



## Meio Ano em Transição

### RELATÓRIO FINAL

Coordenação de Ana Brazão, Annelieke van der Sluijs e Sara Serrão

São Luís, Dezembro 2015 a Julho 2016

[www.um-ano.transicaoportugal.net](http://www.um-ano.transicaoportugal.net)



### PRIMEIRAS PALAVRAS

O projeto Meio Ano em Transição aconteceu em São Luís, concelho de Odemira, entre Dezembro 2015 e Julho 2016, enquanto experiência-piloto do programa Um Ano em Transição (1AT).

O programa 1AT consiste na adaptação à realidade portuguesa da proposta *One Year in Transition*, implementada no Reino Unido pela *Transition Network*, que tem por objectivo apoiar jovens adultos na criação de modos de vida e de subsistência alinhados com os princípios da Transição<sup>1</sup>. A proposta portuguesa surge no contexto da Transição Portugal (plataforma nacional das iniciativas de transição)<sup>2</sup> pela mão da Colmeia<sup>3</sup> e resulta de um processo prolongado, participado e consultado, que envolveu dezenas de pessoas de diversas iniciativas de transição e afins, em Portugal. Este processo complexo de preparação durou cerca ano e meio, entre 2014 e 2015, e encontra-se documentado no site do programa 1AT.

No último trimestre de 2015 tornou-se clara a necessidade de concretizar uma versão piloto do programa, para dar forma palpável à imensidade de ideias acumuladas ao longo do processo. O desafio foi acalentado por três pessoas que na altura residiam no mesmo local e que, conscientes da inexistência de recursos financeiros e face à hipótese alternativa de desistir do programa, optaram por experimentar. As três coordenadoras comprometeram-se assim a realizar o projeto-piloto Meio Ano em Transição (½ AT) pelo período de seis meses e convidaram jovens adultos locais a participar.

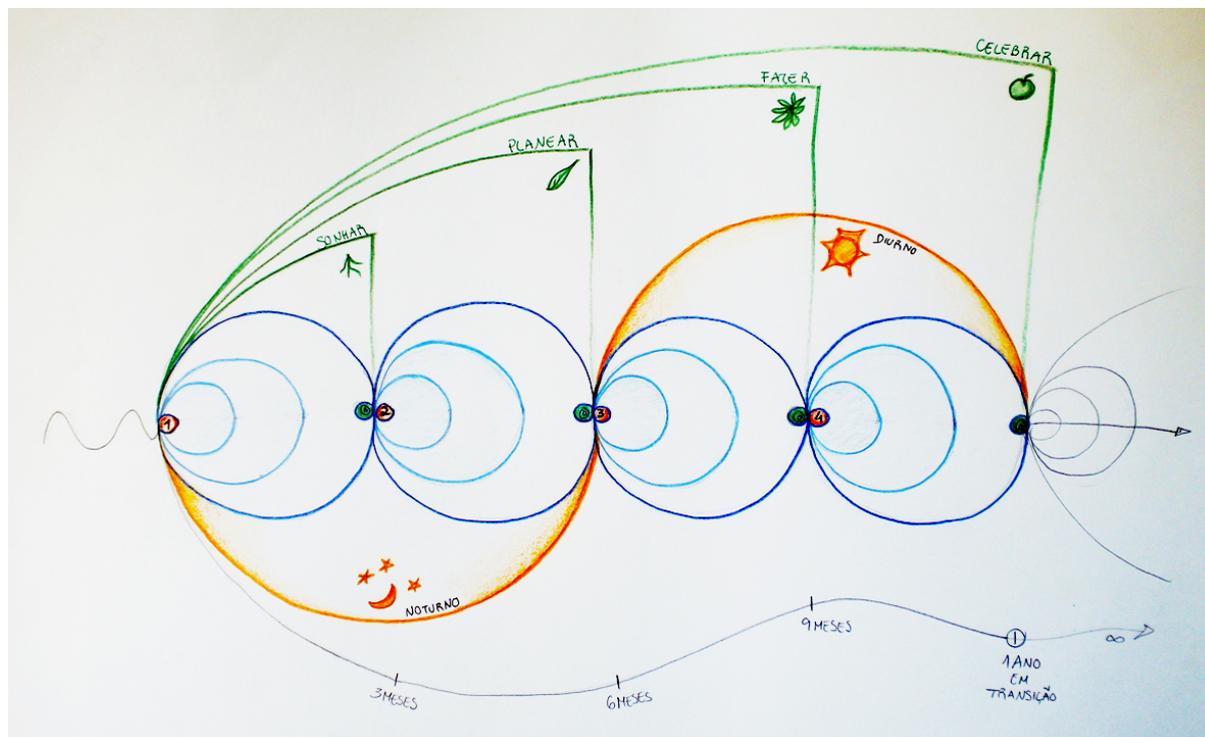
1 One Year in Transition [www.oneyearintransition.org](http://www.oneyearintransition.org) | Transition Network [www.transitionnetwork.org](http://www.transitionnetwork.org)

