



**UNIVERSIDADE DE ÉVORA**

**COLÉGIO ESPIRITO SANTO**

DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO**

**PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO  
ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE  
FRONTEIRA**

**NUNO CABAÇO**

Orientação: Professora Doutora Maria da Saudade  
Baltazar

**Mestrado em Sociologia**

Área de especialização: *Recursos Humanos e Desenvolvimento  
Sustentável*

Trabalho de Projeto

Évora, 2015

*Esta dissertação inclui as críticas e as sugestões feitas pelo júri*



**UNIVERSIDADE DE ÉVORA**

**COLÉGIO ESPIRITO SANTO**

DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO**

**PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO  
ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE  
FRONTEIRA**

**NUNO CABAÇO**

Orientação: Professora Doutora Maria da Saudade  
Baltazar

**Mestrado em Sociologia**

Área de Especialização: *Recursos Humanos e Desenvolvimento  
Sustentável*

Trabalho de Projeto

*Esta dissertação inclui as críticas e as sugestões feitas pelo júri*

## **Agradecimentos**

Este espaço é dedicado para enaltecer e agradecer a todos aqueles que contribuíram para que este Trabalho de Projeto fosse possível. Em primeiro lugar, um Grande Obrigado à Professora Doutora Maria da Saudade Baltazar, por ter aceite orientar este projeto, pelas palavras de incentivo e inspiração, por todo o grande apoio, atenção, disponibilidade e preciosa ajuda, por ter sido incansável.

Um Grande Obrigado também à Câmara Municipal de Fronteira e à Santa Casa da Misericórdia de Fronteira por todo o apoio prestado, por toda a atenção e disponibilidade em ajudar e participar neste projeto.

A todos os Parceiros da Rede Social do Concelho de Fronteira, ao Grupo de Cantares de Fronteira e ao Grupo “Ativamente”, um especial Obrigado pela ajuda, importantes contributos e essencial participação neste estudo. Um especial Obrigado por possibilitarem que este projeto fosse possível.

*“O homem não teria alcançado o possível se, repetidas vezes, não tivesse tentado o impossível”*

*Max Weber*

**Dedicatória**

*Por todos os orgulhos que me têm proporcionado,  
Por todas as oportunidades, alegrias e sorrisos,  
Por estarem sempre presentes,  
Que este Projeto seja um motivo de Orgulho para Vocês...  
Com o maior Orgulho do Mundo, Aos meus Pais*

## Resumo

### “(In)Atividade e Envelhecimento: Processos e práticas em torno do Envelhecimento Ativo no Concelho de Fronteira”

Este Trabalho de Projeto pretende analisar e caracterizar a problemática do envelhecimento no Concelho de Fronteira, contribuindo de forma académica e cívica com uma proposta de programação estratégica para a Universidade Sénior. Com o objetivo de atuar em prol da promoção do envelhecimento ativo, o nosso trilha teórico terá como base os paradigmas sociológicos sobre o desenvolvimento local e regional, como também os cruciais princípios e contributos pertinentes da Sociologia da Ação e do Planeamento Estratégico. Conectado a uma metodologia qualitativa, através da realização de entrevistas semidiretivas e o recurso ao focus group, é pertinente abordar e envolver todos os atores e intervenientes responsáveis pela impulsão da Universidade Sénior, incluindo também o contributo dos parceiros da Rede Social do Município, pois são estes os recursos humanos e as fontes preciosas que conhecem as necessidades e potencialidades do território e que interagem com a realidade social que pretendemos estudar.

**Palavras-chave:** Planeamento; Desenvolvimento local e regional; Envelhecimento Ativo; Universidade sénior; Concelho de Fronteira.

## **Abstract**

### **“(In) activity and aging: processes and practices around the active aging in the municipality of Fronteira”**

This project aims to analyze and characterize the problems of aging in the municipality of Fronteira, contributing to academic and civic way with a proposal for a strategic programming to Senior University. In order to act in the interests of promoting active ageing, our theoretical trail will be based on the sociological paradigms on local and regional development, as well as the crucial principles and relevant contributions to the sociology of action and Strategic planning. Connected to a qualitative methodology, by conducting semidirective interviews and the focus group, it is pertinent to addressing and involving all actors and stakeholders responsible for the discharge of the Senior University, including also the contribution of the partners of the Social network of the Municipality, because these are human resources and precious sources who know the needs and potential of the territory and that interact with the social reality that we intend to study.

**Word-Keys:** Planning; Local and regional development; Active Ageing; Senior University; Municipality of Fronteira.

## Índice

|   |      |
|---|------|
| Resumo .....  | v    |
| Abstract .....  | vi   |
| Índice de tabelas.....  | x    |
| Índice de gráficos.....   | xi   |
| Lista de anexos.....  | xii  |
| Lista de abreviaturas.....  | xiii |
| <br>  |      |
| INTRODUÇÃO.....   | 1    |
| PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL.....   | 8    |
| Cap. I – Envelhecimento – Perspetivas de Investigação e de Atuação .....                              | 8    |
| 1.1. Envelhecimento – Uma Visão Macro .....   | 8    |
| 1.1.1. A Investigação em Portugal sobre o Envelhecimento.....   | 15   |
| 1.2. Diversas Componentes de Abordagem do Envelhecimento.....   | 19   |
| 1.2.1. Abordagem Psicológica (e biológica).....   | 19   |
| 1.2.2. Abordagem Sociológica.....   | 21   |
| 1.2.2.1. Teorias Sociológicas sobre o Envelhecimento .....  | 23   |
| <i>Teoria do Desligamento</i> .....   | 24   |
| <i>Teoria da Atividade</i> .....  | 25   |
| <i>Teoria da Continuidade</i> .....   | 26   |
| <i>A Teoria do Meio Social</i> .....  | 27   |
| <i>A Teoria da Socialização</i> .....   | 29   |
| 1.2.3. Abordagem Demográfica.....   | 29   |
| A 3ª e 4ª Idade.....  | 31   |
| <br>  |      |
| Cap. II – Planeamento e Políticas Sociais de Apoio ao Envelhecimento .....                            | 32   |
| 2.1. O Processo de Socialização – O Sujeito e o Ator .....  | 32   |
| 2.2. A Sociologia da Intervenção: da Participação Social à Democracia Participativa.....              | 35   |
| 2.3. Paradigma de Desenvolvimento Regional e suas Implicações na Definição das Políticas Sociais..... | 37   |
| 2.3.1. O Paradigma funcionalista e territorialista .....  | 38   |
| 2.3.2. Políticas sociais e medidas de apoio ao envelhecimento .....                                   | 41   |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|   |     |
|---|-----|
| Cap. III – Promoção do Envelhecimento Bem-Sucedido: o Caso das Universidades Sénior .....                                 | 52  |
| 3.1. Qualidade de Vida e o Envelhecimento Bem-Sucedido .....  | 52  |
| 3.1.1. As condições de saúde .....  | 53  |
| 3.1.2. A educação, aprendizagem e atividade no combate à solidão .....  | 54  |
| 3.2. Universidades Sénior .....   | 56  |
| 3.2.1. As Universidades da Terceira Idade em Portugal .....   | 58  |
| <br>  |     |
| PARTE II – ENVELHECIMENTO NO CONCELHO DE FRONTEIRA .....  | 60  |
| Cap. IV – Diagnóstico Sociodemográfico do Concelho de Fronteira .....   | 60  |
| 4.1. Medidas de Apoio ao Envelhecimento no Concelho de Fronteira .....  | 66  |
| <br>  |     |
| Cap. V – Rede Social do Concelho de Fronteira como Programa de intervenção social na problemática do Envelhecimento ..... | 68  |
| 5.1. Recenseamento de políticas, iniciativas e atores na área do Envelhecimento .....                                     | 70  |
| <br>  |     |
| Cap. VI – Universidade Sénior de Fronteira .....  | 89  |
| 6.1. Benefícios identificados para a Universidade Sénior do Concelho .....  | 93  |
| 6.2. Recursos para o projeto Universidade Sénior de Fronteira .....   | 99  |
| 6.3. Focus Group como técnica de interação social com público-alvo, acerca da Universidade Sénior .....                   | 102 |
| <br>  |     |
| PARTE III – ORIENTAÇÕES ESTRATÉGICAS: de uma visão macro à UNIVERSIDADE SÉNIOR DE FRONTEIRA ATÉ 2015 .....                | 108 |
| Cap. VII – Perspetivas Estratégicas Nacionais e Regionais .....   | 108 |
| 7.1. Portugal 2020 .....  | 108 |
| 7.2. Alentejo 2020 .....  | 109 |
| <br>  |     |
| Cap. VIII – Contributos para Orientações Estratégicas da Universidade Sénior de Fronteira 2020 .....                      | 110 |
| 8.1. Diagnóstico .....  | 110 |
| Necessidades/dificuldades .....   | 111 |
| Estabelecer prioridades .....   | 112 |
| Definir o público-alvo .....  | 113 |
| Identificar os recursos a envolver .....  | 115 |
| 8.2. Orientações estratégicas para a Universidade Sénior de Fronteira 2015/2020 ..  | 117 |
| 8.3. Sugestões .....  | 123 |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| Considerações finais..... | 124 |
| Bibliografia.....         | 127 |
| Anexos .....              | 130 |

