada da entrevista realizada à responsável pela operacionalização do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

⁹⁶ CARVALHO, Marta Manuela Pereira de – *Um Estudo Exploratório de Metodologia Mista de um Programa de Estimulação com Arte Visual para Pessoas com Demência em Contexto de Museu*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa, 2022. p. 33. Dissertação de mestrado.

inquérito destinado aos participantes, e um segundo inquérito destinado aos participantes cuidadores, além da realização de uma entrevista às duas mediadoras responsáveis pelas sessões do programa e uma entrevista à responsável pela operacionalização do projeto. Foi, igualmente, tido como base a contextualização teórica apresentada no primeiro e segundo capítulo.

O inquérito⁹⁷ feito aos participantes com demência teve o objetivo de perceber sistematicamente se gostaram do Museu e das sessões do programa e de que forma as mesmas impactaram o seu estado emocional. O inquérito⁹⁸ feito aos participantes cuidadores teve como objetivo perceber as motivações que levaram à inscrição no programa e à prossecução no mesmo através das sessões de continuidade, bem como perceber se, na opinião dos cuidadores, se as pessoas com demência beneficiaram, ao nível do bem-estar, das sessões do programa, como também verificar se as sessões impactam o bem-estar dos participantes cuidadores e se gostaram de participar. Estes dois inquéritos foram aplicados presencialmente antes de se iniciar uma das sessões do programa. Durante o estágio curricular as sessões de continuidade contavam com a participação de quatro casais, sendo que, apenas consegui aplicar os inquéritos, a três dos quatro casais. O inquérito dirigido aos participantes foi pensado para ser simples, curto e fácil de preencher. Neste caso, acompanhei o casal e entreguei o inquérito ao participante cuidador para ser preenchido autonomamente enquanto fazia as questões ao participante com demência, tornando, assim o inquérito numa conversa com o participante. Ambos os inquéritos foram realizados com base nas recomendações apresentadas na Dissertação de Mestrado elaborada por Marta Manuela Pereira de Carvalho intitulada *Um Estudo Exploratório de Metodologia Mista de um Programa de Estimulação com Arte Visual para Pessoas com Demência em Contexto de Museu*, como também foram validados pelos orientadores científico e de estágio. O inquérito dirigido aos participantes apresenta sete perguntas, começando pela avaliação feita pelo participante sobre o programa e o Museu e o impacto do programa no bem-estar. O inquérito dirigido aos participantes cuidadores reuniu 14 perguntas sobre as motivações dos participantes, o impacto no bem-estar na pessoa com demência e na avaliação do programa e Museu. Tal como aconteceu na análise ao programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, para a análise deste

⁹⁷ Consultar o Anexo 6 para o guião do inquérito aos participantes com demência do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

⁹⁸ Consultar o Anexo 7 para o guião do inquérito aos participantes cuidadores do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

programa foi, igualmente, optado por analisar os resultados obtidos de forma analítica, descritiva e argumentativa, devido ao limite de páginas para o relatório de estágio.⁹⁹

A entrevista feita às mediadoras¹⁰⁰ responsáveis pelas sessões do programa teve como objetivo perceber os objetivos da mediação neste programa, a diferença entre as seis sessões do programa e as sessões de continuidade, os desafios sentidos na realização das sessões e a forma como o programa impacta a prática de mediação. Já a entrevista à responsável pela operacionalização do programa¹⁰¹ pretendeu incidir na importância das parcerias que é destacada pela bibliografia, a partir de questões sobre como surgiu a ideia para o programa, sobre a estrutura, objetivos e temas do mesmo, o porquê de ter sido escolhido o Museu de Lisboa – Palácio Pimenta, como também perceber como o programa consegue impactar o bem-estar dos participantes. Ambas as entrevistas servem para complementar a análise do programa permitindo responder às questões de investigação sobre o impacto do programa na mediação e ilustrar a importância das parcerias destacada pela bibliografia.

4.2. Motivações e avaliação do programa por parte dos participantes

De maneira a entender a pertinência do programa para os participantes e seus cuidadores, e a sua opinião sobre o mesmo, iniciou-se o questionário dirigido aos cuidadores com questões sobre o porquê de se terem inscrito no programa e o porquê de terem sentido a necessidade de continuar a frequentar o programa através das sessões de continuidade. Os cuidadores esclareceram que se inscreveram no programa por indicação e convite da Associação Alzheimer Portugal, como também viram no programa uma oportunidade de convívio e estimulação cognitiva para si e para a pessoa que acompanham. Decidiram, assim, continuar a frequentar o programa através das sessões de continuidade devido ao interesse e motivação em participar nas sessões demonstradas pelas pessoas com demência, considerando o programa como interessante, muito bem organizado e com um impacto positivo no estado emocional dos participantes.

⁹⁹ Consultar o Anexo 11 para os resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes cuidadores das sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

¹⁰⁰ Consultar o Anexo 8 para o guião da entrevista realizada às mediadoras responsáveis pelas sessões do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

¹⁰¹ Consultar o Anexo 9 para o guião da entrevista realizada à responsável pela operacionalização do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

Ao nível da avaliação sobre o programa feita pelos participantes e pelos cuidadores, esta tem como objetivo perceber se os participantes gostaram do Museu e das sessões de continuidade, o que gostaram mais nas sessões, já que as mesmas apresentaram duas componentes distintas, como mencionado anteriormente e perceber se os participantes gostariam de participar em programas semelhantes noutras instituições culturais. Com as questões feitas sobre se o participante gosta do Museu e se gosta de participar nas sessões do programa, nas figuras 27¹⁰² e 28, é possível verificar que todos os inquiridos gostaram do Museu e das sessões do programa em que participaram, com uma resposta positiva de 100% em ambas as questões. De maneira a aprofundar sobre o porquê de gostarem das sessões do programa, os participantes responderam que gostaram das sessões pelo convívio com os parceiros, com outros participantes e com as mediadoras, porque não só gostaram do Museu como também tiveram oportunidade de adquirir novos conhecimentos sobre temas que lhes interessam. Uma vez questionado sobre se gostaram de participar nas sessões do programa, foi também inquirido, conforme na figura 30, sobre o que gostaram mais nas sessões. Para tal, foram elencadas quatro dimensões: o convívio com os restantes participantes e com as mediadoras, a partilha de uma experiência diferente com a pessoa que acompanha, conhecer mais sobre Lisboa, onde se partilha a visão pessoal, e se contribui para o enriquecimento do conhecimento, e, por fim, a parte criativa (por exemplo onde se pinta, escreve, canta, recorta, etc.). A dimensão do convívio com os restantes participantes e com as mediadoras foi a mais escolhida, com valores percentuais de 50%. De seguida, foram escolhidas as dimensões da parte criativa e sobre conhecer mais sobre Lisboa, ambas uma percentagem de 25%. Estas respostas vão, assim, diretamente ao encontro das respostas obtidas na pergunta anterior que questionava sobre o porquê de os participantes gostarem de participar nas sessões do programa. Com a intenção de perceber se os participantes gostariam de participar em programas semelhantes em outras instituições culturais, foi colocada a questão, conforme na figura 32, onde se observa que 67% dos inquiridos respondeu afirmativamente devido ao facto de gostarem de conhecer pessoas novas e de terem gostado das suas experiências no MAAT. Há 33% de inquiridos que, porém, apresentam a justificação de gostar do Museu de Lisboa e de estar habituados a frequentá-lo.

¹⁰² Consultar o Anexo 10 para os resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes com demência das sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

Questões de natureza semelhante foram colocadas aos cuidadores de maneira a também perceber se gostaram das sessões e se as consideraram úteis. Tal como no inquérito dirigido aos participantes, foi igualmente colocada a questão se os cuidadores gostaram das sessões em que participaram. 100% das respostas dos inquiridos foi afirmativa, como podemos verificar na figura 36, em anexo. Os cuidadores justificam esta resposta afirmando que as sessões apresentam um interesse cultural, que motivou os cuidadores a desenvolver conhecimentos que não tinham e que são bastante estimulantes para a pessoa com demência, o que levou ao desenvolvimento de um ambiente familiar entre os participantes, cuidadores e mediadoras.

Uma das respostas obtidas com maior frequência neste questionário, como também foi observado nas sessões que acompanhei, é a ideia do quão estimulante as sessões e os seus temas são para os participantes. Foi, ainda, colocada a questão para perceber se os cuidadores também pensam que os temas abordados são estimulantes para eles. De acordo com a figura 37, verificamos que sim: os temas abordados são estimulantes para os cuidadores, com um valor de 100%. Uma vez que os temas são estimulantes foi colocada a questão sobre qual das componentes o cuidador mais gosta nas sessões do *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*. Para tal foram elencadas, na figura 38, as quatro dimensões presentes nas sessões do programa: o convívio com os restantes participantes e com as mediadoras, o convívio com a pessoa que acompanhei, conhecer mais sobre Lisboa onde se partilha a visão pessoal, e se contribui para o conhecimento, e, por fim, a parte criativa (por exemplo, onde se pinta, escreve, canta, recorta, etc.). De acordo com 43% dos resultados, a dimensão do convívio com os restantes participantes e com as mediadoras é a componente mais escolhida e a favorita dos cuidadores, seguida da dimensão sobre a parte criativa, com 29%, além da dimensão sobre conhecer mais sobre Lisboa que inclui, também, a observação de um objeto museal, com 28%.

Como foi pedido para escolherem a dimensão que mais gostaram, foi igualmente questionado se os cuidadores consideram útil que cada sessão contenha estas dimensões e o porquê da sua resposta. Na figura 39, observamos que 100% dos inquiridos afirma que consideram útil as sessões conterem estas três dimensões. É de destacar que, por ser interessante que estas questões tinham o objetivo de perceber a opinião do cuidador sobre as sessões, e como as mesmas o afetam a ele, no entanto, maior parte das respostas que foram recebidas relatam a sua opinião com base em como as sessões afetam a pessoas que acompanhavam. Quando questionado sobre o porquê de considerarem úteis estas

dimensões, foram obtidas respostas sobre como estas dimensões possibilitam melhorias breves no estado emocional da pessoa com demência, além do facto de todas as dimensões irem ao encontro do objetivo principal, que é a estimulação cognitiva. Para além disso, foi também mencionado que estas dimensões, e as sessões no seu todo, permitem, igualmente, um convívio com os participantes e mediadoras, fazer novos amigos e adquirir novos conhecimentos. Conclui-se, que, em relação a esta parte da avaliação sobre a questão das expectativas dos cuidadores sobre o programa, esta teve uma resposta na ordem dos 100%, de acordo com a figura 40, em anexo.

4.3. O impacto do programa no bem-estar dos participantes

A análise do presente caso de estudo tem por objetivo perceber se o programa consegue ou não influenciar o bem-estar dos participantes. Para tal, nos inquéritos dirigidos aos participantes, e aos cuidadores, foram colocadas questões sobre o tema do bem-estar. No inquérito dirigido aos participantes foram elaboradas duas questões sobre como a pessoa se sente depois de participar nas sessões do programa e sobre se sente vontade de participar em atividades relacionadas com arte depois de participar nas sessões. Esta questão visava perceber se estas atividades trazem bem-estar ao participante e se aqueles procuram essas atividades fora do programa. As questões colocadas no inquérito dirigido aos cuidadores centraram-se nas mudanças de comportamento e no estado emocional observado pelos cuidadores.

Para perceber como o participante se sentia depois de sair das sessões foi colocada a questão, “*Como se sente quando sai das sessões do Marcar o Lugar?*”, dando a possibilidade de escolher uma entre as seguintes opções: mais bem-disposta, mais tranquila, menos bem-disposta, menos tranquila, ou outra categoria à escolha do participante. Na figura 29, observamos que a opção mais escolhida pelos participantes, com uma percentagem de 67%, foi a referente à mais bem-dispostos, seguindo-se a opção de mais tranquila com valores de 33%. Esta mudança de comportamento foi evidente no decorrer das sessões porque os participantes e os cuidadores saíam das sessões muito bem-dispostos e com vontade de voltar ao Museu.

Como mencionado anteriormente, considerou-se pertinente perceber se as atividades realizadas na componente criativa das sessões influenciavam o bem-estar dos participantes, e se os mesmos procuram este tipo de atividades fora das sessões. Na figura

31, observamos que 100% dos inquiridos não manifesta vontade de realizar este tipo de atividades fora do programa. Uma vez que este inquérito foi realizado presencialmente, através de uma conversa com os participantes, e apesar de não haver nenhuma questão que permita o aprofundamento do tema, foi possível perceber que os participantes retiraram emoções positivas da realização destas atividades não só por estarem a realizá-las, mas também, por acréscimo, por estarem a realizar estas atividades em grupo, com outros participantes. Ou seja, a componente criativa apresenta-se prazerosa para os participantes quando são realizadas com os seus pares, o que faz com que não procurem estas atividades fora do programa.

De maneira a melhor entender se o programa impacta ou não o bem-estar dos participantes, como referido, incluíram-se cinco questões sobre o tema no inquérito dirigido aos cuidadores. A questão “*Considera que a pessoa que acompanhou beneficia deste programa?*” recebeu, segundo os resultados na figura 33, uma resposta positiva e, significativa, de 100% dos inquiridos a responder que sim, que consideram que o programa é benéfico para a pessoa que acompanhou. Uma vez que foi questionado sobre como o participante se sentia depois das sessões do programa, considerou-se interessante perceber se o cuidador considera que as sessões do programa deixam a pessoa que acompanhou mais bem-disposta. De facto, a resposta a esta questão, de acordo com a figura 34, revela que 100% dos inquiridos respondeu afirmativamente, portanto vai ao encontro da resposta obtida à questão sobre o mesmo tema, na figura 29, quando 67% dos participantes respondeu que se sentem mais bem-dispostos, depois de sair das sessões do *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*. Para aprofundar este tópico foi, também, perguntado se os cuidadores notaram alguma alteração na pessoa que acompanhou, depois de terminadas as sessões do programa. Os cuidadores afirmaram que notaram melhorias significativas no estado emocional dos participantes, principalmente na boa disposição, embora estas alterações sejam bastante efémeras.

Considerou-se igualmente pertinente perceber se a relação entre o cuidador e o participante teria sido impactada pelo programa, pelo facto de se observar uma melhoria no estado emocional dos participantes, na confiança, autoestima e comunicação. A figura 35 demonstra que, 67% dos inquiridos afirmou que o programa impactou a sua relação com o participante. De maneira a aprofundar esta questão colocou-se a questão, perguntou-se, “*Se sim, de que forma?*”, ao que, os cuidadores esclareceram que as sessões do programa e o impacto que as mesmas têm no bem-estar dos participantes facilitava a

comunicação entre o participante e cuidador sobre os temas abordados nas sessões, uma vez que a maior parte dos participantes são casais, mostrando, assim, um maior interesse nos temas por parte do participante e um maior interesse em aprofundar os mesmos. É também referido, mais uma vez, a boa disposição do participante.

4.4. O impacto do programa no Museu e na mediação

Com base nas entrevistas realizadas às duas mediadoras responsáveis pela mediação e também à responsável pela operacionalização do projeto *Marcar o Lugar - Encontros no Museu* procura-se, nesta alínea, verificar os objetivos da mediação para este programa, as diferenças entre as seis sessões e as sessões de continuidade, e os desafios que este programa traz para a mediação e para a importância das parcerias em contexto museal.

