

PLANO GERONTOLÓGICO MUNICIPAL 2009-2013

"As sociedades ocidentais, ao industrializarem-se, criaram as condições do seu próprio envelhecimento. Mas este envelhecimento provocou a aparição de novas situações que reforçaram, por sua vez, o envelhecimento, de maneira que, o problema, à partida simplesmente demográfico de transformação das estruturas de população por idade e sexo, transformou-se em problema de economia e de organização social (...)"

Guillemard A., 1991

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

- **Vantagens/Oportunidades**
- Envelhecer em Lisboa revela a elevada cobertura em termos de protecção social/pensões
- Apresenta vantagens em termos de oferta dos serviços mais estandardizados
- Iniciativas visando a valorização das pessoas mais velhas, numa óptica de reconhecimento dos que vivem nas diferentes freguesias da cidade.
- A vitalidade do associativismo sénior: academias sénior e universidades de 3ª Idade em crescimento.

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

- **Vantagens/Oportunidades**
- Forte expressão das relações de vizinhança e do seu papel na manutenção dos laços sociais, antídoto da solidão e bastas vezes das situações de doença e incapacidade
- Redes de voluntariado no apoio às pessoas idosas: Programa “Mais Voluntariado, Menos Solidão”, dinamizado pela Santa Casa da Misericórdia de Lisboa em parceria com a Delegação de Lisboa da Cruz Vermelha Portuguesa e a Associação Coração Amarelo.
- As pessoas deste grupo de idades apresentam uma situação sócio económica relativamente melhor, em alguns aspectos, quando comparada com os dados nacionais.

Envelhecer em Lisboa / Envelhecimento de Lisboa

■ Pontos Críticos

- O elevado grau de envelhecimento da população;
- O elevado nível de envelhecimento do envelhecimento com a progressão das pessoas com 75 e mais anos;
- A baixa escolaridade/alfabetização das pessoas deste grupo, sobretudo a forte exposição à pobreza deste grupo de idades;
- As assimetrias em termos de qualidade do habitat com repercussões na qualidade de vida e na manutenção/promoção da autonomia das pessoas que avançam em idade;

Envelhecer em Lisboa / Envelhecimento de Lisboa

■ Pontos Críticos

- A situação de vulnerabilidade dos indivíduos que vivem sós e em condições precárias de conforto na habitação: instalações sanitárias, electricidade, esgotos, equipamentos domésticos básicos (frigorífico, telefone, entre outros), em especial nas zonas históricas da cidade onde prevalecem más infra estruturas de uma maneira geral, dificultando um mínimo de qualidade de vida;

Envelhecer em Lisboa / Envelhecimento de Lisboa

■ Pontos Críticos

- A ausência de dados disponíveis que permitam aferir da relação entre necessidades/ potencialidades/expectativas das pessoas que avançam em idade e as oportunidades/serviços que a cidade oferece.
- A quase total ausência ou invisibilidade de formas de participação das pessoas deste grupo nas decisões que lhes dizem respeito, ou tão-somente de auscultação das expectativas face à gestão de uma vida adulta prolongada
- Défices de planeamento sustentado no conhecimento da realidade direccionado para a resolução de problemas, por prioridades definidas em função da identificação de grupos de risco e de situações de risco, de saúde, sociais e ambientais.

Envelhecer em Lisboa / Envelhecimento de Lisboa

■ Pontos Críticos

- Ausência de dados de avaliação sobre a eficácia das respostas e das acções em curso.
- Lacunas ao nível de instrumentos de auscultação e de identificação da evolução das expectativas e necessidades.
- Uma lógica que minimiza a racionalização dos recursos e privilegia a formatação das necessidades através da oferta, partindo de modelos não aferidos na situação concreta em que vivem e envelhecem as pessoas em Portugal e na cidade de Lisboa em particular.