## Índice de tabelas

|   |     |
|---|-----|
| Tabela 1 - Alguns indicadores sobre o Envelhecimento.....   | 14  |
| Tabela 2 - Distribuição da população residente (%) por grupo etário em Portugal .....   | 46  |
| Tabela 3 - Índice de longevidade em 2011 .....  | 48  |
| Tabela 4 - Taxa de desemprego em Portugal .....   | 49  |
| Tabela 5 – Linha de Pobreza ancorada em 2009 e Taxa de Risco de Pobreza da<br>população idosa em Portugal.....                              | 49  |
| Tabela 6 - Despesas da proteção social em % do PIB.....   | 50  |
| Tabela 7 - Pensões da segurança social, Portugal .....  | 50  |
| Tabela 8 - Despesas em saúde em % do PIB, Portugal.....   | 50  |
| Tabela 9 - Respostas sociais, em matérias de envelhecimento, no Concelho de Fronteira,<br>segundo a Carta Social.....                       | 51  |
| Tabela 10 – Alguns indicadores sobre o Concelho de Fronteira .....  | 61  |
| Tabela 11 - Apresentação da Rede Social.....  | 69  |
| Tabela 12 - Parceiros entrevistados da Rede Social.....   | 71  |
| Tabela 13 - Matriz SWOT do envelhecimento no Concelho de Fronteira .....  | 88  |
| Tabela 14 - Potencialidades e fragilidades da Universidade Sénior de Fronteira .....  | 97  |
| Tabela 15 - Benefícios para a Universidade Sénior de Fronteira .....  | 98  |
| Tabela 16 - Principais sugestões, contributos e recursos a disponibilizar pelos parceiros da<br>Rede Social para a Universidade Sénior..... | 99  |
| Tabela 17 - Sugestões e contributos dos parceiros da Rede Social sobre o plano curricular<br>da Universidade Sénior.....                    | 100 |
| Tabela 18 - Ficha de caracterização dos participantes do Focus Group .....  | 104 |
| Tabela 19 - Recursos e contributos de cada entidade para a Universidade Sénior.....   | 115 |
| Tabela 20 - Orientações iniciais para a Universidade Sénior – Modelos de Funcionamento<br>.....   | 117 |
| Tabela 21 - Segundos etapa: estratégia de divulgação e inscrições.....  | 119 |
| Tabela 23 - Proposta de aplicação de fichas de avaliação.....   | 122 |

## Índice de gráficos

|   |    |
|---|----|
| Gráfico 1 - Esperança de vida aos 65 anos .....   | 62 |
| Gráfico 2 - Índice de Longevidade .....   | 63 |
| Gráfico 3 - Índice de dependência de Idosos, 2013 .....                                 | 64 |
| Gráfico 4 - Índice de dependência de jovens/idosos no Concelho de Fronteira, 2013 ..... | 64 |
| Gráfico 5 - Índice de Envelhecimento, 2013.....   | 65 |

## Lista de anexos

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Anexo 1 – Entrevista 1 .....       | 131 |
| Anexo 2 – Entrevista 2 .....       | 135 |
| Anexo 3 – Entrevista 3 .....       | 139 |
| Anexo 4 – Entrevista 4 .....       | 145 |
| Anexo 5 – Entrevista 5 .....       | 149 |
| Anexo 6 – Entrevista 6 .....       | 154 |
| Anexo 7 – Entrevista 7 .....       | 158 |
| Anexo 8 – Entrevista 8 .....       | 162 |
| Anexo 9 – Entrevista 9 .....       | 167 |
| Anexo 10 – Entrevista 10 .....     | 174 |
| Anexo 11 – Entrevista 11 .....     | 176 |
| Anexo 12 – Entrevista 12 .....     | 182 |
| Anexo 13 – Entrevista 13 .....     | 187 |
| Anexo 14 – Guião Focus Group ..... | 191 |
| Anexo 15 – Cronograma .....        | 195 |

## Lista de abreviaturas

- ✓ **ADI-TC** – Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Condestável
- ✓ **CLAS** – Conselho Local de Ação Social
- ✓ **CPCJ** – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco
- ✓ **ELI** – Equipa Local de Intervenção
- ✓ **FEADER** – Fundo Europeu Agrícola de Desenvolvimento Rural
- ✓ **FEAMP** – Fundo Europeu dos Assuntos Marítimos e das Pescas
- ✓ **FEDER** – Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional
- ✓ **FSE** – Fundo Social Europeu
- ✓ **IEFP** – Instituto de Emprego e Formação Profissional
- ✓ **INE** – Instituto Nacional de Estatística
- ✓ **IPSS** – Instituição Particular de Solidariedade Social
- ✓ **ISCTE/CIES** – Instituto Universitário de Lisboa/Centro de Investigação e estudos de Sociologia
- ✓ **PORDATA** – Base de Dados de Portugal Contemporâneo
- ✓ **RUTIS** – Associação Rede de Universidades da Terceira Idade
- ✓ **UTAD** – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro
- ✓ **UTI** – Universidade da Terceira Idade
- ✓ **WESS** – World Economic and Social Survey

## INTRODUÇÃO

Na base de uma Sociologia de Intervenção encontram-se os processos de mudança social e um desejo de participar ativamente nestes mesmos processos. No início dos anos setenta, assistimos a uma nova estruturação do termo mudança, onde a intervenção tem como foco uma sociologia mais crítica que pretende alertar os atores, que participam no processo de mudança, dos seus objetivos, pontos fortes e fracos e dos objetivos a que se propõem atingir, para que o façam de uma forma racional e pensada, de modo a ser possível uma definição de uma estratégia correta para atingir as ditas metas. No entanto, nas duas últimas décadas do século XX assistimos ao surgimento de novas mudanças sociais. Estas novas mudanças sociais prendem-se com o acentuar das desigualdades sociais, o aumento da pobreza, o fenómeno do desemprego, o envelhecimento como fenómeno global, as mudanças na organização familiar, entre outras. Neste sentido, as políticas sociais devem incidir sobre estas novas mudanças sociais, onde o planeamento deve ter em conta os contextos e dimensões dos diferentes territórios.

Por fruto da globalização, da expansão das economias, as crises económicas e sociais, fenómenos como o desemprego, exclusão social e migração, a crise da legitimidade das autoridades do Estado e autarquias locais, assistimos a um aumento dos programas de intervenção. Os projetos e programas de intervenção estão maioritariamente relacionados com o âmbito do planeamento local, no qual é objetivo planear ações que, através de objetivos, caminhem para a intervenção local. Podemos, neste contexto, definir projeto como um processo de ação que é construído através de um diagnóstico de uma situação e dos objetivos a ela ligados. Para tal, é necessário escolher quais os meios necessários para a concretização desses objetivos e as atividades e atores envolvidos para a solução de um determinado problema. “A metodologia participativa do projeto é um instrumento que permite, simultaneamente, uma maior compreensão da realidade e uma maior eficácia dos meios e das técnicas de intervenção” (Guerra, 2002, p. 119).

A própria ideia de Projeto de intervenção e de ação tem um propósito incorporado de criar e modificar uma dada situação, de intervir na procura de uma solução para um determinado problema de uma população. O envolvimento da população é crucial e deve-se ter em conta este critério, pois visto que um dos principais objetivos de um Projeto de Intervenção é o de solucionar um determinado problema de uma comunidade, apenas essa população sabe as reais necessidades, dificuldades, potencialidades e é aí que se encontra um importante contributo e um passo enorme para o encontrar de uma solução.

Por outro lado, cada população tem as suas características e cada território as suas especificidades. Com isto poderemos realçar o carácter único de cada projeto, pois “um” é

sempre diferente do “outro”. Deve-se saber quais as características e singularidades de cada projeto e de cada realidade social, de modo a desenvolver uma estratégia que se designe como sustentável e que constitua uma rede de atores e parcerias que caminhem no mesmo sentido: a solução do problema.

Um Projeto de Ação consiste na “imagem antecipadora e finalizante de uma sequência ordenada de operações suscetíveis de conduzir a um novo estado da realidade-objeto da ação” (Barbier, 1993, p. 66). Através da citação de Barbier, podemos realçar uma característica de um projeto de ação: o seu caráter de antecipação. Um projeto de ação deverá ser capaz de antecipar um futuro, de definir uma estratégia, objetivos exequíveis e os atores que contribuirão para que esse futuro (agora prévio) seja alcançável. Deve-se saber como agir e quando agir. Os termos estratégia e planeamento são aqui importantes, pois é através deles que o projeto consegue possibilitar, ao ator, os resultados e a estrutura de operações e atividades necessárias para se alcançar um determinado objetivo antes de se agir (ou seja, o seu caráter antecipador). Por outras palavras, o projeto surge anterior à ação e, neste sentido, ele próprio prepara as ações e os atores.

