



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



NEXT DOOR

METODOLOGIA

Abordagem através de
ações participativas para o
envolvimento das partes
interessadas

Número do Projeto: 2020-1-FR01-KA204-080560

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui uma aprovação do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita das informações nela contidas.



Data

2021

Autores

Merseyside Expanding Horizons
Stacey Robinson, Cinzia Miatto, Marta Lázaro Echavarren

Parceria

Aproximar, CRL (Portugal)
Merseyside Expanding Horizons (Reino Unido)
Asociatia European Association for Social Inovation (Roménia)
ACEEU GmbH (Alemanha)
Anziani e non solo societa cooperativa sociale (Itália)
Consorti de la Ribera (Espanha)
Amadora Inovation em Unipessoal LDA (Portugal)

Coordenador do Projeto

AFEJI, França

Número do Projeto: 2020-1-FR01-KA204-080560

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui uma aprovação do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores, não podendo e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita das informações nela contidas.



ÍNDICE

04 Introdução

41 Cartas de Identidade

06 Next Door

43 Entrevistas

08 Práticas Inspiradoras

45 Conclusões

29 Relatório da UE

47 Referências

Introdução

A metodologia NEXT DOOR através de ações participativas para o envolvimento das partes interessadas a vários níveis é um quadro metodológico que procura promover o envolvimento comunitário, protegendo e cuidando as pessoas mais velhas nas comunidades.

Esta metodologia baseia-se em diferentes métodos participativos num processo aberto de consulta, estando a coprodução no centro do processo. A metodologia utilizada para a coprodução foi baseada na Abordagem Integrada na Vizinhança (Integrated Neighbourhood Approach), que consiste em considerar as comunidades como "coprodutoras", mobilizando a colaboração de todas as partes interessadas em torno de uma questão. A organização comunitária requer cinco ações simples:

1. Conectar com os vários membros da comunidade;
2. Ouvir as suas necessidades e opiniões;
3. Criar conexões;
4. Motivar;
5. Dar valor e poder aos membros da comunidade.

Coprodução significa a prestação de serviços públicos numa relação de igualdade e reciprocidade entre profissionais, utilizadores de serviços, as suas famílias e os seus vizinhos. Quando as atividades são coproduzidas desta forma, tanto os serviços como os vizinhos tornam-se agentes de mudança muito mais eficazes. Os princípios-chave da coprodução são os seguintes:

- Identificar os recursos disponíveis;
- Aproveitar e melhorar as capacidades das pessoas;
- Reciprocidade e mutualidade;
- Criar e promover redes de apoio entre pares;
- Resolver disparidades e contrastes;
- Promover a autonomia na criação das atividades – capacitar em vez de dar.

A primeira fase da iniciativa Next Door viu os parceiros envolverem-se numa investigação teórica e documental sobre as boas práticas de vizinhança ativa e inclusiva e sobre os



quadros regulamentares nacionais. De seguida, realizou-se uma pesquisa de campo através de sessões de coprodução e entrevistas destinadas a investigar as dificuldades, preocupações e necessidades dos grupos-alvo.

Para avaliar a eficácia da iniciativa a nível local e nacional e para compreender o que poderia ser feito para melhorar a situação nos vários contextos de vizinhança, os parceiros organizaram sessões em todos os países participantes e envolveram um total de 210 participantes, incluindo pessoas mais velhas, membros da comunidade e atores locais. Entre os vários atores envolvidos estiveram decisores políticos locais, membros de freguesias, representantes de municípios, serviços de saúde e sociais (públicos e privados), organizações e associações que prestam serviços à população mais velhas e voluntários.

Este relatório tem como objetivo partilhar os resultados obtidos através da investigação documental e empírica realizada e apresentar a metodologia Next Door para a realização de ações participativas envolvendo as diferentes partes interessadas.

Next Door

Os idosos constituem um grupo particularmente vulnerável na sociedade, com maior risco de pobreza e exclusão social: 38% das pessoas com mais de 65 anos são incapazes de fazer face a despesas financeiras inesperadas. Quase 17% das pessoas em risco de pobreza têm mais de 65 anos e 12,5% das pessoas com mais de 75 anos relatam sintomas depressivos, relacionados com a solidão (2019 Ageing Europe, Eurostat).

A iniciativa NEXT DOOR visa promover o capital social localmente, fomentando a proteção dos cidadãos idosos e aumentando os seus níveis de autoestima e qualidade de vida. A iniciativa NEXT DOOR conta com o desenvolvimento das capacidades dos profissionais que trabalham na comunidade a nível local, unindo esforços dos diferentes serviços e organizações comunitárias para melhorar as suas competências técnicas e sociais, de forma a garantir um melhor desempenho profissional para o apoio à população mais velha, cocriando uma comunidade mais coesa.


Os objetivos da iniciativa são:

- Envolver as partes interessadas para darem **resposta às necessidades das pessoas mais velhas**, através de workshops locais de cocriação;
- Construir uma **ferramenta digital para mapear os recursos locais** e disponibilizar informação sobre a melhor forma de apoiar e encaminhar o processo;
- Sensibilizar o público em geral e os vizinhos para a **importância do capital social da comunidade**;
- Conceber e pilotar um **programa de capacitação** para profissionais (dos sectores comunitário, social e da saúde) e decisores políticos (municípios, governo, etc.);
- Construir **recursos de gamificação** para apoiar as atividades de aprendizagem, eventos de sensibilização e avaliação;
- Criar **Grupos Locais de Recursos Sociais** para estabelecer recomendações;
- Criar um modelo que reúna a metodologia, os recursos, os resultados da implementação do piloto, a avaliação de acompanhamento e os estudos de caso, bem como um modelo de negócio e replicação.

Os principais resultados do NEXT DOOR:



- Metodologia através de ações participativas para o envolvimento de partes interessadas a vários níveis.
- **Ferramenta Digital NEXT DOOR.** Plataforma online que abordará as necessidades de três principais categorias através do seu conteúdo: pessoas mais velhas, vizinhos e organizações.
- **Programa de Sensibilização e de Capacitação.** Um programa de reforço de capacidades para fornecer conhecimento e aprendizagem aos profissionais sobre como colocar em prática uma abordagem de vizinhança.
- **Modelo de participação da vizinhança para proteger e cuidar dos cidadãos mais velhos.** Um modelo que reúne metodologia, recursos, resultados do piloto, avaliação de acompanhamento e estudos de caso, bem como um modelo de negócio e replicação.

A black and white close-up photograph of two elderly individuals. The person on the left is an older man with a wrinkled face, wearing glasses and a checkered shirt, leaning towards the person on the right. The person on the right is an older woman with short, light-colored hair, wearing glasses and a patterned sweater, smiling broadly. The background is dark, making the subjects stand out.

PRÁTICAS
INSPIRADORAS
E RECURSOS
LOCAIS
EXISTENTES PARA
O ENVOLVIMENTO
COMUNITÁRIO

França

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- Loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement.

Instituições públicas de apoio às pessoas mais velhas



- La haut conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge
- (HCFEA) Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie
- (CNSA) Ministère des solidarités et de la santé Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie: CDCA
- Les CCAS: centres communaux d'action sociale

Programas dirigidos às pessoas mais velhas



- Portail pour les personnes âgées
- Concertation grand âge et autonomie
- Plan solidarité grand âge

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas



- Carte sénior
- Campagnes de prévention des risques pour les personnes âgées
- Allocations de solidarité aux personnes âgées : ASPA
- L'APA (allocation personnalisée d'autonomie)
- Kocoya Thinklab
- Les MARPA : maisons d'accueil et de résidence pour personnes âgées
- Béguinage

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas



- Génération mouvement -les aînés ruraux
- Génération Culture et vieillir autrement
- Union nationales des instances de coordination, offices de retraités et de personnes âgées : UNIORPA
- L'union nationale des retraités et des personnes âgées : UNRPA
- L'Union française des retraités
- La croix rouge



Boas Práticas

- Communauté amie des aînés (CADA) in Pays de Mormal
- Group Vivr'alliance
- Voisin-âge (PF)
- Action accompagnement téléphonique des petits frères des pauvres en bretagne
- et pays de la loire
- Habitat des possible
- MONALISA
- Fédération nationales des associations et amis des personnes âgées et de leurs
- familles: FNAPAEF
- Les petits frères des pauvres
- FNAR: Fédération nationales des associations de retraités
- KADOVIE
- OLD'UP
- 55 et plus
- Age village
- Service civique solidarité sénior
- Les intergénéreux
- Donner recevoir

Portugal

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- "Decreto-Lei n.º 248/97 de 19 de Setembro": O Conselho Nacional para a Política da Terceira Idade (CNAPTI) é um órgão consultivo específico para a definição e acompanhamento das políticas sobre o envelhecimento e as pessoas mais velhas.
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 63/2015: Aprova a estratégia para a proteção das pessoas mais velhas
- PROJECTO DE LEI N.º 526/VIII. Cria as comissões para a proteção e promoção dos direitos das pessoas mais velhas - criadas para evitar que estas sejam vítimas de violência, especialmente violência doméstica.
- Despacho n.º12427/2016: Estratégia nacional para um envelhecimento ativo e saudável 2017 – 2025.

