



Envelhecimento populacional e Qualidade de Vida

Identificação de boas práticas no domínio do Urbanismo

Envelhecimento populacional e Qualidade de Vida

Identificação de boas práticas no domínio do Urbanismo

Ficha Técnica

Julieta Oliveira (coordenação)

Alexandra Faria

Célia Ferreira

Graça Lage

Direção Municipal de Urbanismo
Departamento Municipal de Planeamento Urbano
Divisão Municipal de Planeamento e Ordenamento do Território
Contacto: dmpot@cm-porto.pt

Índice

	Pág.:
1. Introdução	4
2. Metodologia	6
3. A realidade presente	7
<i>Contexto nacional e europeu</i>	7
<i>Os contornos locais do fenómeno do envelhecimento populacional</i>	8
4. Desafios para o bem-estar e conforto dos idosos: principais áreas de intervenção	12
5. Boas práticas à escala local: alguns exemplos internacionais	21
6. Conclusões	31
7. Informação complementar	32

1. Introdução

O envelhecimento populacional representa uma tendência à escala internacional, com contornos diferenciados consoante as nações. A multiplicidade de fatores envolvidos – demográficos, sociais, económicos e científicos – concorrem para a diversidade de situações a nível global, havendo uma tendência para, regra geral, os países mais desenvolvidos, por um lado, e as áreas mais urbanizadas, por outro, constituírem os principais territórios alvo deste fenómeno.

Mas a questão coloca-se nas diversas escalas de análise: os países, as regiões e, nomeadamente, as cidades são desafiados a refletirem sobre a adequação das condições que oferecem para o bem-estar e conforto dos cidadãos de qualquer faixa etária, com especial preocupação nos que se encontram em idade sénior, na convicção de que pensar e atuar sobre as fragilidades do momento é estar à altura dos desafios do futuro.

Várias instituições internacionais – entre as quais, a Organização Mundial de Saúde, a Organização das Nações Unidas e a Comissão Europeia – são unânimes em considerar que o envelhecimento é, na atualidade, um desafio com que se debatem os territórios, as sociedades e os diversos agentes envolvidos, que deve ser equacionado nos mais variados domínios de intervenção, para que todos, independentemente da idade, possam usufruir de uma vida plena e com qualidade.

A nível europeu, o debate em torno do envelhecimento não é recente, tendo-se centrado, numa primeira fase, em torno da sustentabilidade dos sistemas de segurança social. No entanto, o reconhecimento da sua implicação nas diversas esferas da vida dos indivíduos e das comunidades levou a que cada vez mais se pensasse o fenómeno de forma mais ampla e transversal.

A Comissão Europeia, no documento *"EUROPA 2020: Estratégia para um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo"* (2010), identifica justamente o envelhecimento populacional como um dos principais desafios com que os países europeus se debatem na atualidade. Com o intuito de se dar início a uma reflexão mais profunda sobre esta questão, 2012 foi designado como o *Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações*. As pretensões centraram-se na sensibilização, reflexão e criação de condições para que os mais velhos envelheçam de forma saudável e exerçam uma cidadania ativa, valorizando as suas competências e experiência de vida. Os objetivos específicos desta iniciativa incidiram na identificação e divulgação de boas práticas e na mobilização dos diferentes agentes (públicos, privados, sociedade civil, ...) para que se promova, nos diversos domínios de intervenção (emprego, proteção social, saúde, sociedade da informação e transportes, entre outros), o envelhecimento ativo.

No caso concreto do Porto este fenómeno tem vindo a merecer atenção. O Município integra, desde 1 de Outubro de 2010, a *Rede Mundial de Cidades Amigas das Pessoas Idosas*. Trata-se de uma iniciativa, lançada pela Organização Mundial de Saúde, que tem por objetivo a reflexão, avaliação e aplicação de medidas que propiciem um ambiente urbano favorável aos mais velhos, criando

condições para que se mantenham ativos, saudáveis e integrados na vida comunitária, potencializando o contributo que dão e podem dar à sociedade.

Tendo como pano de fundo a pertinência da reflexão contínua e a inovação social em torno deste tema, o documento aqui apresentado começa por traçar um breve retrato estatístico na atualidade no que diz respeito à realidade europeia e nacional, aprofundando um pouco mais a expressão do fenómeno na cidade do Porto (capítulo 3). De seguida, procura-se sistematizar e caracterizar os principais desafios que se colocam em diferentes esferas do quotidiano individual e coletivo associados ao envelhecimento da sociedade. Não obstante muitos deles serem evidentes e de conhecimento generalizado, em vários outros casos os contornos dos problemas e as necessidades que deles decorrem não se encontram tão claramente identificados e organizados. Traçado este quadro de referência dos grandes desafios (capítulo 4), evidenciam-se alguns dos principais focos a privilegiar em diferentes domínios da política urbana, identificando-se, no final, alguns esforços concretos desenvolvidos no caso da Cidade do Porto, para além do tipo de medidas que já tem vindo a ser posto em prática decorrentes da legislação nacional. A componente seguinte do trabalho, desenvolvida no capítulo 5, visa dar a conhecer exemplos de iniciativas implementadas à escala local que poderão constituir “boas práticas” a analisar e que poderão inspirar novas propostas de ação para o Município do Porto.

Com efeito, o principal objetivo deste trabalho é o de apoiar a intervenção na cidade, especificamente no que se refere à esfera de ação do planeamento urbano nas diferentes políticas setoriais.

2. Metodologia

Em termos de metodologia utilizada para a elaboração deste trabalho de referir que todas as componentes do documento foram elaboradas com recurso a:

- a) Revisão de documentos e sites de referência para a construção do quadro teórico de análise do fenómeno;
- b) Análise de informação estatística divulgada por fontes oficiais, como o INE e o Eurostat;
- c) Pesquisa, exploração e análise de sites de divulgação de projetos internacionais relacionados com a problemática.

3. A realidade presente

Contexto nacional e europeu

Em consequência da melhoria das condições de vida - económicas e sociais – e do progresso científico, sobretudo no campo da medicina, a esperança média de vida à nascença tem aumentado na generalidade da União Europeia, ao mesmo tempo que a taxa de natalidade tem-se mantido em níveis baixos. Este duplo envelhecimento – no topo e na base – da pirâmide etária europeia, que vem ocorrendo há algumas décadas, originou alterações no balanço geracional, expressas pelo aumento da proporção de pessoas idosas e pela diminuição do peso dos jovens e das pessoas em idade ativa. Por outro lado, tem ocorrido igualmente o progressivo envelhecimento da própria população idosa, com a maior representatividade das pessoas na faixa etária dos 80 e mais anos de idade¹.

A nível nacional, a esperança média de vida à nascença é na atualidade de 79,6 anos². A idade média da população tem vindo a aumentar, situando-se, em 2011, nos 41,8 anos. O índice de fecundidade está abaixo do limiar de substituição das gerações - assumido como 2,1 filhos por mulher -, situando-se, no mesmo ano, em 1,35. O balanço geracional está a alterar-se e a proporção de idosos está a consolidar-se cada vez mais relativamente à dos jovens. Segundo dados das últimas duas operações censitárias, o peso dos idosos na população residente nacional passou de 16,4% em 2001 para 19% em 2011. O índice de envelhecimento, para os mesmos períodos, reforça essa evolução: em 10 anos, a relação inicial de cerca de 102 pessoas com mais de 65 anos por cada 100 jovens (0 aos 14 anos) aumentou para quase 128 por cada 100. A estrutura familiar alterou-se. As famílias tornaram-se mais pequenas, aumentando o número de idosos que vivem sós – cerca de 20% da totalidade de pessoas com 65 ou mais anos de idade a residir em Portugal em 2011³.

O estado de saúde dos europeus, em geral, e também da população nacional, reflete o envelhecimento da sociedade: há uma maior incidência de doenças degenerativas e de situações de demência e aumentou a mortalidade por enfermidades próprias das idades mais avançadas. A perda progressiva de capacidades cognitivas e funcionais, natural do processo de envelhecimento, tem repercussões pessoais, familiares, sociais e profissionais variadas, conduzindo a um aumento das pessoas que se encontram dependentes de assistência familiar e/ou institucional.

A mão de obra está mais envelhecida e as alterações demográficas refletem-se igualmente no balanço entre população ativa e inativa, tendo aumentado o número de dependentes.

Se à escala das nações as preocupações se centram em questões mais macroeconómicas como o desequilíbrio nas finanças públicas, gerado pelo aumento das despesas com pensões de velhice e sobrevivência, com cuidados de saúde e com apoio social, a uma escala mais próxima dos cidadãos,

¹ EUROSTAT (2012), *Europe in figures: Eurostat Yearbook 2012*.

² INE, *Infoline* (dados relativos ao período 2009-2011).

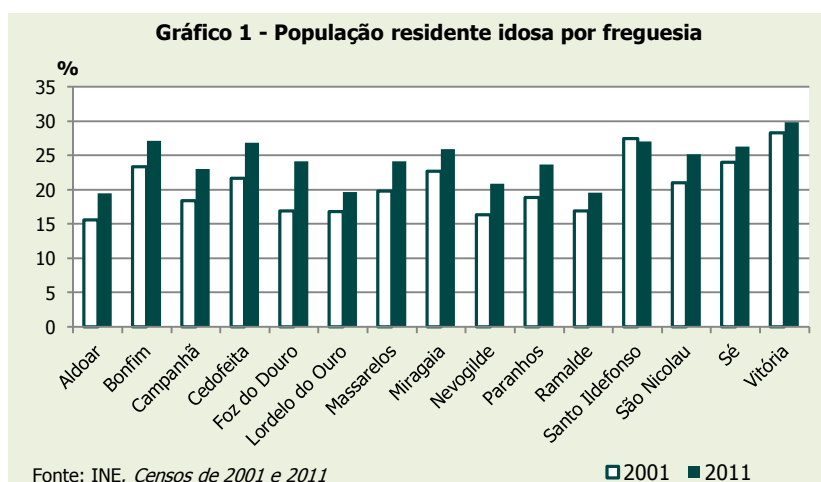
³ INE, *Censos 2001 e Censos 2011* (dados definitivos).

as preocupações centram-se principalmente em torno do bem-estar e conforto dos mais velhos, procurando-se desenvolver ações que vão ao encontro das necessidades de uma população que está a envelhecer, ao mesmo tempo que, através de soluções inovadoras do ponto de vista social e económico, se procura gerar oportunidades que tornem as áreas urbanas cada vez mais atrativas e competitivas ao nível das condições que oferecem em termos de qualidade de vida⁴.