“Seja qual for a sua filosofia de implementação, a metodologia de projeto pretende, simultaneamente, obter conhecimento e alterar os contextos de ação, sendo claramente uma metodologia de pesquisa ação” (Guerra, 2002, p. 120). Com esta afirmação, pretende-se justificar e realçar a importância da metodologia de projeto e o contributo da Sociologia de Ação até aqui delineado para o estudo dos fenómenos e processos sociais. É possível também verificar o caráter enriquecedor desta metodologia, pois “oferece” ao investigador e aos atores sociais a possibilidade de obter conhecimento sobre a realidade que pretende estudar, compreender os seus processos e atuar perante os contextos de ação neles envolvidos. Portanto, estamos perante uma metodologia que conjuga a teoria e a prática e onde “um lado” complementa as debilidades “do outro” e vice-versa.

Falar em intervir numa determinada realidade social, é falar em racionalidade, planeamento e estratégia com vista em contribuir para o desenvolvimento de um determinado espaço ou território. Alcançar um resultado desejável fruto de uma estratégia delineada e planeada especificamente para “aquele” território e envolvendo o máximo de atores possíveis dessa região, potenciando o melhor que “nele” existe deve ser a máxima. Neste sentido, estamos a falar do princípio do desenvolvimento endógeno que está na comunidade local e nos seus ativos e potencialidades, com a intenção de se conseguir uma melhoria da qualidade de vida.

A nível regional, o desenvolvimento endógeno procura também a ampliação do emprego, do produto e da renda local, procurando-se chegar a um modelo de

desenvolvimento regional bem definido. O desenvolvimento passa a ser estruturado e planeado pelos próprios atores sociais, mas não de “cima para baixo”. O ato de planejar deve ter em conta a dimensão e características específicas do território a que se vai aplicar. Deste modo, cada região necessita ser destacada segundo o seu tamanho e a sua complexidade, tendo em conta o grau da sua autossuficiência regional. Cada região é um caso único e deve ser analisado como tal.

Com os “pilares” metodológicos definidos e justificados, é importante abordarmos a problemática e o tema central a que nos propomos estudar e atuar como “investigadores”, atores e promotores da mudança social. O envelhecimento como problema social está relacionado com a intervenção Estatal e com a sua institucionalização dos sistemas de reforma e com as alterações que ocorreram no seio da organização familiar. Os idosos de hoje vivem e interpretam a situação de reforma de maneira diferente de algumas décadas atrás. Atualmente, os reformados de hoje são mais jovens que os seus “antepassados”. Contudo, a idade para a reforma parece estar a aumentar, assistimos a uma nova mudança no paradigma e que mistura os demais fatores sociais e culturais, cruzando diversas opiniões e posições em relação à medida. O envelhecimento é algo irreversível, mas a forma como se envelhece pode ser estudada, analisada e modificada. Neste sentido, deve-se procurar uma reformulação na passagem da atividade para a inatividade, que deve ser feita de modo gradual, flexível e atenta às diferentes realidades, contextos e comportamentos.

A intenção deve caminhar para o sentido de adequação do mercado de trabalho ao envelhecimento e de “cativar” a criação de políticas sociais mais eficazes. Estas limitações tornam a promoção do envelhecimento ativo um desafio difícil. É necessário aproximar gerações, fomentar o voluntariado e construir uma solidariedade intergeracional. Atualmente, surgiu um aumento da necessidade dos idosos se sentirem cada vez mais inseridos social e culturalmente, ativos e atualizados. As Universidades Seniores vêm resolver parte destes problemas e apresentam-se como uma solução que tem vindo a dar frutos. A promoção do envelhecimento ativo, a otimização de oportunidades para a saúde e participação cívica, aumentar a qualidade de vida durante o envelhecimento e a manutenção da autonomia e independência são alguns dos objetivos da existência deste tipo de organizações. Trata-se de um fenómeno principalmente urbano, com maior implantação geográfica no litoral do país, registando-se uma elevada concentração no litoral norte onde se encontram cerca de 50% das Universidades Seniores. Por outro lado, surgem cada vez mais Universidades Seniores na zona do interior do território português, salientando que os distritos com mais idosos a viver em lares são da região centro: Beja, Évora, Portalegre, Vila Real e Castelo Branco.



O Município de Fronteira, inserido no distrito de Portalegre, é caracterizado por uma população envelhecida e enquadra-se precisamente no tipo de território com as necessidades para a implementação de uma Universidade Sénior, medida que já está em curso e impulsionada pela Câmara Municipal de Fronteira. Ainda numa fase inicial, é pertinente abordar a vertente do planeamento estratégico na Universidade Sénior e contribuir de forma académica e cívica para tal feito. Para finalizar, é importante realçar a importância e natureza deste mestrado a que se destina a realização do Trabalho de Projeto. A temática e problemática escolhida que nos propomos estudar e aprofundar insere-se na génese da especialização do nosso Mestrado de Sociologia: Recursos Humanos e Desenvolvimento Sustentável. Neste sentido e numa forma de enquadrar o que foi anteriormente referido com o âmbito académico, pretendemos contribuir para o desenvolvimento rural e endógeno com uma proposta de programação estratégica para a Universidade Sénior do Concelho de Fronteira.

É pelos motivos e razões demográficas, económicas e sociais que é necessário acompanhar a criação, implementação e funcionamento deste tipo de instituição, sendo o principal objetivo deste trabalho de projeto o delinear de uma proposta de plano estratégico que possa promover o desenvolvimento e atuação da Universidade Sénior no Concelho de Fronteira.

Deste modo, formulamos como questão de partida: “Quais os processos, recursos e ações que a Universidade Sénior deve adotar para uma atuação e resposta eficaz na promoção do Envelhecimento Ativo no Concelho de Fronteira?”

Como objetivo geral propomo-nos contribuir para a definição de orientações estratégicas de atuação da Universidade Sénior até 2020, analisando e identificando quais as políticas, iniciativas e os atores que podem contribuir para a atuação desta resposta social no Concelho de Fronteira.

Neste sentido, surgem como objetivos específicos para dar resposta à nossa questão de partida:

1. Caracterizar o envelhecimento através do Diagnóstico Social no Município de Fronteira, identificando as suas necessidades e potencialidades;
2. Recensear políticas, iniciativas e atores existentes (incluindo os parceiros da Rede Social), envolvendo instituições públicas e privadas/particulares;
3. Conhecer o Projeto Universidade Sénior, compreendendo e analisando a sua importância e impacto no Concelho;

4. Contributos para a definição de orientações estratégicas de atuação da Universidade Sénior.

No que respeita ao campo empírico ao qual o nosso trabalho de projeto se irá aplicar, a realidade social que pretendemos estudar e analisar diz respeito ao Concelho de Fronteira, o qual é caracterizado por uma população envelhecida mas com infraestruturas suficientes e adequadas para que se estabeleçam políticas e iniciativas que promovam o envelhecimento ativo. No entanto, este Concelho atravessa, à semelhança dos restantes Concelhos da região Alentejo, uma perda constante da sua população jovem, situações de desemprego e escassez de oportunidades de trabalho.

Dada a incapacidade de assegurar a sua população mais jovem, o resultado traduz-se na falta de voluntariado e de práticas de solidariedade intergeracional. A unidade de análise definida para este trabalho de projeto diz respeito aos atores responsáveis pela promoção e impulsão da Universidade Sénior e os membros parceiros da Rede Social do Concelho de Fronteira.

Numa primeira fase, adotaremos como técnica de recolha de dados a pesquisa bibliográfica e documental de modo a possibilitar a construção de um quadro teórico que sirva de suporte para a investigação. Posteriormente, pretendemos não só conhecer a perspetiva de quem impulsionou a criação desta resposta social mas também aproximar e incluir toda a Rede Social neste projeto. Deste modo, a entrevista semidirigida (direcionada aos técnicos responsáveis pela criação da Universidade Sénior e aos representantes dos parceiros da Rede Social do Concelho) apresenta-se como a técnica de recolha de dados mais adequada aos nossos objetivos e também “aquela” que nos permitirá obter informação mais completa e em maior profundidade.

No entanto, com o propósito de conseguir recolher informação junto de um grupo de atores locais, iremos também adotar a metodologia focus group no sentido da recolha de informações acerca de questões que necessitam de ser exploradas em detalhe e validadas em contextos específicos, nomeadamente ao colocarmos em interação um grupo de pessoas com mais de 55 anos interessadas em incorporar a Universidade Sénior e ao promovermos a participação e interação conjunta, verificando o seu desempenho na metodologia, atitudes, opiniões e reações socialmente construídas face ao conjunto de iniciativas e ofertas no contexto deste projeto. Numa perspetiva de estudo de natureza qualitativa, a análise de conteúdo será a forma mais adequada de tratamento de dados, uma vez que nos possibilitará reunir as informações explicativas mais pertinentes e que influenciam o fenómeno em estudo (Guerra, 2006).