Instituições públicas de apoio às pessoas mais velhas



- Ministério da Solidariedade e Segurança Social: Apoia as pessoas mais velhas através das seguintes respostas sociais: Serviço de Apoio Domiciliário; Centros de Dia; Centros de Noite; Centros de Convívio; Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas; Alojamento familiar; Centros de férias e de lazer.
- Misericórdias: Em parceria com o Estado, as Misericórdias têm a sua identidade intimamente ligada à Igreja Católica e, por isso, estas instituições são governadas pelo direito civil, mas também pelo direito canónico. O apoio dado à comunidade pelas Irmandades baseia-se essencialmente em respostas sociais para crianças, idosos, deficientes, etc., e saúde, hospitais, clínicas, cuidados continuados, entre outros.

Programas dirigidos às pessoas mais velhas



- Ageing@Coimbra: Fomentar projetos e programas de boas práticas inovadoras em cuidados de saúde e apoio social, investigação científica e aplicações tecnológicas, que promovam o seu bem-estar geral e o envelhecimento ativo e saudável.
- Programa de Apoio à Iniciativa Privada Social (PAIPS): Promove o aumento e a melhoria qualitativa e quantitativa dos serviços para a população mais velha: criação de equipamentos e serviços; aumento do número de lugares em lares de idosos, entre outros.



- Programa Apoio 65 - Idoso em Segurança: É um programa do Ministério da Administração Interna realizado pela GNR, que dá apoio às populações mais vulneráveis e às pessoas idosas mais isolada.
- Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII): Caracteriza-se por um conjunto de medidas inovadoras que contribuem para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas em questões de ambiente doméstico e no seu ambiente habitual, desenvolvidas através de projetos de desenvolvimento central e local.
- O Policiamento Comunitário e os Programas Especiais da GNR: Aproximar a polícia dos cidadãos e mudar a forma como a polícia é atualmente vista na sociedade. Um projeto denominado Polícia de Proximidade.
- Movimento Comunidades de Vizinhaça: Reabilitação das casas onde vivem as pessoas mais velhas, graças à ajuda de jovens voluntários. O seu objetivo é proporcionar-lhes bem-estar e autoestima.
- Vizinhaça Solidária: Estabelecer um vínculo de solidariedade como instrumento para facilitar o policiamento preventivo, reduzir a criminalidade local e encontrar soluções apropriadas para problemas relacionados com a segurança dos residentes.
- Comunidades Compassivas como parceiros para a saúde: Permite fornecer cuidados abrangentes e de qualidade aos cidadãos. Liderado pela Associação Borba Contigo Cidade Compassiva (ABCCC) e pela Ordem Médica.
- Coração Amarelo IPSS: Combater a solidão das pessoas mais velhas através do artesanato, da escrita criativa, da costura, da informática, da observação de documentários, etc.
- Vizinhos de Aveiro, Grupo Cívico de Apoio #Covid19: Alertar para possíveis problemas ou ameaças e, se necessário, ajudar a gerar respostas públicas ou cívicas (de natureza logística, de saúde pública ou de apoio comunitário).

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas

- SOS VIVER + (medida excecional do Programa VIVER +): Rede de apoio a pessoas idosas e grupos em risco para assegurar a prestação de serviços básicos, durante o período de implementação das medidas de contenção da pandemia de COVID-19.
- Grupo Cívico de Apoio, Covid19 Aveiro: Trata-se de uma linha telefónica; um serviço prestado pela Câmara Municipal de Lisboa, que faz a ligação a uma infraestrutura de salvamento composta pela Proteção Civil, Bombeiros e Polícia.



- Alôs Comunitários (Centro de Desenvolvimento Comunitário Bairro dos Lóios): Combater o isolamento das pessoas idosas e promover um sentimento de união e de pertença à comunidade.
- Apoio domiciliário: É a prestação de cuidados individuais e especializados no domicílio sempre que as pessoas ou os seus familiares, devido a doença, deficiência ou outros impedimentos, sejam temporária ou permanentemente, incapazes de assegurar as suas necessidades básicas de vida diária.

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas

- Associação Mais Proximidade Melhor Vida (MPMV): Melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas vulneráveis e isoladas.
- Unidades Cuidados na Comunidade – Pública (SNS): Unidade que presta cuidados de saúde e apoio psicológico e social em casa e na comunidade, principalmente a pessoas, famílias e grupos vulneráveis em maior risco, física e funcionalmente dependentes ou doentes.
- Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e Associações de Solidariedade e da Misericórdia: São instituições de solidariedade social em áreas como a segurança social, saúde e educação. Através de uma relação de proximidade com a população e cooperação com o Estado, as IPSS procuram responder a situações de emergência social e apoiar os cidadãos mais vulneráveis.
- Apoio familiar e de proximidade (individual e grupos sociais): Família, amigos, vizinhos, clubes, associações, igrejas e outros que prestam cuidados gratuitos, numa base regular e na ausência de uma ligação formal.
- Outras instituições privadas (serviços de apoio pessoal e social): Estas instituições privadas podem ser agências de apoio pessoal e social, lares de idosos ou centros sociais, de lazer e de férias.



Boas Práticas

- REDES DE AMIGOS E VIZINHANÇA COMO FATOR DE PROTEÇÃO SOCIAL PARA PESSOAS IDOSAS ISOLADAS: ESTUDO PILOTO EM ALDEIAS CONCELHO DA GUARDA: Conclui-se que não existe uma diferença significativa que possa comprovar que as pessoas mais velhas apresentam maior satisfação com a família do que com os amigos, ou seja, ambos se complementam no cuidado à pessoa mais velha.
- Humanamente: Prestação de serviços, formação e conceção de produtos para pessoas com demência ou défices cognitivos.
- Projeto ATIVE-SE! - Promoção do Envelhecimento Ativo: Sessões de Informação sobre Saúde; Sessões de Yoga; Sessões de Desporto; Sessões de introdução e apoio às Tecnologias de Informação e Comunicação; Sessões de Trabalho Manual; Reuniões Intergeracionais.
- "IDENTIDADE | A Avó Faz | Empreendedorismo Sénior": Desenvolvimento de produtos nativos do município.
- Santa casa da Misericórdia de Lisboa (Oficinas de Estimulação Cognitiva): O seu objetivo é trabalhar as funções cognitivas a partir do resgate da narrativa dos utilizadores. Visa igualmente a coesão e o bem-estar do grupo.
- Histórias de Vida"- SCML: Versão simplificada das Oficinas de Estimulação Cognitiva, para grupos maiores, num ambiente menos formal. Pode ser dirigida a cidadãos com demência ou não.
- Atividades intergeracionais: Promover a interação de gerações na comunidade.
- Programa de Apoio Integrado a Idosos - PAII. Serviço de Apoio Integrado a Idosos; Formação de Recursos Humanos; Centro de Apoio a Dependentes/Centro de Recursos Multidisciplinares.

Reino Unido

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- The Care Act: A Lei dos Cuidados visa assegurar o bem-estar das pessoas que necessitam de cuidados e serviços de apoio. Assegura a personalização dos serviços de cuidados, colocando a pessoa no centro do processo.

Instituições públicas de apoio às pessoas mais velhas



- LinkAge Plus: A estratégia digital DPW trabalhou com departamentos governamentais, autoridades locais e outras organizações para melhorar os serviços para as pessoas mais velhas através de pilotos "LinkAge Plus". Os pilotos exploraram formas de melhorar os serviços locais para as pessoas idosas. Isto incluiu o acesso a todos os serviços através de uma série de pontos de contacto, tais como pessoalmente, por telefone, etc.