Os contornos locais do fenómeno do envelhecimento populacional

O envelhecimento da população do Porto enquadra-se no contexto das alterações demográficas sentidas a nível nacional e na generalidade das sociedades europeias. Desde logo, a evolução das taxas de natalidade e mortalidade da cidade segue a trajetória nacional. A taxa de natalidade diminuiu de 9,2‰ para 8,4‰ entre 2001 e 2011. A mortalidade decresceu ligeiramente, no mesmo período, passando de 12,4 óbitos para 12,0 óbitos por 1000 residentes⁵.

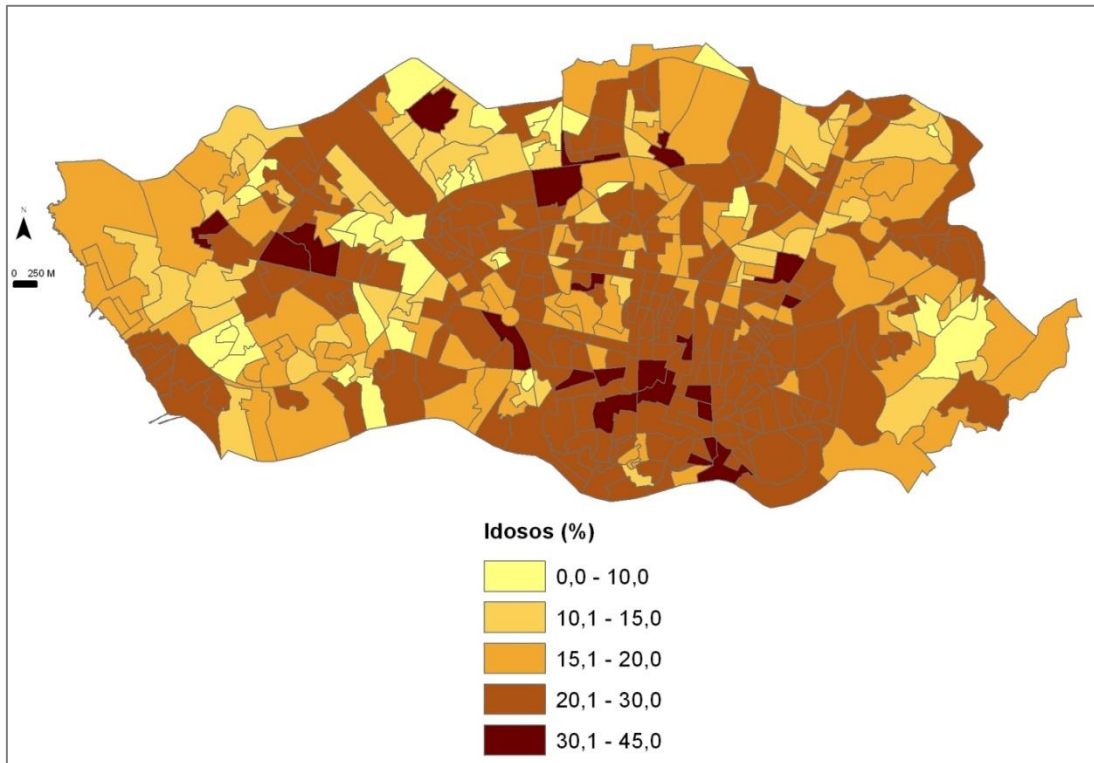
Também no Porto o envelhecimento ocorre na base e no topo da pirâmide etária. A proporção de pessoas com 65 ou mais anos de idade tem vindo a aumentar ao mesmo tempo que o grupo dos mais jovens se tem retraído. Em 2001, o peso dos idosos na população residente era de 19,4% enquanto, em 2011, atingia os 23,2% (o equivalente a um total de 55.083 idosos); a representatividade do grupo dos jovens era de 13,1% em 2001 e de 11,9% dez anos mais tarde. O maior peso dos idosos na estrutura populacional evidencia-se igualmente à escala intraurbana: com exceção de Santo Ildefonso (que registou uma ligeira diminuição), todas as outras freguesias registaram, de 2001 para 2011, um crescimento dos valores percentuais. Neste último ano, a freguesia mais envelhecida continuava a ser a da Vitória, com cerca de 30% da sua população residente na faixa etária dos 65 ou mais anos. Na situação oposta, Aldoar era a freguesia onde a representatividade dos mais velhos era menor (19,4%) (Gráfico 1). Esta situação encontra-se refletida igualmente quando efetuada uma análise mais fina, ao nível da secção estatística. Multiplicaram-se as bolsas de concentração de população idosa, as quais surgem dispersas um pouco por toda a cidade (Mapas 1 e 2).



⁴ European Union (October 2011), *Cities of Tomorrow: Challenges, visions, ways forward*.

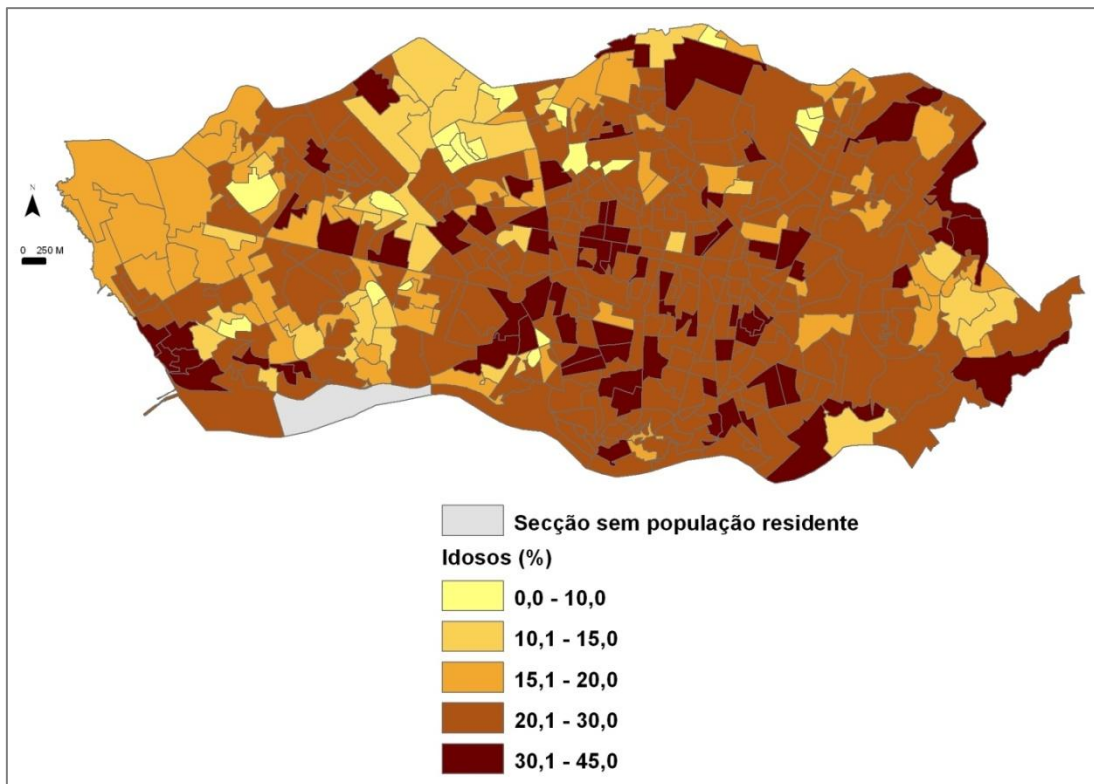
⁵ INE, *Infoline*.

Mapa 1 - Peso da população idosa por secção estatística - 2001



Fonte: INE, 2013.

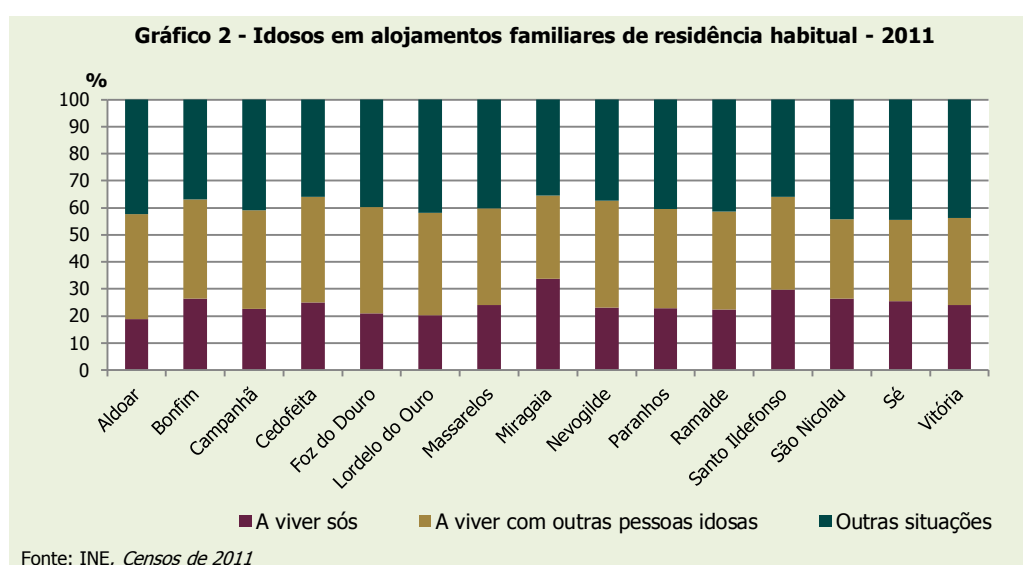
Mapa 2 - Peso da população idosa por secção estatística - 2011



Fonte: INE, 2013.