2 Transição Portugal | [www.transicaoportugal.net](http://www.transicaoportugal.net)

3 “Colmeia” é a designação de grupo de trabalho nacional, dentro da plataforma Transição Portugal, que se vê como uma agro-floresta.

### Objectivos do projeto ½ AT:

- Apoiar jovens adultos da comunidade de São Luís na implementação dos seus projetos de vida e/ou projetos profissionais;
- Contribuir para o fortalecimento da comunidade local de São Luís, através do seu envolvimento no programa e do estabelecimento de projetos pessoais com impacte local positivo;
- Implementar e avaliar a estrutura desenhada para o programa Um Ano em Transição;
- Desenvolver ferramentas;
- Concretizar uma estrutura financeira viável para o programa 1AT.



Estrutura natural do programa 1AT, desenho de Filipa Santos

O projeto-piloto Meio Ano em Transição foi inaugurado com uma estrutura aberta e em construção, compactada para o período de seis meses (em vez dos 12 meses originais) e respeitando o desenho predefinido: quatro momentos presenciais, de carácter e conteúdo distintos, com acompanhamento e mentoria entre os encontros. Estabelecemos São Luís como comunidade-alvo, em vez de considerarmos o território nacional, e convidámos a participar um conjunto de jovens adultos, residentes na envolvente, com afinidade aos valores e objetivos da Transição.

O contexto territorial onde decorreu o projeto-piloto foi a freguesia de São Luís, uma comunidade com cerca de 2000 habitantes, inserida numa região de baixa densidade populacional, e com um forte contraste sociocultural entre populações rurais com apetência por um estilo de vida urbano, e migrantes urbanos, nacionais e estrangeiros, que procuram um estilo de vida mais sustentável, em comunidade e em contacto com a natureza. À exceção de um participante natural de São Luís, todos os envolvidos no projeto ½ AT, incluindo a equipa de coordenação, enquadram-se no segundo grupo.

Baseámo-nos na metáfora do rio para nos acompanhar e localizar ao longo da experiência, considerando cada projeto como uma canoa. Partimos juntos e encontrámo-nos nas ilhas - os momentos presenciais - prevendo *a priori* que o percurso intermédio de cada canoa poderia seguir o caudal colectivo ou desviar-se em meandros alternativos, de acordo com as necessidades de cada viagem. Claramente estávamos a oferecer o enquadramento - o rio, as margens, as ilhas - e não o destino final, focando assim o acompanhamento no processo e deixando os resultados em aberto.

Em cada encontro o processo respeitaria o desenrolar da espiral (eu > grupo > comunidade) sendo os 4 dias estruturados da seguinte maneira:

- Dia 1 | Exploração: introdução de conceitos, pô-los em comum
- Dia 2 | Identificação
- Dia 3 | Solidificação
- Dia 4 | Integração, abertura ao que vem a seguir