O foco da nossa metodologia de projeto centra-se na participação dos atores e no envolvimento da população no nosso estudo, pois qualquer projeto é sempre mais completo e abrangente quando envolve o máximo de atores e participantes, de modo a tornar possível uma recolha de informação mais completa e estratégica. Neste sentido, é devido a estes principais factos que, por um lado através da entrevista semidiretiva, entrevistámos os Parceiros da Rede Social, ou seja, quem está diariamente no terreno, lida com as pessoas, sabe as potencialidades e dificuldades do território e os recursos que podem ser potenciados e aproveitados para o projeto, mas por outro lado enfatizamos também a realização do *focus group* a um grupo de possíveis utentes da Universidade Sénior de Fronteira, participantes que se encontram representados em grupos ativos no Concelho, de modo a proporcionar um conjunto de informação e dados que nos permitiram avaliar quais as motivações, reações, contributos e ideias que poderão potenciar o projeto da Universidade Sénior. Através desta metodologia de projeto que adotámos foi possível conhecer melhor a problemática do envelhecimento no Concelho de Fronteira; Identificar quais os atores e políticas existentes em matérias de Envelhecimento, e não só, no Concelho; Conhecer e Avaliar o impacto do Projeto da Universidade Sénior; Identificar um grupo de possíveis utentes interessados em frequentar a Universidade Sénior, conhecendo e analisando os seus interesses, reações e motivações que podem ser potenciadas; Definir um Conjunto de orientações estratégicas para a impulsionar a Universidade Sénior de Fronteira, que só foram possíveis de elaborar através da metodologia participativa de projeto, de todas as ferramentas e técnicas de recolha e análise de dados e da participação do máximo de atores possíveis neste projeto, ou seja, com o envolvimento da população.

A estrutura do nosso trabalho de projeto divide-se em três partes, organizadas por capítulos. Na primeira parte procedemos ao enquadramento da problemática (com perspetivas teóricas e factos estatísticos), a discussão das principais teorias sociológicas ligadas ao envelhecimento, das teorias e perspetivas ligadas ao planeamento e às políticas sociais de apoio ao envelhecimento e uma abordagem às Universidades Sénior como promotora do envelhecimento bem-sucedido.

Numa segunda parte, o nosso projeto abordará o Envelhecimento no Concelho de Fronteira, mais propriamente discutir alguns tópicos do Diagnóstico Sociodemográfico do Concelho de Fronteira, apresentar a Rede Social do Concelho de Fronteira, em termos de atores e parcerias, e apresentar a Universidade Sénior de Fronteira, ou seja, as razões que levaram à sua criação, a sua visão e objetivos.

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

A terceira parte do nosso trabalho de projeto recairá precisamente nos contributos para orientações estratégicas na Universidade Sénior até 2020. Nesse ponto, apresentamos as perspetivas estratégicas Nacionais e Regionais e as orientações estratégicas para a Universidade Sénior de Fronteira, onde irão constar todos os contributos recolhidos, no decorrer da parte empírica do presente trabalho.

## PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

### Cap. I – Envelhecimento – Perspetivas de Investigação e de Atuação

#### 1.1. Envelhecimento – Uma Visão Macro

Atualmente, o envelhecimento tem vindo a captar cada vez mais a atenção dos decisores políticos. Refletindo o sucesso do processo de desenvolvimento humano, “o envelhecimento cria novas oportunidades, associadas à participação ativa dos idosos tanto na economia como na sociedade em geral” (WESS, 2007, p. 5). Contudo, para além das oportunidades que podem ser criadas, o envelhecimento também levanta novos desafios na viabilidade financeira dos sistemas de reforma, nos custos de saúde e na integração dos idosos como parceiros ativos na sociedade. O objetivo deve de ir ao encontro da criação de um ambiente favorável para as pessoas idosas, com a promoção da saúde e do bem-estar.

O início do século XXI demonstra-se particularmente importante na medida em que se torna relevante e pertinente a realização de estudos sobre a problemática do envelhecimento, dados também os atuais fenómenos sociais, psicológicos e demográficos. Ainda assim, faz sentido recuarmos um pouco no tempo e enunciarmos alguns contributos teóricos de modo a contextualizarmos a nossa temática em estudo.

Foi nos anos 30 que Charlotte Buhler (1935) realizou um estudo em amplitude comparativa de histórias bibliográficas, no qual resultou a teoria de que os indivíduos procuram, ao longo da sua vida, atingir determinados objetivos da sua vida pessoal. Para este autor, o último de 5 estádios (os quais diriam respeito à existência humana), o envelhecimento, seria uma fase em que os indivíduos fariam uma espécie de balanço sobre a sua vida e experiências passadas e atribuíam sentimentos de realização ou de fracasso, consoante tivessem atingido ou não os objetivos, de vida, que tinham delineado.

Mais tarde, nos anos 50 e 60, autores como Baltes, Erikson e Havighurst sublinharam a importância de se estudar a segunda metade da idade adulta e a velhice com um “olhar atento e circunstanciado em termos das alterações físicas, cognitivas, sociais e psicológicas,

que se produzem no seu decurso” (Fonseca, 2006, p. 14). Neste sentido, importa referir a segunda metade da idade adulta e a velhice como um período onde ocorrem, para além das alterações físicas, mudanças sociais, psicológicas, promovendo um conjunto de processos pertinentes de estudo. Verificamos aqui o surgir de um novo olhar sobre a problemática e o aparecimento de estudos que realçam a importância das componentes psicológicas e sociais no processo de envelhecimento.

Por outro lado, o fim da II Guerra Mundial introduziu um fenómeno crucial na sociedade: o aumento exponencial da esperança de vida. Com isto, é alienado o envelhecimento da população, não sendo espanto verificar que as alterações tecnológicas e as melhorias no campo da saúde contribuíram para “este feito”. As pessoas passam a viver mais tempo, necessitam de novos cuidados e toda esta conjuntura afeta o modo como se estrutura a própria sociedade. Com isto, a vontade de estudar e compreender esta problemática tem vindo a ocupar cada vez mais o pensamento científico dos investigadores sociais, estruturando-se dois objetivos:

1. Um objetivo ligado à ótica do conhecimento “para deixar claro que as pessoas idosas pertencem à espécie humana, não são seres especiais nem criaturas de outro planeta” (Neugarten, 1994 apud, Fonseca, 2006, p. 16);
2. Um segundo objetivo ligado à ótica da intervenção social “com o objetivo não só que o ser humano viva mais tempo, mas igualmente que viva melhor” (Fernandez-Balletes, 2000 apud Fonseca, 2006, p. 16).

Em termos científicos, a importância social e demográfica do estudo do envelhecimento marcou o aparecimento de uma nova disciplina: a Gerontologia. Segundo Schroots (1996 apud Fonseca, 2006), esta nova disciplina consiste em estudar, de modo multidisciplinar, o processo de envelhecimento, da velhice e do idoso. Surgiram, entretanto, uma série de Jornais e publicações a respeito desta disciplina, sendo também criada em 1945 a Sociedade de Gerontologia. Tudo isto são marcos importantes que nos ajudarão a compreender melhor a temática em estudo e a definir de uma forma mais eficiente estratégias de atuação.

No final do século XX a realização do “Ano Internacional dos Idosos” (em 1999), organizado pela ONU, impulsionou uma viragem no tratamento da problemática no ponto de vista social e político, concretizando-se a afirmação dos idosos como um grupo populacional específico e com necessidades especiais.

“Foi sobretudo a partir da segunda metade do século XX que as sociedades, principalmente as europeias, começaram a confrontar-se com o que foi classificado como «duplo envelhecimento» (na «base» e no «topo» da pirâmide etária)” (Rosa, 2012, p. 26).

Assistimos, atualmente, a um envelhecimento da estrutura da população mundial. Tal constatação deve-se ao facto do aumento da esperança de vida e da redução da descendência final. Encontramos, portanto, um aumento progressivo da proporção de idosos.

“À escala mundial, a esperança de vida passou de 47 anos, em 1950-1965, para 65 anos, em 2000-2005, e deverá atingir os 75 anos, em 2045-2050” (WESS, 2007, p. 5).

A estas alterações, junta-se o facto do declínio da fecundidade total, sendo, atualmente, a descendência final inferior a 2 filhos por mulher, impossibilitando a substituição das gerações a longo prazo.

A transição demográfica assenta essencialmente em três fases. A primeira fase traduz um rejuvenescimento da pirâmide etária, enquanto que o número de crianças aumenta em conjunto com o aumento da taxa de sobrevivência dos grupos mais jovens da população. A segunda fase atravessa um declínio da fecundidade e da proporção de crianças, acompanhando o aumento do número de adultos em idade de trabalhar. Na terceira fase, após longos períodos de queda da fecundidade e da mortalidade, o número de crianças diminui, o número de adultos com idade para trabalhar diminui e aumenta a proporção de idosos. Esta terceira fase assenta num perigoso pressuposto – a sustentabilidade dos sistemas económicos e de segurança social começa a ser questionada. Apesar da segunda fase retratar um aumento da proporção de indivíduos em idade ativa, este período de tempo dura apenas cerca de 30 anos (WESS, 2007). Começam a surgir problemas ligados às políticas públicas e uma procura crescente de cuidados de saúde e de apoio para idosos.