O índice de envelhecimento para a cidade reflete a evolução dos grupos dos idosos e dos jovens: em 2001, verificava-se uma relação de 147,4 idosos por cada 100 jovens, sendo que, em 2011, o quantitativo de idosos atingia quase o dobro do de jovens (índice de 194,1).

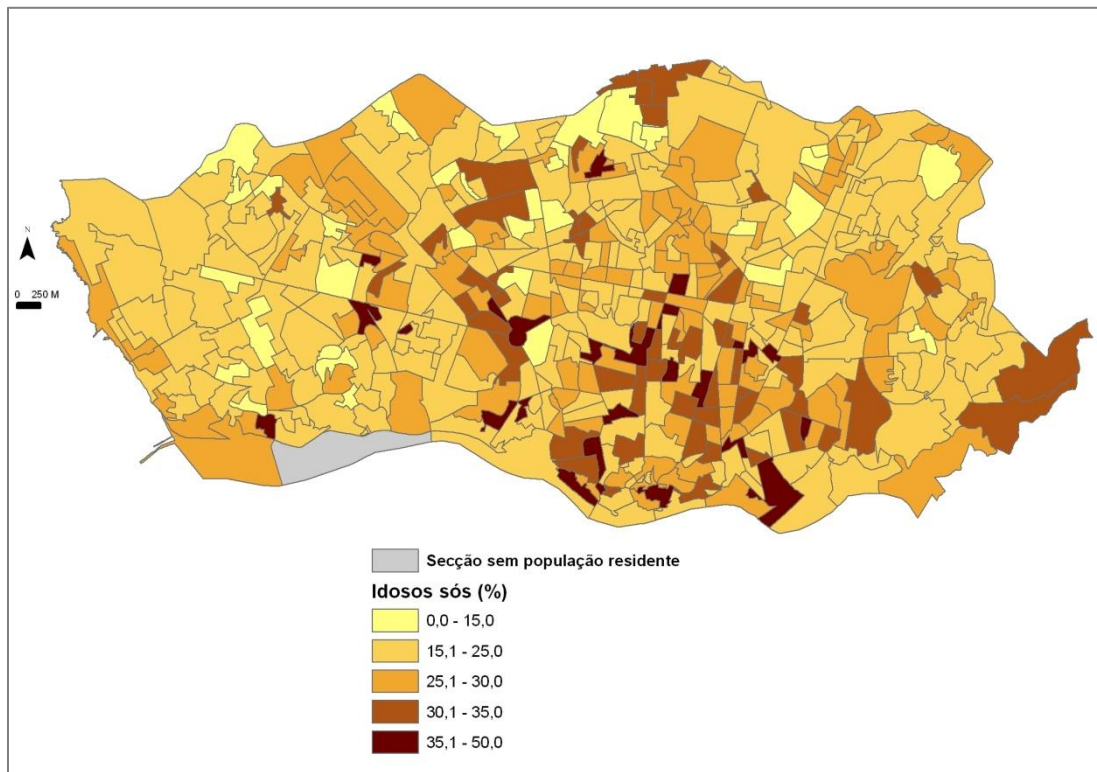
A vulnerabilidade dos idosos varia em função do respetivo quadro familiar e a este nível o panorama agravou-se: em 2011, cerca de 24% dos idosos viviam sós (22% em 2001) e 37% viviam com outras pessoas também na faixa etária dos 65 ou mais anos de idade. À escala intraurbana, em 2011, sobressaía Miragaia como a freguesia com o maior valor percentual de idosos a residirem sós – quase 34%; Aldoar encontrava-se na situação oposta, sendo a freguesia com o menor valor - 18,7% (Gráfico 2)⁶.



Situação esta que se encontra igualmente espelhada quando efetuada uma análise à escala da secção estatística. Os valores mais elevados do peso dos idosos sós no total de idosos verificam-se sobretudo em secções das freguesias de Miragaia e Santo Ildefonso, embora também haja valores elevados noutras áreas da cidade (Mapa 3).

⁶ INE, *Censos 2001 e Censos 2011* (dados definitivos).

Mapa 3 - Peso dos idosos sós no total de idosos por secção estatística - 2011



Fonte: INE, *Censos 2011*.

Ao nível das condições de saúde, não se dispõe de dados que permitam caracterizar o perfil epidemiológico da população idosa, análise pertinente sobretudo no que diz respeito à incidência das doenças crónicas e neurodegenerativas. Os dados disponíveis relativamente às causas de mortalidade evidenciam as doenças do aparelho circulatório e os tumores que, em 2011, foram responsáveis por mais de 50% dos óbitos de residentes na cidade com 65 ou mais anos de idade (29% e 25% respetivamente)⁷.

Quanto à designada carga social dos idosos, esta aumentou igualmente no período intercensitário: em 2001, o índice de dependência situava-se em quase 29 pessoas com 65 ou mais anos por cada 100 na faixa etária dos ativos (15 aos 64 anos); em 2011, a relação era de quase 36 em cada 100. Em 2011, 23,6% do total de residentes do Porto encontrava-se na situação de pensionista por velhice do regime da Segurança Social⁸.

⁷ INE, 2013.

⁸ INE, *Anuário Estatístico da Região Norte – 2011, 2012*.

4. Desafios para o bem-estar e conforto dos idosos: principais áreas de intervenção

O envelhecimento populacional tem implicações a todos os níveis, desde o planeamento e gestão dos cuidados sociais e de saúde até às questões relacionadas com as condições da habitação ou com o planeamento dos transportes, obrigando a repensar a forma como são projetados e concebidos os mais diversos equipamentos e serviços, como são construídos e organizados os lares, as comunidades, as cidades.

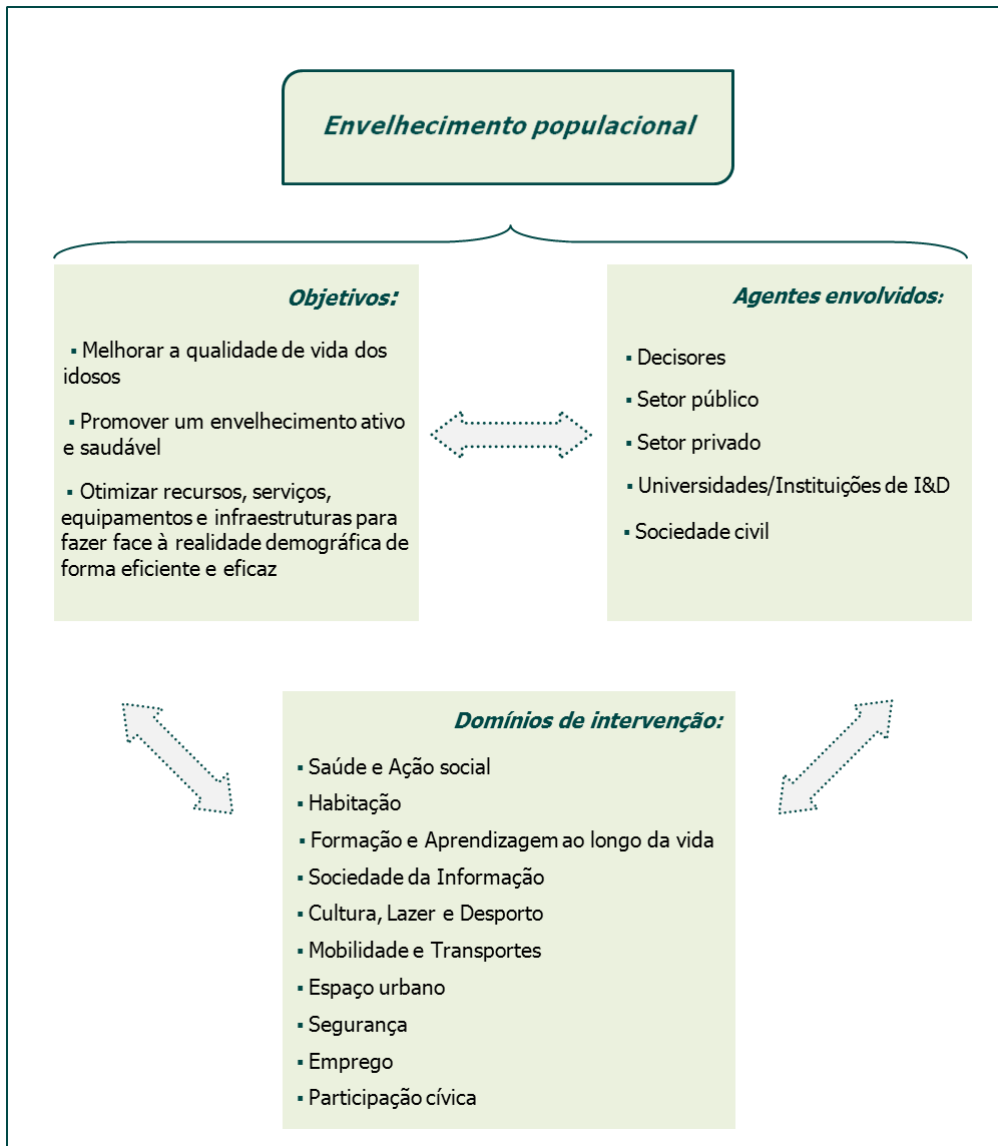
Nos últimos anos têm sido feitos esforços por parte de diversas organizações – a Organização das Nações Unidas, a Comissão Europeia e várias outras instituições do espaço comunitário - no sentido de identificar princípios e orientações gerais e propor medidas e ações nas diversas esferas da vida, tendo como objetivo último a promoção da qualidade de vida dos idosos de hoje, ao mesmo tempo que se criam condições de bem-estar e conforto para os idosos de amanhã.