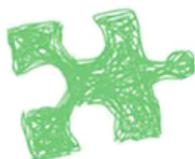


### O CHAMAMENTO, O COMPROMISSO E O VÍDEO

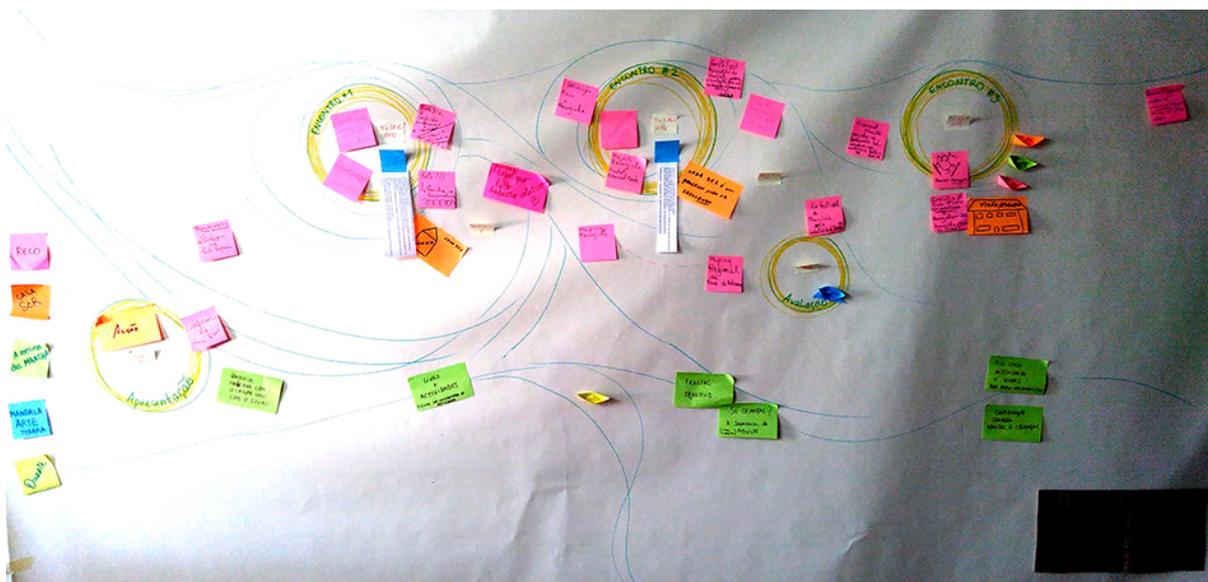
Tendo estabelecido a comunidade-alvo em São Luís, convidámos jovens adultos, residentes num raio de 30 km, a participar no projeto-piloto Meio Ano em Transição (½ AT). O chamamento aconteceu em Dezembro 2015 e contou com 12 jovens adultos. Consistiu na apresentação do ½ AT<sup>4</sup>, na validação da proposta através da ferramenta Entrevista em Forma de Café<sup>5</sup> e na tomada de compromisso por parte de todos, com corresponsabilização pelo processo individual e grupal.

A entrada no programa ½ AT fez-se através de um vídeo de projeto.

O vídeo de projeto permitiu concretizar as ideias latentes de projeto profissional e serviu de ferramenta de avaliação processual ao longo do projeto.



### O RIO MEIO-ANO EM TRANSIÇÃO E O SEU CAUDAL



O caudal do rio 1/2AT, Julho 2016

4 Consultar [Documentos ½ AT] Apresentação do Programa 1AT \* Junho 2015

5 Consultar [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Entrevista em Forma de Café \* Março 2015

A jornada Meio Ano em Transição iniciou-se com dez pessoas e seis canoas, isto é, com seis projetos participantes:

- **Casa SeR** | Projeto definido ao longo do processo ½ AT. Consiste numa casa de acolhimento em família para jovens desprotegidos.
- **Menina das Manchas** | Projeto definido na fase de chamamento ½ AT. Livro infantil.
- **ReCozinha** | Projeto definido ao longo do processo ½ AT. Cozinha ética para eventos, com produtos ecológicos e de origem local.
- Mandala Arte Terapia | Produtos e serviços de terapia.
- Consultor *Freelancer* | Serviços de planeamento e gestão territorial.
- 1AT | Programa Um Ano em Transição.

Destes seis projetos participantes, três navegaram até à conclusão do ½ AT. Dos restantes, Consultor *Freelancer* abandonou a ideia após o primeiro encontro, por constatar a fragilidade da proposta face ao mercado e as vantagens trabalhar em rede com outros profissionais e instituições. O projeto Mandala Arte Terapia escolheu não continuar a seguir ao segundo encontro, por falta de disponibilidade familiar. E o sexto projeto, o programa 1AT em si, compreendeu ser inadequado fazer o acompanhamento de processo e participar no mesmo, simultaneamente.

Das 12 pessoas presentes no encontro de lançamento, 10 aceitaram o compromisso ½ AT e 7 mantiveram a sua participação até ao final do projeto-piloto.