Programas dirigidos às pessoas mais velhas



- Age UK: A Age UK trabalha em estreita colaboração com parceiros locais para fornecer uma gama de programas e serviços em todo o Reino Unido. Estes projetos vitais ajudam as pessoas a permanecerem seguras, saudáveis e independentes à medida que envelhecem.

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas



- NHS - Improving care for older people. O NHS Inglaterra está a trabalhar com parceiros para apoiar as pessoas em Inglaterra a envelhecerem bem. Para as pessoas mais velhas que começam a ter dificuldades, é particularmente importante tomar medidas ativas para abrandar ou inverter alguns dos desafios de saúde. É essencial que as pessoas idosas sejam apoiadas para permanecerem o mais saudáveis e independentes possível, durante o máximo de tempo possível.

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas



- Care homes - NHS. Oferecem lares para idosos que têm dificuldade em viver sozinhos.



Boas Práticas

- AGE UK - Engaging older people in activities: Encorajar e proporcionar oportunidades para que as pessoas mais velhas com deficiência e as pessoas com condições débeis de saúde sejam ativas e tenham benefícios significativos a longo prazo. Estes incluem melhor saúde, melhor qualidade de vida, independência e sensação de bem-estar, bem como benefícios sociais mais amplos.
- Age UK: Age UK trabalha em estreita colaboração com parceiros locais para fornecer uma gama de programas e serviços em todo o Reino Unido. Estes projetos vitais ajudam as pessoas a permanecerem seguras, saudáveis e independentes à medida que envelhecem.
- Age UK - Connecting with culture to reduce loneliness among ethnic minority communities: Algumas comunidades BAME (comunidades negras, asiáticas e de minorias étnicas) têm grandes redes familiares, mas as pessoas nelas inseridas podem, ainda assim, sentir solidão por terem menos envolvimento com os seus pares, ou por não desenvolverem atividades que lhes possam interessar. Existe também uma ligação identificada entre a solidão e os níveis relativamente elevados de pobreza que afetam alguns grupos da BAME.

Roménia

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- Lei nº 17/2000 sobre a assistência social às pessoas idosas: O primeiro artigo da lei estabelece que "As pessoas idosas têm direito à assistência social, de acordo com as disposições desta lei, em relação à situação sociomédica e aos recursos económicos à sua disposição". A lei determina quem são os beneficiários, a avaliação da situação das pessoas idosas necessitadas de assistência social a ser feita, os serviços comunitários para as pessoas mais velhas, a organização e funcionamento dos lares, bem como o financiamento da assistência social para as pessoas mais velhas.
- Lei nº 19/2018 relativa à aprovação do Decreto Governamental de Emergência nº. 34/2016 para a alteração e conclusão da Lei n.º 17/2000 relativa à assistência social aos idosos: Relativo à assistência social às pessoas idosas e introduz igualmente algumas alterações, como na situação em que o estado de saúde da pessoa idosa não permite a obtenção do seu consentimento, para a concessão dos cuidados, desde que a decisão seja tomada pelo serviço público de assistência social da administração pública local do domicílio ou residência da pessoa idosa, com base no inquérito social e recomendações feitas pelo médico de família, em consulta com o especialista, com a aceitação dos familiares de primeiro grau da respetiva pessoa ou, na sua ausência, com a aceitação de um outro familiar. Para além disso, também foram introduzidas alterações no estabelecimento das condições para os cuidados domiciliários.
- Decisão do Governo n.º 886/2000 para a aprovação da Grelha Nacional para a avaliação das necessidades das pessoas idosas: Apresentação da grelha de avaliação dos graus de dependência, ou seja, pessoas idosas que, em resultado da perda de autonomia devido a causas físicas ou mentais, necessitam de ajuda significativa e/ou cuidados para realizar as atividades básicas da vida diária.

Instituições públicas de apoio às pessoas mais velhas



- Direção Geral de Assistência Social e Proteção da Criança: Instituição pública romena subordinada aos conselhos municipais e locais a nível sectorial em Bucareste, que oferece assistência e apoio a crianças, famílias, pessoas solteiras, pessoas idosos, pessoas necessitadas,

abusadas, marginalizadas ou com deficiência e a qualquer pessoa em necessidade.

- Serviço Público de Assistência Social: Assegura a atividade de prevenção e intervenção primária para pessoas solteiras e famílias em dificuldade. A assistência social ao nível do Serviço Público de Assistência Social é conseguida através da prestação de benefícios de assistência social e da prestação de serviços sociais. O objetivo destas intervenções é melhorar a qualidade de vida das categorias socioeconomicamente desfavorecidas, em risco de marginalização social, que não têm a oportunidade de alcançar através dos seus próprios meios e esforços um modo de vida normal e decente. O objetivo da intervenção de assistência social é apoiar as pessoas em dificuldade a obter as condições necessárias para uma vida decente, ajudando-as a desenvolver as suas próprias capacidades e competências, incluindo as pessoas idosas com doenças crónicas e degenerativas sem apoio legal.
- Estruturas Consultivas Comunitárias: Instituições organizadas a nível de uma autoridade local para desenvolver e manter uma relação de trabalho entre o Presidente da Câmara, os conselheiros locais, por um lado, e as pessoas da comunidade local, por outro, em termos de resolução de alguns problemas ou de construção de projetos de interesse local. A Estrutura Consultiva Comunitária tem dois objetivos: a) reduzir o risco das pessoas vulneráveis; b) diminuir os efeitos de lesão que uma pessoa tenha sofrido.

Programas dirigidos às pessoas mais velhas



- "Community Grandparents".
- "Active Citizens in the Third Power".
- "A chance for our grandparents".

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas



- "The elderly help-line". Através do número de telefone 0800 460 001, as pessoas idosas recebem informações de interesse, aconselhamento e orientação dos operadores especializados em assistência social da Fundação Royal Margaret da Roménia. A linha telefónica está disponível das 08:00 às 20:00, de segunda a sexta-feira e sábado das 08:00 às 16:00. A linha também pode ser acedida por aqueles que pretendem denunciar abusos ou uma situação difícil de uma pessoa idosa que necessite de apoio emocional.
- "Teleclub for Seniors": É uma solução para aliviar a solidão das pessoas



mais velhas que não têm a oportunidade de participar em centros de comunitários. Através do TeleClube for Seniors, as pessoas idosas têm a oportunidade de socializar e conversar com outras pessoas sobre temas de interesse comum. A ligação estabelecida através de um sistema de teleconferência e é moderada por um assistente social e um voluntário.

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas

- State and private homes;
- Social cellars;
- Pension Houses;
- Day centers;
- Senior clubs;
- Home care companies and NGOs;
- Palliative care companies and NGOs;
- Social clinics;
- Retirement homes for pensioners;
- Foundations and associations;
- Local administrations, judges, notaries, law firms, local police.

Boas Práticas

- "Through the eyes of the seniors!": Desenvolvimento de um processo de organização comunitária com mais de 70 pessoas idosas bairro Drumul Taberei, em Bucareste. Os participantes identificaram questões comunitárias no Distrito 6 e participaram em reuniões e formações de desenvolvimento comunitário.
- "Saint Basil the Great" program: Ajudar adultos com mais de 45 anos de idade, de grupos desfavorecidos e pessoas idosas que se encontram imobilizados em casa e/ou socialmente isoladas. Os serviços oferecidos pela organização são: conversação, aconselhamento para certas necessidades, oração, ligação com os párocos, ajuda nas compras, acompanhamento dos beneficiários nas visitas médicas, hospitalização e alta hospitalar, visita às pessoas idosas durante a hospitalização, ajuda com receitas ou compra de medicamentos específicos, etc.
- "Shopping at your door": Iniciativa voluntária que entregava em casa embalagens de alimentos de estrita necessidade a pessoas idosas ou com dificuldades de locomoção, para que pudessem ficar em casa em segurança durante a pandemia. A iniciativa foi criada por Geeks for Democracy, uma comunidade de profissionais com várias competências (TI, digital, comunicação, RP, jurídica, design) que estão dispostos a partilhar, em equipas de projeto, recursos, tempo e conhecimento, para ajudar a sociedade civil. Os serviços têm sido prestados em Bucareste e no condado de Ilfov.
- "SenioriNET - NGO network of services dedicated to the elderly": Este projeto lançou as bases para a primeira rede nacional informal de ONG ativas no domínio dos serviços para as pessoas mais velhas, que se tornou um parceiro de diálogo para as autoridades e instituições públicas a nível nacional e local. Através do impacto a longo prazo, reforçando a capacidade das ONG para um maior acesso das pessoas idosas aos serviços de cuidados domiciliários, o projeto visou um grupo significativo de pessoas desfavorecidas, das zonas urbanas e rurais. Durante o projeto, a rede contribuiu para a elaboração de um documento de política pública, sobre o desenvolvimento de serviços de cuidados domiciliários para pessoas mais velhas, e promoveu as propostas do documento entre as autoridades locais. Ao mesmo tempo, a nível nacional, a rede esteve envolvida na responsabilização da classe política e das autoridades centrais, a fim de aumentar a sua sensibilização para a elaboração de uma legislação que promovesse o desenvolvimento dos serviços de cuidados domiciliários, contribuindo para o aumento da qualidade de vida.