E porque os idosos não constituem um grupo homogéneo, tendo necessidades bastante diversificadas que variam de pessoa para pessoa, atende-se às especificidades dos que se encontram nas idades mais avançadas e dos que se encontram particularmente debilitados na sua saúde física ou mental, bem como às diferenças entre homens e mulheres. Atende-se ainda ao facto de o processo de envelhecimento, condicionado à partida por determinantes individuais – de carácter biológico e psicológico -, ser também influenciado por fatores externos às pessoas, relacionados com as condições ambientais, económicas, culturais e sociais a que estão sujeitas.

Todas as preocupações se centram, em suma, no bem-estar e conforto dos idosos e na sua plena integração social, através da salvaguarda dos seus direitos, da satisfação das suas necessidades, da ida ao encontro das suas expectativas e da valorização do seu contributo para a sociedade.

Dada a complexidade do envelhecimento populacional, privilegia-se uma abordagem transversal e integradora, para que as medidas tomadas e as soluções adotadas vão efetivamente de encontro aos objetivos pretendidos (Figura I).

Figura I – Quadro de análise do envelhecimento populacional



O trabalho que aqui se vai apresentar pretende descrever, na esfera de intervenção do planeamento urbano, os desafios que se colocam na atualidade em diversos domínios de atuação e as boas práticas que estão a ser adotadas no sentido de ir ao encontro das necessidades e expectativas dos cidadãos idosos que residem nas cidades. Sendo aplicáveis a diversas escalas de análise, estes desafios e medidas associam-se, à escala local, a uma maior proximidade aos cidadãos idosos e, conseqüentemente, podem ter aqui uma concretização muito mais efetiva.

Os domínios de análise considerados são os seguintes:

- Equipamentos e serviços de Saúde e Ação social,
- Equipamentos de Cultura, Lazer e Desporto
- Habitação,
- Mobilidade e Transportes,
- Espaço público,
- Cidadania.

Estes domínios, aqui apresentados individualmente, encontram-se interligados entre si, dado que as ações num domínio acarretam, regra geral, repercussões em vários outros aspetos que fazem parte da vida individual e em sociedade. Da mesma forma, todos os desafios devem ser lidos enquanto elementos interdependentes de um mesmo quadro de abordagem.

Em termos de organização, será feito de seguida um breve enquadramento de cada um dos domínios, onde se procurará traçar em linhas gerais as principais preocupações na atualidade. Logo de seguida, serão sistematizados num quadro de análise os principais desafios por domínio e identificados, em cada caso, o foco central da intervenção. Por último, e relativamente a cada um deles, serão identificados alguns projetos ou iniciativas levadas a cabo no Município do Porto onde estas preocupações estão já subjacentes (Quadro I).

Equipamentos e serviços de Saúde e Ação social

Uma boa saúde, sem doenças ou incapacidades que causem sofrimento e dor, e o usufruto de uma situação de conforto assumem-se como fatores condicionadores do nível individual de bem-estar e felicidade. Nas situações em que tal não é possível, é a família, primeiramente, e/ou as instituições públicas ou privadas que asseguram o apoio necessário aos que perderam a autonomia ou se encontram mais fragilizados, quer do ponto de vista da sua saúde quer do ponto de vista da vivência normal do quotidiano ou, ainda, da capacidade económica para suprir as suas necessidades.

A retaguarda familiar está cada vez menos salvaguardada. Por razões históricas e culturais, os cuidados prestados à população idosa são, primeiramente, e na linha da frente, de cariz informal, estando a cargo dos familiares - sobretudo mulheres - mais próximos. O aumento da participação feminina no mercado de trabalho, se por um lado contribuiu para o aumento da população ativa, por outro lado, reduziu a sua disponibilidade para tomar conta dos mais velhos.

Os desafios que se colocam relacionam-se em termos gerais com a existência de uma boa rede de equipamentos e serviços de prestação de cuidados sociais e de saúde adequados à população idosa.

Equipamentos de Cultura, Lazer e Desporto

A identidade cultural de um indivíduo, enquanto conjunto de costumes, práticas, linguagens, valores e pontos de vista, determina o sentimento de pertença a uma comunidade, sendo este um fator muito importante para o bem-estar de todos em geral e dos idosos em particular. A forma como a sociedade vê os idosos e procura integrá-los condiciona a forma como eles se percebem a si próprios e se relacionam com os outros. As atividades culturais, desportivas e de lazer são meios para o estabelecimento de relações sociais através da partilha de valores e interesses comuns. A participação em eventos desta natureza leva os idosos a interagirem e sociabilizarem com os outros, contribuindo para evitar que se sintam sós.

O lazer e a prática desportiva são, ainda, uma componente fundamental para um estilo de vida equilibrado e saudável. A participação em atividades recreativas e de exercício físico são benéficas para o bem-estar físico e mental dos idosos, por permitir a realização pessoal através da utilização de tempo para se fazer o que se quer e se gosta, enquanto escape às rotinas do quotidiano.

Os desafios ao nível deste domínio prendem-se com a localização estratégica destes equipamentos no território urbano, de forma a assegurar o acesso equitativo da população aos mesmos.

Habitação

Uma habitação adequada, que apoia o bem-estar na velhice, reúne as condições que permitem manter o mais prolongadamente possível uma vida independente, ativa e saudável. Habitualmente, à medida que as pessoas envelhecem passam mais tempo em casa, sendo que o ambiente interior da mesma pode ter notórios impactos na sua qualidade de vida.

As temperaturas extremas, a iluminação inadequada, as condições de ventilação e arejamento, os maus odores, a falta de limpeza ou o barulho constituem aspetos que influem negativamente no bem-estar físico, mental e social. Espaços interiores acessíveis, confortáveis, seguros, com mecanismos de fácil utilização e manutenção são favoráveis a que os idosos se movimentem com facilidade, evitando que se sintam presos na sua própria casa.

Os desafios a este nível passam assim, sobretudo, pela dotação do parque habitacional com um conjunto de condições que vão ao encontro das necessidades específicas dos mais velhos. Além de se procurar garantir que o parque habitacional construído de novo atende às especificidades do processo de envelhecimento humano, em contexto urbano, onde o edificado é sobretudo antigo e, muitas vezes, degradado, é dada particular atenção à remodelação ou adaptação das habitações existentes para que ofereçam as condições de segurança e conforto necessárias ao bem-estar da população idosa e/ou com incapacidades.

Mobilidade e Transportes

Um dos principais desafios com que as áreas urbanas se debatem consiste em assegurar o direito de todos à mobilidade, vendo respeitadas as suas limitações e condicionalismos, o que implica atender particularmente às necessidades específicas de todos os que têm a sua mobilidade condicionada, seja por incapacidade permanente ou temporária, por deficiência física, mental, sensorial ou devido à idade⁹.

No caso particular dos idosos, acrescem às preocupações extensíveis a todas as pessoas com mobilidade condicionada, as relacionadas com as diferentes condições territoriais de deslocação: uma boa cobertura da rede de transportes urbanos é considerado um fator importante para que os idosos das áreas menos centrais não fiquem afastados de serviços vitais – sobretudo relacionados com a prestação de cuidados sociais e de saúde - para o seu conforto e bem-estar.

Para além disso, incentivar a mobilidade dos idosos passa, entre outros aspetos, por criar condições de segurança para que, enquanto utentes dos serviços de transportes ou usufrutuários da via pública como peões, se sintam seguros e motivados para saírem de casa e se manterem ativos.

Espaço público

A permanência dos idosos na sua residência e no seu meio comunitário, desde que possível, é fundamental para o seu bem-estar. O mesmo não significa que fiquem ou se sintam encurralados em casa, mas sim que possam sair e usar os espaços de vizinhança para as tarefas diárias, para contactos informais com vizinhos e amigos ou para atividades de lazer.

Espaços públicos confortáveis, apelativos e dotados de condições, aparentemente simples e banais mas cuja ausência constitui um impeditivo para que os idosos se mantenham ativos (como é o caso da falta de bancos ou casas de banho), constituem um suporte de uma boa qualidade de vida para todos os cidadãos em geral e para os idosos em particular.

Os desafios neste domínio relacionam-se com a criação de condições nos espaços públicos e a dotação dos mesmos com mobiliário urbano de forma ir ao encontro das expectativas de conforto e bem-estar dos mais velhos.

⁹ Comissão Europeia (30 de setembro de 2009), *Plano de Acção para a Mobilidade Urbana*.

Cidadania

No campo do exercício da cidadania por parte dos cidadãos mais velhos, as preocupações centram-se na garantia da igualdade no direito à participação ativa e ao envolvimento nos processos de tomada de decisão e atividades de cariz cívico e no reconhecimento e valorização do papel social dos idosos, contribuindo, desta forma, para a sua integração plena na sociedade. Ouvir as suas opiniões e expectativas perante a vida e auscultar as suas necessidades é uma forma de melhor ir ao encontro das suas necessidades e de melhor contribuir para o seu bem-estar.