A prática de mediação pretende, de acordo com as mediadoras responsáveis pela mediação das sessões do programa, contribuir para a construção de relações de dentro da comunidade através do encontro possibilitado pelas sessões, de forma a aumentar a autoestima dos participantes e, conseqüentemente, o bem-estar. É objetivo central desfazer o estigma associado à doença e contribuir para uma integração efetiva dos participantes na sua vida pessoal.

Não existem muitas diferenças entre as seis sessões do programa e as sessões de continuidade. Apresentam a mesma metodologia, que se destaca como transversal em ambos os casos, centrada na observação e discussão das obras de arte e na realização de atividades práticas. Para além destas duas componentes, a prática de mediação sublinha também a importância do momento de encontro e de acolhimento, o diálogo no decorrer das sessões, presente na observação e discussão dos objetos, incentivando uma leitura por parte dos participantes subjetiva e empática que é complementada por curiosidades sobre o objeto de um ponto de vista formal, técnico e/ou histórico. Destacam igualmente a componente artística que tem como objetivo introduzir camadas de sensibilidade, conhecimento, diálogo, e permite fomentar os laços afetivos entre o participante com demência e o cuidador, por fim, evidenciam a importância do momento final de conclusões e partilhas. As seis sessões são pensadas para reforçar os laços entre o participante com demência e o seu cuidador, permitir o conhecimento do grupo entre si, como também o conhecimento pessoal, a sua identidade através da metodologia

mencionada anteriormente, com o objetivo de reforçar a autoestima, o bem-estar e o sentido identitário. As sessões de continuidade apresentam os mesmos objetivos, no entanto já se encontram garantidas estas ligações, ou seja, o grupo já se conhece entre si e as mediadoras, o que facilita e agiliza a prática da mediação.

Em termos de desafios que este programa traz à mediação, mesmo que o conhecimento entre o grupo e as mediadoras facilite, aqueles ainda permanecem. Um dos desafios identificados corresponde, não só à necessidade de ter um discurso coeso para acrescentar camadas de informação e, aprofundar, assim, o conhecimento, como também a necessidade de estabelecer uma ligação emocional com o participante. O que se pretende é encontrar uma ligação emocional equilibrada que consiga conectar-se com mais de um participante, o que leva a que este programa exija a participação de mais do que uma mediadora para encontrar esse equilíbrio e responder às necessidades apresentadas por cada participante. Esta prática de mediação recai sobre o experimentalismo e o improvisado, visto que é necessário adequar e alterar o discurso de acordo com o grupo e as suas individualidades. Isto faz com que, de acordo com as mediadoras, tomem sempre um posicionamento crítico sobre o trabalho, percebendo que certas formas de mediar possam não ser as mais eficazes, devido ao contexto deste programa, o que constitui um desafio e um enriquecimento da prática de mediação.

Uma outra mais-valia para a prática de mediação é a parceria ativa que têm com a Associação Alzheimer Portugal. Num ponto de vista teórico, o contacto direto com a componente da saúde, a avaliação e a crítica, é tido como fundamental para este trabalho e para a prática de mediação. Na entrevista realizada à responsável pela operacionalização do projeto *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*, foi possível perceber a importância que ambas as instituições, o Museu de Lisboa e a Associação Alzheimer Portugal atribuem para o funcionamento do programa, dado que o investimento e a dedicação que ambos apresentam é essencial para a construção e implementação deste programa e para o sucesso do mesmo.

Com base nas respostas aos inquéritos e às entrevistas foi possível concluir que, a oportunidade de convívio e de estímulo cognitivo que as sessões oferecem, foi o que levou os cuidadores e os participantes a quererem participar nas sessões de continuidade. Como também, consideram o programa interessante e organizado, com destaque para o impacto positivo que as sessões têm no estado emocional dos participantes. Ambos os cuidadores, assim como os participantes, avaliam o programa positivamente, demonstram uma grande

apreciação pelo Museu e pelo programa, uma vez que as sessões possibilitam o convívio entre pares e a aquisição de novos conhecimentos sobre temas do seu interesse. Ao nível do bem-estar, é possível afirmar que o programa consegue impactar o bem-estar dos participantes e dos cuidadores. Os participantes afirmam sentirem-se mais bem-dispostos e tranquilos depois de terminadas as sessões. Os cuidadores, consideram que, os participantes beneficiam das sessões, notando, assim, melhorias significativas no estado emocional dos participantes. Considera-se o convívio com outros cuidadores, participantes e mediadoras, a construção de uma comunidade, e a aquisição de novos conhecimentos que as sessões do programa possibilitam, mencionados pelos cuidadores, como características que, influenciam positivamente o bem-estar dos cuidadores. Observa-se que este programa impacta, não só o bem-estar dos participantes, como também o bem-estar dos cuidadores. O programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*, apresenta, também, resultados benéficos na prática de mediação e no Museu de Lisboa. Tal como acontece na prática de mediação implementada no programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*, é, igualmente, necessário estabelecer uma ligação emocional com cada participante, neste caso, apresenta-se ainda mais fulcral dado ao estado clínico do participante, sendo necessário improvisar e experimentar diferentes métodos, temas e atividades criativas, de maneira a perceber qual o mais adequado. Já a nível do impacto no Museu, este programa possibilita diversificar o público do Museu de Lisboa, e enfatizar a missão e a tipologia do Museu que se revê neste programa.

Considerações finais: O impacto dos programas no bem-estar dos participantes, no Museu e na mediação

Os dois programas aqui analisados alinham-se com a missão e a tipologia do Museu devido às suas temáticas, metodologias e públicos-alvo. São programas bastante distintos, no entanto, apresentam duas características em comum. Ambos têm uma componente de mediação bastante experimental, e visam impactar positivamente o bem-estar dos seus participantes, como referido.

A análise realizada ao programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* permite concluir que, ao nível da mediação, os participantes apreciaram bastante a componente cultural porque atribuíram uma avaliação positiva, mostraram um grande interesse pelos temas tratados em cada sessão, revelaram vontade de aprender e conhecer o Museu. A componente cultural tinha por objetivo aumentar a curiosidade dos participantes sobre a

cidade e fomentar a vontade de aprender e voltar ao Museu. A avaliação realizada pelos participantes e a observação das expectativas apresentadas, permite concluir que a componente cultural do programa conseguiu ir ao encontro das expectativas dos participantes, cumprindo, assim, os objetivos. Esta análise também possibilitou observar que a prática de mediação consegue impactar os participantes através da partilha de pequenas ações que podem ser replicadas no quotidiano e favorecem o bem-estar do bebé que consequentemente traz bem-estar ao participante, uma vez que aumenta a autoestima e confiança do participante numa fase da vida de particular sensibilidade. Tanto o programa consegue impactar a prática de mediação, como a mediação consegue impactar o programa e os seus participantes ao nível do bem-estar.

A análise realizada ao programa *Marcar o Lugar - Encontros no Museu* permite afirmar que, ao nível da mediação, os objetivos de contribuir para desfazer estigma ligado à doença, aumentar a autoestima, o criar confiança e ajudar na integração efetiva dos visitantes na sua vida social foram centrais no programa. O que permitiu cumprir estes objetivos foi a metodologia aplicada nas sessões, uma vez que incentivou o diálogo, a expressão pessoal e o sentido identitário do participante. O programa ofereceu, porém, desafios à mediação, como a importância de se estabelecer uma ligação emocional com o participante, estando sempre disponível, e ser-se capaz de improvisar no caso do discurso e/ou ligação emocional não ser suficiente para o participante. No entanto, existem também desafios que se tornaram mais-valias e permitiram uma constante evolução e melhoria da prática de mediação. Conclui-se que ambos os programas impactaram a mediação, de formas distintas, no entanto, considera-se que o programa *Marcar o Lugar - Encontros no Museu* teve um maior impacto na mediação, tendo em conta as características dos participantes e o investimento emocional que requereu uma mediação eficaz e efetiva.

Ao nível do bem-estar conclui-se que, com base na contextualização teórica e na análise dos resultados dos inquéritos e das entrevistas, ambos os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar - Encontros no Museu* impactaram o bem-estar dos seus participantes. O programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* demonstrou que os participantes apresentaram a motivação de conseguir construir uma comunidade e de criar vínculos entre indivíduos, duas características elencadas por Lynne Friedli sobre a forma como os museus impactam o bem-estar dos participantes. Esta motivação foi cumprida e proporcionada pelo Museu e pelo programa, ao providenciar

um espaço seguro para que os participantes interagissem e fomentassem os vínculos entre pares e famílias. Helen Chatterjee refere a oportunidade de aprendizagem e o aumento de emoções positivas como o otimismo, a esperança e a apreciação enquanto consequências da participação em atividades museais. A vontade de aprender foi outra motivação apontada pelos participantes, segundo as figuras 17 e 18, em anexo, e concluiu-se que os participantes não só adquiriram conhecimentos, como também entendem este conhecimento como útil no quotidiano. Foi possível verificar, também, recordem-se as figuras 15 e 16, que ocorreu um aumento nas emoções positivas, ao nível da confiança, do relaxamento e da felicidade, e um impacto na disposição emocional do participante.

O estudo do programa *Marcar o Lugar - Encontros no Museu* permitiu concluir que o programa possibilita um reforço das relações interpessoais, e uma oportunidade para se criar vínculos entre os participantes, duas das características apontadas por Lynne Friedli. Na figura 35, recorde-se, os cuidadores confirmaram que as sessões do programa tiveram um impacto na relação com a pessoa que acompanhou, como também se observa que, durante as sessões, a criação de vínculos entre os participantes trouxe bem-estar para os participantes. Helen Chatterjee, também destaca a redução de ansiedade, o aumento de emoções positivas e o aumento da autoestima e do sentido de identidade. Ainda recordando a figura 29, é possível concluir que as sessões do programa impactaram o bem-estar do participante, ao nível da boa disposição e da redução da ansiedade. John Falk refere-se ao estado mental de *flow* e Robert Kotowski sublinha o impacto dos museus e destes programas no aumento da criatividade. Também na entrevista com a responsável pela operacionalização do projeto se mencionou o estado mental de *flow* que os participantes sentiram ao se encontrarem mais concentrados e envolvidos nas atividades que estavam a realizar, e ainda o aumento na criatividade, impulsionado pela concentração e envolvimento e pela componente criativa presente na metodologia do programa. Os dois programas impactaram não só o bem-estar, como também a mediação, sendo que a mediação acaba por ser um fator fundamental na construção do bem-estar, permitindo empoderar e valorizar os participantes, como foi verificado na análise aos dois programas. Ambos os programas também impactaram o Museu ao trazerem públicos, que normalmente, não frequentam instituições culturais por falta de oportunidade e, não só trazem esse novo público, como também conseguem torná-lo num público que apresenta intenções de voltar ao Museu. Há, assim, por parte dos participantes, uma apreciação e valorização do Museu, especificamente, pelo núcleo do Palácio Pimenta, onde se

realizaram as sessões dos dois programas. À luz do conceito de Museu, encontrei nestes programas as características apontadas pela definição, como a abertura ao público, a acessibilidade e a inclusão. Ambos os programas são destinados ao público, acessíveis e inclusivos, ao serviço da comunidade que, igualmente, se revêm na tipologia de Museu de Cidade. Estas características presentes nos dois programas permitem, assim a promoção do bem-estar através da participação, partilha de conhecimento, fruição e reflexão.

Em suma, a partir das ferramentas que adquiri no Mestrado em Museologia da NOVA FCSH, juntamente com a experiência do estágio curricular no Serviço Educativo do Museu de Lisboa, onde estudei e analisei os programas *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu* e *Marcar o Lugar - Encontros no Museu*, consegui compreender a relevância e o impacto dos mesmos no bem-estar dos participantes e da mediação. Este estudo não perdeu de vista, os inquéritos e as entrevistas criadas para o efeito, além da bibliografia de apoio sobre o tema. Do apurado com o estágio curricular, o tema do bem-estar é de grande relevância no contexto da museologia, quer em Lisboa quer no país, embora ainda se encontre a ser discutido e investigado. É uma área rica em potencialidades porque permite diversificar os públicos dos museus, afirmar o museu como uma instituição inclusiva e agregadora de diferenças, vincando a sua função social e aproximando os museus dos visitantes, enquanto promove uma educação não formal. Importaria, com efeito, que as instituições museológicas investissem em programas similares, tirando partido de parcerias, à semelhança do que tem vindo a ser feito no núcleo do Palácio Pimenta.

Ao término do estágio curricular, creio que os objetivos foram cumpridos. Ademais, o estágio representou, para mim, crescimento profissional, uma aquisição de novas competências e conhecimentos complementares aos conteúdos adquiridos no decorrer do Mestrado, como a capacidade comunicação, o trabalho em equipa, a autonomia e autorresponsabilidade. A nível pessoal foi uma oportunidade para o aumentar a confiança, o autoconhecimento, o pensamento criativo e crítico. Sendo um dos objetivos do Mestrado em Museologia preparar futuros profissionais de museus, considero que a realização do estágio curricular no Museu de Lisboa permitiu concretizar esse objetivo com alegria.

Referências bibliográficas

Legislação

LEI-QUADRO DOS MUSEUS PORTUGUESES n.º 47/2004. *Diário da República n.º 195/2004, Série I-A*. (2004-08-19) p. 5379-5394

FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA – *Regulamento do Mestrado em Museologia* n.º 154. **D.R. 2.º Série** (2012-08-09). 28056-28059.

Bibliografia

AKED, Jody [et al.] – *Five ways to wellbeing* [Em linha]. New Economics Foundation, 2008. 27 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://neweconomics.org/uploads/files/five-ways-to-wellbeing-1.pdf>

AKERMAN, Marco [et al.] – *Health promotion glossary of terms*. Geneva: World Health Organization, 2021. 44 p. ISBN: 978-92-4-003834-9

ANDER, Erica [et al.] – *Culture's Place in Wellbeing: Measuring Museums Wellbeing Interventions* [Em linha]. Londres: University College London, 2013. 16 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1453245/1/Ander_Cultures%20places%20in%20wellbeing%20Ander%20et%20al%20V1.pdf

ANICETO, Filipa ; ALVAREZ, Catarina – *Rede MID. Museus para a Inclusão na Demência* [Em linha]. In Boletim ICOM Portugal. Museus, Sustentabilidade e Bem-Estar. ICOM Portugal, 2023. Série III. N.º 20. 164 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://icom-portugal.org/wp-content/uploads/2023/08/Boletim_ICOM_Portugal_20_jul_2023-1.pdf

BARATA, Raquel – *O Poder dos Museus na promoção do Bem-Estar – Prescrição Cultural* [Em linha]. In Boletim ICOM Portugal. O Poder dos Museus. ICOM Portugal, 2022. Série III. N.º 18. 176 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://issuu.com/icomportugal/docs/boletim_icom_portugal_18_jul_2022

BELCHER, Michael – *Exhibitions in Museums*. Smithsonian Institution Press, 1991. 230 p. ISBN: 978-0718512886

CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA. *Ata da 28.ª sessão* [Em linha]. Lisboa, Câmara Municipal de Lisboa, 1909. 809 p. [Consult. 2024/07/30]. Disponível na Internet:<URL: https://hemerotecadigital.cm-lisboa.pt/OBRAS/ActasSCML/1909/1909_master/Actas_1909.pdf

CARVALHO, Marta Manuela Pereira de – *Um Estudo Exploratório de Metodologia Mista de um Programa de Estimulação com Arte Visual para Pessoas com Demência em Contexto de Museu*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa, 2022. 117 f. Dissertação de mestrado.