A palavra dos Sujeitos

SOBRE O LOCAL ONDE VIVEM E SOBRE A SUA CASA

- 65% das pessoas inquiridas gostaria de fazer obras na sua casa
- 80% das pessoas inquiridas refere um elevado nível de satisfação com a casa, em especial com a localização, indicativo de da existência de redes sociais fortes
- Nos que estão insatisfeitos, as razões são maioritariamente o estado de conservação, o acesso à habitação e a área das divisões

Sobre as relações sociais

- Os contactos diário com amigos são os mais referidos nas pessoas isoladas, embora se verifique o risco de solidão para 59%
- Nas situações de casal são os familiares com quem maioritariamente mantêm contactos diários
- 71% das pessoas que vivem com outros, prestam ajuda aqueles com quem vivem (conjugues ou filhos)

Sobre o estado de saúde

- 3% consideram ter muito boa saúde, 16% boa saúde e 44% saúde satisfatória, ou seja uma larga maioria explicita satisfação com o seu estado de saúde

SOBRE OS EQUIPAMENTOS

- Os equipamentos mais conhecidos e valorizados são a farmácia, o comércio de proximidade, a esquadra da policia e os equipamentos religiosos
- O serviço mais utilizado é o centro de dia(70%), seguido do centro de convívio(19%) e da academia sénior e do clube sénior(11%)
- 43% recorreram ao médico de família nos últimos 6 meses e 22% aos hospitais públicos, sendo que 60% diz recorrer a esses serviços apenas quando necessário
- O principal motivo para recorrer a apoio institucional é a situação de saúde (39%), seguido de isolamento (25%) e dificuldades de apoio familiar(15%)

SOBRE AS ACTIVIDADES

- A actividade com maior frequência é ver TV (34%), seguida de convívio com amigos (29%) e família (29%)
- *SOBRE O SENTIMENTO DE SEGURANÇA*
- A resposta à questão "o que dá mais segurança" revela que para 62% é ter saúde, 43% ter família, 27% ter dinheiro e 26% ter uma casa

SOBRE A EXPOSIÇÃO A SITUAÇÕES DE MAUS TRATOS/VIOLÊNCIA

- 6% das pessoas inquiridas afirmaram terem sido alvo de episódios de maus tratos, sendo a casa o local onde ocorrem a maioria destas situações

Expectativas/ Necessidades

Como vê o seu próprio envelhecimento....

- Com preocupação e receio (55%)
- Com segurança e com optimismo (29%)

- Projectos para o futuro (57%) afirmam não ter projectos para os próximos anos
- Entre os que afirmam ter projectos - viajar, conviver, ter mais saúde, investir na educação dos filhos e netos – 70% pensam que os vão realizar

- Os restantes 30% afirmam que não vão ter saúde, dinheiro e companhia para realizar os seus projectos
- Apenas 9% gostaria de poder mudar da sua casa para outra residência/lar

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

PLANO GERONTOLÓGICO

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

Áreas do Plano

- Habitat
- Solidão / Isolamento
- Participação
- Segurança
- Inserção social / Desenvolvimento de competências sociais
- Informação
- Serviços
- Violência / Maus tratos
- Gestão do Plano



Plano Gerontológico - Habitat

Objectivos

- Melhorar a acessibilidade no espaço público e edifícios de uso público no âmbito do Plano Municipal de Acessibilidade
- Melhorar a acessibilidade segurança e conforto no acesso e interior das habitações
- Melhorar o acesso aos transportes nas zonas críticas da cidade em termos de acessibilidade
- Considerar transporte especial para pessoas com mobilidade condicionada.



Plano Gerontológico - Habitat

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

Acções

- Integração das prioridades decorrentes das necessidades das pessoas mais velhas na concepção e execução do "Plano Municipal de Acessibilidade"
- Integração do conceito "cidades amigas das pessoas idosas" nos princípios orientadores do Plano Municipal de Acessibilidade
- Medidas prioritárias a prever e executar no âmbito do Plano Municipal de Acessibilidade:
 - Melhorar e manter a acessibilidade na via pública (ex. passeios, rampeamentos, escadarias, passagens de peões, reparação e manutenção de pavimentos)
 - Melhorar a acessibilidade e conforto das "áreas" de convívio e de estar na cidade, em especial nas freguesias mais envelhecidas

- Adaptação progressiva às normas de acessibilidade de edifícios municipais com atendimento ao público equipamentos sociais e edifícios das Juntas de Freguesia
- Integração das normas de acessibilidade nos processos de reabilitação dos fogos do parque habitacional municipal
- Priorização dos pedidos de intervenção/reabilitação dos fogos municipais dos inquilinos com mais de 65 anos
- Reavaliação e reactivação do modelo de funcionamento do Programa "Casa Para Toda a Vida" agilizando as Intervenções no domicílio