“A maioria dos países em desenvolvimento encontra-se na segunda fase da transição demográfica. No entanto, a maior parte dos idosos do mundo vive nos países em desenvolvimento e, até 2050, 79% da população com 60 anos ou mais, ou seja, cerca de 1,6 mil milhões de pessoas, viverão nesses países” (WESS, 2007, p. 6). Contudo, parece existir uma tendência nos países africanos, que há pouco tempo iniciaram a dita segunda fase de transição demográfica e, neste sentido, deverão manter uma população jovem durante o século XXI.

No que respeita à diferença entre géneros na velhice, a nível global, em 2005, existiam 4 mulheres por cada 3 homens a partir dos 65 anos e cerca de 2 mulheres por cada

homem a partir dos 80 anos. A maior longevidade por parte das mulheres é conhecida mas as previsões (segundo o WESS, 2007) apontam para a redução da vantagem entre o número de homens e mulheres nas pessoas idosas para os países desenvolvidos, até 2050. Por outro lado, nos países em desenvolvimento prevê-se que o desequilíbrio se acentue ainda mais, ou seja, a diferença entre os sexos no que respeita à esperança de vida será ainda maior.

Em matéria de índice de dependência, as tendências “nos países em transição são idênticas às observadas nos países desenvolvidos” (WESS, 2007, p.8). Contudo, em países como Portugal a atenção tem de se voltar para os elevados índices de dependência de idosos, aspecto que iremos desenvolver mais à frente.

O envelhecimento demográfico é inevitável, contudo podemos interferir na forma como se envelhece e na criação de medidas para ultrapassar os desafios que vão surgindo. Muitas destes desafios decorrem das mudanças no contexto social e da evolução das condições de vida. O papel e os modelos de família mudaram e um em cada 7 idosos vivem sós, proporção que tem vindo a aumentar durante a última década (segundo o World Economic and Social Survey 2007). Estamos perante um isolamento crescente que torna cada vez mais difícil a assistência e a prestação de cuidados, aumentando, assim, a necessidade de se assegurar serviços de apoio que permitam que os idosos possam continuar nas suas casas, mantendo a sua autonomia o maior tempo possível.

“À medida que os idosos constituem uma percentagem cada vez maior da população total, têm possibilidade de assumir um papel também mais decisivo na sociedade” (WESS, 2007, p. 11). Este aspeto é muito importante e varia de país para país. Localmente, são as autarquias e outras organizações sociais que podem promover a participação social dos idosos e o combate a uma sociedade mais idadista fruto de estereótipos e preconceitos gerados a partir de uma imagem negativa da velhice. Deve-se promover a construção de uma imagem positiva da velhice e, aqui, as escolas assumem-se como atores cruciais, visto que a educação é uma poderosa ferramenta para inculcar esta imagem e promover a solidariedade intergeracional.

Outra problemática do envelhecimento demográfico é o crescimento económico. A relação entre ativos e inativos é preocupante, sendo refletida nos sistemas de proteção social de cada país. A prioridade deveria recair sobre um aumento das taxas de participação das mulheres e dos trabalhadores idosos no mercado de trabalho. Segundo o World Economic and Social Survey 2007 (p. 14), “existe também uma ampla gama de possibilidades de eliminar os desincentivos para trabalhar além da idade de reforma: modificações das condições no local de trabalho, a fim de melhor responder às necessidades



dos trabalhadores, à medida que envelhecem; melhoria das condições de trabalho a fim de manter a capacidade de trabalho durante toda a vida; luta contra a discriminação com base na idade; e promoção de uma imagem positiva dos trabalhadores idosos”.

Como podemos observar, tudo caminha ao encontro da intervenção dos atores sociais e responsáveis pelo planeamento local.

Já abordámos o envelhecimento demográfico enquanto agravante do crescimento económico. Outro ponto pertinente abordar será a redução de oportunidades económicas enquanto agravante do estado de segurança, de saúde e proteção dos idosos. “De facto, 80% da população mundial não beneficia, na terceira idade, de uma proteção suficiente contra os riscos em matéria de saúde, incapacidade e rendimentos” (WESS, 2007, p. 17). Este ponto é preocupante e exerce demasiado peso sobre os regimes de apoio formais e informais. É necessário formar políticas e garantir o acesso às pensões em todos os casos.

#### **Alguns dados, segundo World Population Ageing Report 2013**

- ✓ As provas revistas neste relatório mostraram que a população envelhecida já está na maioria das principais áreas do mundo. A quota global de pessoas idosas (com 60 anos ou mais) aumentou de 9,2 por cento em 1990 para 11,7 por cento em 2013 e vai continuar a crescer, atingindo 21,1 por cento até 2050
- ✓ Globalmente, o número de pessoas idosas é esperado para mais do dobro de 841 milhões de pessoas em 2013 para mais de 2 bilhões em 2050
- ✓ Em 2050, quase 8 em cada 10 pessoas da população mais velha vai viver nas regiões menos desenvolvidas
- ✓ De acordo com as mais recentes estimativas e projeções, a proporção de pessoas idosas com 80 anos ou mais ("o velho mais velho") no seio da população mais velha foi de 14 por cento em 2013 e é devera para atingir 19 por cento em 2050
- ✓ O presente relatório alerta para as consequências sociais e económicas do envelhecimento demográfico. O principal perigo vai para o número de pessoas adultas em idade ativa por pessoa idosa na população mundial. Este rácio é muito baixo nos países desenvolvidos e em alguns países em desenvolvimento, prevendo-se que os valores continuem a baixar nas próximas décadas e que ocorram pressões sobre a sustentabilidade dos sistemas de proteção social

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

- ✓ Globalmente, 40 por cento das pessoas idosas vive de forma independente, ou seja, só ou com seu cônjuge. Este fenómeno é mais comum nos países mais desenvolvidos onde três quartos da população idosa vivem sozinhas
- ✓ Muitas pessoas idosas, especialmente nos países em desenvolvimento, ainda trabalham mesmo sem necessidade ou mantêm um desejo de se manterem ativos e produtivos

Como podemos constatar, o envelhecimento para além de um fenómeno global, é também uma preocupação na qual Portugal não foge à regra. Em termos da União Europeia (segundo dados disponibilizados no sitio Pordata de 2012), a Alemanha tem o maior índice de envelhecimento (157,1%), seguido de Itália (150%), Bulgária (140,9%), Grécia (135,8) e Letónia (129,9%). Neste contexto, Portugal está na sexta posição, com um índice de envelhecimento de 129,4%, valor superior à média Europeia de 115,5%.

A conjuntura demográfica portuguesa demonstra estar envelhecida e marcada por alguns acontecimentos e indicadores, os quais podemos observar a tabela a seguir apresentada (tabela 1). Tanto em Portugal como na União Europeia, o número de jovens tem diminuído e o número de idosos aumentado; cada vez nascem menos crianças por mulher em idade fértil; a idade para se ser mãe/pai é mais tardia; uma criança, atualmente, espera viver em média 80,6 anos. Entre estes indicadores, encontramos um sistema de proteção social demasiado desequilibrado, visto que o número de indivíduos em idade ativa por idoso diminuiu de 4,1 para 3,4 de 2001 para 2002, verificando-se a mesma tendência na União Europeia.

Outro fenómeno importante é o aumento das famílias unipessoais. Este aumento, quer em Portugal ou na União Europeia, traduz, em muitos casos, situações de solidão nos idosos e a necessidade de se identificar quais os idosos que vivem sozinhos, as condições em que vivem, as suas necessidades e encontrar respostas para contornar estes aspetos e construir um ambiente mais favorável para as pessoas de mais idade centrado na promoção da atividade, bem-estar, integração social e aumento dos sentimentos de participação social e integração.

**Tabela 1 - Alguns indicadores sobre o Envelhecimento**

| Indicadores                         | 2001     |      | 2011     |       | 2012     |       |
|-------------------------------------|----------|------|----------|-------|----------|-------|
|                                     | Portugal | UE28 | Portugal | UE28  | Portugal | UE28  |
| Índice de Envelhecimento            | 101,6    | 94,0 | 125,8    | 113,3 | 129,4    | 115,5 |
| Jovens (%)                          | 16,2     | 16,9 | 15,0     | 15,6  | 14,9     | 15,6  |
| Idosos (%)                          | 16,5     | 15,9 | 18,9     | 17,7  | 19,2     | 18,0  |
| Indivíduos em idade ativa por idoso | 4,1      | 4,2  | 3,5      | 3,8   | 3,4      | 3,7   |
| Índice sintético de fecundidade     | 1,45     | 1,46 | 1,35     | 1,58  | 1,28     | 1,58  |
| Idade média de maternidade          | 28,7     | 29,0 | 30,1     | 30,1  | 30,2     | 30,1  |
| Esperança de vida à nascença        | 77,2     | -    | 80,7     | 80,3  | 80,6     | 80,3  |
| Famílias unipessoais                | -        | -    | 18,9     | 31,4  | 19,1     | 31,7  |

Fonte: PORDATA (<http://www.pordata.pt/Europa/Quadro+Resumo/Portugal-6195>)

Segundo o Instituto Nacional de Estatística e a sua publicação intitulada “Rendimento e Condições de vida 2014”, a população com menos de 15 anos residente em Portugal irá, até 2060, diminuir. No sentido inverso, a população residente em Portugal com 65 ou mais anos irá aumentar até 2060, atingindo em cenário alto os 3344 milhares, em cenário central os 3043 milhares e em cenário baixo os 2729 milhares. Assiste-se, portanto, a uma diminuição da base da pirâmide etária e a um alargamento do topo, traduzindo uma população cada vez mais envelhecida e dependente dos indivíduos em idade ativa, que estão igualmente cada vez com mais idade.