CHATTERJEE, Helen [et al.] – *Not So Grim Up North. Investigation the health and wellbeing impacts of museum and gallery activities for people living with dementia, stroke survivors, and mental health service-users*. Londres: Arts Council England, 2018. 13 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.ucl.ac.uk/culture/projects/not-so-grim-north>

CHATTERJEE, Helen – *Partnership for Health: the role of cultural and natural assets in public health* [Em linha]. In *Connecting Museums*. Routledge, 2019. 21 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086926/>

D'ACCI, Luca – *Measuring Well-Being and Progress*. In *Social Indicators Research*, 2011. Vol 104, n.1. 47 – 65 p. DOI: 10.1007/s11205-010-9717-1

DESMARAIS, Sarah [et al.] – *Museums as Spaces for Wellbeing: A Second Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres: National Alliance for Museums, 2018. 64 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://museumsandwellbeingalliance.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/museums-as-spaces-for-wellbeing-a-second-report.pdf?platform=hootsuite>

DESVALLÉES, André ; MAIRESSE, François – *Conceitos-chave de museologia*. São Paulo: Comité Brasileiro do Conselho Internacional de Museus, 2013. 98 p. ISBN: 978-85-8256-025-9

DIAS, Bruna Filipa Teixeira – *Os Desafios da Acessibilidade Cultural no Museu Nacional de Machado Castro. A Museologia como Agente de Inclusão para a Promoção da Cidadania*. Coimbra: Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, 2020. 115 f. Dissertação de mestrado.

DUARTE, Ana ; VITOR, Isabel – *Os Serviços Educativos e as Atividades de Extensão Cultural nos Museus. O Caso dos Museus Municipais de Setúbal* [Em linha]. In *Cadernos de Sociomuseologia. Actas do V Encontro Nacional Museologia e Autarquias*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 1996. N.º 8. 182 p. [Consult. 2024/06/17]. Disponível na Internet:<URL: <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/cadernosociomuseologia/issue/view/25>

FALK, John – *The Value of Museums: Enhancing Societal Well-Being*. Rowman & Littlefield Publishers, 2021. 252 p. ISBN: 978-1-5381-4921-8

FERNANDES, Lúcia [et al.] – *Guia Museu de Lisboa Teatro Romano*. EGEAC, 2021. 111 p. ISBN: 978-989-8763-62-4

FERNANDES, Lúcia – *SCAENA. Revista do Museu de Lisboa – Teatro Romano. Atas do Colóquio Irisalva Moita. Vida e Obra*. Vol. II. EGEAC, 2021. 207 p. ISBN: 2184-6979.

FIGURELLI, Gabriela Ramos – *Os Serviços Educativos em Museus Portugueses: Uma Contextualização Histórica* [Em linha]. In *Cadernos de Sociomuseologia. Novos Desafios para a Museologia Social*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2015. Vol. 50, N.º 6. 157 p. [Consult. 2024/06/17]. Disponível na Internet:<URL:

<https://revistas.ulusofona.pt/index.php/cadernosociomuseologia/issue/view/673>

JONES, Ian – *Understanding cities. A brief history of CAMOC, an international committee about cities* [Em linha]. ICOM. [s.n] [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL:<https://camoc.mini.icom.museum/wp-content/uploads/sites/4/2021/11/CAMOC-how-and-why-1.pdf>

KOTOWSKI, Robert – *Museum as Space for Health and Well-being* [Em linha]. Polonia, Muzealnictwo, 2023. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.semanticscholar.org/reader/ea5a92e37d6a6bba037593b06aa468b31e5edf5c>

LACKOI, Krisztina [et al.] – *Museums for Health and Wellbeing. A Preliminary Report from the National Alliance for Museums, Health and Wellbeing* [Em linha]. Londres:

National Alliance for Museums, Health and Wellbeing, 2016. 56 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://mdse.org.uk/wp-content/uploads/PDF/museums_for_health_and_wellbeing.pdf

MAIRESSE, François – *Dictionary of Museology*. Londres: Routledge, 2023. 602 p. ISBN: 9781003206040

MONTEIRO, Joana Sousa – *The Museum of Lisbon – a city museum on a journey*. [Em linha] In *European City Museums*. Barcelona: Barcelona City Council, Institute of Culture, MUHBA (Barcelona History Museum), 2023. 254 p. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.barcelona.cat/museuhistoria/sites/default/files/activitats_pdf/2023-09/EuropeanCityMuseums.pdf

MUSEU DE LISBOA - *Ficha Técnica: PÓS-PARTO NO MUSEU®de Lisboa – Lisboa Revela-se, Primavera e/ou Outono de 2023* [Ficha Técnica]. Lisboa, 2023. Acessível no Museu de Lisboa, Lisboa, Portugal.

PASSOS, Mariana Mata; CLAUDINO, Patrícia Deus – *Prescrição Cultural. Manual de Apoio à Implementação de Projeto Piloto nos Municípios do Alentejo Central* [Em linha]. Évora: Associação Pó de Vir a Ser. Departamento de Escultura em Pedra. Centro Cultural de Évora, 2022. 42 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://www.cimac.pt/transforma/wp-content/uploads/sites/11/2023/02/Manual-Prescricao-Cultural_AC.pdf

PRICE, Max ; KEYNES, Sophie – *Heritage, Health and Wellbeing. A Heritage Alliance Report* [Em linha]. The Heritage Alliance, 2020. 48 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://www.theheritagealliance.org.uk/wp-content/uploads/2020/10/Heritage-Alliance-AnnualReport_2020_Online.pdf

ROSENBERG, Francesca [et al.] – *meet me. Making Art Accessible to People with Dementia* [Em linha]. Nova Iorque: The Museum of Modern Art, 2009. 228 p. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: https://ww2.americansforthearts.org/sites/default/files/assets/files/MeetMe_FULLL.pdf

TEOTÓNIO, Pedro Pereira ; CINTRA, Joana Gomes – *Guia Museu de Lisboa Santo António*. Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa / Imprensa Nacional-Casa da Moeda, 2016. 135 p. ISBN: 978-972-27-2338-1

Recursos eletrónicos

CULTURA PORTUGAL – *Nova Definição de Museu (ICOM)* [Em linha] Lisboa: [29/08/2022]. [Consult. 2024/06/07]. Disponível na Internet:<URL: <https://culturaportugal.gov.pt/pt/saber/2022/08/nova-definicao-de-museu-icom/>

FELISMINO, David – *Escutar, dialogar, pensar: ferramentas para promover uma cidadania ativa e participativa* [Em linha]. Lisboa: [27/01/2023]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.patrimonio.pt/post/escutar-dialogar-pensar-ferramentas-para-promover-uma-cidadania-ativa-e-participativa>

GOMES, Virgínia ; SANTANA, Isabel – *Programa Eu no museu* [Em linha]. [S.l: s.n]. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://alzheimerportugal.org/programa-eu-no-museu-2/>

ICOM PORTUGAL – *Sobre a proposta da nova definição de Museu* [Em linha] Lisboa: [10/09/2019]. [Consult. 2024/06/07]. Disponível na Internet:<URL: <https://icom-portugal.org/2019/09/10/sobre-a-proposta-da-nova-definicao-de-museu/>

IMMA – *Parent & Baby Hour at the Museum* [Em linha]. Dublin, 2024. [Consult. 2024/06/14]. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://imma.ie/whats-on/parent-baby-hour-at-the-museum/>

LAGUNAART MUSEUM – *New Moms at the Museum* [Em linha]. Laguna Beach, 2020. [Consult. 2024/06/14]. Disponível na Internet:<URL: <https://lagunaartmuseum.org/events/new-moms-at-the-museum/>

GRAÇA LUCENA PHYSIOTHERAPY – *Programa Pós-Parto no Museu®* [Em Linha]. Lisboa: [s.n]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.gracalucenaphysio.pt/servico/ppm>

MUSEU DE LISBOA – *Casa dos Bicos* [Em linha]. Lisboa [s.n]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/casa-dos-bicos>

MUSEU DE LISBOA – *Educação* [Em linha]. Lisboa: [s.n]. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/educacao>

MUSEU DE LISBOA – *Lisboa Para Todos. Fins de semana no Museu* [Em linha]. Lisboa: 2023/2024. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.museudelisboa.pt/application/files/9316/9288/3796/ADV_ML_LISBOA_PARA_TODOS_SET23_JUN24_WEB_V2.pdf

MUSEU DE LISBOA – *Museu de Lisboa participa no projeto Marcar o Lugar – Encontros no Museu* [Em linha]. Lisboa: [s.n.], 2021. [Consult. 2024/06/28]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/acontece/noticias/museu-de-lisboa-participa-no-projeto-marcar-o-lugar-encontros-no-museu>

MUSEU DE LISBOA – *Palácio Pimenta* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/nucleos/palacio-pimenta>

MUSEU DE LISBOA – *Percursos. Percorrer Lisboa.* [Em linha]. Lisboa: 2024. [Consult. 2024/07/09]. Disponível na Internet:<URL: https://www.museudelisboa.pt/application/files/4617/0239/6118/AF_ADV_ML_Folheto_Percursos_2024_WEB.pdf

MUSEU DE LISBOA – *Santo António* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/santo-antonio>

MUSEU DE LISBOA – *Sobre Nós* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.museudelisboa.pt/pt/sobre-nos>

MUSEU DE LISBOA – *Teatro Romano* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/teatro-romano>

MUSEU DE LISBOA – *Torreão Poente* [Em linha]. Lisboa: [s.n.]. [Consult. 2024/06/04]. Disponível na Internet:<URL: <https://museudelisboa.pt/pt/nucleos/torreao-poente>

SOUTH LONDON AND MAUDSLEY NHS FOUNDATION TRUST – *Wheel of Well-being* [Em linha]. Londres, 2013 [Consult. 2024/06/12]. Disponível na Internet:<URL: <https://www.wheelofwellbeing.org/>

Anexos

Anexo 1 – Parecer da Comissão de Ética da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa

Homologo.



Ref.: CE-NOVA_FCSH_2024/40

A Comissão de Ética da NOVA FCSH, adiante designada por “Comissão”, reunida no dia 13 de maio de 2024, deliberou por unanimidade emitir o seguinte parecer, relativo ao projeto de estágio de mestrado “Mediação no Museu de Lisboa: A Importância de Programas Educativos Inclusivos”, a pedido da mestranda Joana Covas Pimenta.

PARECER

Apreciados os documentos enviados, e tendo sido prestados os esclarecimentos pedidos e adotadas as recomendações anteriormente emitidas, a Comissão de Ética declara não ter encontrado problemas de natureza ética na execução do projeto referido que implicassem riscos para os participantes ou as instituições.

The NOVA FCSH Ethics Committee, convened on May 13, 2024, has unanimously decided to issue the following assessment, concerning the MA internship project “Mediação no Museu de Lisboa: A Importância de Programas Educativos Inclusivos”, submitted by MA student Joana Covas Pimenta.

ASSESSMENT

Having reviewed the submitted documents and found that previously issued questions have been satisfactorily answered and recommendations addressed, the Ethics Committee declare they have found no grounds for ethical concerns about the above-mentioned project which might carry risk to the participants or the institutions.

O presidente da Comissão de Ética da NOVA FCSH | The NOVA FCSH Ethics Committee chair,
Professor Rui Santos
comissaoetica@fcsH.unl.pt

Anexo 2 – Tabela com as atividades acompanhadas/realizadas no decorrer do estágio

Nome da atividade/ visita	Tipologia da atividade	Data	Local onde foi realizada	Nesta atividade: participei e/ou assisti	Observações/opiniões sobre a atividade
Atividade com o Grupo de Teatro Nós, sobre Lisboa, 5 de outubro de 1910	Visita orientada	18 de outubro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Tive a oportunidade de acompanhar três das visitas e encenações realizadas. A primeira visita no dia 18 de outubro foi destinada a duas turmas do terceiro ano. Começou com uma pequena introdução e acolhimento onde se tentava perceber o que os alunos sabiam e quais eram os seus interesses dentro do assunto que iria ser tratado. Depois dessa acessão, a visita iniciou-se dando um maior destaque à <i>Maqueta de Lisboa antes de 1755</i> .
Atividade com o Grupo de Teatro Nós, sobre Lisboa, 5 de outubro de 1910	Visita orientada	24 de outubro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Esta atividade é bastante enriquecedora em termos de integração, tolerância e inclusão para todas as pessoas que assistiram à mesma, mas principalmente para crianças e jovens, pois permite uma maior abertura para a eliminação de preconceitos e para a fomentação da igualdade e equidade entre todos.

Atividade com o Grupo de Teatro Nós, sobre Lisboa, 5 de outubro de 1910	Visita orientada	25 de outubro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	<p>A estrutura desta visita e da encenação foi a mesma, começando com uma pequena visita à <i>Maqueta de Lisboa antes de 1755</i> e terminando com a peça de teatro. Estas duas visitas foram o meu primeiro contacto com visitas realizadas para crianças. Foi fascinante ver a forma como estavam sempre dispostos a participar, o seu interesse sobre o assunto que estava a ser tratado, como também o conhecimento prévio que já traziam.</p>
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	29 de setembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	<p>Uma das primeiras atividades que tive a oportunidade e privilégio de acompanhar foi precisamente uma sessão de continuidade do programa <i>Marcar o Lugar – Encontros no Museu</i>. Para esta sessão, antes do início da mesma foi destacado pelas mediadoras a importância do acolhimento no início da sessão e na despedida. O encontro entre as pessoas, as experiências partilhadas e os laços criados são mais importantes nestas sessões em comparação com o conteúdo partilhado e com as peças observadas.</p>
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	27 de outubro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	<p>O tema para esta sessão foi os milagres de Santo António. Deu-se início à partilha dos diferentes milagres que cada participante trouxe consigo. Esta partilha acabou por se estender um pouco mais do que esperado, ocupando assim o tempo</p>

					destinado à parte da criação, uma vez que as histórias partilhadas eram bastante sensíveis e pessoais. Ligando os milagres trazidos pelos participantes, as mediadoras fizeram a ponte entre essas mesmas histórias e os milagres de Santo António, terminando assim a sessão.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	10 de novembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Para esta sessão foi escolhida uma canção tradicional portuguesa <i>No Alto Daquela Serra</i> e agarrando na letra dessa música, mais precisamente no verso “Está um lenço, está um lenço de mil cores” foi proposto para a componente de criação a elaboração de um desenho num pedaço de pano, utilizando canetas de filtro próprias para o tecido. A atividade foi bem recebida por todos com bastante entusiasmo e motivação. No final, cantou-se mais uma vez a canção já com os lenços de mil cores finalizados e a acompanhar a performance.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	24 de novembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Nesta sessão contamos com a participação de apenas quatro elementos do grupo, sessão esta que foi dedicada ao cancionero criado pelas mediadoras e pelos participantes. Na sessão passada foi pedido aos participantes que enviassem por via <i>WhatsApp</i> algumas canções tradicionais portuguesas para a criação de um cancionero.

Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	15 de dezembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Nesta sessão continuou-se o tema da sessão anterior: o Cancioneiro do Marcar o Lugar. Destacando a decoração da capa do dossier onde foram colocados os desenhos realizados pelos participantes da última sessão. Ao voltarmos da cozinha começou-se a cantar várias das canções presentes no Cancioneiro do Marcar o Lugar acompanhadas pela guitarra e pelo adufe tocados pelos mediadores.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	12 de janeiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Esta sessão foi bem recebida pelos participantes. Mostram-se sempre interessados na conversa e participativos. A parte mais bem recebida foi a parte criativa onde puderam dar asas à imaginação e partilhá-la com todos. Para o cantar das Janeiras foi escrito um pequeno verso sobre o programa <i>Marcar o Lugar</i> , que também despertou muita curiosidade e entusiasmo.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	09 de fevereiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Para a análise deste programa foram utilizados dois inquéritos diferentes, um para as participantes e outro para os acompanhantes. O objetivo deste inquérito é perceber o porquê de se terem inscrito, se veem alguma diferença momentânea na pessoa que acompanham e se gostam do programa/Museu. Normalmente, os participantes costumam chegar um bocadinho mais

					cedo ao Museu e foi então aproveitado esse tempo inicial para aplicar o inquérito. Terminado a aplicação do inquérito, iniciou-se a sessão do <i>Marcar o Lugar</i> que tinha como tema a nova exposição de fotografia de Luís Pavão que esteve patente no Pavilhão Preto intitulada <i>Lisboa Frágil</i> , mais precisamente, teve como tema os bailes e as tabernas retratadas através da fotografia. Foi montada uma mesa com ovos cozidos, livros da Anita, sacos para os guardanapos feitos de crochê e foi levada música dos anos 80.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	23 de fevereiro de 2024	Palácio Pimenta	Assisti e participei	O tema desta sessão focou-se no quadro de Carlos Botelho intitulado <i>Ramalhete de Lisboa</i> onde foi feita a interpretação do quadro. Com este quadro foi possível refletir sobre a cidade de Lisboa como também, fazer uma comparação entre a cidade e as casas de 1935 e a cidade e as casas que temos atualmente. Para a componente criativa foi sugerido a criação através do desenho de uma fachada de uma casa, como também que escrevessem o que mais gostavam de fazer em casa.
Marcar o Lugar	Visitas acessíveis	15 de março de 2024	Palácio Pimenta	Assisti e participei	Nesta sessão tivemos como tema os mitos romanos, através dos azulejos presentes no Palácio Pimenta falamos sobre o mito de Apolo e Dafne. Os

					<p>participantes iniciaram a conversa apontando as diferentes características existentes nos azulejos. Descreveram os anjos barrocos, e também o Apolo e a Dafne. Através deste mito fizemos a transição para o mosaico com a figura de Vénus presente, igualmente, nas salas do Palácio Pimenta. Através da observação deste mosaico foi sugerido a criação de um mosaico, através da escrita ou através do desenho, com pedaços de cartolina sobre o que colocariam à entrada das suas casas.</p>
<p>Lisboa Revela-se!</p>	<p>Visitas acessíveis</p>	<p>27 de setembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti e participei</p>	<p>A primeira sessão do programa pós-parto <i>Lisboa Revela-se!</i> teve o tema de relaxamento e meditação. Esta sessão consistiu numa visita à exposição temporária <i>Vita Prima. Santo António em Portugal</i> sobre a vida de Santo António, onde foi falado sobre tudo um pouco, principalmente das festas de Santo António, visto que várias das mães presentes eram de Lisboa, logo apresentam uma ligação direta com este tema. Na componente dedicada à fisioterapia foi falado e apresentado diferentes exercícios que possibilitam o relaxamento da mãe, foi ensinado sobre as zonas de tensão muscular, correção postural e bem-estar geral.</p>

<p>Lisboa Revela-se!</p>	<p>Visitas acessíveis</p>	<p>11 de outubro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti e participei</p>	<p>A segunda sessão foi dedicada à postura e forma física, consistiu numa primeira parte dedicada à postura e forma física das participantes, onde foram transmitidos conhecimentos e exercícios práticos, que podem ser implementados no dia a dia das participantes, sobre como facilitar o desconforto e como evitá-lo quando se cuida do seu bebé. A segunda parte da sessão convidou a um passeio pelo Jardim Bordalo Pinheiro, onde foi realizada uma atividade onde cada participante escolheu uma imagem de uma animal para encontrá-lo no jardim.</p>
<p>Lisboa Revela-se!</p>	<p>Visitas acessíveis</p>	<p>8 de novembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti e participei</p>	<p>A terceira sessão teve como tema a massagem e desenvolvimento do bebé, consistiu numa parte inicial dedicada à massagem e ao desenvolvimento do bebé. A ponte entre a componente de fisioterapia e a componente cultural foi feita através da pergunta colocada pela mediadora: “Onde querem levar o seu bebé quando ele for mais crescido?”. Cada participante teve uma resposta diferente como: Belém, Praça do Comércio, à beira-rio, a Monsanto, entre outras. Durante a explicação a mediadora ia referindo os diferentes locais levantados pelos participantes e localizando esses lugares na <i>Maqueta de Lisboa antes de 1755</i>.</p>

Lisboa Revela-se!	Visitas acessíveis	13 de dezembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	Esta sessão teve como tema a fisioterapia respiratória infantil. Começada a sessão, falou-se da importância da fisioterapia respiratória infantil para os bebês, especialmente durante o inverno, que é quando há mais infecções respiratórias. Na segunda parte da sessão iniciou-se a componente cultural que consistiu numa pequena visita à sala quinhentista e à parte centrada nos instrumentos médicos antigos. A visita cultural tinha como tema o Hospital de Todos os Santos, logo foram feitas pontes entre as práticas médicas atuais e as antigas.
Visita ao Museu Nacional de História Natural e da Ciência com o Serviço Educativo do Museu de Lisboa	Visita aos Serviços Educativos do Museu Nacional de História Natural e da Ciência	13 de outubro de 2023	Museu Nacional de História Natural e da Ciência	Assisti	A visita levou-nos ao anfiteatro do Museu onde foram discutidos os diferentes programas dos diferentes museus da cidade, foi também falado das dificuldades de cada museu, em especial de cada Serviço Educativo e como cada um opera, ficando melhor a conhecer o Serviço Educativo do Museu; sabendo que têm bastantes visitas orientadas a escolas, mas que não têm muito público universitário. Foi falado também da prescrição cultural, onde o museu está integrado, onde se realizam visitas dedicadas a pessoas com doenças mentais. Tais visitas são orientadas por técnicos de saúde havendo apenas uma ponte com o museu através do mediador cultural. Para a realização de programas

					como estes são necessárias as parcerias com outras entidades.
Encontro de professores	Apresentação do programa escolar	28 de setembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	Na primeira semana de estágio tive a oportunidade de acompanhar uma apresentação do programa escolar <i>Construir Lisboa</i> aos professores interessados. Participaram nesta apresentação professores de vários ciclos de ensino, no entanto a maior parte era do pré-escolar e do ensino primário.
Uma Cidade, tantos nomes	Visita orientada	24 de outubro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	A visita <i>uma cidade, tantos nomes</i> consiste numa visita geral à exposição de longa duração do Palácio Pimenta. Esta visita foi realizada para alunos do 3ºano de licenciatura em Antropologia.
Lisboa Após o Terramoto de 1755	Percurso	01 de novembro de 2023		Assisti	Para celebrar o aniversário do terramoto que ocorreu em Lisboa em 1755, o Museu de Lisboa realizou um percurso intitulado <i>Lisboa Após o Terramoto de 1755</i> . Este percurso refletiu sobre o acontecimento e sobre como a população daquela altura reagiu ao mesmo, dando a conhecer Lisboa pombalina através dos diferentes projetos idealizados para esta nova cidade e através dos protagonistas que ajudaram a reconstruí-la.
Arqueólogo por um dia	Visita oficina	15 de novembro	Museu de Lisboa -	Assisti e participei	Esta atividade tem o objetivo de fazer uma breve introdução sobre a disciplina da arqueologia e a sua profissão,

		ro de 2023	Teatro Romano		mostrando às crianças as diferentes ferramentas utilizadas, por exemplo. Explora, assim, também, conceitos de arqueologia e do trabalho do arqueólogo, possibilitando o contacto direto com a sua prática através de uma pequena atividade que consiste na “escavação” em caixas que contêm pequenas pedras com o objetivo de conseguirem encontrar fragmentos feitos de barro.
Por Tutatis! Lisboa já foi romana	Visita oficina	17 de novemb ro de 2023	Museu de Lisboa - Teatro Romano	Assisti	A visita consistiu na transmissão de saberes sobre Lisboa Romana, mais precisamente sobre como a sociedade se comportava e vivia na cidade. Através da banda desenhada <i>Asterix e Obélix</i> foram feitos paralelos entre como as personagens da banda desenhada viviam e como as pessoas de Lisboa romana viviam. Destacando, assim, a importância do teatro e as suas características, dado ao facto de este núcleo estar inserido nas ruínas de um teatro romano, como também mencionado as termas, utilizando este tema para aprofundar as condições sanitárias da Lisboa Romana, o circo, entre outros.
Passeio em Felicitas	Visita- percurso	22 de novemb ro de 2023	Museu de Lisboa - Teatro Romano	Assisti	Esta visita/percurso teve início no núcleo do Museu de Lisboa - Teatro Romano, começando com uma visita ao núcleo aprofundando os conhecimentos sobre

<p>Iulia Olisipo</p>					<p>Lisboa Romana, a sua estrutura, como funcionava, a sociedade que vivia na cidade naquela altura e os vestígios mais tarde encontrados, como é o caso do Teatro Romano, parte do circo encontrado no Rossio, entre outros. Depois de realizada a visita ao núcleo, seguimos num percurso até ao núcleo do Museu de Lisboa - Casa dos Bicos passando pelas termas, que se encontravam fechadas, e destacando outros vestígios romanos presentes na cidade. No Museu de Lisboa - Casa dos Bicos foi, igualmente, realizada uma visita ao núcleo onde foi destacado o tema sobre o garum, o petisco mais apreciado pelos cidadãos de Lisboa Romana.</p>
<p>Um Jardim Sustentável</p>	<p>Visita orientada</p>	<p>23 de novembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti</p>	<p>Esta atividade intitulada <i>Um Jardim Sustentável</i> tem o objetivo de ajudar os alunos a refletir sobre os ciclos da natureza e a importância da preservação da biodiversidade dos ecossistemas naturais. A atividade possibilitou que os alunos pensassem sobre o jardim de outra maneira, levando-os a questionar como e quais os resíduos podem ser compostados, e em diferentes ações sustentáveis que podem ser aplicadas no seu dia a dia.</p>

<p>Sem regras! Um monopólio da habitação</p>	<p>Atividades na escola</p>	<p>04 de dezembro de 2023</p>	<p>Escola</p>	<p>Assisti/participei</p>	<p>A atividade consiste numa pequena apresentação sobre os diferentes conceitos essenciais para a vida adulta, como bem-estar financeiro e literacia financeira. Nesta atividade tive oportunidade de participar ativamente, respondendo às diferentes perguntas que os grupos iam tendo e terminando, também, a atividade com uma despedida.</p>
<p>Um Jardim Sustentável</p>	<p>Visita orientada</p>	<p>05 de dezembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Participei</p>	<p>Pela primeira vez realizei uma visita orientada sozinha. A visita <i>Um Jardim Sustentável</i> tem o objetivo de alertar os alunos para o futuro das cidades e dos jardins, ajudando-os a perceber as diferentes ações possíveis que se podem implementar nos jardins para os tornar mais acessíveis. A atividade consistiu numa pequena apresentação e discussão sobre os resíduos, logo depois foi explicado a atividade que seria realizada. Depois da atividade foram discutidos temas como a compostagem, e vermicompostagem, os aspetos positivos de haver jardins nos espaços urbanos, entre outros. Durante a atividade, penso que consegui transmitir os pontos importantes, apesar de me sentir nervosa. Senti, igualmente, que alguns alunos estavam muito interessados enquanto outros não prestaram atenção. Quando terminei a visita, no final decidi fazer umas perguntas sobre o que tinha falado</p>

					para perceber se consegui transmitir a informação essencial e vários alunos responderam-me sempre de forma acertada. Para a primeira vez, gostei muito da experiência, no entanto ainda existem várias coisas para melhorar.
Super Toninho	Visita-oficina	07 de dezembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti/participei	A visita/atividade <i>Super Toninho</i> consiste na introdução do Santo António a crianças de tenra idade, neste caso, tivemos dois grupos de crianças de 3 e 4 anos. Através da comparação do Santo António com super-heróis bem conhecidos pelas crianças, foi possível fazer uma ponte para dar a conhecer a vida de Santo António e alguns dos seus milagres. Terminada esta parte da visita. É pedido às crianças que digam se pudessem ter um superpoder qual seria, à medida que as crianças iam dizendo os seus superpoderes, a mediadora ia escrevendo num círculo feito de papel e depois entregando às crianças para que pudessem desenhar-se a eles mesmo com o seu superpoder.
Férias no Museu. Natal 2023	Programa de Férias no Museu	18 de dezembro de 2023	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti/participei	O primeiro dia iniciou-se com a receção das crianças no átrio do Palácio Pimenta, quando nos encontramos todos reunidos começamos a nossa pequena caminhada até à Casa do Guarda, uma pequena casa situada no jardim do Palácio Pimenta utilizada pelo Serviço Educativo nas suas

					<p>atividades. É uma casa pequena, logo um dos problemas que sentimos foi a falta de espaço, devido ao facto de haver sempre 15 a 18 crianças. Para resolver este problema as crianças podiam, nos tempos livres, brincar no pequeno jardim, no entanto esta solução levantou um outro problema: o frio. Nesta semana estive muito frio e mesmo com os aquecedores ligados o frio fazia-se sentir pela casa, devido ao facto de mantermos a porta aberta enquanto as crianças estavam a brincar na rua. Neste primeiro dia realizamos várias atividades, foram decoradas as capas dos cadernos com imagens de revistas antigas e cola branca, ficando assim a conhecer o primeiro artesão: o encadernador. Da parte da tarde foi realizada uma visita à exposição permanente do Palácio Pimenta. Aqui foi percebido rapidamente que as crianças apresentavam uma grande dificuldade em seguir regras.</p>
<p>Férias no Museu. Natal 2023</p>	<p>Programa de Férias no Museu</p>	<p>19 de dezembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti/participei</p>	<p>Neste dia construímos cestos e objetos de barro com uma pasta branca de moldar e fomos mais uma vez à exposição permanente. Na minha opinião penso que a atividade de construção de cestos foi a mais desafiadora para as crianças, demorou um pouco mais de tempo para as crianças perceberem o que era para fazer e como fazer, sendo que as crianças</p>