O voluntariado é considerado uma importante forma de participação dos idosos na vida comunitária, sobretudo após a sua retirada da atividade profissional. Do ponto de vista dos indivíduos, o trabalho voluntário constitui uma atividade de ocupação do seu tempo livre, conduzindo à satisfação pessoal e ao sentimento de que ainda são úteis e desempenham um papel ativo na sociedade, sendo reconhecidos benefícios ao nível da saúde física e mental dos que o exercem. Por outro lado, do ponto de vista social, sendo uma atividade não remunerada, as ações de voluntariado e, mais precisamente, os voluntários em si, constituem elementos chave para o reforço dos mecanismos de solidariedade social.

Quadro I – Principais desafios por domínio de análise

Domínio	Desafios
Equipamentos e serviços de Saúde e Ação social	<ul style="list-style-type: none"> » Assegurar que a rede de equipamentos e serviços de Saúde e Ação social apresenta uma distribuição territorial equitativa de forma a ser acessível por todos os cidadãos idosos. » Garantir que estes equipamentos e serviços dispõem de bons acessos, atendendo em particular às necessidades de todos os que têm mobilidade condicionada.
Equipamentos de Cultura, Lazer e Desporto	<ul style="list-style-type: none"> » Assegurar que os locais de realização de atividades sociais, culturais, desportivas e de lazer são seguros e dispõem de boas condições de acessibilidade ao nível dos acessos físicos aos edifícios ou instalações. » Promover a realização de eventos diversificados e a divulgação dos mesmos junto da população idosa, prestando informação sobre como chegar aos locais e quais as alternativas de transporte existentes.
Habitação	<ul style="list-style-type: none"> » Dispor de regulamentações específicas para que o parque habitacional novo esteja adaptado às necessidades próprias das diferentes fases da vida. » Assegurar que as habitações onde residem idosos dispõem de boas condições de acessibilidade a partir do seu exterior e de mobilidade facilitada no interior das mesmas, contribuindo para a segurança e independência dos residentes. » Criar mecanismos que apoiem os idosos que pretendam adequar os lares às suas necessidades específicas. » Disponibilizar informação sobre condições habitacionais adequadas a pessoas idosas.
Mobilidade e Transportes	<ul style="list-style-type: none"> » Assegurar a existência de uma rede de transportes públicos bem distribuída no território, facilitando o acesso de todos os cidadãos idosos à mesma. » Assegurar que existe uma boa rede de transportes públicos a servir as áreas de implantação dos equipamentos de Saúde e Ação social, Cultura, Lazer e Desporto. » Garantir que os sistemas de transporte dão resposta às necessidades específicas das pessoas com incapacidades, quer por via da existência de transportes especializados quer pela dotação dos veículos comuns com mecanismos adequados. » Garantir que os sistemas de transporte são inteligíveis e que é fornecida informação completa de forma simples acerca de trajetos e horários. » Assegurar que as infraestruturas de suporte ao sistema de transportes - paragens e estações de transporte - estão bem localizadas e sinalizadas e oferecem condições de segurança, higiene e comodidade.
Espaço público	<ul style="list-style-type: none"> » Assegurar que os espaços públicos - incluindo os verdes ou de circulação - são limpos, seguros e convidativos à fruição por parte dos idosos. » Zelar pela segurança do espaço público, através designadamente da boa iluminação e do policiamento de proximidade. Dotação do espaço público com mobiliário urbano diverso (bancos, iluminação pública, ...), casas de banho públicas em número suficiente e de fácil acesso e outras condições de higiene e segurança. » Assegurar que os espaços de circulação não têm obstáculos que impeçam ou dificultem a passagem dos peões, dispondo de condições para a circulação nomeadamente de cadeiras de rodas. » Eliminar barreiras urbanísticas e arquitetónicas que limitam o acesso por parte das pessoas com mobilidade condicionada a espaços e edifícios públicos, a equipamentos coletivos e a edifícios habitacionais. » Assegurar que as passadeiras estão bem sinalizadas e apresentam características adequadas e que os tempos de travessia são ajustados a pessoas com diferentes condições de mobilidade.
Cidadania	<ul style="list-style-type: none"> » Assegurar a existência de mecanismos de participação e envolvimento dos cidadãos idosos nos processos de tomada de decisão. » Criar e incentivar a participação dos idosos em mecanismos que permitam ouvir as suas opiniões, as suas necessidades e as suas expectativas em relação aos diversos aspetos da sua vida. » Promover a participação ativa dos idosos na comunidade através da prática de voluntariado. » Criar condições para a utilização das TIC, potenciando o papel que podem ter no suporte de uma participação mais ativa na vida comunitária e na plena integração social dos mais velhos.

O quadro apresentado permite identificar a convergência dos desafios nalguns focos de intervenção transversais a diversos domínios. São eles:

- a distribuição territorial equitativa de equipamentos e serviços de saúde, ação social, cultura, lazer e desporto;
- a existência de uma rede de transportes públicos que permita o fácil acesso a equipamentos e serviços diversos e a disponibilização de veículos especializados ou adequados ao transporte de pessoas com necessidades específicas;
- a questão da acessibilidade condicionada o que implica, por um lado, a eliminação de barreiras arquitetónicas e obstáculos nos espaços públicos e, por outro lado, assegurar acessos adequados a equipamentos e serviços e às habitações, criando também condições de conforto e segurança na deslocação no interior das mesmas.
- a segurança, conforto e higiene nos espaços públicos – verdes e de circulação;
- a melhoria de regulamentação específica que vá ao encontro das necessidades dos idosos na sua habitação, no espaço público e no acesso a equipamentos e serviços diversos;
- a criação de mecanismos de informação que cubram diversas áreas, desde os transportes às condições da habitação, passando pela divulgação de eventos de natureza cultural, desportiva ou lúdica;
- a promoção da participação na vida comunitária e da cidadania ativa;
- a potencialização do papel das Tecnologias de Informação e Comunicação na integração social dos idosos.

Conscientes da importância da intervenção nestes focos prioritários, estas questões estão já a ser trabalhadas no âmbito da Direção Municipal de Urbanismo. Para além da aplicação da legislação nacional, nomeadamente no que diz respeito à acessibilidade condicionada, encontram-se em curso o projeto da *Rede de Proximidades* que procura caracterizar a distribuição territorial da rede de equipamentos de proximidade e o *Plano de Promoção da Acessibilidade para Todos* (PPAT) que pretende, numa primeira fase, fazer o diagnóstico da situação em termos de percursos que ligam os equipamentos e serviços públicos à rede de transportes públicos para, posteriormente, divulgar esta informação aos cidadãos.

De referir ainda que a Fundação Porto Social desenvolve ou apoia projetos vocacionados para a intervenção junto dos idosos, entre os quais o *Programa Aconchego* e o *Porto Amigo*. O *Programa Aconchego* resulta de uma parceria com a FAP Social e visa o combate à solidão e ao isolamento dos mais velhos através do alojamento de jovens universitários em habitações de idosos. O *Porto Amigo* constitui uma parceria entre a Fundação Porto Social, a Câmara Municipal do Porto e o Grupo Mota-Engil e tem como finalidade a realização de obras de

adaptação e de melhoria dos níveis de mobilidade e de salubridade das habitações de idosos em situação de pobreza¹⁰.

¹⁰ Informação recolhida numa reunião de trabalho realizada a 11 de setembro de 2013.

5. Boas práticas à escala local: alguns exemplos internacionais

Expuseram-se, por domínio os vários desafios que o envelhecimento populacional coloca às sociedades. Os idosos enfrentam riscos adicionais de exclusão em virtude das vulnerabilidades que o processo de envelhecimento acarreta: a mobilidade está mais condicionada, as condições de saúde degradam-se, os rendimentos diminuem, as despesas, sobretudo em razão da saúde, aumentam exponencialmente. Quando as fragilidades ocorrem em múltiplas dimensões da vida o resultado que se opera, mais do que cumulativo, torna-se exponencial e tantas vezes devastador.

O retrato demográfico traçado no ponto 3 reclama uma ação descomplexada mas pró-ativa. Uma nova realidade, com uma população mais envelhecida, já é um facto. Ainda se irá a tempo de considerar novas soluções, redesenhar estratégias de intervenção, mas é necessário agir agora no sentido de desenvolver uma sociedade para todas as idades.

Não se pretende de forma alguma escamotear a questão dos *custos do envelhecimento* e do equilíbrio das contas públicas que esta transformação demográfica aporta. Mas porventura terão que se recalculer esses custos porque, por exemplo, idosos saudáveis podem constituir um precioso recurso para as suas famílias e para as comunidades em que se inserem. E se porventura se conseguirem dissipar/desconstruir alguns dos mitos/estereótipos associados ao envelhecimento talvez se consiga erigir a estrutura de uma cidade na qual as pessoas de todas as idades celebrem e tirem todo o proveito de uma vida mais longa e mais saudável¹¹. Claro que não se cai na ingenuidade de acreditar que o problema se reduz à(s) representação(ões) que coletiva ou individualmente se faz(em) do idoso. Há muito trabalho pela frente.

É essencial olhar para o todo para compreender e utilizar os recursos que no futuro cidadãos idosos mais saudáveis representam, estimulando/promovendo/facilitando o seu contributo contínuo para a sociedade. O planeamento deve aspirar a uma sociedade em que as pessoas de todas as idades possam atingir o seu pleno potencial ao longo das suas vidas.

Uma sociedade, uma cidade, uma comunidade, deve ser cada vez mais avaliada pela forma como cuida das suas crianças e dos seus velhos. Dito isto, e como atrás se refere, uma cidade que seja boa para envelhecer será certamente uma boa cidade para se viver.

As cidades do futuro terão de assegurar uma plena integração dos mais velhos e, simultaneamente ser atrativas para os jovens e para as jovens famílias em qualidade de vida e em oportunidades. A criação de condições nas cidades para uma integração intergeracional é portanto absolutamente fulcral neste debate¹².