Esta mesma publicação alerta também para os desequilíbrios geracionais, apontando que o índice de envelhecimento poderá atingir o valor de 307 idosos por cada

100 jovens no cenário central, 464 idosos por cada 100 jovens no cenário baixo ou aumentar para 287 idosos por cada 100 jovens no cenário alto. Neste ponto fica patente a necessidade da solidariedade intergeracional e do voluntariado, sendo necessário criar respostas sociais que fomentem esta responsabilidade social. Esta responsabilidade deve partir dos atores sociais que todos os dias lidam com as variadas problemáticas e que conhecem o terreno melhor que ninguém.

Outra preocupação recai sobre o índice de renovação da população em idade ativa, que em 2011 era aproximadamente de 94, indicando que por cada 100 pessoas que saíam do mercado de trabalho entravam 94. Este valor era em 2001 de 143, indicando um agravamento entre os dois censos.

Numa outra publicação do Instituto Nacional de Estatística, intitulada “O risco de pobreza continuou a aumentar em 2013”, constata-se o aumento da taxa de risco de pobreza para a população idosa de 14,6% em 2012 para 15,1% em 2013. Neste sentido, mais um sinal de que os atores sociais devem estar atentos a este grupo populacional e construir políticas que respondam, estrategicamente, às suas necessidades. Estrategicamente porque é necessário planear o futuro agindo no presente. Agir no presente reduzindo os estereótipos e preconceitos gerados pela sociedade em torno da população de mais idade (idadismo); agir para combater a solidão e o isolamento em que muitas pessoas de idade se encontram pelo país fora e que os decisores políticos devem estar atentos; agir para reduzir a pobreza nas pessoas de idade, oferecendo melhores condições de saúde e facilitando o acesso à mesma, visto o elevado e crescente custo da saúde em Portugal. Estes são apenas alguns pontos preocupantes e que nos propomos discutir mais à frente. Devemos incentivar e captar a atenção dos decisores políticos para o problema do envelhecimento, pois se nada for feito, as consequências serão maiores e com efeito devastadores.

### **1.1.1. A Investigação em Portugal sobre o Envelhecimento**

Em Portugal, a década de 60 é marcada por um processo de envelhecimento demográfico fruto da quebra da taxa de natalidade e dos efeitos da emigração (Gomes, 2014). Neste contexto social, os primeiros trabalhos de pesquisa direcionados para a vertente demográfica foram publicados na revista *Análise Social*, em 1966 e 1967, produzidos pelo Gabinete de Investigações Sociais, mais propriamente por Raul Pereira, Maria Oliveira e Maria Santos. Este trabalho consistiu numa caracterização sociográfica da

sociedade portuguesa por regiões, contextualizando a quebra nas taxas de natalidade e os movimentos de emigração como causas do envelhecimento. Contudo, ressaltou também neste estudo a componente económica da emigração, visto que eram os jovens em idade de procriar e em idade ativa que saíam do país.

A década de 80 inicia com um artigo científico publicado por Maria da Graça Morais, intitulado “A substituição das gerações em Portugal: análise regional (1930-1975)”, que contém uma evolução histórica e social do envelhecimento no território português (focando a substituição das gerações nas regiões do país). Até aqui, “não parece ter existido a institucionalização do tema do envelhecimento enquanto área disciplinar da sociologia propriamente dita” (Gomes, 2014, p. 4).

Ainda na década de 80, as áreas do trabalho, das profissões, da pobreza e da exclusão social começaram a constituir um domínio clássico da sociologia ligado à temática do envelhecimento. Neste contexto, os trabalhadores mais velhos são vistos como resistentes à mudança organizacional e como os primeiros a serem afetados pelos processos de reestruturação industrial. Assistimos, aqui, à formação de grupos de exclusão social no mercado de trabalho.

Na década de 90 a produção científica sobre a compreensão do envelhecimento recai sobre as áreas do trabalho e organizações, o planeamento, as políticas sociais e o papel do estado, o papel da família, a pobreza e exclusão social, os valores sociais e os estilos de vida. Neste contexto, é de destacar a publicação de dois artigos ligados à questão do envelhecimento ou velhice:

1. “Discriminação etária no trabalho: uma perspectiva psicossociológica” – Publicado na revista *Sociologia, Problemas e Práticas* por uma equipa de docentes e de alunas da cadeira de Psicologia Social do ISCTE/CIES, este artigo permite compreender a relação entre a categorização e diferenciação social dos jovens e idosos em contextos laborais;
2. “Caracterização do desemprego de longa duração numa área crítica a sul do Tejo” – Publicado na revista *Organizações e Trabalho*, este artigo demonstra a dificuldade dos ativos com mais de 45 anos de reingressar no mercado de trabalho, a instabilidade que vivem e a situação difícil do desemprego de longa duração. Trata-se de uma problemática relacionada com o mercado de trabalho e com a dificuldade de inserção das pessoas de mais idade.

No mesmo sentido, a tese de Doutoramento de J. Arriscado Nunes intitulada “As teias da família: a construção interaccional das solidariedades primárias” (1993), tornou-se um marco no desenvolvimento da investigação sociológica na Universidade de Coimbra, abordando aspetos ao nível do “impacto de políticas públicas em torno da família e vulnerabilidade social; ao nível das solidariedades familiares e das intergeracionalidades em época de mudança do sistema de proteção social, entre outras” (Gomes, 2014, p. 8).

A obra “Velhice e sociedade: demografia, família e políticas sociais em Portugal” de Ana Alexandre Fernandes, constitui-se uma das principais referências sociológicas do envelhecimento e velhice. Publicada em 1997, retrata que o problema social da velhice está na construção social e no confronto de ideias e interesses sobre as classes de idades. “O papel do sociólogo passa por reconstruir estes processos sociais, identificando os agentes que os produzem, as estratégias que utilizam, as gerações e os grupos sociais a que pertencem” (Gomes, 2014, p. 10). Nesta década de 90 e principalmente através desta última obra, define-se o papel do sociólogo face à problemática do envelhecimento.

Se na década de 80 o foco da problemática do envelhecimento era direcionado apenas para a demografia e na década de 90 ficou definido o papel do sociólogo para o problema social e a abertura para as áreas da família, mercado de trabalho, políticas, valores e processos sociais, a partir do ano 2000 surge o interesse para a compreensão e interpretação do fenómeno do envelhecimento. Neste sentido, em 2000, inaugura-se a primeira produção sociológica na compreensão do envelhecimento através do fenómeno da imigração por José Portela e a sua equipa da UTAD. A análise centra-se no regresso de migrantes com 55 e mais anos de idade à sua terra natal (região rural e que dependia de uma economia agrícola) e o impacto que tal acontecimento assumiu no território. Por outro lado, o autor realça também o sentimento de utilidade social que os idosos do sector agrícola, recém-chegados, sentiam e o facto de se sentirem capazes e determinados em voltar ao trabalho, mesmo depois do período de imigração, fator que não se tornou impeditivo.

Em 2003, a tese de Doutoramento de Licínio Tomás e o seu livro “Conjugação dos tempos de vida: idade, trabalho e emprego”, publicado em 2012, ganham destaque pela sua abordagem do envelhecimento associada às dimensões do trabalho, emprego e ciclos de vida. Fica saliente a importância da manutenção da atividade e a sua relação com a idade, mais propriamente as fases do ciclo de vida onde se inclui a passagem atividade-inatividade, a saída do mercado de trabalho e a fase da reforma. Ainda em 2003, António Barbosa pública, na revista *Análise Social*, pública um estudo, intitulado “Pensar a Morte nos cuidados de saúde”, onde analisa a deterioração das funções básicas, o aumento da incapacidade física, a dependência crescente da família e os cuidados de saúde para com as pessoas

idosas. Realça ainda as dificuldades na adaptação, das pessoas de mais idade, a novas situações de autonomia e atividade e a diminuição do ser social e das relações com amigos e familiares. São nestas situações que os atores sociais devem estar atentos e consciencializados para a criação de políticas e respostas que possam minorizar os impactos.