- "A dignified life for everyone": Associação Psiterra, em parceria com o Hospital Clínico "Dr. C. I. Parhon" e a Universidade "Alexandru Ioan Cuza" de Iași, implementou o projeto "A dignified life for everyone" (Uma vida digna para todos).
- "Community Grandparents": O Ministério dos Fundos Europeus oferece até 400.000 euros durante um período de 3 anos para programas de ajuda e integração de pessoas mais velhas em situação de vulnerabilidade. O objetivo do projeto é assegurar que as pessoas idosas tenham acesso a serviços integrados de acordo com as suas necessidades específicas, melhorando a sua qualidade de vida e promovendo a participação ativa para, desta forma, conseguirem alcançar a sua independência/segurança. Algumas organizações não governamentais tiveram acesso aos fundos, mesmo em pequenas comunidades como Peștișani onde, durante a implementação do projeto, as pessoas mais velhas estiveram envolvidas num grande número de atividades: exposições, a celebração do Dia Nacional de Constantin Brancusi, feiras artesanais, etc..
- "Active Citizens in the Third Power": Promovido pela Confederatia Caritas Roménia e pela Associação C.A.R.P. "Omenia" Bucareste pretende aumentar a capacidade das pessoas idosas para participarem ativamente na influência das decisões e políticas públicas. Este projeto visa desenvolver a capacidade das pessoas idosas para formular e fazer valer os seus direitos.
- "A chance for our grandparents": Projeto implementado pela Prejmer commune, em parceria com a RED CROSS National Society from Romania - Brasov Branch. A iniciativa visa reduzir o número de pessoas pertencentes a grupos vulneráveis, fornecendo serviços sociais, médicos, socioprofissionais e formação profissional adequada às necessidades específicas para a integração socioprofissional. 160 pessoas idosas, com mais de 65 anos, residentes na comuna de Prejmer em risco e/ou exclusão social poderão beneficiar destes serviços.
- "The Quiet Old Age": Criado para ajudar os idosos a permanecerem independentes, de uma forma que lhes permita permanecer seguros e confortáveis nas suas próprias casas. O programa é implementado pela Fundação para o Desenvolvimento dos Serviços Sociais. Além dos programas de cuidados personalizados, os membros da comunidade podem envolver-se, redirecionando 2% do seu imposto anual para esta causa, tornando-se voluntários ou fazendo doações. Os fundos são redirecionados para sessões de psicoterapia, cursos ministrados por terapeutas da fala, materiais informativos dirigidos às pessoas mais velhas e outras atividades. Os serviços oferecidos incluem atividades sociais com

acompanhante, cuidados temporários, serviços de higiene, assistência de mobilidade, limpeza doméstica, aconselhamento psicológico, aconselhamento social e outros serviços.

- "Aging actively - aging healthy and without poverty": O objetivo do projeto implementado pela Carp Omenia Association Bucareste – "Center for Assistance and Care at home for the elderly", em parceria com a United Way Romania Foundation, é aumentar a capacidade de autossustento das pessoas idosas em risco de se tornarem dependentes, através de visitas domiciliárias, assistência e aconselhamento social, assistência e aconselhamento jurídico, facilitação de relações com autoridades públicas ou instituições públicas locais, apoio com ajuda material. Os beneficiários são de Bucareste ou de localidades vizinhas.
- Home care for those with special needs: A Sociedade Romena de Apoio a Idosos e Doentes com Alzheimer, em parceria com a Help Age International, implementou um programa que consistiu em visitas repetidas às casas das pessoas assistidas, com a avaliação da situação dos seus problemas médicos e sociais e a identificação das principais dificuldades.
- "Together against the isolation of the elderly in Romania!": O objetivo geral do projeto, implementado pela Four Change Association e Fundação "White-Yellow Cross of Romania" - Secção Buzau, é facilitar o acesso a serviços médicos-sociais integrados, a 165 idosos de acordo com as necessidades da sua situação específica, a fim de superarem a situação de vulnerabilidade e melhorarem a sua qualidade de vida.
- "Never alone". Programa desenvolvido pela Fundação Royal Margaret da Roménia para o apoio às pessoas mais velhas em risco de isolamento social e pobreza. Os voluntários são os vetores do programa e participam em todas as atividades dirigidas às pessoas idosas vulneráveis: visitas semanais ao domicílio, chamadas telefónicas regulares, idas ao teatro ou ao parque, acompanhamento ao médico, compra de medicamentos, organização de atividades de socialização, excursões, convívios festivos, compra de alimentos e produtos de higiene, etc. O Dr. Max Pharmacy participa no projeto e para qualquer produto comprado, 1 RON é doado à ONG "Never alone". A parceria tem como objetivo aumentar o número de beneficiários e voluntários da organização e expandir o programa para novas cidades. O dinheiro angariado é gerido pela associação e é investido em programas de apoio a pessoas mais velhas pobres e isoladas. Durante a pandemia os voluntários continuam em contacto com idosos vulneráveis, oferecendo-lhes apoio moral, prático e material em condições de máxima segurança.



- "The Care Hub": A campanha "For Grandparents Alone" começou a partir da crença de que cada um de nós tem uma pessoa idosa na sua família, a quem está grato pelo papel que teve na sua vida, e que juntos poderíamos agradecer às pessoas idosas solitárias de Timisoara, suportando alguns dos seus serviços e cuidados. Os serviços incluem companhia, limpeza profunda e limpeza ligeira nos domicílios, apoio no serviço de refeições, compras e pagamentos, ajuda com deslocações fora de casa, e apoio na realização da higiene pessoal.

Alemanha

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- A Alemanha não tem uma estratégia nacional que dê resposta ao isolamento. No entanto, existem várias medidas e projetos que serão referidos a seguir. A Alemanha tem 16 Estados, cada um com os seus ministros. No norte da Reno-Vestefália, o Ministério do Trabalho, Saúde e Assuntos Sociais (Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen) tem como um dos grupos-alvo as pessoas idosas, porém, não adotou qualquer legislação especificamente sobre o isolamento e a solidão.

Instituições públicas de apoio às pessoas idosas



- Ministério Federal da Família, dos Idosos, da Mulher e da Juventude (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)
- Associação Federal dos Gabinetes de Apoio aos Idosos (Seniorenbüros)
- Associação Nacional Alemã de Cidadãos Seniores Organisations (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen - BAGSO)
- Grupo de Trabalho Aberto sobre o Envelhecimento - OEWG-A ("Pontes entre Gerações (Generationsbrücke) - ONG financiada pelo Ministério alemão dos Assuntos da Família e por outras fundações, incluindo a Fundação BMW, Herbert Quandt e Caritas Alemanha"
- Juntos uns pelo outros: contacto e comunidade na velhice (Miteinander – Füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter) - um projeto da ONG Malteser Hilfsdienst, fundado pelo Ministério Federal da Família, dos Idosos, das Mulheres e da Juventude.
- Casas multigeracionais (Mehrgenerationenhäuser) - fundado pelo Ministério Federal da Família, dos Idosos, das Mulheres e da Juventude

Programas dirigidos a pessoas idosas



- Novos bairros - Viver juntos na Renânia-Palatinado! (Neue Nachbarschaften – engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!)
- Autodeterminado na velhice! (SelbstBestimmt im Alter!)
- Hora de consulta na Internet (Sprechstunde Internet)



- Jovens para idosos (Junge Alte für alte Alte)
- Cidadãos a cantar (Bürgersingen)
- Viver para ajudar (Wohnen für Hilfe)
- Olá, vizinho! (Hallo nachbar!)
- Ajuda de vizinhança Krakow am See (Nachbarschaftshilfe Krakow am See)