					<p>mais velhas, dos 10 aos 13 anos tiveram menos dificuldade a realizar a atividade, enquanto as crianças mais novas de 5 e 6 anos tiveram mais dificuldade e necessitaram de mais assistência na construção do seu cesto. Visto que apenas estavam presentes duas mediadoras e eu, foi demorado chegar a todas as crianças. Algumas mostraram-se aborrecidas, outras não conseguiram fazer sozinhas, e foi necessário dedicar-lhes tempo.</p>
<p>Férias no Museu. Natal 2023</p>	<p>Programa de Férias no Museu</p>	<p>20 de dezembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti/participei</p>	<p>Para este dia estava planeado terminar os cestos e começar a fazer um tear com lãs, tecidos e rafia e visitar a exposição temporária <i>Vita Prima. Santo António, em Portugal</i>. Começamos, então, por terminar os cestos que tínhamos começado ontem e as crianças ao terminarem os mesmos foram saindo para o lanche da manhã.</p>
<p>Férias no Museu. Natal 2023</p>	<p>Programa de Férias no Museu</p>	<p>21 de dezembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti/participei</p>	<p>Na parte da manhã, iniciou-se os teares, primeiro cortamos cartão e distribuímos pelas crianças, depois cortamos mais tiras em cartão e pedimos que colocassem nas pontas do cartão e que com uma régua marcassem com um tracinho de centímetro em centímetro. Esse tracinho serviu para depois com uma tesoura fazer um golpe e nesse golpe é onde se irá fazer a teia do tear.</p>

					<p>Terminada a teia, foi pedido que cada criança escolhesse o material com que queria trabalhar, a maior parte das crianças escolheram as lãs, enquanto outras escolheram as lãs, o tecido e a ráfia. Com a ajuda da teia foi pedido às crianças que começassem a sua manta. Esta atividade correu muito bem, todas as crianças conseguiram fazer o seu tear e as suas mantas e foi visível o gosto que tiveram em fazê-las. O dia terminou, assim, para mim, com imensa alegria.</p>
<p>Férias no Museu. Natal 2023</p>	<p>Programa de Férias no Museu</p>	<p>22 de dezembro de 2023</p>	<p>Museu de Lisboa - Palácio Pimenta</p>	<p>Assisti/participei</p>	<p>Este dia foi bastante produtivo e correu bem, na minha opinião. Realizamos várias atividades, começando com as colagens. Depois do almoço dedicamo-nos à escrita da carta para o pai natal. Foi dado a cada criança uma folha para que pudessem escrever a carta ao pai natal. Para as crianças que ainda não sabiam escrever foi pedido que desenhassem em vez de escrever. No final, quando terminadas as cartas foram colocadas num envelope. Quando as crianças iam terminando começavam uma nova atividade, a decoração de uma bola para colocar na árvore de Natal. A bola era feita de cartão e foi pedido que as crianças desenhassem o que quisessem na bola. Quando terminaram as bolas, a última atividade realizada foi a</p>

					decoreção e preparação do seu caderno para o Ano Novo de 2024.
Eu, cidadão!	Visita-oficina	19 de janeiro de 2024	Museu de Lisboa - Santo António	Assisti/participei	No dia 19 de janeiro tive a oportunidade de acompanhar uma visita-oficina intitulada <i>Eu, cidadão!</i> realizada no Museu de Lisboa - Santo António. Esta atividade tem como objetivo dar a conhecer o Santo António ao mesmo tempo que destaca os diferentes valores universais fundamentais na vida de todos nós. Esta visita-oficina foi uma das minhas favoritas devido ao tema, por conseguir juntar o Santo António com um tema fundamental e essencial para todos, como também devido à turma que foi bastante participativa e contribuíram com testemunhos e opiniões bastante interessantes e pertinentes.
Aqui há minhocas!	Visita-jogo	24 de janeiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	Na terça-feira tive a oportunidade de acompanhar duas visitas-jogo intituladas <i>Aqui há minhocas!</i> . Esta atividade tem o objetivo de mostrar às crianças os benefícios em apostar em ações sustentáveis com o compostor e o vermicompostor. É explicado de forma lúdica como o compostor e o vermicompostor funcionam, o que se deve pôr lá dentro e o que geram. É dado um maior destaque ao vermicompostor e às suas minhocas californianas, aprofundado o conhecimento sobre este

					ser vivo e sobre o processo de compostagem.
A,B,C da revolução	Visita-oficina	06 de fevereiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	No dia 06 de fevereiro assisti a uma atividade, para alunos do 3º ano, que tem o objetivo de pensar os conceitos de mudança e transformação, individuais e coletivos, pessoais e sociais. Esta atividade segue por cada núcleo da exposição permanente do Palácio Pimenta e em cada um dos núcleos, depois de uma breve explicação, é pedido aos alunos para que pensem em qual foi a revolução que se deu naquele tempo. Por exemplo, no tempo da pré-história várias crianças falaram do fogo e de facto o fogo foi uma grande revolução. Permitiu com que fosse possível cozinhar o comer e aquecer os abrigos.
Carnaval Revolucionário	Festa	10 de fevereiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Participei	Para celebrar o Carnaval, o Museu de Lisboa organizou um evento intitulado <i>Carnaval Revolucionário</i> para este evento o Serviço Educativo fez um <i>quiz</i> com perguntas sobre as diferentes revoluções culturais, sociais, políticas etc. Neste dia tive a oportunidade de ajudar com o <i>quiz</i> revolucionário. Dentro de uma caixa foram colocadas as perguntas que podiam ser retiradas pelos participantes e caso acertassem na resposta podiam rodar a roda dos

					prémios. Esta roda foi criada pelo SE e continha os números 1, 2 e 3. Caso calhasse no número 1, o visitante tinha como prémio o prémio número 1 e o mesmo acontecia se calhasse o número 2 ou o número 3.
Um Jardim Sustentável	Visita orientada	16 de fevereiro de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Participei	No dia 16 de fevereiro tive a oportunidade de realizar duas visitas orientadas para um quinto ano escolar. Quando fiz esta visita pela primeira vez tomei nota de alguns aspetos que não gostei, como por exemplo o facto de estar a debitar matéria em vez de incentivar o diálogo e a participação. Nestas duas visitas tive a oportunidade de mudar alguns desses aspetos. Como sabia bem o que tinha de falar, consegui focar na interação com os alunos e na colocação de perguntas. Devido a estas pequenas mudanças senti uma maior confiança e creio que tenha sido mais eficaz e prazeroso para os alunos.
Sem Regras! Um monopólio da habitação	Atividades na escola	22 de fevereiro de 2024	Escola	Participei	No dia 23 de fevereiro acompanhei a mediadora Joana a uma escola para realizar a atividade <i>Sem Regras! Um monopólio da habitação</i> para uma turma do 8º ano escolar. Esta atividade foi interessante, pois já tinha acompanhado outra há uns meses. Percebemos que a pequena apresentação acompanhada do <i>PowerPoint</i> funciona com turmas mais

					pequenas. Neste caso funcionou bastante bem. Foi possível explicar os conceitos que são usados no quotidiano, os alunos tiveram sempre interessados e participativos. Iniciou-se a atividade com uma apresentação com <i>PowerPoint</i> , depois explicou-se como iria funcionar o jogo e assim deu-se início ao jogo. Terminado o mesmo, encerramos a visita com uma pequena conclusão ao pedir aos alunos que referissem uma palavra que descrevesse a sua opinião sobre o jogo e sobre os conceitos que falamos.
Aqui há minhocas!	Visita-jogo	06 de março de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	No dia 06 de março acompanhei a visita-jogo <i>Aqui há Minhocas!</i> realizada para alunos do primeiro ciclo. Esta atividade tenha o objetivo de sensibilizar os alunos para a importância da compostagem e da vermicompostagem e da redução de lixo orgânico. De uma forma muito lúdica é explicado cada ação sustentável dando um maior destaque às minhocas californianas e ao trabalho essencial que estes vermes fazem.
Aqui há minhocas!	Visita-jogo	12 de março de 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti e participei	No dia 12 de março acompanhei e ajudei na realização da visita-jogo <i>Aqui há Minhocas!</i> realizada para alunos do pré-escolar. Esta atividade tem o objetivo de sensibilizar os alunos para a importância da compostagem e da vermicompostagem e da redução de lixo

					orgânico. De uma forma muito lúdica é explicado cada ação sustentável dando um maior destaque às minhocas californianas e ao trabalho essencial que estes vermes fazem. Nesta atividade, como as crianças eram muito pequenas, foi decidido realizar a atividade do caderno (fazer uma minhoca e desenhar/escrever aquilo que elas podem comer e o que não podem comer) no museu.
Uma cidade, tantos nomes	Visita orientada	13 de março 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	No dia 13 de março assisti à visita orientada <i>Uma Cidade, Tantos Nomes</i> em inglês, para alunos estrangeiros do ensino superior. A visita consiste numa visita geral à exposição de longa duração do Palácio Pimenta.
Lisboa Frágil	Visita orientada	21 de março 2024	Museu de Lisboa - Palácio Pimenta	Assisti	No dia 21 de março acompanhei a visita orientada à exposição temporária <i>Lisboa Frágil</i> a um grupo de senhoras da Santa Casa da Misericórdia. As senhoras presentes eram maioritariamente lisboetas o que tornou a visita numa conversa e partilha bastante interessante de ambas as partes.

Anexo 3 – Guião do inquérito realizado aos participantes da 9.ª edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

Acesso ao programa pós-parto *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*: dados sociodemográficos e motivações

1.1. Pergunta: Quantos anos tem?

Resposta múltipla:

- Menos de 18
- 18 anos a 24 anos
- 25 anos a 34 anos
- 35 anos a 44 anos
- 45 anos a 54 anos
- Mais de 54

1.2. Pergunta: Reside em qual concelho?

Resposta múltipla:

- Lisboa
- Sintra
- Loures
- Setúbal
- Mafra
- Outro

1.3. Pergunta: Quais são as suas habilitações académicas?

Resposta múltipla:

- Ensino básico incompleto
- Ensino básico (9º ano)
- Ensino secundário incompleto
- Ensino secundário (12a ano)

- Licenciatura
- Mestrado
- Doutoramento
- Outro

1.4. Pergunta: Qual é a sua condição atual de emprego?

Resposta Múltipla:

- Trabalhador por conta própria
- Trabalhador por conta de outrem
- Estudante
- Desempregada
- Outro

1.5. Pergunta: Porquê decidiu inscrever-se no programa pós-parto *Lisboa Revela-se!*?

Resposta aberta

1.6. Pergunta: Em qual sessão/sessões do programa pós-parto *Lisboa Revela-se!* participou?

Resposta múltipla:

- Na primeira sessão sobre *Relaxamento e Meditação*
- Na segunda sessão sobre *Postura e Forma Física*
- Na terceira sessão sobre *Massagem e Desenvolvimento do Bebê*
- Na quarta sessão sobre *Fisioterapia Respiratória Infantil*
- Em todas

1.7. Pergunta: Qual das sessões foi a sua favorita?

Resposta múltipla:

- Na primeira sessão sobre *Relaxamento e Meditação*
- Na segunda sessão sobre *Postura e Forma Física*

- Na terceira sessão sobre *Massagem e Desenvolvimento do Bebê*
- Na quarta sessão sobre *Fisioterapia Respiratória Infantil*

1.8. Pergunta: Porquê que escolheu essa sessão como a sua favorita?

Resposta aberta

2. O Museu de Lisboa

2.1 Pergunta: Já conhecia o Museu de Lisboa?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

2.2. Pergunta: Pretende voltar ao Museu de Lisboa?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

2.3. Pergunta: Já participou em outras atividades organizadas pelo Museu de Lisboa?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

2.4. Pergunta: Se sim, em quantas?

Resposta múltipla:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- Mais de 5

2.5. Pergunta: Tenciona participar em outras atividades organizadas pelo Museu de

Lisboa?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

2.6. Pergunta: Tenciona voltar ao Museu de Lisboa com a sua família para explorar o museu e/ou os jardins?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

3. O bem-estar proporcionado pelo programa *Lisboa Revela-se!*

3.1 Pergunta: Sentiu-se incluída no grupo durante as sessões em que participou?

Resposta de escolha múltipla:

- Sim
- Não

3.2 Pergunta: Adquiriu novos conhecimentos e competências nas sessões do programa pós-parto *Lisboa Revela-se!?*

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

3.3 Pergunta: Considera que esses conhecimentos e competências são úteis no seu dia a dia?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

3.4 Pergunta: Divertiu-se na visita cultural?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

3.5 Pergunta: Por favor, indique duas ou três palavras que descreva como se sentiu durante a visita cultural.

Resposta aberta

3.6 Pergunta: A participação na sessão/sessões de pós-parto teve um impacto positivo no seu dia?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

3.7 Pergunta: Das quatro visitas culturais, qual foi a sua favorita?

Resposta múltipla:

- A primeira sessão sobre o Santo António com visita à exposição temporária *Vita Prima. Santo António em Portugal*;
- A segunda sessão com observação e descoberta do animal de identificação com a fase de maternidade que vive e visita ao Jardim Bordalo Pinheiro;
- A terceira sessão sobre os lugares da cidade que quero conhecer com a minha criança e exploração da *Grande Maqueta antes do terramoto de 1755*;
- A quarta sessão sobre o Hospital Real de Todos os Santos e as questões da saúde ao longo dos séculos;

3.8 Pergunta: Porquê que escolheu essa visita cultural como a sua favorita?

Resposta aberta

3.9 Pergunta: Como se sentiu depois da sua participação na sessão de pós-parto?

Resposta aberta

3.10 Pergunta: Sentiu alguma diferença na sua disposição emocional depois de ter participado na sessão de pós-parto?

Resposta múltipla:

- Melhorou, como por exemplo ficou mais feliz e menos stressada;
- Piorou, como por exemplo ficou triste ou ansiosa;
- Ficou igual;

3.11 Pergunta: Quais eram as suas expectativas para as visitas culturais?

Pergunta aberta

3.12 Pergunta: As visitas culturais foram de encontro a essas expectativas?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

4. Satisfação

4.1 Pergunta: Voltaria a participar no programa pós-parto *Lisboa Revela-se!*?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

4.2 Pergunta: Recomendaria este programa pós-parto a outra pessoa?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

4.3 Pergunta: De 1 a 5, como classificaria a componente cultural?

Resposta múltipla:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

4.3 Pergunta: De 1 a 5, como classificaria o programa no geral?

Resposta múltipla:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

4.4 Pergunta: O que mudava ou acrescentava de novo no programa pós-parto?

Resposta aberta:

4.5 Pergunta: Mudaria alguma coisa nas visitas culturais?

Resposta múltipla:

- Sim
- Não

4.6. Pergunta: Se sim, o que mudarias nas visitas culturais?

Resposta aberta

4.6 Pergunta: Quer deixar alguma recomendação ou comentário?

Resposta aberta:

- Sim
- Não

Anexo 4 - Guião da entrevista realizada à mediadora sobre a componente cultural da 9.^a edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

1. Quais são os objetivos da componente cultural?
2. É um dos objetivos de a mediação ir de encontro aos temas tratados na componente de fisioterapia? Existe essa intenção de ligar as duas componentes?
3. Como são escolhidos os temas culturais para cada sessão do programa?
4. Quais são os benefícios, em termos de bem-estar emocional, para os participantes em terem uma componente cultural?
5. Como é que este programa impacta e o que acrescenta à prática de mediação?
6. Que tipos de recursos técnicos e pedagógicos mobiliza este programa em termos da prática de mediação?
7. Em três palavras, de que maneira descreveria o programa?