A relação das pessoas de mais idade com os novos media e as tecnologias da informação e da documentação constitui mais uma dimensão de análise e investigação. O artigo de Isabel Dias, publicado na revista *Sociologia, Problemas e Práticas*, intitulado “O uso das tecnologias entre os Seniores: motivações e interesses”, estuda a relação das pessoas de mais idade com as novas tecnologias da informação e documentação e destaca a inclusão dos “mais velhos” nas sociedades tecnológicas. Estas novas tecnologias e a adaptação das pessoas de mais idade às mesmas, têm impacto na relação em sociedade e podem ser interpretadas como mecanismos de interação social com as gerações mais novas e novas formas de interagir em família (comunicação à distância, etc).

Na última década, a geriatria, a gerontologia e a psicologia do idoso têm vindo a ganhar espaço com a abertura de licenciaturas e de mestrados (Gomes, 2014). No mesmo sentido, o campo da família, as redes de solidariedade primárias e a compreensão do papel social dos idosos nas famílias e as relações intergeracionais têm vindo a ocupar grande importância em termos de integração social. Ana Alexandre Fernandes foi uma das impulsionadoras desta temática e as suas publicações partem de uma análise demográfica do envelhecimento, “tentando transmitir uma leitura que contraria alguns dos estereótipos socialmente produzidos associados à pessoa idosa, os quais têm alimentado categorizações como o isolamento, solidão, pobreza, doença e exclusão, ou seja, a produção de imagens negativas e o isolamento face à família e ao exterior” (Gomes, 2014, p. 17). Associados aos contextos sociofamiliares estão os perfis sociais das pessoas idosas. Esta associação é feita por Rosário Mauritti no seu artigo “Padrões de vida na velhice” (2004), onde se conclui uma tipologia de “diferentes padrões de vida dos mais idosos: velhice de pobreza; velhice precária; velhice remediada; velhice autónoma e velhice distintiva” (Gomes, 2014, p. 18). A publicação retrata ainda o caso dos idosos que vivem sozinhos (famílias unipessoais) e as suas práticas, transformações e mudanças na sua vida organizacional, familiar e social.

Outro domínio de análise da problemática do envelhecimento é o campo da educação. A crescente procura de projetos educativos para pessoas idosas e a crescente participação das pessoas de mais idade em instituições de ensino (formal e não formal) estão na razão do aumento das Universidades da Terceira Idade (ou Sénior) e outras respostas sociais semelhantes. Neste domínio, a Tese de Doutoramento de Esmeraldina

Veloso, intitulada “Políticas e contextos educativos para os idosos: um estudo sociológico numa Universidade da Terceira Idade”, e o trabalho de Maria Pinto retratam as necessidades de participação ativa, aprendizagem e qualidade de vida das pessoas idosas, onde a educação surge como ponte entre a promoção de um envelhecimento bem-sucedido, a integração social e o aumento da autoestima e bem-estar.

Em termos de planeamento e a ponte com as Universidades Sénior, verifica-se uma lacuna de publicações e artigos que retratem o contributo do planeamento e das Universidades Sénior para o desenvolvimento local e pessoal dos utentes. Neste sentido, constatamos mais uma vez a pertinência da realização deste estudo na importância do planeamento estratégico e o envelhecimento ativo, procurando contribuir para o desenvolvimento local e para o bem-estar social.

## **1.2. Diversas Componentes de Abordagem do Envelhecimento**

### **1.2.1. Abordagem Psicológica (e biológica)**

Baltes & Smith (1999, apud Fonseca, 2006) realizaram uma análise para explicar as mudanças relacionadas com a idade e classificaram três grandes níveis.

O primeiro nível está conectado às perspetivas biológicas e culturais. Nesta perspetiva, aborda-se que à medida que se acentua a idade, assiste-se a uma diminuição da eficácia da cultura que não consegue compensar as perdas. Neste sentido, à medida que a idade aumenta verificamos o que é desejável do ponto de vista biológico e aquilo que é possível culturalmente.

O segundo nível focaliza o curso de vida das mudanças que estão relacionadas com idade. Podemos realçar, aqui, o carácter multidimensional e dinâmico do envelhecimento. Neste processo de envelhecimento, deveremos analisar as mudanças relacionadas com a idade tendo em conta quatro dimensões: o balanço entre ganhos e perdas; o potencial de desenvolvimento diminui com a idade; as perdas podem levar a novas formas de comportamento; as limitações da ontogénese evolutiva. “Falamos até aqui em situações de perda e das crises enfrentadas durante a fase de envelhecimento” (Netto, 2002, p. 11)



Sendo o envelhecimento uma fase também de perdas, há que ter em conta as crises emocionais e a forma como o idoso lida com as imagens do envelhecimento. “Estas imagens, a princípio distantes da realidade concreta, passaram a ser autoimagens negativas a partir do momento em que começou a envelhecer. (...) Influenciado por estes sentimentos o idoso pode aceitar passivamente esta fase como improdutiva, sem realizações, sem perspectivas. Em consequência disso deixa de lutar por uma vida mais completa, intensificando o quadro de crise emocional” (Netto, 2002, p. 10).

Por último e não menos importante, o terceiro nível aborda as perspectivas de comportamento e do funcionamento psicológico da velhice. Fatores como a competência, a cognição, a personalidade, a saúde, a satisfação de vida e o bem-estar psicológico são cruciais para entendermos o processo de envelhecimento e a forma como lidar com a problemática. Há casos em que a ajuda está ligada aos profissionais e outros casos em que a própria família e a comunidade devem estar envolvidas.

Quanto à ocupação dos idosos, há fatores a ter em conta:

- ❖ O interesse pelas atividades deve partir do próprio idoso;
- ❖ O idoso é que determinará quanto tempo realizará a atividade;
- ❖ As atividades devem promover a criatividade e a capacidade de resolução de problemas;
- ❖ As atividades devem proporcionar uma socialização positiva;

“Quanto às estratégias, devemos escolhê-las relacionando-as aos problemas que o idoso enfrenta” (Netto, 2002, p. 11).

Por sua vez, a um envelhecimento psicológico conectamos a presença da idade psicológica, na perspetiva das capacidades, de natureza psicológica, que cada indivíduo tem para se adaptar às mudanças ambientais, sentimentais, cognitivas e sociais. Neste contexto, são aspetos que interligam o funcionamento e a forma como o indivíduo se adapta às diferentes situações, influenciando assim o controlo pessoal e a autoestima.

Falar de uma abordagem psicológica implica falar do seu lado biológico do envelhecimento. O envelhecimento biológico está ligado ao envelhecimento das células e pela perda de capacidades do organismo. Ladislav Robert (1995, p. 17) refere que “o envelhecimento é caracterizado pela incapacidade progressiva do organismo para se adaptar às condições variáveis do seu ambiente”. Da mesma forma, Robert justifica ainda este declínio devido às diferentes funções do organismo e da distinção entre um envelhecimento normal, sem patologias, e um envelhecimento acelerado ou abreviado por doenças. Mais à frente poderemos observar o peso da saúde na promoção de um

envelhecimento bem-sucedido. Contudo, poderemos, para já, observar que há uma forte relação.

### **1.2.2. Abordagem Sociológica**

O envelhecimento para além de uma questão biológica e psicológica, também tem a sua componente social. Falar em envelhecimento social é abordar a problemática através de um conjunto de processos sociais que nos últimos vinte anos têm vindo a ser a preocupação de autores como Coleman, Quadagno, Philipson, entre outros. Neste contexto, os autores portugueses Fernandes (1997) e Lima & Viegas (1988) entendem a velhice como uma espécie de oposição ao processo biológico. Não negando a componente biológica, estes autores caracterizam o envelhecimento através da forma como cada sociedade percebe e conceptualiza esta fase da vida, atribuindo-se assim o conceito de construção social à qual se associa uma conjuntura histórica.

“Assim, refletindo sobre as antigas sociedades camponesas e de cultura oral, é imprescindível atender-se ao processo de herança que assegurava, pela valorização dos laços de parentesco, o cuidado e também de certa forma a autoridade dos idosos, por quem o filho varão olhava até à morte, assumindo posteriormente o património familiar” (Fonseca, 2006, pp. 59, 60).

Através deste excerto de Fonseca, poderemos confirmar a componente de construção social e histórica a que o envelhecimento, enquanto processo social, se confina. Contudo, as mudanças sociais que ocorreram ao longo do tempo, as alterações nos sistemas económicos e nas políticas sociais, mais propriamente a introdução do sistema de reformas, vieram questionar o papel de autoridade, de sabedoria e de ator social que outrora o idoso detinha em sociedade e em família. Por outras palavras, “o seu estatuto passou de ativo a passivo, de sede do saber a secundarizado e até mesmo ignorado. Ser velho é entrar em certa “marginalidade” social” (Fernandes, 2005, p. 224).