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas

- [#NeighbourhoodChallenge](#) ([#NachbarschaftsChallenge](#))
- [SENovation-Award](#)
- [Prémio Alemão de Vizinhança](#) ([Deutscher Nachbarschaftspreis](#))

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas

- [Liga Sénior Alemã](#) ([Deutsche Seniorenliga](#), or [DSL](#))
- [Blogue Geracional](#) ([Generationen Blog](#)) - Projeto da [Fundação Sparkasse, Colónia](#)

Boas práticas

- [Experiências limite](#) ([Grenzerfahrungen](#)) ([Erzählcafé](#))
- [Dia dos Seniores Alemães](#) ([Deutscher Seniorentag](#))
- [Na terceira idade EM FORMA](#) ([Im Alter IN FORM](#))
- [Gerações-Culturas-Diversidade](#) ([Generationen–Kulturen–Vielfalt](#))
- [Dia da Vizinhança](#) ([Der Tag der Nachbarn](#))

Itália

Legislação de apoio às pessoas mais velhas

- LEGGE REGIONALE 3 febbraio 1994, n. 5

Instituições públicas de apoio às pessoas idosas

- Servizio sociale territoriale

Programas dirigidos a pessoas idosas

- P.A.R. - Piano Azione Regionale Anziani

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas

- Banca dati fragili

Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas

- AUSER

Boas Práticas

- Quartiere Amico (Milan)
- Padova città amica dell'anziano (Padova)
- CiVediamo (Turin)

Espanha

Legislação de apoio às pessoas mais velhas



- Ley 6/1999, de 7 de julio, de Atención y Protección a las Personas Mayores.
- Orden 7/2016, de 7 de abril (DOCV num.7758 de 12/04/2016)
- Orden 10/2016, de 2 de mayo (DOCV num 7758 de 11/05/2016)
- Orden 8/2015, de 29 de diciembre (DOCV num. 7691 de 05/01/2016)
- Orden 8/2012 de 20 febrero , de la Conselleria de Bienestar Social (DOGV num. 6728 de 06.03.2012)
- Orden 3/2016, de 17 de febrero (DOCV num. 7727 de 24/02/2016)

Instituições públicas de apoio às pessoas idosas



- CEAMS
- CEOMA

Programas dirigidos a pessoas idosas



- Cuidados domiciliaries
- Serviço de teleassistência
- Comida em casa
- Programa de ajuda financeira para a permanência em centros de dia e residências
- Pensões não contributivas
- Feriados sociais
- Centros de lazer e convivência
- Termalismo

Ferramentas de apoio às pessoas mais velhas



- Tarjeta Mayor
- Bono Oro
- RENFE (Tarjeta Dorada)
- Benefícios económicos individualizados: barreiras arquitetónicas.
- Produtos de suporte domiciliar
- Benefícios económicos individualizados para o desenvolvimento pessoal, sob a forma de ajudas técnicas e adaptação de veículos motorizados.



Instituições informais ou privadas de apoio às pessoas mais velhas

- [Caritas](#)
- [La Caixa](#)
- [Carrefour \(Cartão+65\)](#)
- [Cruz Vermelha](#)

Boas Práticas

- [Semana da 3ª Idade \(Almussafes\)](#)
- [Obra social. El alma de "La Caixa"](#)
- [Programas de tempo livre e lazer](#)
- [Atividades conjuntas de centros residenciais em L'Enova](#)
- [Centro Integral de Mayores \(CIM\) \(Carcaixent, Sueca, Alzira, Carlet\)](#)
- [Programa "municipio" Camina](#)
- [Workshop de capacitação](#)
- [Rosita. Longevity coach.](#)
- [Hortas Terapêuticas](#)
- [Programas del Imsero \(Programa de termalismo del Imsero, Programa de turismo del Imsero\)](#)
- [Serviço de Teleassistência](#)
- [Programa de intervenção psicológica especializada a pessoas mais velhas e seus familiares](#)
- ["Menjar a casa"](#)
- [Programa Cáritas Diocesana para Idosos](#)
- [Programa "No estes solo en Navidad" \(Generalitat Valenciana\)](#)
- [Programa "València conviu"](#)
- [Programa "Apadrinar un Avi"](#)
- [Projeto Enred@te](#)



RELATÓRIO DA UE



Das 21 sessões de coprodução com 210 participantes, pessoas idosas, vizinhos, organizações e profissionais da comunidade, pertencentes aos países parceiros Portugal, Reino Unido, Roménia, Alemanha, Itália e Espanha, foram extraídas as principais conclusões a nível europeu sobre as principais necessidades, obstáculos e preocupações dos participantes envolvidos.

Pessoas mais velhas

O que fazem no seu tempo livre?

Todos os participantes responderam terem hobbies tais como bingo, leitura, fotografia ou ouvir rádio. A maioria gosta de trabalhos domésticos, atividades ao ar livre, como andar de bicicleta ou a pé, socializar com a família e amigos, ou atividades culturais como visitar museus, ir ao teatro ou à ópera. Alguns gostavam de fazer voluntariado e transmitir os seus conhecimentos e experiência profissional que adquiriram ao longo das suas vidas.

Quais são os valores mais importantes para as pessoas mais velhas, o que é mais importante?

A maioria dos valores e paixões dos inquiridos abrange a família, os amigos, o equilíbrio emocional, a economia e a saúde, elementos que formam uma boa qualidade de vida, ou seja, ter relações positivas com os outros, especialmente manter o contacto com os entes queridos ou estar integrado na comunidade.

Os valores pessoais incluem a solidariedade, a tolerância, o respeito, a integridade, a inclusão e o feminismo.

Sentem-se integrados na comunidade?

Embora uma grande maioria diga que se sente integrada na sua comunidade e que os seus vizinhos são uma fonte de apoio, companheirismo e amizade, existe, ainda assim, um forte sentimento de exclusão, e medo de sair, por razões de segurança.

Apoio da vizinhança

Há um consenso generalizado sobre a falta de serviços de proximidade, desde mercearias a farmácias.

Foi mencionado o papel dos prestadores de cuidados privados no apoio com as compras, com o trabalho doméstico e na promoção de atividades recreativas para as pessoas mais velhas.

A maioria dos inquiridos tem conhecimento e participa nestas atividades comunitárias, mas esta não é uma resposta geral, pois alguns desconhecem estas atividades de apoio e outros, embora saibam da sua existência, não se mostram interessados em participar

Que serviços comunitários são necessários?

Os participantes referiram sentir necessidade de mais oportunidades de socialização, atividades de lazer e de realização pessoal.

O isolamento ou solidão é mencionado como o principal desafio, agravado pelas restrições relacionadas com a COVID. Um aspeto mencionado é a necessidade de aulas de informática para pessoas mais velhas, uma vez que, devido à pandemia, muitas das interações passaram a ser online, e algumas pessoas não dominam as novas tecnologias.

Alguns inquiridos comentaram que gostariam de receber chamadas telefónicas de acompanhamento regulares, uma vez que não gostam de frequentar ambientes de grupo.

Alguns participantes mencionaram que o Estado deveria intervir fornecendo meios que facilitem a mobilidade das pessoas mais velhas, uma vez que este é um fator determinante para a locomoção e socialização.

Segundo os inquiridos, as atividades de apoio deveriam ser mais bem promovidas e implementadas a partir do levantamento das necessidades específicas das próprias pessoas idosas. Foi também referida a necessidade da realização de mais atividades culturais e promotoras do envelhecimento ativo.

E, finalmente, instalações de mobilidade melhores e mais acessíveis para as pessoas mais velhas.

- Serviços médicos - necessidade de cuidados médicos, para tratar doenças e mal-estar.
- Reabertura dos clubes/centros seniores.
- Atividades de socialização - foi o aspeto mais mencionado



- Ter um local onde possam organizar mais atividades, onde se possam encontrar e passar tempo juntos. É essencial que tenham este sentimento de pertença à comunidade. Os inquiridos salientaram a necessidade de espaços de socialização, estando dispostos, inclusive, a contribuir financeiramente para a realização de atividades e para a sua participação em eventos sociais, viagens e passeios.
- Participação em eventos culturais e artísticos.