Anexo 5 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes da 9.ª edição do programa *Lisboa Revela-se! Pós-parto no Museu*

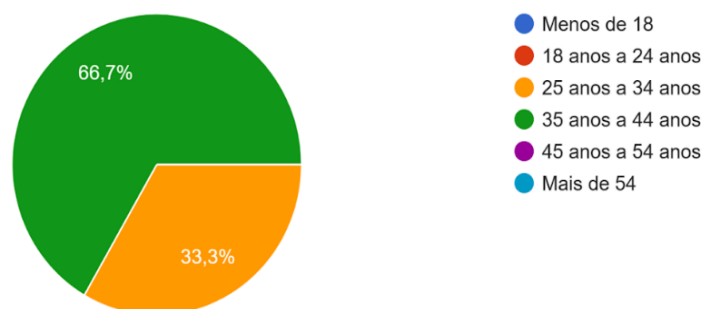


Figura 1: Quantos anos tem?

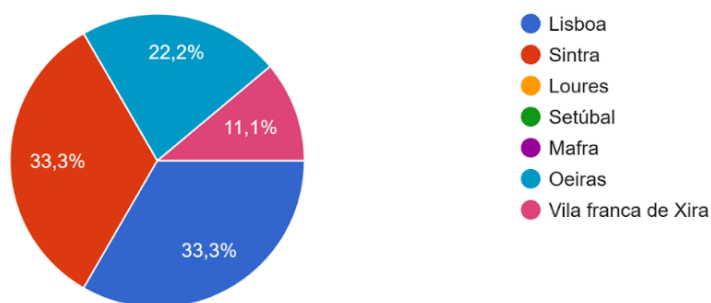


Figura 2: Reside em qual Concelho?

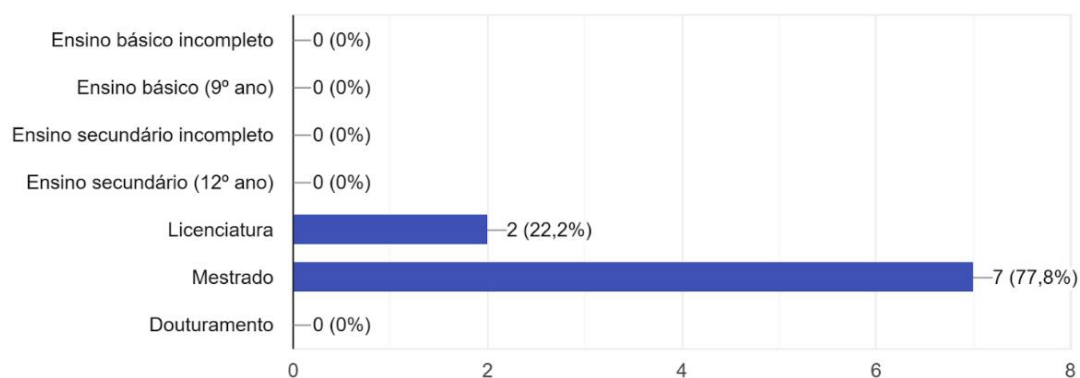


Figura 3: Quais são as suas habilitações académicas?

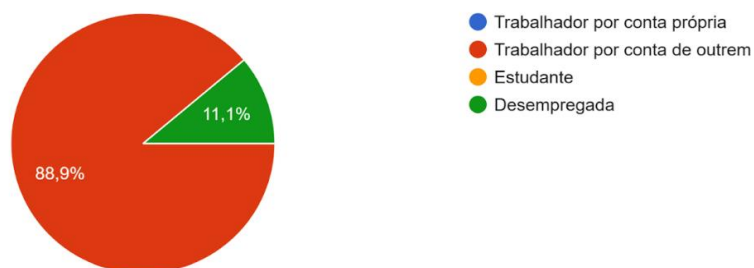


Figura 4: Qual é a sua condição atual de emprego?

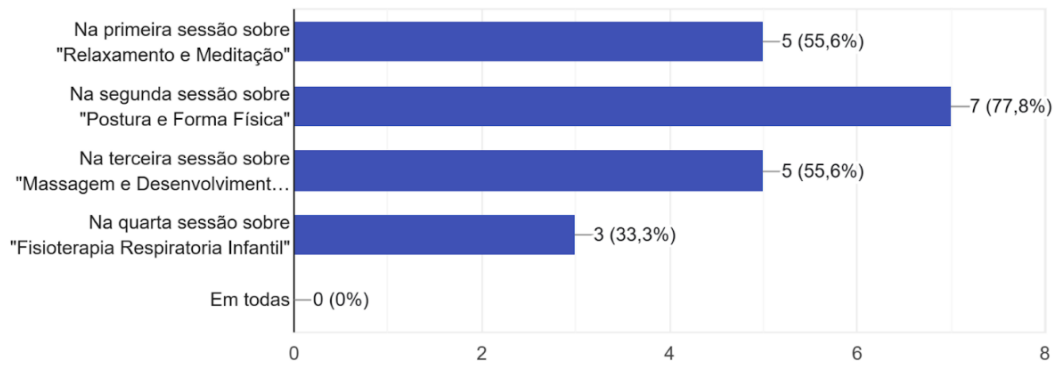


Figura 5: Em qual sessão/sessões do programa pós-parto *Lisboa Revela-se!* participou?

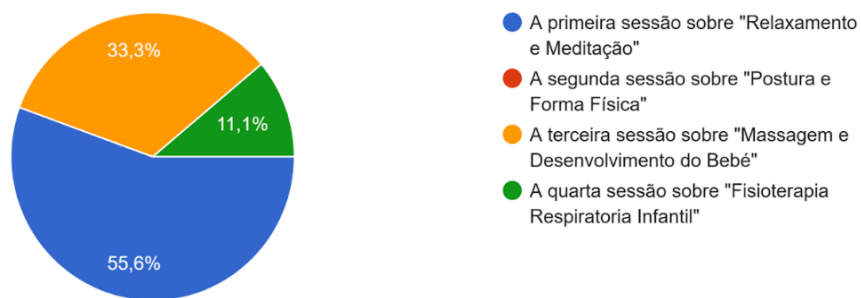


Figura 6: Qual das sessões foi a sua favorita?

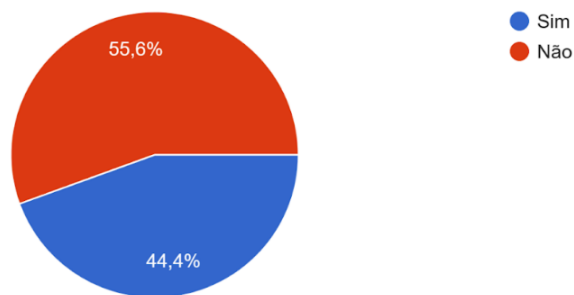


Figura 7: Já conhecia o Museu de Lisboa?

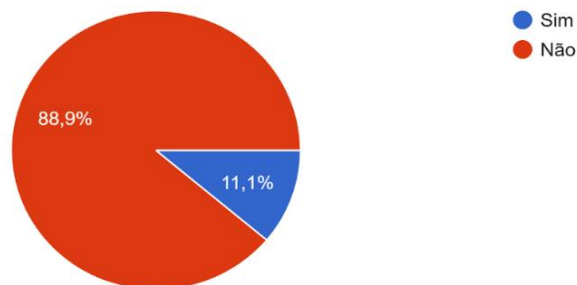


Figura 8: Já participou em outras atividades organizadas pelo Museu de Lisboa?

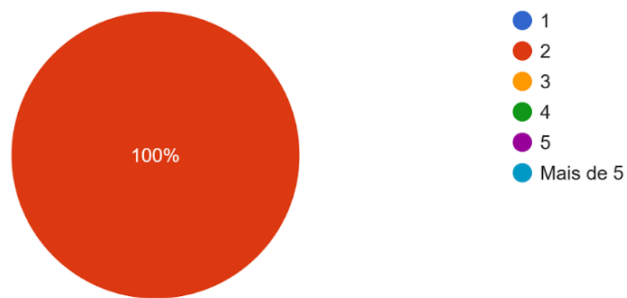


Figura 9: Se sim, em quantas?

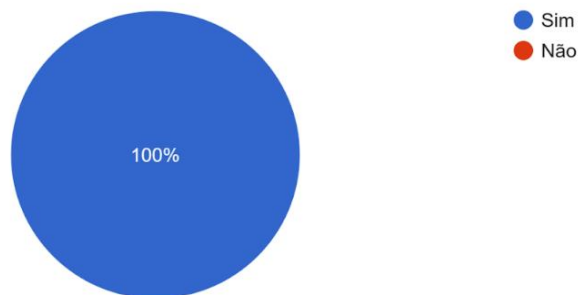


Figura 10: Tenciona participar em outras atividades organizadas pelo Museu de Lisboa?

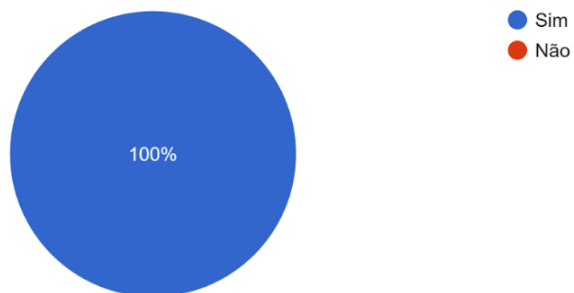


Figura 11: Pretende voltar ao Museu de Lisboa?

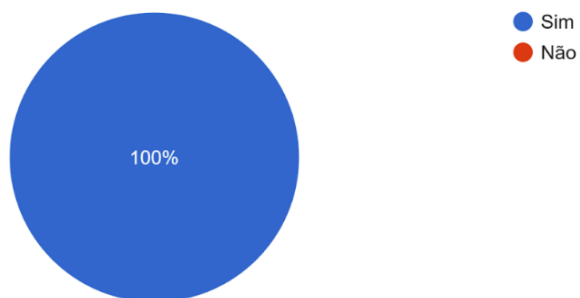


Figura 12: Tenciona voltar ao Museu de Lisboa?

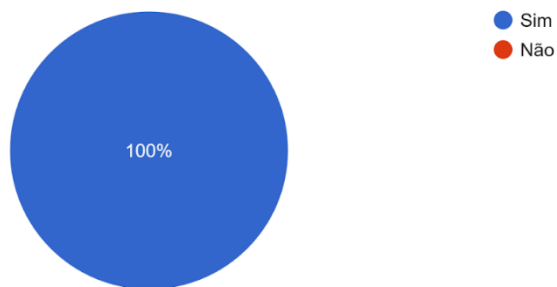


Figura 13: Sentiu-se incluída no grupo durante as sessões em que participou?

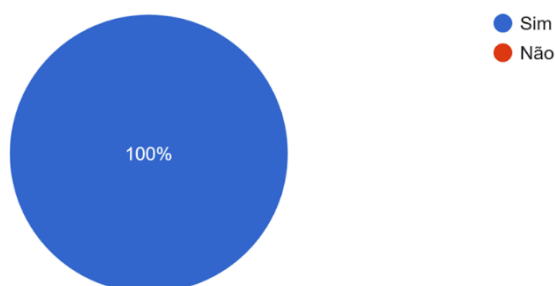


Figura 14: A participação na sessão/sessões do programa pós-parto *Lisboa Revela-se!* teve um impacto positivo no seu dia?

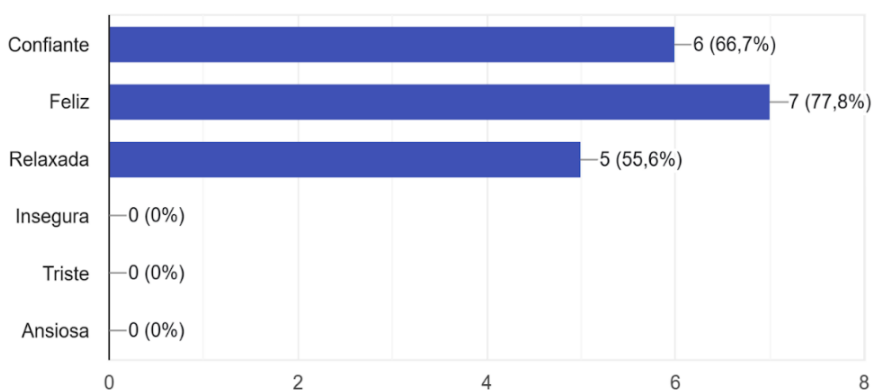


Figura 15: Como se sentiu depois da sua participação na sessão de pós-parto?

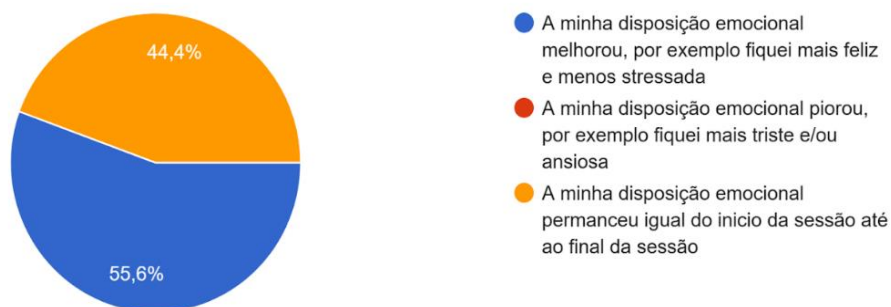


Figura 16: Sentiu alguma diferença na sua disposição emocional depois de ter participado na sessão pós-parto?

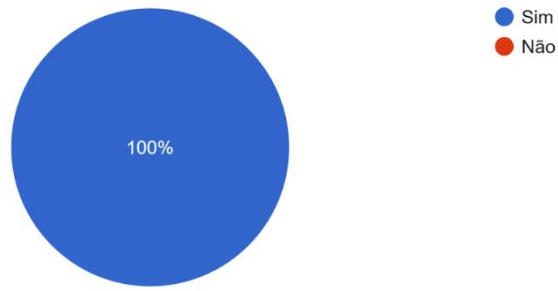


Figura 17: Divertiu-se na visita cultural?

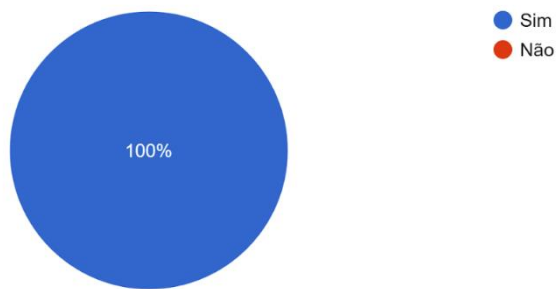


Figura 18: Adquiriu novos conhecimentos e competências nas sessões do programa pós-parto *Lisboa Revela-se!*?