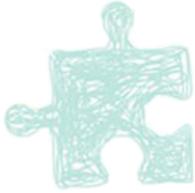
Ao longo de 2016 aconteceram três encontros presenciais —Fevereiro (4 dias), Abril (4 dias) e Julho (3 dias) — e dois *check-points* de projeto, todos facilitados pela equipa de coordenação ½ AT, com intervenções pontuais dos participantes. A estes acresceu o encontro colectivo de avaliação intermédia, em Junho, facilitado por uma pessoa externa ao processo. Nenhum dos projetos participantes ativou a mentoria colocada à sua disposição. O quarto encontro presencial, previsto no desenho inicial do programa, agregou-se ao terceiro. A decisão de o fazer resultou da ausência de *input* dos participantes depois do segundo encontro, do conseqüente adiamento do terceiro e da dificuldade de conciliação de agendas no Verão para a realização de um quarto encontro presencial.

Os 3 encontros tiveram as seguintes naturezas:

- Encontro 1 | Semente : Sonhar | Criação de grupo e desenvolvimento pessoal, dicotomia caos e ordem
- Encontro 2 | Planta : Planear | Visão estratégica do projeto, Dicotomia lógica e intuição
- Encontro 3 | Flor e Fruto : Concretizar e celebrar | Teste do fractal e colheita dos frutos do processo

Realizaram-se em locais postos à disposição pela comunidade de São Luís. A maioria das refeições foi preparada por participantes, sendo três almoços oferecidos por membros da comunidade.

Depois do arranque do projeto-piloto recebemos dois apoios financeiros, um oriundo da Fundação *Rainmaker* (1500 libras) e uma contribuição mensal de pessoa privada. Estes apoios cobriram despesas materiais e permitiram oferecer a cada uma das três facilitadoras um prémio-coragem de 600€, pela ousadia de dedicarem um ano à preparação, implementação e conclusão do projeto-piloto. Para documentação do projeto ½ AT recebemos o apoio dos *Hubs Grants*, no sentido de relatar o processo e as ferramentas resultantes.



## TESTEMUNHOS

### RECO NO PROGRAMA MEIO ANO EM TRANSIÇÃO

Primeiro encontro Meio Ano em Transição | Testemunho da Rita \* Março 2016



A Rede Cooperar participa n'Ó Programa Meio Ano em Transição, com o objectivo de encontrar algumas luzes que apoiem a sua viabilidade estrutural, social e económica....

Este primeiro encontro – SONHAR – focou a descoberta interior, onde abordou dinâmicas de relacionamento pessoais e colectivos, com exercícios para entender como dinâmicas (pessoais e/ou colectivas) doentes podem caminhar para voltar a ser mais saudáveis. Houve também uma abordagem conceptual: ao que é o Movimento de Transição Local e Global; às suas origens, à ReEconomia. Realizamos jogos que permitiram visualizar e perceber melhor O Sonho de cada pessoa/projeto participante, facilitando a listagem dos próximos passos e prioridades. Foram colocados em prática alguns valores éticos: todas as manhãs começaram com 40 min de ioga, as refeições confeccionadas com produtos das nossas hortas e um “Cabaz da Horta”, mobilidades partilhadas, tendo como base a dádiva.

Claro que nestes dias, surgiram perguntas... Como dar voz à Rede Cooperar? Como ser a voz de todos os projetos da ReCo? Qual é a arquitetura onde assenta a Rede?

Percebemos que a ReCo é a cola e os laços de vários projetos individuais e colectivos!

Decidimos (Rita Magá e Lucie) assumir um projeto nosso como base de trabalho para este programa: A Cozinha para o festival Essencialmente a decorrer a 11 e 12 Junho em Santiago de Cacém.

[...]

Testemunho integral em <http://um-ano.transicaoportugal.net/2016/03/17/reco-no-programa-meio-ano-em-transicao-sonhar/>



Esta semana, o primeiro passo foi difícil. Abrir a minha porta interior, sair desta caixa e conectar-me com outros...Seguir os ventos e entrar neste rio! A culpa, a vítima, a menor, a sem conhecimentos, a sem, a sem, A SEM....AAHHH...

Mas abri aquela porta, um anjo veio até mim, sim posso chamar-te assim. Foste essencial a esta quebra da corrente.

A partilha, o grupo, o ouvir foi, é enriquecedor. O crescimento aparece, aparecem também os nós e começam a desenrolar-se, existe ali uma luz, um caminho, um começo de realização, vontade. Reconhecimento de mim e dos outros, fazer parte de uma parte do universo.

Obrigada, obrigada a mim mesma, obrigada ao grupo profundamente.