Ações positivas que as comunidades locais estão a implementar, utilizando uma abordagem de proximidade para apoiar as pessoas idosas:

- Atividades socioculturais
- Melhoria das oportunidades de participação
- Promoção da atividade física
- Serviço de cuidados ao domicílio
- Entrega de alimentos ao domicílio
- Apoio com as compras durante a pandemia
- Artesanato
- Concertos musicais
- Viagens de interesse cultural a lugares próximos
- Programas de caminhadas
- Centros para reformados e pensionistas
- Programas culturais mensais
- Residência e centro de dia
- Festas populares
- Associações de reformados

Vizinhança

Paixões e valores

As pessoas entrevistadas partilharam a importância da solidariedade, apoio mútuo, empatia, respeito e honestidade nas relações de vizinhança.

Quando questionados sobre as suas paixões, diversas atividades foram mencionadas: atividades culturais e artísticas, como música, cinema, leitura, teatro e ópera; desporto, culinária; viagens e excursões.

Todos os inquiridos referiram que o mais importante é partilhar tempo com os seus entes queridos, amigos e família.

Existe proximidade nas atividades disponibilizadas às pessoas mais velhas?

Foi consensual que a comunidade não oferece muitas opções dirigidas às pessoas mais velhas, sobretudo se não tiverem viatura própria.

Todos mencionam que a COVID fez a diferença em termos de serviços recreativos oferecidos aos mais velhos ou de voluntariado na zona de língua inglesa. Muitos cidadãos não estão conscientes desta necessidade, mas, por vezes, apoiam as pessoas mais velhas da sua comunidade de forma natural.

Neste período de pandemia, surgiram iniciativas que fomentam ligações sociais e intergeracionais. Os grupos do Facebook foram considerados um bom meio para permitir às pessoas idosas exprimir as suas necessidades e obter resposta de qualquer pessoa da comunidade.

Melhorar a proximidade

A segurança foi uma questão muito mencionada, uma vez que algumas pessoas mais velhas têm receio de sair de casa. A presença da polícia é importante. As pessoas mais vulneráveis deveriam ser mais vigiadas e ter um lugar para onde ir em caso de necessidade. Este seria idealmente um local próximo e facilmente acessível.

A necessidade de promover a solidariedade entre vizinhos e o apoio informal foi também mencionada, juntamente com a necessidade de proporcionar mais oportunidades de socialização, para evitar o isolamento.

Concluiu-se que o mais importante a ter em conta é a necessidade de mais atividades e serviços de apoio às pessoas mais velhas, e que os envolvam de forma ativa. Existe ainda uma clara necessidade de melhorar a comunicação e a proximidade dos serviços existentes, assim como de envolver os mais jovens em campanhas de sensibilização para estas temáticas.

Que ações podem ser tomadas para promover o apoio comunitário às pessoas mais velhas?

Oferecer mais e melhores oportunidades que promovam o envelhecimento ativo e o combate ao isolamento. Para além disso, é necessário um papel mais ativo da administração local no apoio às pessoas mais vulneráveis. Várias ideias surgiram quanto ao que significa ser uma comunidade em rede:

- Organização de vizinhos para auxiliarem a compra de alimentos para as pessoas mais vulneráveis da comunidade. Apoio em pequenas tarefas práticas no domicílio (como mudar uma lâmpada).
- Visitas ocasionais para conversar, fazer jogos, dar um passeio, criar um álbum de fotografias, etc.
- Melhor comunicação com os cidadãos mais jovens para os envolver num melhor apoio aos mais velhos.
- A organização de saídas culturais intergeracionais (ao cinema, teatro, museus, etc.).

40% dos inquiridos disseram que as atividades deveriam ser, não só promovidas, mas também publicitadas, para que as pessoas mais velhas tivessem conhecimento das mesmas, caso quisessem participar, e que deveriam ser tornadas mais atrativas para este público. Os restantes 60% responderam que havia necessidade de envolver os jovens no apoio às pessoas mais velhas; aumentar a oferta de transportes públicos, promover monitores locais; realizar workshops sobre vários tópicos e atividades que vão ao encontro das necessidades das pessoas da comunidade:

- Exercício físico em grupo e ao ar livre
- Promoção da leitura/cultura em conjunto
- Mais atividades de lazer
- Transporte acessível
- Biblioteca móvel



- Acompanhamento pessoal
- Atividades que permitam às pessoas sentirem-se úteis
- Encorajamento da aprendizagem
- Combate ao isolamento
- Mais acompanhantes especializados em questões geriátricas
- Mais transportes públicos, o que facilita a participação em atividades no exterior
- Programação de atividades de manhã e à tarde
- Programas de animação específicos e adaptados
- Maior divulgação das atividades
- Envolvimento dos organizadores/responsáveis pela atividade, a fim de encorajar todos os participantes

Vizinhos e voluntários salientaram que as necessidades a satisfazer podem ser de naturezas diferentes, já que algumas pessoas podem necessitar de assistência pessoal e outras apenas para terem mais relacionamentos e oportunidades de socialização. Nesse sentido, relataram que seria necessária uma ação pública, com o envolvimento do Ministério da Saúde ou da Câmara Municipal. Segundo os participantes, uma vez mobilizados os organismos públicos, poderia ser mais fácil ativar as seguintes ações envolvendo cidadãos e profissionais:

- Serviços médicos ou terapêuticos
- Atividades intergeracionais
- Aquisição de alimentos, simplificação da prescrição de medicamentos compartilhados
- Criação de um centro de emergência que as pessoas idosas pudessem chamar numa situação extrema. Este centro deveria ser permanentemente aberto e dotado de voluntários de diferentes especialidades (saúde, bombeiros, etc.).
- Uma equipa de peritos/médicos
- Espaços de socialização - um lugar de encontro, conversação, celebração de aniversários/eventos importantes

ONG e Agentes da Comunidade

Que apoio/atividades de proximidade oferecem às pessoas idosas da sua comunidade?

Direta ou indiretamente, a maioria das organizações representadas pelos entrevistados lidam ou lidaram com a população mais velha, através da prestação de serviços, principalmente cuidados e apoio social, atividades de lazer, desporto, apoio à saúde, atividades intergeracionais e intervenção psicológica.

Estas organizações demonstram vontade de incluir a população mais velhas nas suas ações, no âmbito desta iniciativa, a fim de participar na rede de apoio proposta.

Em termos de recursos comunitários, parecem existir iniciativas dirigidas a este grupo etário. No entanto, muitas delas são apenas periódicas, anuais ou já não estão ativas.

Que oportunidades existem a nível local que envolvem as pessoas mais velhas?

Nesta pergunta, os entrevistados chamaram a atenção para algumas questões importantes:

- A Igreja como elemento unificador da população mais velha
- Os profissionais referiram que existem algumas atividades na comunidade, principalmente promovidas por entidades locais. Neste ponto, esta conclusão diverge da maioria dos relatos das pessoas mais velhas inquiridas, o que constitui um elemento de reflexão
- A falta de divulgação de iniciativas e da promoção das mesmas. As iniciativas muitas vezes não correspondem às preferências da população
- A má distribuição destas iniciativas entre as freguesias
- A necessidade de ajudar as pessoas mais velhas com documentação logística
- As diferenças dentro do mesmo país, dependendo da área, no que diz respeito às oportunidades oferecidas
- A importância de compreender que os cuidadores formais, muitas vezes, não têm formação e não gostam da profissão, o que se reflete na baixa qualidade dos cuidados prestados



De que recursos necessitam para envolver melhor as pessoas mais velhas e oferecer-lhes um apoio mais eficaz?

A falta de meios financeiros, transportes e questões burocráticas foram identificadas como os principais obstáculos a mais e melhores iniciativas que envolvam as pessoas mais velhas.

É importante que não só as organizações promovam atividades e programas, mas também que existam iniciativas informais, utilizando espaços públicos e tentando estar mais perto desta população.

Os trabalhadores da comunidade e os residentes mais velhos referiram que seria positivo se a comunidade tivesse um programa que promovesse "visitas sociais" por parte das próprias pessoas mais velhas: poderiam visitar outros membros da comunidade que estivessem doentes ou dependentes de cuidados.