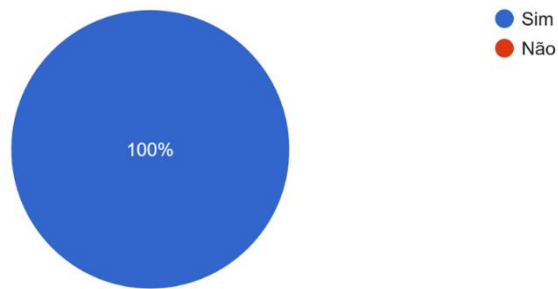


Figura 19: Considera que esse conhecimentos e competências são úteis no seu dia a dia?

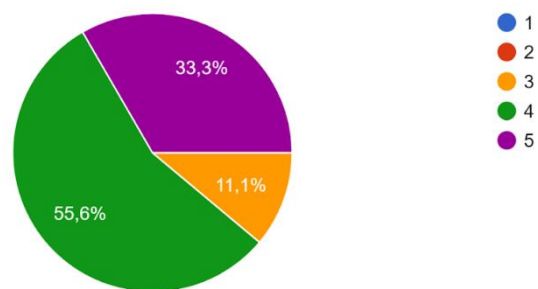


Figura 20: De 1 a 5, como classificaria a componente cultural?

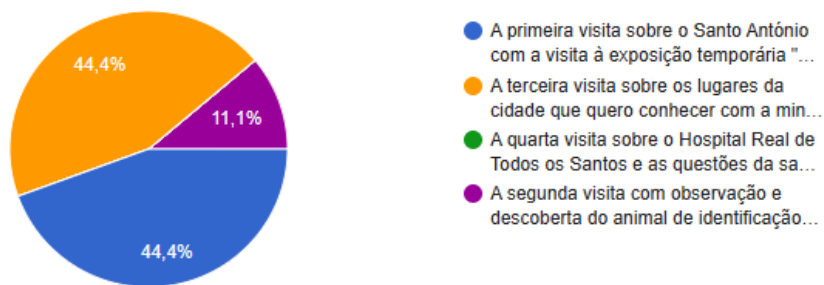


Figura 21: Das quatro visitas culturais, qual foi a sua favorita?

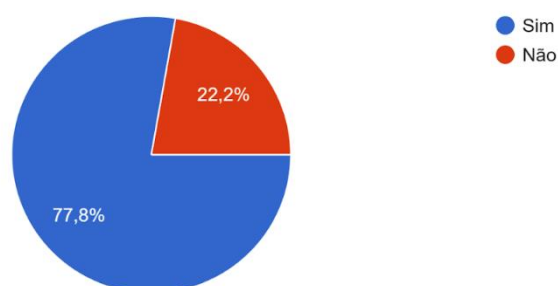


Figura 22: As visitas culturais foram de encontro a essas expetativas?

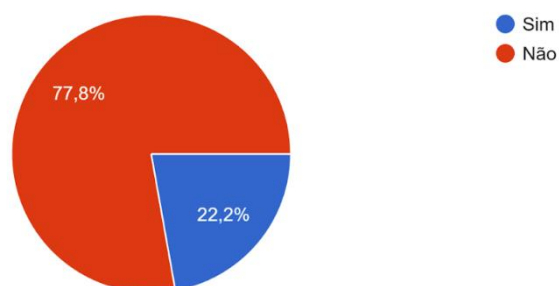


Figura 23: Mudaria alguma coisa nas visitas culturais?

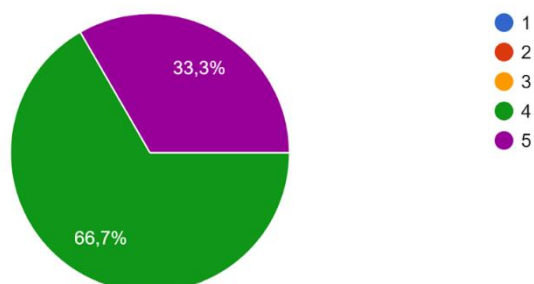


Figura 24: De 1 a 5, como classificaria o programa no geral?

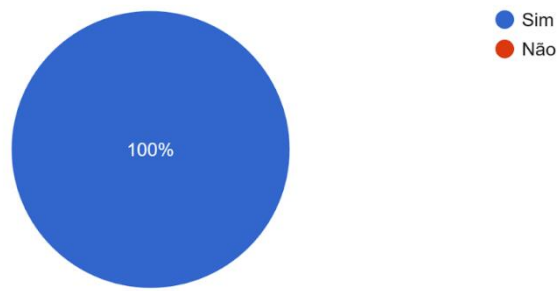


Figura 25: Voltaria a participar no programa pós-parto *Lisboa Revela-se!?*

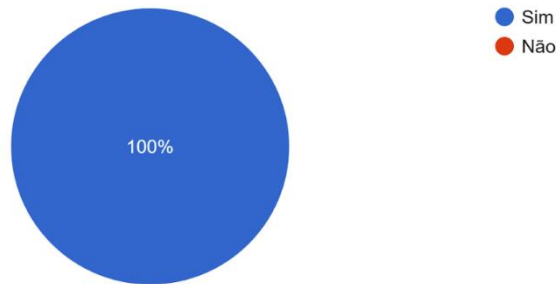


Figura 26: Recomendaria este programa pós-parto a outra pessoa?

Anexo 6 - Guião do inquérito realizado aos participantes com demência do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

1. Gosta de vir ao Museu de Lisboa? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

2. Gosta de participar nas sessões do *Marcar o Lugar*? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

3. Porquê?

4. Como é que se sente quando sai das sessões do *Marcar o Lugar*? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Mais bem-disposta
- Mais tranquila
- Menos bem-disposta
- Menos tranquila
- Outra:

5. O que gosta mais nas sessões do *Marcar o Lugar*? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- O convívio com os restantes participantes e com as mediadoras;
- Partilhar uma experiência diferente com a pessoa que me acompanha;
- Conhecer mais sobre Lisboa onde se partilha a visão pessoal e contribui-se para o conhecimento;
- A parte criativa (por exemplo onde se pinta, escreve, canta, recorta etc);

6. Depois de participar no programa, ficou com vontade de participar em atividades relacionadas com arte, por exemplo, pintar, desenhar, cantar? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

7. Gostaria de participar em programas semelhantes noutras instituições culturais? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

Anexo 7 - Guião do inquérito aos participantes cuidadores do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

- 1. Porque decidiram inscrever-se neste programa?**
- 2. Porque decidiram inscrever-se nas sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar*, depois da edição do programa que frequentaram ter terminado?**
- 3. Considera que a pessoa que acompanhou beneficia deste programa? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)**
 - Sim
 - Não
- 4. Sente que vir às sessões no Museu deixam a pessoa que acompanhou mais bem-disposta? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)**
 - Sim
 - Não
- 5. Houve alguma outra alteração que tivesse notado, depois das sessões na pessoa que acompanhou?**
- 6. Considera que a participação nestas sessões teve um impacto na sua relação com a pessoa que acompanhou? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)**
 - Sim
 - Não
- 7. Se sim, de que forma?**
- 8. Gostou de participar nas sessões do *Marcar o Lugar*? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)**
 - Sim
 - Não
- 9. Porquê?**
- 10. Os temas abordados foram estimulantes e interessantes para si? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)**

- Sim
- Não

11. O que gostou mais nas sessões do *Marcar o Lugar*? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- O convívio com os restantes participantes e com as mediadoras;
- O convívio com a pessoa que acompanhei;
- Conhecer mais sobre Lisboa onde se partilha a visão pessoal e contribui-se para o conhecimento;
- A parte criativa (por exemplo onde se pinta, escreve, canta, recorta, etc);

12. Considera útil cada sessão conter estas três dimensões: 1. o convívio com os restantes participantes e com as mediadoras, 2. conhecer mais sobre Lisboa onde se partilha a visão pessoal e contribui-se para o conhecimento e 3. a parte criativa (por exemplo onde se pinta, escreve, canta, recorta, etc)? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

13. Porquê?

14. O programa responde às suas expectativas? (por favor, coloque uma cruz no quadrado)

- Sim
- Não

Anexo 8 - Guião da entrevista realizada às mediadoras responsáveis pelas sessões do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

1. Quais são os objetivos do programa *Marcar o Lugar*, em nível de mediação?
2. Na parte da mediação existe alguma diferença entre as seis sessões do programa e as sessões de continuidade?
3. Como são escolhidos os temas culturais para cada sessão de continuidade do programa?
4. Quais têm sido os desafios, em termos de mediação, sentidos na realização destas sessões?
5. Como é que este programa impacta e o que acrescenta à vossa prática e mediação?
6. Que tipos de recursos técnicos e pedagógicos mobiliza este programa em termos da prática de mediação?
7. Em três palavras, de que maneira descreveriam o programa?

Anexo 9 - Guião da entrevista realizada à responsável pela operacionalização do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

1. Como surgiu a ideia para a criação do programa *Marcar o Lugar*?
2. Porquê que foi escolhido o Museu de Lisboa – Palácio Pimenta?
3. Quais são os objetivos do programa?
4. Como são escolhidos os temas para cada sessão do programa?
5. A metodologia do programa *Marcar o Lugar* está direcionada principalmente para pessoas com demência? Na fase de criação do programa foi tido em consideração a presença do cuidador? De que maneira foi a programação adaptada à sua presença?
6. Que tipo de estrutura tem uma sessão do *Marcar o Lugar*?
7. Considera que as sessões do *Marcar o Lugar* impactam o bem-estar dos participantes?
8. Como surgiu a necessidade de criar as sessões de continuidade do programa?
9. Em três palavras, de que maneira descreveria o programa?

Anexo 10 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes com demência das sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

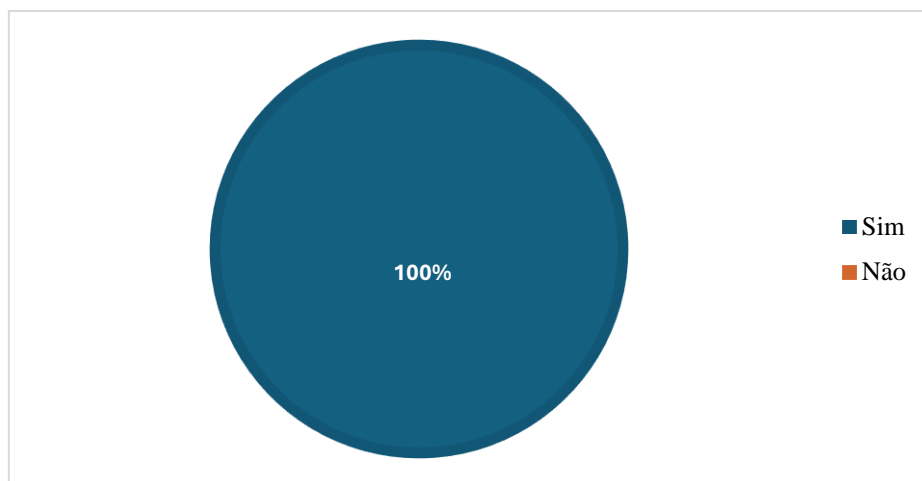


Figura 27: Gosta de vir ao Museu de Lisboa?

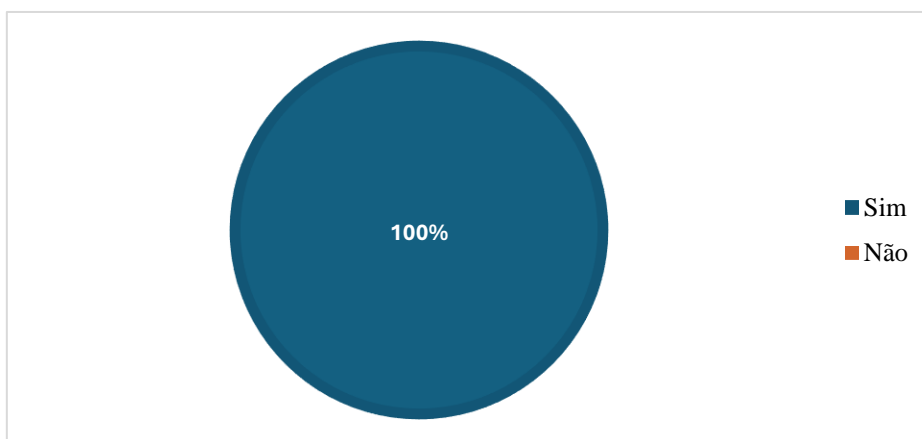


Figura 28: Gosta de participar nas sessões do *Marcar o Lugar*?

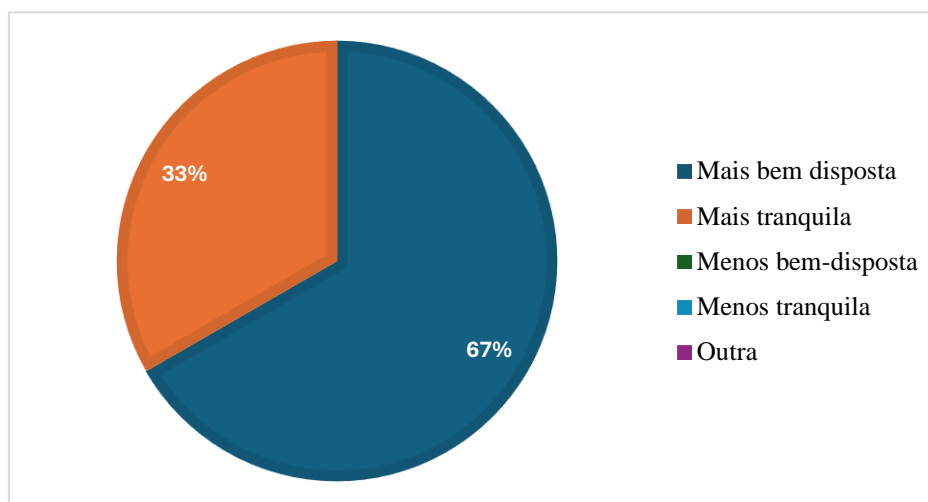


Figura 29: Como é que se sente quando sai das sessões do *Marcar o Lugar*?