¹¹ World Health Organization - Regional Office for Europe (2008), *Demystifying the myths of ageing*.

¹² European Union (2011), *Cities of Tomorrow: Challenges, visions, ways forward*.

Num período da história da humanidade caracterizado pelo envelhecimento da população mundial estaremos muito provavelmente perante uma mudança de paradigma: durante décadas o objetivo era aumentar a esperança de vida. E conseguiu-se¹³. Atualmente não se trata apenas de poder viver mais tempo mas sobretudo de como viver mais tempo com mais saúde, com menos incapacidades, com menor dependência de terceiros.

O paradigma que emerge nos dias de hoje, quase inevitavelmente, é como fazer associar a uma maior esperança de vida uma melhor qualidade de vida. Se as sociedades não conseguirem cumprir este desígnio uma maior esperança de vida será uma espécie de prémio com sabor amargo.

Este capítulo surge da análise de diferentes projetos direcionados para a problemática do envelhecimento e tem por grande objetivo estimular/incitar o debate a partir de iniciativas que decorrem noutros locais, com outros agentes.

Entretanto optou-se deliberadamente por selecionar iniciativas de outros países. Pretendeu-se sobretudo escolher projetos que fossem menos conhecidos e, por outro lado, multidimensionais e, a partir dos quais, estimular um debate que pudesse despoletar ainda mais e melhor ação.

Um dos critérios contudo que presidiu à seleção de iniciativas entretanto efetuada foi, inevitavelmente, a de as mesmas poderem ser objeto de *benchmarking* enquanto boas práticas passíveis de serem replicadas, com as necessárias adaptações, à nossa realidade.

Existem muitas diferenças e particularidades entre os projetos analisados. Existe também uma espécie de teia condutora, ou melhor, um conjunto de princípios de base, de premissas que se entretecem quase como uma teia de condições *sine qua non* para que se parta para a ação.

E são estes os princípios que aparecem transversalmente plasmados (ainda que de forma nem sempre explícita) nos projetos apresentados:

- **Vontade política e capacitação institucional:** tem que existir de facto vontade mas só a vontade não chega. Tem de existir uma capacitação institucional (capital de conhecimento, recursos humanos, técnicos e financeiros) para que essa vontade não se desfaça ou não seja consequente, não seja nem útil/eficaz nem produtiva/eficiente, não conseguindo portanto promover a mudança.
- Um elevado nível de comprometimento com o **trabalho em parceria** e com o **trabalho integrado**.
- **Participação:** assunção de um novo modelo em que as populações participem ativamente nos processos (de diagnóstico, de decisão, de implementação e de avaliação).

¹³ Trágica e paradoxalmente, e apesar de a esperança média de vida ter vindo a aumentar ao longo de todo o século XX, três em cada quatro pessoas nos países menos desenvolvidos ainda morrem antes dos 50 anos de idade – a esperança de vida global há meio século atrás... (European Commission (2011), *Demography Report 2010: Older, more numerous and diverse Europeans*).

- **Capacitação populacional:** promover o empoderamento das populações no sentido de que cada um exerça efetivamente a sua condição de cidadão *de corpo inteiro*. Implica que muitas vezes as instituições tenham de estimular a participação, serem os principais mentores dessa ação que se quer cada vez mais implicada, comprometida, coletiva.
- **Capacitação profissional:** todos os profissionais envolvidos têm de ser capazes profissionalmente de, com os diferentes agentes, promover/estimular a mudança e desenvolver a ação.
- **Carácter simultaneamente integrado e integrador das iniciativas.** Agregando as ações de diferentes agentes e fazendo-as convergir/cruzar aporta ganhos de eficácia e de eficiência. Que por sua vez se traduzem numa maior sustentabilidade.

As iniciativas são apresentadas enquanto exemplos genéricos de problemas e de formas de os resolver. Pretendem ser um estímulo para o debate, para a ação, particularmente nas cidades, lugares primeiros onde os problemas se geram mas simultaneamente os lugares em que se forjam as soluções. E é nas cidades, nas políticas de cidade, que a conceção de envelhecimento saudável já se está a consolidar como condição para um futuro sólido.

Optou-se por uma apresentação das diferentes iniciativas numa matriz síntese, de leitura fácil, clara e concisa. Aprofundar o conhecimento e/ou desenvolvimento dos casos seleccionados pode ser facilmente pesquisado.

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
A Positive Age	Knowsley, UK	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção de uma cidadania ativa • Desenvolvimento de serviços para todos/as • Criar mecanismos de auscultação dos idosos para que as ações respondam às suas necessidades 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • A estratégia denominada A Positive Age foi desenvolvida em sessões orientadas por painéis de peritos. As sessões que reúnem idosos, gestores de topo dos serviços públicos e os chefes de agências independentes destinam-se a definir as prioridades de intervenção e as estratégias de trabalho a desenvolver para atingir os objetivos definidos como prioritários • Criação de um Conselho de Parceiros para os Idosos - <i>Older People Partnership Board</i> - que anualmente avalia o impacto do trabalho realizado e reprioriza as intervenções • Criação do projeto IKAN (I KNOW A MAN WHO CAN - Conheço alguém que sabe/pode), que é um serviço de informação e sinalização 	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de um Conselho de Parceiros para os Idosos 	<ul style="list-style-type: none"> • KOPV (Knowsley Old People's Voice) – associação de idosos com grande capacidade interventiva • Município de Knowsley • Peritos com experiência em metodologias de participação
Mediação individual - Acompanhamento de proximidade	Lyon, FR	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a autonomia dos idosos • Facilitar o acesso aos cuidados e serviços dos idosos mantendo-os no seu próprio domicílio, prevenindo o seu isolamento • Mobilizar as diferentes redes locais (pluridisciplinares) 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • Iniciou o trabalho de caracterização da população idosa (4725 residentes) com base nos 35 lares/Residências Sociais do Departamento do Rhône. • O público-alvo representa mais de 1270 pessoas das quais 700 têm mais de 65 anos de idade. São pessoas frágeis cujo isolamento acentua a sua situação de vulnerabilidade. • Definição de políticas de proximidade para a população idosa, bem como proposta de um plano de ação coordenado com os diferentes serviços envolvidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de equipas diversificadas para responder às necessidades dos idosos de acordo com a problemática individual de cada um • Criação de uma rede geriátrica 	<ul style="list-style-type: none"> • Câmara de Lyon • Associações de Idosos (com níveis de participação elevada, para definição das suas próprias políticas) • Conselho local dos hospitais • CRAM, ACSE, GRSP • Universidade de Lyon • ADOMA (Entidade responsável pelo projeto)
Age Platform Europe	Paris, FR	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção de uma cidadania ativa e da participação dos cidadãos europeus, de forma a sensibilizar a população em geral para as oportunidades e desafios do envelhecimento 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • A Age Platform Europe além de ser desenvolvida a nível europeu, deverá ser desenvolvida a nível nacional, regional e local • Deverão ser desenvolvidos projetos de promoção de ambientes amigos para todas as idades como resposta às mudanças demográficas 	<ul style="list-style-type: none"> • A luta contra a discriminação baseada na idade • Promoção do emprego dos trabalhadores seniores • Educação e formação ao longo da vida • Ação de luta contra a pobreza 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordenação AGE France – Fondation Nationale de Gérontologie. • Ministério da Solidariedade • France Bénévolat (AVE) • Le groupe associatif – SielBleu

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
		<ul style="list-style-type: none"> Desenvolvimento de uma plataforma europeia que visa reforçar a cooperação entre as organizações que trabalham com seniores e a população idosa 	<ul style="list-style-type: none"> Deverá ser envolvida uma diversidade de atores ("Todos têm um papel a desempenhar") de forma a promover a participação de todos - organizações da sociedade civil e cidadãos – para que sejam tomadas medidas políticas adequadas para dar resposta aos problemas emergentes com que nos debatemos 	<ul style="list-style-type: none"> com vista à inclusão social Garantia dos rendimentos adequados Promoção do envelhecimento com boa saúde Reforçar a solidariedade entre gerações 	
Participacion I Gent Gran - Consejo Asesor de las personas Mayores	Barcelona, ES	<ul style="list-style-type: none"> Promoção de uma cidadania ativa Novas formas de habitação e de acolhimento para pessoas idosas Barcelona uma cidade para todas as idades 	<ul style="list-style-type: none"> Metodologia interativa de participação e cidadania ativa O Conselho Assessor de Pessoas Idosas de Barcelona, foi constituído com o envolvimento de diferentes parceiros tendo como impulsionador o Município de Barcelona e o conselho municipal de idosos É um órgão que está representado por cerca de 200 pessoas. A sua organização distribui-se da seguinte forma: Presidência; Plenário; Comissão permanente; Comissões territoriais e grupos de trabalho O trabalho desenvolve-se com a participação das pessoas idosas com o objetivo de promover debates, projetos e acordos sobre a realidade dos idosos que vivem na cidade. Além dos temas que se têm vindo a desenvolver, fazem parte do novo plano temas como: Desigualdades sociais e Económicas; Exclusão/Inclusão; Maus-tratos; o papel dos idosos na família; Acessibilidades; Mobilidade; Informação para idosos; Informática para idosos 	<ul style="list-style-type: none"> Um Conselho Ativo - Constituição e dinamização do plenário, de acordo com o programa municipal, bem como a dinamização e participação dos idosos e sua mobilização As pessoas idosas do Século XXI A Territorialização 	<ul style="list-style-type: none"> Associações de Idosos de Barcelona Município de Barcelona Associações comerciais Associações profissionais (diversas) Associações de Moradores Especialistas Pessoas e Associações de Idosos Instituições Associações de voluntários
Celebrating Age – Valuing Experience	Merton, UK	<ul style="list-style-type: none"> Melhorar o acesso à informação Criação de parcerias estratégicas Promover o trabalho em rede 	<ul style="list-style-type: none"> Criação em todas as bibliotecas de diretórios de informação com links para outros websites Criação de bases de dados relativas às pessoas que vivem no bairro e que têm mais de 50 anos de idade Identificação de lacunas de informação e agindo sobre elas Organização de um festival anual – Celebrating Age – com os objetivos de: <ul style="list-style-type: none"> aumentar a autoestima dos mais idosos da comunidade 	<ul style="list-style-type: none"> Conselho de Serviço Voluntário de Merton Encontrar formas de tornar a informação mais acessível e inteligível para todos mas sobretudo para aqueles que têm maior dificuldade de aceder à informação de que necessitam ou de a compreender 	<ul style="list-style-type: none"> Município de Merton Conselho de Serviço Voluntário de Merton