Espero que a minha raiz continue a ir para baixo e que se torne forte e que esta ligue cada um de vocês e que essa ligação seja forte e fluida, sem pensamentos de dar passos para trás. Para a frente. Frente , sempre.

#### MODELAR | Abril 2016

#### Segundo encontro Meio Ano em Transição | Testemunho da Sara \* Maio 2016

Ao Escultor surge a ideia de uma próxima peça. Desde os lugares insondáveis da alma, da imaginação, do intelecto de quem tem uma mensagem a passar ou um sentimento a declarar, vem-lhe a imagem desta nova peça. Ao Escultor entreguemos um bloco de argila para que a possa moldar! Assim poderá procurar a imagem sensorial e experimentá-la em matéria.

No coração e mente dos participantes 1/2AT surge a ideia de um projeto. A eles sugerimos estrutura para poderem moldar e modelar as suas ideias, tornando as proposta cada vez mais claras. O barro que entregamos é a Tela de Negócios, a estratégia o pensamento visual; para jogarmos sugerimos o Modelo da Empatia para incorporarem os potenciais clientes – aqueles a quem chamamos os beneficiários do dom e dádiva que cada um@ de nós deseja entregar à comunidade. Apresentamos uns aos outros o nosso projeto numa fantástica viagem de elevador. Entre esquemas, improvisações, entrevistas, passeios e discussões, certezas e perplexidades, passámos os quatro dias do segundo encontro do pilotíssimo ½ AT.

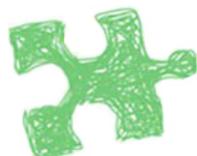




## ILHAS: OS ENCONTROS PRESENCIAIS

### RESUMO DE PARTICIPAÇÕES

1º Encontro   Fevereiro '16	2º Encontro   Abril '16	3º Encontro   Julho '16
Nr pessoas presentes: 10 Nr facilitadoras: 3 Nr participantes: 10 Nr projetos: 6	Nr pessoas presentes: 8 Nr facilitadoras: 3 Nr participantes: 8 Nr projetos: 5	Nr pessoas presentes: 7 Nr facilitadoras: 3 Nr participantes: 5 Nr projetos: 3
Facilitadoras:  Annelieke van der Sluijs Sara Serrão Ana Brazão	Facilitadoras:  Annelieke van der Sluijs Sara Serrão Ana Brazão	Facilitadoras:  Annelieke van der Sluijs Sara Serrão Ana Brazão
Participantes:  * Annelieke van der Sluijs   1AT * Sara Serrão   1AT * Ana Brazão   SeR + 1AT * Duarte Sobral   Consult. Freelancer * Filipa Saramago   M. Arte Terapia * Tiago Jesus   M. Arte Terapia * Carlota Ereira   M. das Manchas * Rita Magalhães   RECO * Patrícia Caldeira   RECO * Lucie Rousset   RECO	Participantes:  * Annelieke van der Sluijs   1AT * Sara Serrão   1AT * Ana Brazão   SeR + 1AT * Tiago Jesus   M. Arte Terapia * Carlota Ereira   M. das Manchas * Rita Magalhães   RECO * Lucie Rousset   RECO * Duarte Sobral   Em rede de apoio	Participantes:  * Ana Brazão   SeR * Carlota Ereira   M. das Manchas * Rita Magalhães   RECO * Lucie Rousset   RECO * Patrícia Caldeira   RECO
Projetos:  1AT SeR Consultor Freelancer Mandala Arte Terapia Menina das Manchas RECO	Projetos:  1AT SeR Mandala Arte Terapia Menina das Manchas RECO	Projetos:  SeR Menina das Manchas RECO



## CONTEÚDOS E FERRAMENTAS

Equipa de coordenação e facilitação: Ana Brazão, Annelieke van der Sluijs e Sara Serrão da Iniciativa de Transição de São Luís/ Colmeia Um Ano em Transição.

Encontram-se assinalados os documentos [Documentos ½ AT] e Guias de Ferramenta [Ferramentas ½ AT] disponibilizados para consulta.

- Objectivos
- Apresentação do projeto e convite aos elementos;
  - Tomada de Compromisso individual e colectiva;
- Documentos
- [Documentos ½ AT] Apresentação do Programa 1AT \* Junho 2015;
- Ferramentas
- [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Entrevista em Forma de Café \* Março 2015;
  - Ferramenta Dinâmica da Teia.