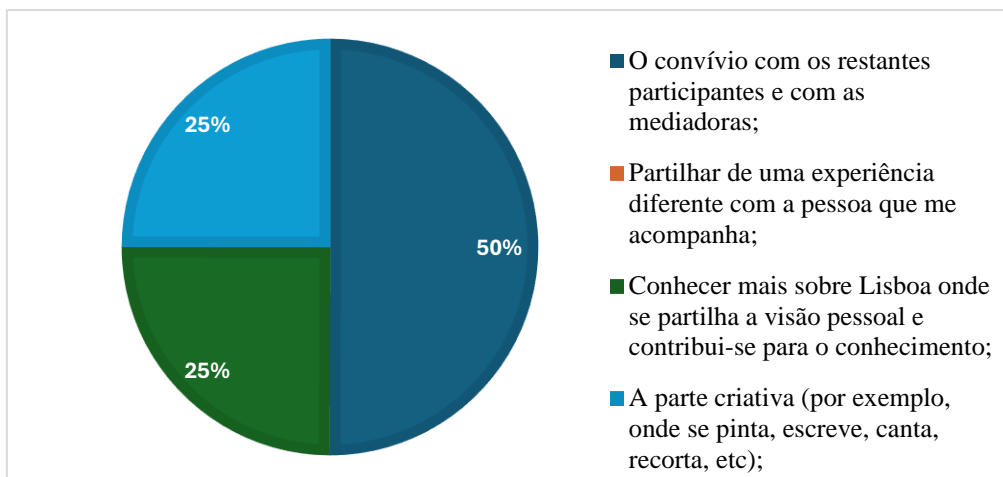


Figura 30: O que gosta mais nas sessões do *Marcar o Lugar*?

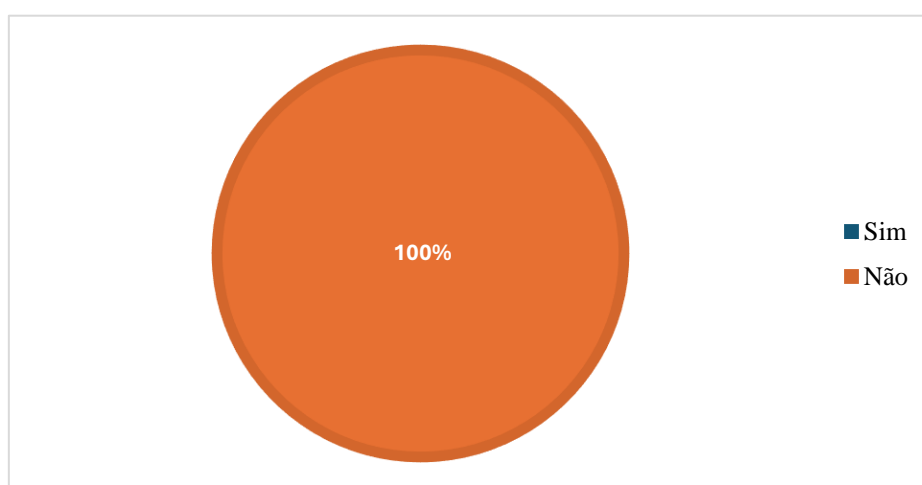


Figura 31: Depois de participar no programa, ficou com vontade de participar em atividades relacionadas com arte, por exemplo pintar, desenhar, cantar?

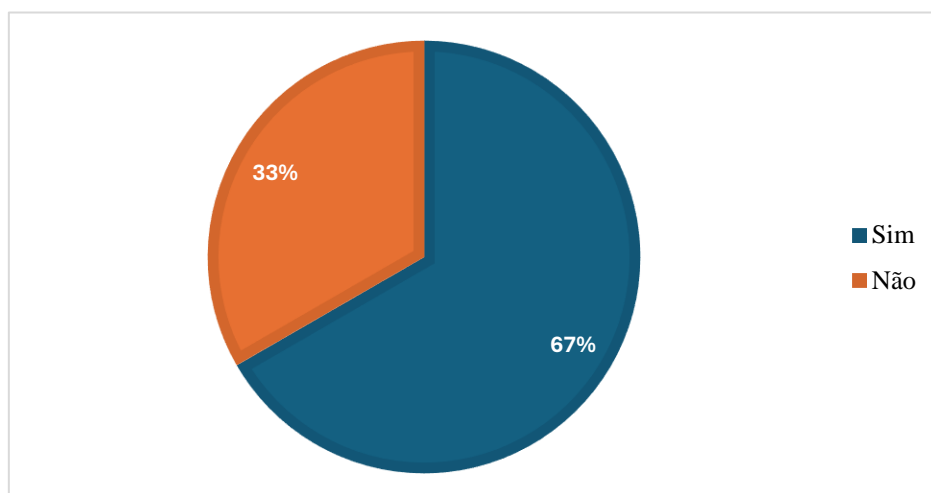


Figura 32: Gostaria de participar em programas semelhantes noutras instituições culturais?

Anexo 11 - Resultados (gráficos) do inquérito realizado aos participantes cuidadores das sessões de continuidade do programa *Marcar o Lugar – Encontros no Museu*

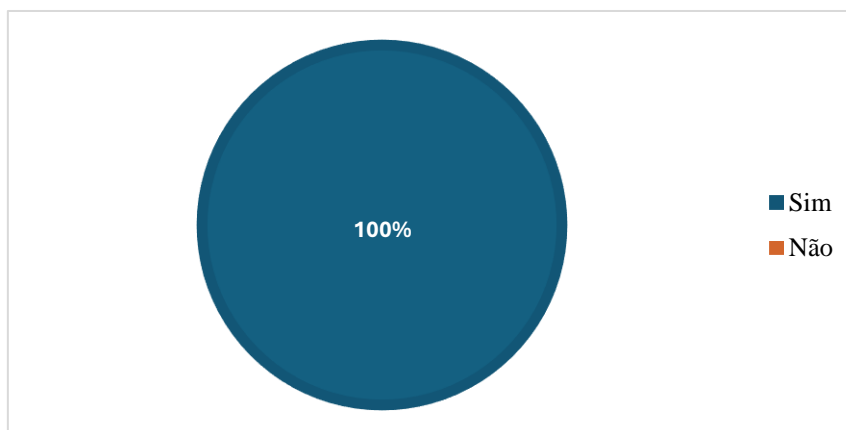


Figura 33: Considera que a pessoa que acompanhou beneficia deste programa?

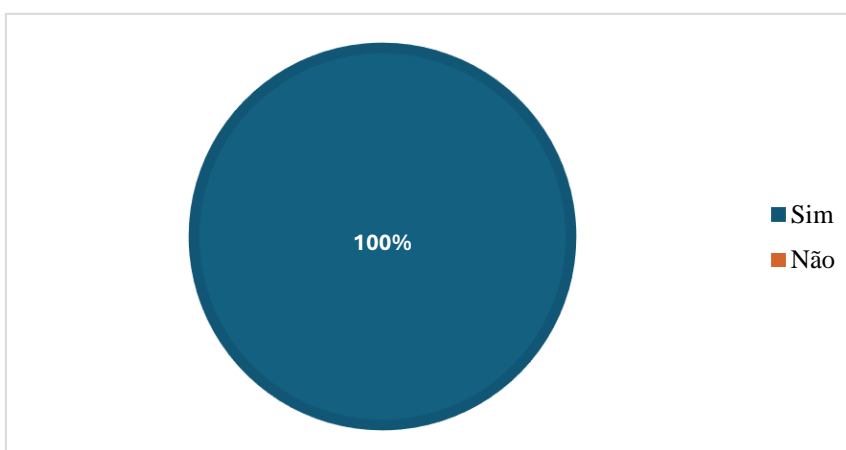


Figura 34: Sente que vir às sessões no Museu deixam a pessoa que acompanhou mais bem-disposta?

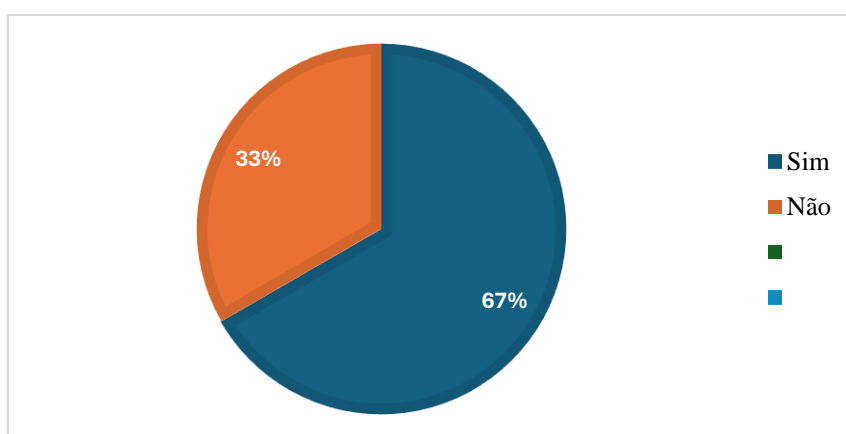


Figura 35: Considera que a participação nestas sessões teve um impacto na sua relação com a pessoa que acompanhou?

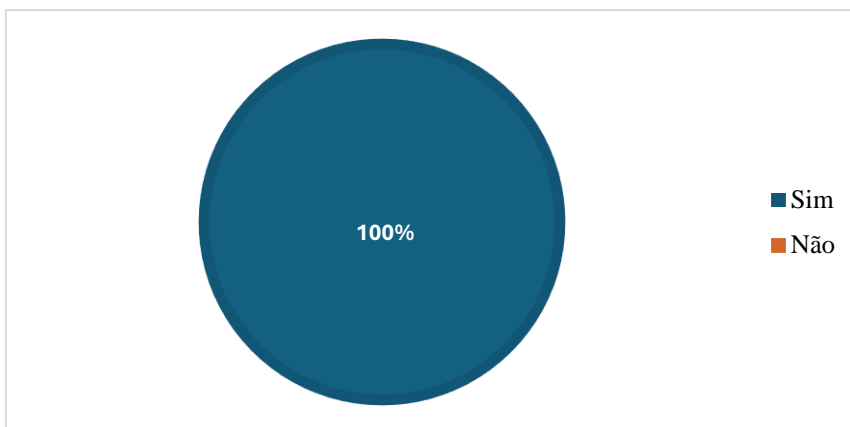


Figura 36: Gostou de participar nas sessões do Marcar o Lugar?

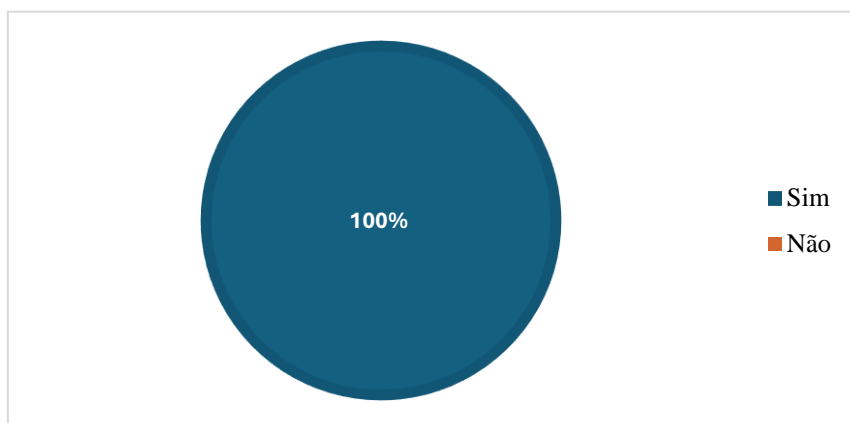


Figura 37: Os temas abordados foram estimulantes e interessantes para si?

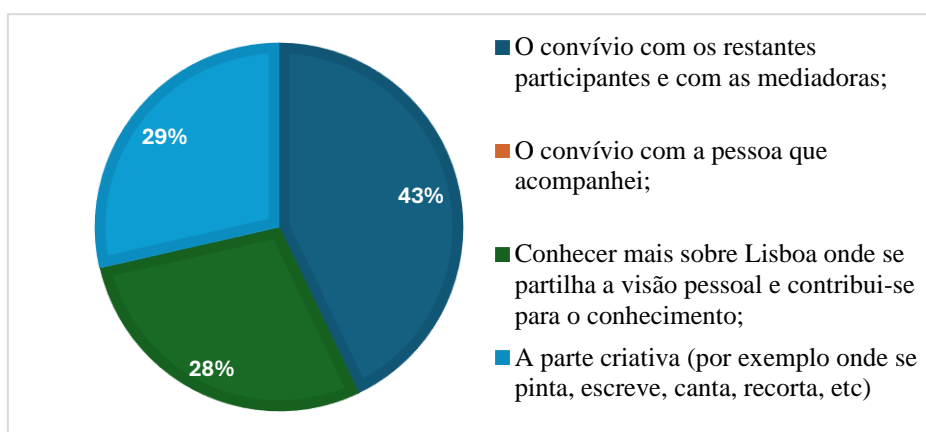


Figura 38: O que gostou mais nas sessões do *Marcar o Lugar*?

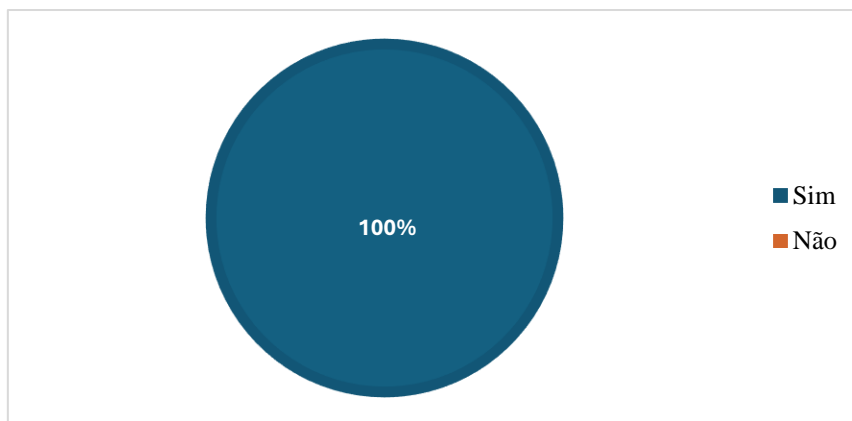


Figura 39: Considera útil cada sessão conter estas três dimensões: 1. O convívio com os restantes participantes e com as mediadoras. 2. Conhecer mais sobre Lisboa onde se partilha a visão pessoal e contribui-se para o conhecimento e 3. A parte criativa (por exemplo onde se pinta, escreve, canta, recorta, etc.)?

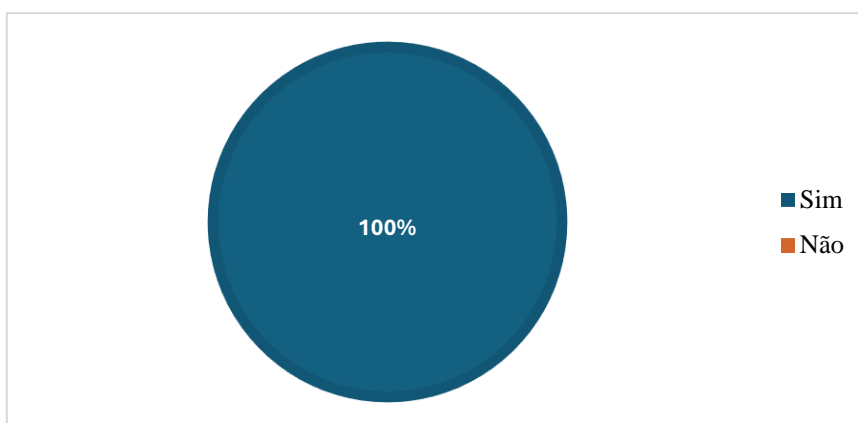


Figura 40: O programa responde às suas expetativas?