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
			<ul style="list-style-type: none"> • divulgar os serviços disponíveis em Merton e nos arredores • encorajar estilos de vida saudáveis e divulgar atividades para todos os gostos • promover as atividades intergeracionais e a partilha de valores • celebrar a diversidade comunitária 	<ul style="list-style-type: none"> • Organização de um festival anual – o Celebrating Age 	
L'Habitat groupé: Une alternative a maison de retraite	Bruxelas, BE	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de um projeto inovador em termos de habitação para idosos • Adaptar os territórios e as políticas locais às expectativas e necessidades das pessoas idosas e em processo de envelhecimento • Promoção de uma cidadania intergeracional • Criação de laços de solidariedade 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • Este projeto integra o programa "pessoas idosas" da Fundação de França e em particular o projeto "envelhecer na sua localidade na sua cidade", tendo como objetivo promover novas formas de habitação para as pessoas que estão num processo de envelhecimento • Este é um projeto de parceria que remonta a 2005-2006 designado "Acompanhar o envelhecimento: os projetos sociais ao serviço dos habitantes" • Cria diferentes tipos de habitação em grupo: <ul style="list-style-type: none"> - habitação adaptada - habitação de serviços - habitação intergeracional - habitação partilhada - habitação autogerida 	<ul style="list-style-type: none"> • Adaptação e construção de habitações para idosos • Adoção de soluções ecológicas (gestão de água e resíduos, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • La Fondation de France – associação de investigação e intervenção social • Diferentes Municípios • Investigadores Sociais • Fundações • Associações de idosos (caisses de retraite) • Estabelecimentos e serviços privados para idosos • Universidade de Paris 12 - Urbanismo e Arquitetura (P.U.C.A.)
LinkAge Plus - Tower Hamlets	London Borough, UK	<ul style="list-style-type: none"> • Prevenir a exclusão social dos idosos • O programa <i>LinkAge Plus</i> visa providenciar oportunidades sociais, de lazer e de emprego para os mais idosos, bem como aconselhamento, informação e um ponto 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • Implicação dos idosos no desenho, na implementação, na liderança e na avaliação do projeto • Os idosos trabalham como voluntários na rede de centros, por exemplo, na qualidade de orientadores nos serviços para ajudar a que outros também lhes acedam. Cada centro da rede tem um fórum de utilizadores e envolve os utentes nas decisões relativas à prestação de serviços 	<ul style="list-style-type: none"> • Prevenir a exclusão social dos idosos • Os centros da rede prestam, de forma integrada, uma vasta gama de oportunidades e atividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Município • Idosos

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
		único de acesso aos diferentes serviços	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia de trabalho em rede. Ao reunir os fornecedores locais de serviços através de diferentes agências para trabalhar de forma colaborativa e integrada, a duplicação é minimizada, os recursos são utilizados de forma mais eficiente e os serviços são prestados com maior eficácia 		
Proyecto "Todo Juntos"	Madrid, ES	<ul style="list-style-type: none"> • Adaptar os territórios e as políticas locais às expectativas e necessidades das pessoas idosas e em processo de envelhecimento • Potenciar a convivência entre diferentes gerações • Eliminar estereótipos sobre a população idosa 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • A metodologia utilizada potencia a unidade de todos os participantes e trabalhadores com o objetivo de construir uma atividade de interesse comum • A metodologia criativa visa potenciar a espontaneidade da expressão corporal, a comunicação não-verbal, etc. São fatores que se unem para manifestar o sentimento e respeito por cada um individual e coletivamente • A realização de uma canção tinha como objetivo romper estereótipos relacionados com os idosos • A canção selecionada, foi "todo el mundo necessita a alguien"-versão original "Everybody needs somebody". Esta foi orquestrada e encenada com diferentes coreografias, feitas pelos idosos – participaram na gravação e nas coreografias mais de 350 idosos 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalhar o sentimento de unidade e o respeito por um objetivo comum • Criação/adaptação de uma canção de forma lúdica, para que cada um dos participantes seja protagonista dessa história • Parceria com diversas universidades envolvendo os jovens 	<ul style="list-style-type: none"> • Departamento de Serviços Sociais do Distrito de Madrid • Junta Diretiva • Investigadores Sociais • Universidades • Grupos de Idosos • Grupos informais (teatro, grupo coral) • Grupos de profissionais de Saúde (fisiatras, enfermeiros, etc.) • Jovens Universitários
NNS - Neighbourhood Network Schemes	Leeds, UK	<ul style="list-style-type: none"> • A ideia-chave é a construção de redes na comunidade local que envolvam todos e não apenas os idosos • As Neighbourhood Network Schemes (NNS) têm por objetivos centrais reduzir o isolamento social e melhorar a saúde e o bem-estar da população residente, em particular da que tem mais de 50 anos de idade 	<ul style="list-style-type: none"> • A mais valia do NNS parece estar não no que fazem mas na forma como o fazem. Valoriza-se o processo participativo em que todos cooperam • Os NNS constituíram-se numa comunidade solidária em que todos os intervenientes agem como "olhos e ouvidos" relativamente a todos, sendo assim possível rapidamente despistar situações de dificuldade registadas por qualquer um dos idosos • Os NNS constituem um eixo de atuação prioritário na estratégia do município de Leeds para promover o envelhecimento ativo no seio de comunidades coesas. Funcionam como portas de acesso (<i>gateways</i>) à informação, aconselhamento e apoio e garantem a prestação de uma gama diversificada de serviços • São estruturas facilitadoras da independência e do bem-estar 	<ul style="list-style-type: none"> • Formalização de acordos com algumas entidades para prestação de serviços • Ligações fortes com as empresas sediadas localmente • Criação de um cartão de fidelidade para aqueles que pretendem aderir à rede • "Programa Curricular Alternativo" destinado a jovens e idosos para que desconstruam as representações que formulam uns dos outros 	<ul style="list-style-type: none"> • Município de Leeds • 30 parceiros (cinco dos quais pertencem ao Terceiro Setor) • Universidade de Leeds

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
			das pessoas mais velhas através do fornecimento de informação de acesso a serviços		
Points Paris Emeraude – CLIC - Centres locaux d'information e coordination gérontologique	Paris, FR	<ul style="list-style-type: none"> • Promover a autonomia dos idosos • Facilitar o acesso aos cuidados e serviços por parte dos idosos mantendo-os no seu próprio domicílio, prevenindo o seu isolamento • Mobilizar as diferentes redes locais / pluridisciplinares para que tenham em conta todos os aspetos da vida quotidiana dos idosos 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • Um primeiro contacto é efetuado via telefone através de um pedido de informação e orientação • Os profissionais de PPE-CLIC asseguram a continuidade do contacto com o utente respondendo à solicitação e informação e orientando-o para uma decisão <p>O PPE-CLIC faz a avaliação global da situação, em parceria com os diferentes serviços envolvidos, acerca das necessidades das pessoas idosas e, posteriormente, elabora um acordo com o utente relativamente ao acompanhamento da situação na definição do seu próprio problema</p> <ul style="list-style-type: none"> • O PPE-CLIC mobiliza todos os recursos para estabelecer ações coletivas de informação/formação a todos os profissionais que trabalham neste projeto • O PPE-CLIC constitui a chave para efetuar o diagnóstico coletivo e individual do território de forma a criar as respostas mais adequadas 	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de equipas diversificadas para responder às necessidades dos idosos de acordo com a problemática individual de cada um • Criação de uma rede geriátrica (com os diferentes profissionais) para responder aos pedidos mais heterogéneos • Homogeneização das práticas profissionais nos diferentes territórios 	<ul style="list-style-type: none"> • Câmara de Paris • Direção da Ação Social, da Saúde e da Infância do Departamento de Paris • Os Atores Sanitários (hospitais, clínicas, etc.) • Os Serviços Sociais do Departamento de Paris (SSDP, APA, EMS) • Centro de Ação Social da cidade de Paris (CASVP), ajuda domiciliária, lares, restaurantes, Centros de dia, etc. • Profissionais de saúde
Somerset Active Living Network	Somerset, UK	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de uma rede de trabalho em parceria 	<ul style="list-style-type: none"> • De forma a partilhar conhecimento e a criar redes de trabalho locais, os voluntários e os coordenadores dos centros Active Living reuniram-se enquanto parte integrante do acordo de cluster local • Pretende-se que os centros Active Living se tornem autossuficientes ao longo do tempo. Para o efeito foi contratualizado um plano de dois anos em que os centros seriam apoiados no sentido de se tornarem autossustentáveis (através da cobrança de pequenas quantias de dinheiros pelas atividades desenvolvidas e através da angariação de fundos a nível local). Muitos dos centros de Active Living existentes no primeiro ano do projeto já se tornaram autossuficientes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de um Conselho de Parceiros Active Living 	<ul style="list-style-type: none"> • o Age Concern Somerset • o Centro de Saúde de Somerset • os conselhos municipais • a Federação de Deficientes de Somerset • o Condado de Somerset
La Démocratie Participative	Toulouse, FR	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção de uma cidadania ativa 	<ul style="list-style-type: none"> • Metodologia interativa de participação • O Conselho de Seniores de Toulouse foi constituído com o 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinamização do Conselho Local de Parceiros para os Idosos 	<ul style="list-style-type: none"> • Associações de Idosos de Toulouse, com representatividade (Les Clubs