Foi perguntado aos participantes o que implementariam na comunidade se pudessem. Estas perguntas dão-lhes um papel ativo e promovem a reflexão sobre as ações importantes que pensam estar em falta para apoiar as pessoas mais velhas e promover uma melhor qualidade de vida para este grupo. Os participantes poderiam apelar à sua experiência como profissionais ou como residentes. As principais contribuições foram:

- Atividade física, estimulação cognitiva
- Financiamento de organizações
- Em vez de atribuir subsídios aos mais jovens, torná-los produtivos, promovendo atividades intergeracionais em que os mais jovens apoiam os mais velhos
- Melhoria do transporte urbano
- Programas de voluntariado seriam muito úteis para atingir estes objetivos, visto que muitas vezes estas pessoas estão isoladas e com necessidade de socialização. Os voluntários mais jovens poderiam desenvolver uma ação de apoio aos mais velhos
- Programas de visitas
- Capacitação das pessoas mais velhas para as competências digitais
- Atividades intergeracionais, onde se pode incluir o apoio em atividades recreativas, contar histórias, conversar, etc.
- Foi sugerido que os mais velhos pudessem funcionar como transmissores de conhecimentos, ensinando as formas tradicionais de artesanato ou a possibilidade de apresentações de música e dança

O que impede as comunidades de se envolverem no apoio às pessoas mais velhas?

Existe uma separação significativa entre as pessoas mais velhas e as mais novas. As pessoas mais velhas são frequentemente vistas como um fardo para a sociedade; alguns trabalhadores até comentaram que estão interessados em promover programas intergeracionais, mas o obstáculo reside em conseguir gerar interesse entre as gerações mais jovens. Além disso, as organizações deparam-se frequentemente com a falta de financiamento, o que se agravou com a pandemia.

A falta de transporte foi mencionada por muitos participantes como um obstáculo a iniciativas com pessoas mais velhas. Com mais serviços de transporte disponíveis, o isolamento social diminui e o acesso a serviços e oportunidades sociais aumenta. Apesar disso, entrevistados referiram que, por vezes, mesmo quando têm condições, as pessoas mais velhas têm relutância em participar em atividades da comunidade, especialmente se não forem gratuitas.

Os participantes concordaram que existe um grande estigma em torno da "velhice" e que os estereótipos precisam de ser desconstruídos.

Seria também necessário um investimento em recursos humanos: pessoal bem formado, em rácio suficiente, salários ajustados e legislação coerente.

A identificação das pessoas idosas vulneráveis é, muitas vezes, problemática: seriam necessárias parcerias locais para a identificação das pessoas mais velhas e para a organização de serviços a nível local.

É muito importante procurar formas de aproximar as gerações, ou seja, de quebrar o estigma em relação às pessoas mais velhas. Para tal, é necessário promover mais atividades intergeracionais, desportivas, culturais e sociais. É importante prestar especial atenção à saúde física e mental das pessoas mais velhas e dos seus cuidadores. É necessário criar programas em que os idosos desempenhem um papel ativo como "transmissores de conhecimento".

Os participantes apresentaram algumas sugestões sobre o que poderia ser oferecido a nível local, embora estas não se concentrem suficientemente na promoção da sensibilização da comunidade para apoiar as pessoas mais velhas, constituindo apenas um meio de envolver diferentes grupos-alvo:

- Cuidados psicológicos regulares e gratuitos para pessoas idosas e cuidadores
- Promoção da participação cívica das pessoas mais velhas
- Formação de mais voluntários que possam integrar o programa e identificar necessidades



Algumas destas ações podem ser levadas a cabo através das organizações locais envolvidas no âmbito desta iniciativa, enquanto outras procuram uma entidade mais ampla a nível comunitário.

Atividades positivas que as comunidades estão a realizar utilizando uma abordagem de proximidade para apoiar as pessoas idosas

- Serviço de cuidados ao domicílio (tanto em termos de cuidados de higiene como de estimulação cognitiva)
- Refeições em casa
- Processamento de subsídios
- Avaliação da dependência
- Ginástica
- Programa de caminhadas
- Atividades de lazer e tempo livre
- Férias com termalismo
- Ajudas à acessibilidade e eliminação dos obstáculos
- Acompanhamento para promover a integração
- Dança para pessoas mais velhas



Como podemos incentivar a comunidade e os vizinhos a apoiarem as pessoas mais velha que vivem nas proximidades?

Os profissionais apontaram, como forma de alargar a prestação de cuidados de apoio às pessoas mais velhas, a promoção da colaboração de serviços de saúde entre entidades privadas e voluntários liderados por uma entidade coordenadora. Referiram ainda a importância de disponibilizar mais transportes públicos, mais recursos financeiros e mais informação às pessoas mais velhas.

Outras ações identificadas e que permitem incentivar a comunidade a apoiar as pessoas mais velhas:

- Alojamento protegido e não vigiado
- Locais de encontro realmente equipados com serviços e pessoal suficiente com continuidade ao longo do tempo
- Serviços de ambulatório nos municípios
- Participação ativa na tomada de decisões (conselho municipal de participação)
- Fisioterapeuta, nutricionista e monitor de desporto ou expressão corporal
- Serviço completo de assistência: companhia, compras, medicina, desporto e lazer
- Projetos e atividades intergeracionais
- Centros de dia ou centros para a promoção da autonomia
- Transportes públicos
- Mais atividades de lazer e culturais
- Mais pessoal e atividades na área da informática

CARTAS DE IDENTIDADE



O que são as cartas de identidade?

Trata-se de um perfil de uma página que pode ajudar os profissionais de assistência social a prestarem melhores cuidados e apoio centrados na pessoa. É um resumo simples daquilo que é importante para uma pessoa e de como esta quer ser apoiada. No seu perfil, pode constar informação de como gostaria que as pessoas a ajudassem e quando precisa de cuidados e de apoio.

Este recurso permitirá compreender melhor a prática centrada na pessoa, destinando-se a profissionais e gestores de cuidados. Contudo, as pessoas que utilizam serviços de apoio e o público em geral também o poderão achar útil.

A quem se destina este recurso?

A todos os profissionais que trabalham na área dos cuidados e apoio à população mais velha. Este recurso ajudará a criar um modelo que poderá ser replicado nos contextos de trabalho. Quer seja um gestor ou um profissional da linha da frente, é benéfico ter uma e compreender como funcionam as cartas de identidade.

A todas as pessoas que recorrem aos serviços de apoio. Criar o seu próprio perfil ajuda os profissionais e as pessoas à volta a compreender a melhor forma prestar o apoio ou serviço.

Preencha e partilhe a carta de identidade

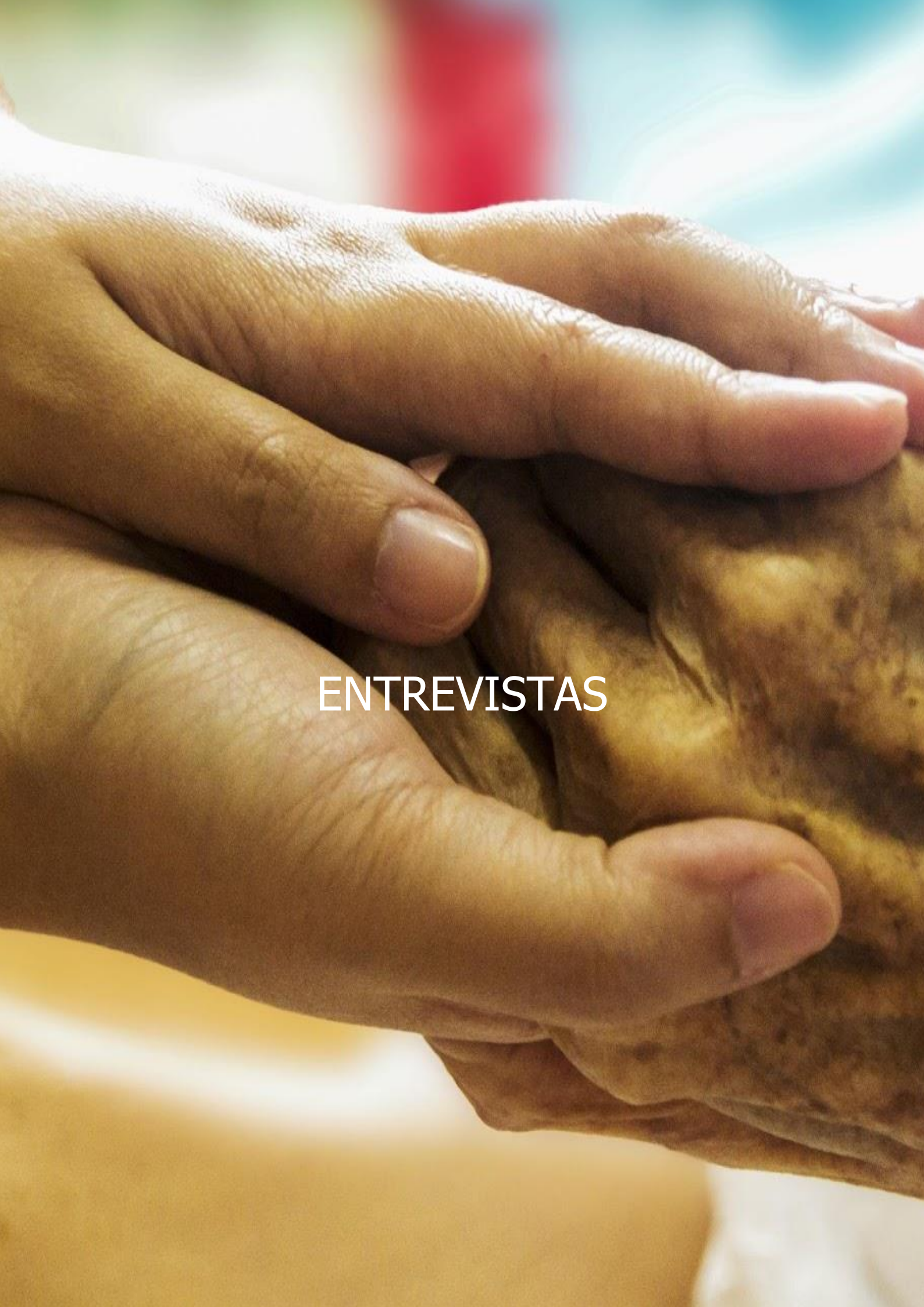
Esta ferramenta é muito útil para conhecer as pessoas à sua volta, as pessoas com quem trabalha, vive, partilha, apoia, etc. A melhor maneira de completar o processo com outra pessoa é através do diálogo.