15 a 18 Fevereiro 2016 | Encontro 1 | Casa do Povo de São Luís

Enquadramento:

- Semente : Sonhar;
- Criação de grupo e desenvolvimento pessoal;
- Dicotomia caos e ordem.

Objectivos:

- Criação de grupo: conhecermo-nos mais profundamente, abrir relações de confiança;
- Conhecer os projetos uns dos outros;
- Pôr conceitos em comum: Transição em conceitos e enquanto movimento + projeto Reconomia;
- Esclarecer a ligação entre a transição exterior e a transição interior;
- Identificar, exteriorizar e transformar narrativas acerca de nós própri@s e dos nossos projetos;
- Identificar áreas de desenvolvimento, enquanto indivíduos e enquanto equipa, e desenhar os próximos passos;
- Abrir espaço ao sonho individual e ao sonho colectivo;
- Identificar as estruturas de apoio individuais e da equipa.



Almoço oferecido pela comunidade: Chris Bird (Transition Totnes)

#### Ferramentas:

- Ferramenta Jogo de Cartões sobre Alterações Climáticas;
- Ferramenta Caminhada de Autoanálise;
- Ferramenta Visualização do futuro depois de acontecer a Transição;
- [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Dinâmica A Rede \* Março 2017.

4 a 7 Abril 2016 | Encontro 2 | Monte da Mãe da Lua



#### Enquadramento:

- Planta : Planear;
- Visão estratégica do projeto;
- Dicotomia lógica e intuição;
- Modos de vida, análise, Reconomia, mapeamento dos recursos no território, a nossa economia específica: de que modo as nossas necessidades e ofertas se complementam (dentro deste grupo específico), análise de impacte social + análise de impacte ecológico.

#### Objectivos:

- Desenvolver a visão estratégica do nosso projeto;
- Conhecer o método visual da Tela de Negócios;
- Aprofundar a noção do valor da nossa proposta, na medida em que colmata necessidades da comunidade e dos nossos grupos-alvo;
- Tomar conhecimento dos Mapas de empatia e de formas de entrevistas;
- Mapear parceiros e recursos-chave;
- Formular um modo de comunicação clara e concisa do projeto;
- Introduzir a dinâmica do Encontro 3.

#### Ferramentas:

- [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Fluir da Tela de Negócios \* Março 2017.



Enquadramento:

- Flor e Fruto : Concretizar e celebrar;
- Ação: teste de fractais | Celebração: colher os frutos do processo.

Objectivos prévios:

- Fechar as linhas soltas das propostas "fractais" e testá-los;
- Olhar para trás e para frente: definir e valorizar os frutos ½ AT, perceber os altos e baixos das marés que vivemos e olhar para frente.

Objectivos definidos pelas participantes:

- Cada projeto: pôr à prova um fractal;
- Criatividade na cozinha e no trabalho em geral;
- Concluir como apresentar a Menina das Manchas (fractal) da cabeça aos pés!!
- Comunicar o projeto; como apoiar a Casa SeR?
- Criar uma exposição do trabalho feito;
- Perceber o valor individual e colectivo da viagem ½ AT;
- Intuir o próximo passo;
- Concluir e celebrar a nossa viagem partilhada.



Almoço oferecido pela comunidade: à do Diogo e da Carlota



## REFLEXÃO FINAL

Concluimos que o projeto-piloto foi um processo muito intenso, com muito de bom e muito a melhorar.

Considerando os objectivos predefinidos, fomos bem sucedidas no que concerne os seguintes elementos:

- Apoiámos jovens adultos na comunidade de São Luís, na concretização e avaliação dos seus projetos, de forma individual e colectiva, tendo os mesmos chegado ou não ao final da viagem ½ AT;
- Contribuímos de forma humilde para o fortalecimento da comunidade local de São Luís, ao dinamizar um programa para jovens adultos num contexto populacional envelhecido e ao envolver a comunidade no mesmo;
- Desenvolvemos ferramentas que partilhamos com a rede nacional e internacional da Transição e com todas as pessoas que nelas tenham interesse.

Não concretizámos uma estrutura financeira viável para o programa 1AT.