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
		<ul style="list-style-type: none"> Desenvolvimento de serviços para todos/as Preservar a capacidade de aprender 	<p>envolvimento de diferentes parceiros:</p> <ul style="list-style-type: none"> É um órgão com cerca de 200 pessoas. As sessões são dirigidas por um comité de pilotagem permanente e por grupos de trabalho temáticos com a participação de peritos e especialistas de acordo com os temas a debater. As sessões que reúnem idosos, gestores dos serviços públicos e chefes de agências independentes destinam-se a definir as prioridades de intervenção e as estratégias de trabalho a desenvolver para as atingir. O Comité de pilotagem do Conselho de Parceiros para os Idosos tem como missão escolher, fazer, desenvolver e avaliar as ações programadas, bem como reavaliar e priorizar as intervenções definidas <p>Foi criada uma revista trimestral, L'AGORA, dedicada aos Seniores e com uma tiragem de 30.000 exemplares</p>	<ul style="list-style-type: none"> Criação de uma edição do Guia para Idosos 	<p>3e Âge)</p> <ul style="list-style-type: none"> Município de Toulouse Participação de Peritos nas sessões Eleitos Locais Especialistas Sociedade Civil Instituições
UrbAging_Planificare e Progettare lo Spazio Urbano per una Società che Invecchia	Lugano e Uster, SW	<ul style="list-style-type: none"> Valorizar a qualidade do espaço público urbano relativamente à necessidade da população envelhecida, desenvolvendo estratégias para a integração deste problema ao nível da planificação e do planeamento urbano 	<ul style="list-style-type: none"> O projeto combinou a análise quantitativa com uma abordagem qualitativa procurando destacar as necessidades específicas das pessoas mais idosas <ul style="list-style-type: none"> Em termos quantitativos foram analisados os serviços públicos, os espaços urbanos e o sistema de transportes públicos (distribuição e características). Foi igualmente analisada a distribuição espacial da população mais idosa (terceira e quarta idades) Em termos qualitativos procuraram aferir-se as necessidades dos mais idosos no que concerne aos espaços públicos e aos serviços, através de entrevistas e de trabalho em grupo. Procuraram definir-se critérios de satisfação da população idosa Planeamento participado: Os resultados obtidos são discutidos com o representante do município e com os idosos para identificar as necessidades futuras e validar as propostas de trabalho apresentadas. A síntese do trabalho constituirá a base para a estrutura de recomendações útil para outras realidades/contextos 	<ul style="list-style-type: none"> Analisar os serviços públicos, os espaços urbanos, o sistema de transportes públicos e a distribuição espacial da população mais idosa (terceira e quarta idades) Planear a intervenção de forma participada 	<ul style="list-style-type: none"> i.CUP - Istituto per il Progetto Urbano Contemporaneo, Accademia di architettura, Mendrisio IRAP - Institut für Raumentwicklung, Angewandte Forschung und Planungsbegleitung, Hochschule für Technik Rapperswil Duas Comissões de Acompanhamento: de Lugano e de Uster
Valuing Older People	Manchester, UK	<ul style="list-style-type: none"> Transformar as representações da comunidade sobre os 	<ul style="list-style-type: none"> Metodologia de trabalho integrado entre o município, os agentes locais e a população em geral (com maior enfoque na população idosa) 	<ul style="list-style-type: none"> Criação de um conselho de idosos 	<ul style="list-style-type: none"> Equipa municipal de coordenação

Identificação	Local	Objetivos	Metodologia	Ações-Chave	Agentes envolvidos
		<p>mais idosos através da criação e desenvolvimento de uma marca - Valuing Older People - e partindo do pressuposto que uma cidade que garante qualidade de vida aos idosos é seguramente uma boa cidade para se viver</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A marca Valuing Older People é amplamente utilizada em todo o município. São exibidos anúncios com imagens positivas das pessoas mais idosas em 85 sites de divulgação do centro da cidade pertencentes ao município. Essa publicidade visa influenciar as pessoas de todas as idades que vivem e trabalham na cidade • A equipa do Valuing Older People realiza um trabalho de carácter transversal na autarquia. Trata-se de uma espécie de <i>mainstreaming</i> de idade. Estratégia transversal a todo o município, vertida num plano de ação que é anualmente avaliado e atualizado 	<ul style="list-style-type: none"> • Organização anual do festival Full of Life (tipo Feira do Emprego) para dar a conhecer - aos idosos, suas famílias e público em geral - os serviços que existem • Criação e desenvolvimento de uma marca robusta 	<ul style="list-style-type: none"> • Parceiros académicos • Idosos • Agentes locais

6. Conclusões

A incontornabilidade do envelhecimento demográfico leva a que a reflexão em torno desta questão seja uma das principais preocupações da atualidade. A crescente visibilidade e incidência do fenómeno, em particular nas áreas urbanas, apela a que se intervenha no sentido de minimizar os impactos negativos e de prevenir problemas futuros, tendo sempre como pano de fundo a qualidade de vida dos idosos de hoje e dos que o serão amanhã.

De referir, desde já, que, para além da legislação nacional aplicada pelo Município, estão em curso dois projetos na esfera do planeamento urbano – *Rede de Proximidades* e *Plano de Promoção da Acessibilidade para Todos* – onde estão a ser trabalhadas questões que vão ao encontro dos desafios com que as cidades se debatem para a melhoria das condições de vida de todos os seus cidadãos.

O quadro sistematizador dos principais desafios, no âmbito do planeamento urbano, por domínio de análise e os principais focos de intervenção transversais aos mesmos (apresentados no ponto 4) podem constituir a matriz base de aferição da situação atual da cidade. Este quadro de referência juntamente com as ideias chave que sobressaem da análise de “boas práticas” internacionais (ponto 5) podem suportar intervenções futuras no Porto.

O objetivo central será o de promover o bem-estar de todos os residentes da cidade através da concretização de ações/medidas na esfera da intervenção urbanística, tendo como fim último atender à particular situação daqueles que, pela faixa etária em que se encontram ou por razões de saúde, estão mais vulneráveis.

As cidades, não obstante o seu carácter único, partilham inúmeros desafios. Podem igualmente partilhar as soluções/experiências. São essas soluções/experiências testadas que poderão servir de inspiração e de ponto de partida para erigir uma cidade onde seja bom viver, independentemente da idade e da condição física de cada um.

7. Informação complementar

Documentos de referência

AGE Platform Europe (dezembro de 2011), **European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations 2012: Everyone has a role to play**, AGE Platform Europe;

AMOR, Teresa (dezembro de 2011), **Percorrendo a (c)idade com idosos: a construção urbana da vulnerabilidade**, In *Cidades, Comunidades e Territórios*, 23, pp. 21-40;

CMP/GEP (julho de 2008), **Destaque Informativo "Dinâmicas demográficas e sociais: o Porto no contexto Europeu"**, Câmara Municipal do Porto/Gabinete de Estudos e Planeamento;

Comissão Europeia (30 de setembro de 2009), **Plano de Acção para a Mobilidade Urbana**, Comissão das Comunidades Europeias;

DGS (2 de julho de 2004), **Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas**, Ministério da Saúde/Direcção-Geral da Saúde (integra o Plano Nacional de Saúde 2004-2010);

European Commission (2011), **Demography Report 2010: Older, more numerous and diverse Europeans**, Publications Office of the European Union;

European Commission (June 14, 2007), **Ageing well in the Information Society: Action Plan on Information and Communication Technologies and Ageing**, Commission of the European Communities;

European Commission/DG ECFIN (2011), **The 2012 Ageing Report: Underlying Assumptions and Projection Methodologies**, European Commission/Directorate-General for Economic and Financial Affairs;

European Union (October, 2011), **Cities of Tomorrow: Challenges, visions, ways forward**, European Commission/Directorate General for Regional Policy;

EUROSTAT (2012), **Europe in figures: Eurostat Yearbook 2012**, European Union, Publications Office of the European Union;

PINTO, Teresa e LOPES, Alexandra (outubro de 2012), **Cidades amigas das pessoas idosas? Implicações e Recomendações de um Estudo Nacional: O que dizem os municípios, o que pensam os especialistas e o que se vivencia nos espaços**, Associação VIDA – Valorização Intergeracional e Desenvolvimento Activo;

WHO (1998), **The world health report 1998 – Life in the 21st century: a vision for all**, World Health Organization - Regional Office for Europe;

WHO (2007), **Global Age-friendly Cities: A guide**, World Health Organization;

WHO (2008), **Demystifying the myths of ageing**, World Health Organization - Regional Office for Europe;

WHO (2011), **European report on preventing elder maltreatment**, World Health Organization.

Páginas eletrônicas

<http://europa.eu/ey2012/> (Portal da iniciativa "Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações")

<http://www.age-platform.eu/> (Rede europeia "AGE")

<http://www.agingstudies.eu/> (European Network in Aging Studies)

<http://www.eltis.org/> (Portal da Mobilidade Urbana da União Europeia)

<http://www.euro.who.int> (World Health Organization - Regional Office for Europe)

<http://www.ict-ageing.eu/> (Projeto da Comissão Europeia sobre TIC & Envelhecimento)

<http://www.i envelhecimento.ul.pt/> (Instituto do Envelhecimento)

<http://www.inia.org.mt/> (International Institute on Ageing)

<http://www.who.int/> (Organização Mundial de Saúde)