Preencher a sua própria carta de identidade é uma boa maneira de aprender a utilizar esta ferramenta e que lhe permitirá ajudar outras pessoas a preencher os seus próprios perfis.

É muito importante partilhar estes perfis apenas com pessoas em quem se confia.

**Clique aqui para ler as
cartas de identidade**





ENTREVISTAS



Assista a algumas das entrevistas realizadas



Conclusões

A paisagem demográfica dos países europeus está a mudar rapidamente devido ao envelhecimento da população. Neste contexto, as sociedades são chamadas a oferecer proteção às pessoas mais velhas e a proporcionar-lhes uma melhor qualidade de vida.

Capital social é o termo que os cientistas usam frequentemente para descrever a força das relações sociais e a forma como as pessoas se sentem física e emocionalmente apoiadas pelas comunidades.

As mudanças no capital social estão associadas ao envolvimento, iniciação e participação contínua em vários campos de atividade: voluntariado e trabalho de caridade, participação ativa em organizações políticas ou relacionadas com a comunidade, cuidados informais e trabalho remunerado.

Ter uma rede social mais ampla está positivamente associado à participação das pessoas mais velhas na comunidade. Receber apoio social pode estimular a reciprocidade e, assim, a prestação de cuidados. É sabido que o aumento da dimensão da rede social está positivamente associado à manutenção de atividades ao longo da vida até à velhice.

As evidências indicam que as pessoas que estão envolvidas nas suas comunidades são: menos propensas a ter tensão arterial elevada ou doenças cardiovasculares; enfrentam um risco mais baixo de deficiência cognitiva; e podem até viver mais tempo.

Os benefícios do capital social para a saúde, os laços que criam confiança, ligação e participação são multifacetados. Estes podem ser particularmente importantes para as pessoas mais velhas. Isto porque o declínio na saúde e no capital social pode ter um impacto direto e negativo na saúde mental e física.

Na Primavera de 2020, a pandemia da COVID-19 trouxe à luz os efeitos que o isolamento social tem sobre as pessoas, mas especialmente sobre os adultos mais velhos. Para muitos, as oportunidades de se encontrarem pessoalmente e participarem em programas de envolvimento social foram temporariamente suspensas.

As relações entre as pessoas são necessárias em todas as fases da vida e ajudam a prevenir a solidão e o isolamento. Devem ser criadas oportunidades para a atividade social formal e informal, o envolvimento, a solidariedade comunitária e o envelhecimento ativo e independente. Uma das formas de ajudar as pessoas mais velhas a ligarem-se é aproximá-las da comunidade, criar oportunidades para que sejam ativas e se relacionem com o mundo à sua volta.

O envolvimento da comunidade traz diversos benefícios, entre os quais, ajuda as pessoas mais velhas a sentirem-se valorizadas pelas suas ideias, contribuições e experiências de vida, a aumentar a sua confiança, a desfrutar da vida, a melhorar a sua saúde e bem-



estar, a expressar as suas necessidades e ideias, a desenvolver comunidades favoráveis à idade e à intergeracionalidade.

Referências

AGE. (2021). *A society for all ages: AGE Strategy 2022-2025*. AGE Platform Europe. https://www.age-platform.eu/sites/default/files/AGE_Strategy_22-25_FINAL.pdf

AGE. (2020). *Annual Report 2020*. AGE Platform Europe. https://www.age-platform.eu/sites/default/files/AGE_Annual_Report-2020.pdf

AGE. (2017). *AGE Platform Europe Strategy 2018-2021*. AGE Platform Europe. https://www.age-platform.eu/sites/default/files/AGE_Strategy_2018-2021_adopted_by_GA_2017.pdf

AGE. (2020). *Age Barometer 2020*. AGE Platform Europe. https://www.age-platform.eu/sites/default/files/AGE_BAROMETER_2020.pdf

AGE. (2016). *Our vision in Human Rights in 7 principles 2016*. AGE Platform Europe. <https://www.age-platform.eu/sites/default/files/AGE%20Human%20rights%20Manifesto%20Dec2016.pdf>

AGE. (n.d). *The voice of older persons at EU level*. AGE Platform Europe. <https://www.age-platform.eu/publications/short-guide-avoid-stereotypical-communication-when-talking-about-ageing-and-older>

AGE. (2021). *Towards an EU Age Quality Strategy: Delivering equal rights at all ages*. AGE Platform Europe. https://age-platform.eu/sites/default/files/AgeEqualityStrategy_FINAL.pdf

AHRQ. (2008). *Agency for Healthcare Research and Quality: Designing and Implementing Medicaid Disease and Care Management Programs*. AHRQ. <https://www.ahrq.gov/patient-safety/settings/long-term-care/resource/hcbs/medicaidmgmt/mm2.html>

All Seniores Care. (2022). *5 Ways Seniors can Increase Community Engagement 2021*. All Seniors Care. <https://www.allseniorscare.com/blog/5-ways-seniors-can-increase-community-engagement/>

Home Care Assistance. (2022). *5 Benefits of Community Engagement for Older Adults 2019*. Home Care Assistance. <https://www.homecareassistancedenton.com/how-community-engagement-benefits-the-elderly/>

Engage Stakeholders and Sustain Relationships. https://www.fhi360.org/sites/default/files/webpages/se-toolkit/SE_Toolkit_and_Steps_PDF_files/Stakeholder_Engagement_Toolkit-Step_6.pdf

Interreg Europe. (2021). *Active and Healthy Ageing*.

<https://www.interregeurope.eu/find-policy-solutions/stories/active-and-healthy-ageing>

Interreg Central Europe, I-Care Smart. <https://programme2014-20.interreg-central.eu/Content.Node/I-CARE-SMART.html>

Neil Jeffery. (2009). Stakeholder Engagement: A Road Map to Meaningful Engagement. <https://www.fundacionseres.org/lists/informes/attachments/1118/stakeholder%20engagement.pdf>

Oxfam. (n.d.). A Guide for Community-facing staff. <file:///C:/Users/B%C3%A1rbara%20Cordeiro/Downloads/gd-covid-19-oxfam-community-engagement-guide-270420-en.pdf>

Ricciardi, W., Specchia, M. L. and Marino, M. (2014). Health of the Elderlies and Healthy Ageing: Challenge for Europe. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26630506/>

World Health Organisation. (2016). Creating Age-friendly environments in Europe: A tool for local policy makers and planners. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334252/9789289052122-eng.pdf>



Abordagem através de ações participativas para o envolvimento das partes interessadas

<http://www.nextdoor-project.org/>



Project Partners



Número do Projeto: 2020-1-FR01-KA204-080560

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui uma aprovação do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita das informações nela contidas.