Plano Gerontológico -Solidão / Isolamento

- *Elementos do Diagnóstico*
- Numero significativo de pessoas com 65 e +anos que vivem sós
26% das pessoas inquiridas viviam sós
- Tendência acentuada de aumento deste tipo de situação
- Significativa expressão dos medos e vivência do sentimento de solidão neste grupo etário (dados do Inquérito)
59% dos inquiridos não tem contactos diários com ninguém

Acções

- Revitalização dos locais naturais de convívio nas freguesias: manutenção de espaços públicos, nomeadamente jardins, enquanto espaços de entretenimento e lazer (bancos, mesas, pavimentos...)
- Apoio à Implementação de espaços seniores (clube sénior)
- Desenvolvimento de acções de apoio às iniciativas das academias sénior
- Manutenção da Acção Praia - Campo Sénior
- Divulgação do Programa Mais Voluntariado Menos solidão (parceria SCML, Associação Coração Amarelo, Delegação de Lisboa da Cruz Vermelha Portuguesa)

Plano Gerontológico -Solidão / Isolamento





Plano Gerontológico - Participação

Elementos do Diagnostico

- *Ausência de formas de participação dos seniores na tomada de decisões sobre matérias que lhes dizem respeito, numa lógica de promoção de condições favoráveis ao envelhecimento activo*



Plano Gerontológico - Participação

Envelhecer em Lisboa - Plano Gerontológico - 2009/2013

Acções

- Implementação de instrumentos de auscultação das expectativas/necessidades dos seniores de Lisboa:
 - Constituição de Mini Fóruns a nível local
 - Realização de Mini Fóruns a nível local com a participação das Juntas de Freguesia e Associações de Reformados e Idosos e outras associações representativas neste âmbito
 - Implementação do Fórum Municipal para as Pessoas com mais de 50 anos
- Realização do Encontro Anual “Lisboa para todas as Idades” dirigido a técnicos e dirigentes de instituições públicas e privadas

Acções (cont.)

- Desenvolvimento de acções de apoio ao Associativismo Sénior

11% das pessoas inquiridas participam em actividades de academias e clubes sénior

- Implementação dos conselhos consultivos nos equipamentos Municipais onde ainda não existam, no sentido de uma maior participação dos utentes

- Apoio ao desenvolvimento de acções de formação dos Promotores dos serviços, para sensibilização sobre modelos/ formas de participação dos utentes





Elementos do Diagnóstico

- *Défices de qualificação das pessoas com 65+anos, condicionando negativamente a sua inserção social*
- *Pouca visibilidade do papel dos seniores em especial das pessoas com mais de 65 anos, na vida social, cultural e económica (dados do inquérito)*



Objectivos

- Contribuir para a integração dos seniores em especial das pessoas com mais de 65 anos, como potencial humano e social da nossa sociedade, nomeadamente através da melhoria das suas competências sociais, numa lógica de promoção de condições favoráveis ao envelhecimento activo:
 - Fortalecer a participação dos seniores na vida comunitária nomeadamente em programas de voluntariado social e cultural
 - Sensibilizar/formar Familiares e Prestadores de cuidados informais às pessoas em situação de défice de autonomia, dada a forte representação das pessoas de 50 e mais anos neste grupo



Plano Gerontológico - Inserção Social/ Desenvolvimento
Competências Sociais

Acções

- Apoio ao desenvolvimento das Academias Sénior
- Apoio às acções de formação orientadas para a info-inclusão
- Manutenção dos Programas:

“Envelhecimento Activo e Saudável”.

“Cultura e Desporto em Acção”.

Projecto “A Preservação das Memórias – Saberes e Fazeres” da Escola de Artes e Ofícios.