Quanto à avaliação da estrutura desenhada, destacamos:

Elementos sólidos, a continuar:

- A estrutura geral do programa é boa, com naturezas distintas nos 4 encontros presenciais: 1) auto-conhecimento e criação de grupo; 2) lógica e organização, planeamento do projeto; 3) implementação do projeto fractal; 4) colheita e celebração;
- É sólida a abordagem cíclica Eu/Equipa > Projeto > Comunidade;
- Formulação geral do Encontro 1;
- Utilização de base da ferramenta Tela de Negócios<sup>6</sup>, sendo introduzida em dinâmica exploratória com tom de jogo, podendo ser enriquecida com resultados do Encontro 1 (relativos a recursos pessoais);
- Implementação dos projetos fractais junto da comunidade.

Elementos a melhorar (ou a não repetir):

- A participação no programa deve partir de iniciativa própria e não por convite;
- A proximidade e o grau de envolvimento dos participantes na comunidade-alvo, assim como a sua disponibilidade de tempo para o processo, devem ser critérios de seleção;
- Coordenação e facilitação deve ser devidamente remunerada. A melhorar a estrutura financeira do programa;
- Mentoria nos momentos intermédios (entre encontros presenciais) é necessária para os participantes e projetos e para a saúde do grupo; a sua ativação por parte dos participantes deve ser obrigatória. Assim os períodos intermédios devem ser reconsiderados e redesenhados, passando a incluir: facilitação para o estabelecimento de mentorias pessoais para cada um dos participantes, com encontros regulares ao longo do 1AT; encontros *skype* regulares entre os participantes, para apoio

---

6 Consultar [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Fluir da Tela de Negócios \* Março 2017

grupal; maior responsabilização dos participantes pelas necessidades do grupo durante os períodos intermédios;

- Comunicação. A melhorar a comunicação interna, a comunicação do programa aos participantes e a comunicação dos projetos para fora. É necessária uma mais clara comunicação aos participantes antes do início do 1AT, acerca das diferentes naturezas e conteúdos dos encontros presenciais e acerca da disponibilidade necessária para o desenvolvimento dos projetos, nos períodos intermédios;
- Introdução e formulação do momento de implementação dos Projetos Fractais deve ser melhorada;
- Conceber uma dinâmica para a avaliação dos impactes ambientais e sociais do projeto;

Na conclusão do projeto-piloto ½ AT adquirimos uma muito boa bagagem de ferramentas, que consideramos serem úteis no apoio a jovens adultos que procuram criar o seu modo de vida. Este conhecimento está apto a ser reaplicado enquanto programa 1AT junto de outra iniciativa de Transição em Portugal, desde que haja uma boa estrutura financeira. É também possível facilitar momentos pontuais de desenvolvimento de projetos, com a aplicação de ferramentas individuais.



#### RESUMO DE FERRAMENTAS ½ AT

Ao longo da implementação do projeto-piloto ½ AT utilizámos um conjunto de ferramentas, algumas das quais criadas de propósito para o efeito. De ferramentas já disponíveis, recorreremos a dinâmicas do curso de introdução à Transição (*Transition Launch*) criado pela *Transition Network*, nomeadamente:

- Princípios da Transição;
- Jogo de cartões sobre Alterações Climáticas;
- Meditação guiada: visualização de um dia no futuro, em que a Transição já aconteceu.

Criámos as seguintes ferramentas, disponíveis para serem replicadas:

- **Entrevista em Forma de Café** | [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Entrevista em Forma de Café \* Março 2015;
- **Caminhada de Auto-Análise** | Para mais informação contactar SeR ([https://www.facebook.com/sentirerefletir/?hc\\_ref=PAGES\\_TIMELINE&fref=nf](https://www.facebook.com/sentirerefletir/?hc_ref=PAGES_TIMELINE&fref=nf))
- **Dinâmica da Rede** | [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Dinâmica A Rede \* Março 2017;
- **Fluir da Tela de Negócios** | [Ferramentas ½ AT] Guia de Ferramenta Fluir da Tela de Negócios \* Março 2017.



## **PALAVRAS FINAIS**

“É preciso muito caos para parir uma estrela que dança” (Nietzsche)

“A merda dá muito bom composto” (Lucie Rousset)



## **BIBLIOGRAFIA**

Osterwalder, A., Pigneur, Y., *Criar Modelos de Negócio* (Business Model Generation), Tradução de Edgar Rocha, 1ª ed., Publicações Dom Quixote, 2011.

## RELATÓRIO FINAL Meio Ano em Transição

Redação \* Sara Serrão

Tradução para inglês \* Patrícia Caldeira

Revisão \* Duarte Sobral

São Luís, Março 2017