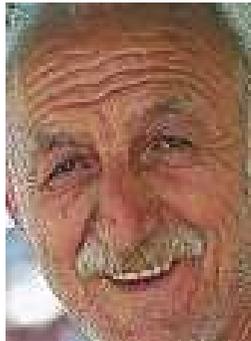
Acções

- Apoio à Integração dos seniores no Banco de Voluntariado da Cidade de Lisboa
- Implementação de um Programa de Voluntariado Cultural e Ambiental com Seniores, dinamizado pelo Banco de Voluntariado da cidade de Lisboa
- Desenvolvimento de acções de formação / sensibilização aos seniores prestadores de cuidados informais



Elementos do Diagnóstico

- *Dificuldades de acesso à informação adequada e em tempo útil, quer sobre os direitos e as oportunidades, quer na área do aconselhamento*



Objectivos

- Contribuir para a integração dos seniores em especial das pessoas com mais de 65 anos, como potencial humano e social da nossa sociedade, nomeadamente através da melhoria das suas competências sociais, numa lógica de promoção de condições favoráveis ao envelhecimento activo:
 - Fortalecer a participação dos seniores na vida comunitária nomeadamente em programas de voluntariado social e cultural
 - Sensibilizar/formar Familiares e Prestadores de cuidados informais às pessoas em situação de défice de autonomia, dada a forte representação das pessoas de 50 e mais anos neste grupo





Acções

- Apoio ao desenvolvimento das Academias Sénior
- Apoio às acções de formação orientadas para a info-inclusão
- Manutenção dos Programas:

“Envelhecimento Activo e Saudável”.

“Cultura e Desporto em Acção”.

Projecto “A Preservação das Memórias – Saberes e Fazeres” da Escola de Artes e Ofícios.



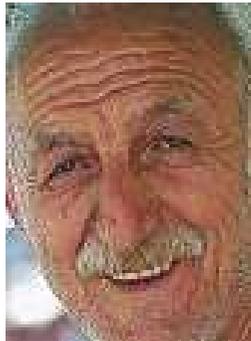
Plano Gerontológico - Inserção Social/ Desenvolvimento
Competências Sociais

Acções

- Apoio à Integração dos seniores no Banco de Voluntariado da Cidade de Lisboa
- Implementação de um Programa de Voluntariado Cultural e Ambiental com Seniores, dinamizado pelo Banco de Voluntariado da cidade de Lisboa
- Desenvolvimento de acções de formação / sensibilização aos seniores prestadores de cuidados informais

Elementos do Diagnóstico

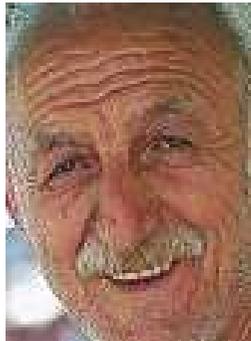
- *Dificuldades de acesso à informação adequada e em tempo útil, quer sobre os direitos e as oportunidades, quer na área do aconselhamento*



Acções

- Divulgação e disponibilização, quando solicitada, da informação em formatos alternativos
- Apoio às acções de preparação para a reforma
- Divulgação da Linha Cidadão Idoso em articulação com a Provedoria de Justiça no âmbito dos quatro núcleos executivos da Rede Social
- Apoio à Implementação de Núcleos de Coordenação da Informação a nível local
- Criação e divulgação de Newsletters e sites na Internet

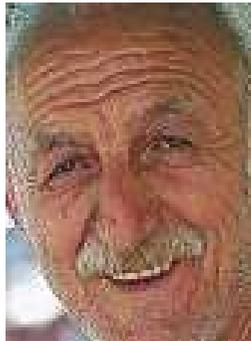
Plano Gerontológico - Informação



Acções (cont.)

- Link específico sobre Demências
- Actualização do Guia de Lisboa para a Idade Maior com informação sobre recursos da comunidade assim como informação útil sobre envelhecimento activo, nomeadamente saúde, nutrição, segurança, direitos e liberdades das pessoas mais velhas.
- Divulgação de exemplos práticos de adaptação/melhoria do habitat

Plano Gerontológico - Informação



Envelhecer permanecendo activo constitui um dos desafios das sociedades modernas, tanto a nível individual como da sociedade.

As opções individuais dependem em muito das oportunidades que, de forma organizada, são oferecidas no contexto em que cada um vai construindo o seu percurso e a sua identidade. Envelhecer permanecendo activo só pode ser entendido na perspectiva de "uma vida inteira" (Alan Walker)