No mesmo sentido, assistimos a uma desresponsabilização da família no que respeita ao assegurar a segurança e bem-estar do idoso. “Estes tendem a constituir-se um problema para as famílias. A velhice é correntemente identificada como um défice vital e social no interior do lar, não havendo neste lugar para ela” (Fernandes, 2005, p. 226). Tal facto também se deve ao papel do Estado, quando retirou à família a função de educar e de

segurança social, transferindo-se tais poderes para o domínio público (Estatal). Esta toda evolução fez-se notar na vida da população idosa. Assiste-se a uma desvalorização da velhice e o que outrora se entendia como valor e sabedoria, agora passa a ser visto como uma doença, algo básico e biológico.

O resultado reflete-se numa sociedade idadista que institucionalizou todo o processo de envelhecimento. O isolamento dos idosos é um problema social passível de ser analisado e tratado enquanto atores sociais. Temos a responsabilidade de fazer mais e melhor para combater todos as fraquezas e potenciar tudo o que há de bom. “Reconhecer que se trata de um problema não significa retirar, porém, dignidade aos idosos. Será, antes, a condição prévia para que lhes seja assegurada a dignidade que merecem, com as políticas que o seu estado exige” (Fernandes, 2005, p. 225).

A um envelhecimento social é pertinente ligar o conceito de idade sociocultural. A idade sociocultural “refere-se ao conjunto específico de papéis sociais que os indivíduos adotam relativamente a outros membros da sociedade e à cultura a que pertencem, idade essa que é julgada com base em comportamentos, hábitos, estilos de relacionamento interpessoal, etc” (Fonseca, 2006, p. 24). Segundo este autor, este conceito é importantíssimo para compreendermos a multiplicidade de papéis sociais que adotamos e também decisões que tomamos na vida quotidiana (casar, ter filhos, reformar).

Assim, muitos dos estereótipos que formamos sobre a velhice originam-se através de falsos pressupostos sobre a idade sociocultural, atribuindo-se assim os rótulos às pessoas de mais idade (por exemplo, “velhos”).

Fernández-Ballesteros (2000) também atribui o lado estereotipado à idade sociocultural defendida por Fonseca. Acrescenta ainda, a velhice está ligada a uma idade laboral, visto que a mesma começa com a atribuição da pensão de reforma. Baseado nestes princípios, surge a idade funcional com um conjunto de indicadores (amplitude das redes sociais, satisfação com a vida) para permitir compreender de que forma se pode alcançar um envelhecimento satisfatório.

Noutro contexto, a velhice é marcada por um conjunto de mudanças que se tornam pertinentes de abordar do ponto de vista sociológico. Para além das mudanças corporais em cada indivíduo, outras mudanças marcam a vida profissional e familiar de cada pessoa. A passagem da atividade para a reforma (atividade – inatividade) é um momento delicado e que deve merecer o apoio familiar. Contudo, a própria vida familiar tem momentos específicos e acontecimentos que mudam a estrutura de cada família e a forma de

organização e percepção social: assistir à saída dos filhos de casa, a passagem à reforma e adquirir o papel de avô ou avó.

De entre as opiniões que defendem um envelhecimento ativo ou mais passivo, existem algumas teorias que se baseiam em princípios diferentes e as quais nos propomos distinguir e apresentar de seguida.

### **1.2.2.1. Teorias Sociológicas sobre o Envelhecimento**

A utilização de teorias e da suas funções deve-se a que os factos sobre um determinado fenómeno não são suficientes, necessitando de serem enquadrados numa teoria que caminhe para além de uma contextualização espacial e temporal.

“As diversas concepções teóricas sobre a velhice como estádio refletem a imagem que a sociedade construiu sobre ela a partir do momento em que se começou a visibilizar-se e a representar um problema social” (Ilhéu, 2007, p. 50).

Nas décadas de 50 e 60 a imagem sobre a velhice era negativa, tudo porque os estilos de vida das pessoas idosas e a situação de reforma eram encarados como factos negativos. Neste sentido, a Teoria do Desligamento e a Teoria da atividade (perspetivas estrutural-funcionalistas) procuram explicar a vivência da velhice com sucesso na perspetiva do indivíduo e da sociedade.

A seguir aos anos 60, assistimos a uma mudança em relação à teorização sobre as pessoas idosas. A ideia de que se tem de encontrar uma teoria que seja universal começa a ser colocada em causa. Passamos, então, a uma mudança para perspetivas estruturalistas e interaccionistas, colocando-se o centro de análise no ciclo de vida, na participação enquanto ator social e na importância que o meio social assume na problemática.

“Apenas uma teoria geral e universal evitaria ter que escolher mas como essa Teoria não existe, a opção ter-se-á que fazer” (Ilhéu, 2007, p. 51).

### ***Teoria do Desligamento***

Em 1960 e com os autores Cumming e Henry, nasce a teoria do desligamento. Inicialmente, os estudos realizados defendiam que à medida que se aumenta na idade assistia-se a um declínio das relações sociais, da participação em atividades e do “abandono” de alguns papéis sociais. Nesta teoria, segundo José Ilhéu (citando Cumming e Henry, 1961, p.14) “ o envelhecimento consiste num inevitável desentendimento mútuo ou desligamento, devido ao qual diminui a interação entre quem envelhece e os restantes elementos integrantes do sistema social ao qual pertence”.

Neste sentido, o envelhecimento, enquanto processo social, é visto como inevitável, pois todos os indivíduos que chegam a esta etapa do ciclo de vida passam por ele, surgindo a morte como um desligamento total. Trata-se também de um processo universal no sentido que está inserido em todas as culturas e sociedades. Contudo e como observámos, os aspetos culturais e sociais podem mudar a forma como se percebe e se trata o envelhecimento. Por outro lado, cada indivíduo tem as suas características sociais, psicológicas e biológicas, o que faz diferir “um” de “outro”.

A sociedade passa também a oferecer menos papéis sociais ao indivíduo, provocando o corte de relações sociais e das formas de interagir. Portanto, podemos atribuir o carácter gradual neste processo de desligamento, uma vez que a sociedade corta, gradualmente, os papéis sociais e a atuação nos diferentes espaços e contextos sociais.

Assistimos também a um processo de satisfação mútua, pois o desligamento contribui para a satisfação da sociedade e do próprio indivíduo idoso. O idoso ficaria livre das pressões resultantes dos papéis sociais para os quais já não teria capacidade física e mental. Já a sociedade, ganharia novos indivíduos para desempenhar novos papéis sociais, como se de uma substituição se tratasse (livrando-se dos indivíduos que já não os eram capazes de desempenhar). Assim, o desligamento é observado como uma necessidade para a sobrevivência da sociedade, permitindo que a mesma substitua as pessoas de idade por jovens.

Ao mesmo tempo, o desligamento é visto como uma fase otimista, no sentido em que é aceite por todos e se desenvolve num estado de harmonia e equilíbrio.

De entre autores como Gubrium, Rose, Maddox e Havughurst, as críticas acerca da teoria referem (Ilhéu, 2007, p. 55):

- ✓ O carácter simplista que define o envelhecimento como processo linear e estático;

- ✓ A normatividade e determinismo da teoria ao excluir-se a liberdade pessoal;
- ✓ A teoria não consegue explicar todos os comportamentos dos idosos, tendo sido rejeitados alguns dos seus pressupostos.

### ***Teoria da Atividade***

A teoria da atividade desenvolveu-se, no final da década de 40, a partir de dois momentos. Num primeiro momento, Havighurst introduz o conceito de tarefas desenvolvimentais. Estas tarefas surgiriam na vida das pessoas em momentos específicos e caso a sua realização fosse feita com sucesso, o indivíduo alcançaria a felicidade e teria êxito em tarefas seguintes. Em caso de fracasso, fomentava-se a infelicidade e a reprovação social. Às tarefas estão confinadas bases biológicas, psicológicas (aspirações e valores) e sociais (expectativas da sociedade).

Na mesma década, este mesmo autor propunha um outro conceito de envelhecimento bem-sucedido que significaria a manutenção, pelo maior tempo possível, das atividades iniciadas na meia-idade, sendo que estas, quando necessário, deveriam ser substituídas. Este conceito torna-se importante para a imagem social dos idosos em sociedade e para a sua satisfação, mantendo-se o idoso ativo, com sentimento de pertença e socialmente inserido. Defende-se portanto um aumento da autonomia e independência pelo maior tempo possível.

Num segundo momento, Lemon, Bengtson e Peterson (1972) sistematizaram a teoria da atividade do envelhecimento e introduzem conceitos centrais como suporte de papéis, autoconceito, mudanças de papéis e satisfação de vida. De entre a formulação de sete hipóteses testadas através da relação entre os conceitos, apenas duas conseguiram suporte:

1. As atividades informais, especialmente realizadas com amigos, possuem uma ligação direta com a satisfação de vida;
2. As atividades informais estão mais fortemente ligadas à satisfação de vida do que as atividades formais.

“Nesta teoria o “successful aging” é encontrado através da manutenção prolongada no tempo quanto possível das atividades do adulto ativo enquanto na Teoria anterior o “successful aging” resulta de um processo contrário” (Ilhéu, 2007, p. 57). Como podemos

constatar, existe uma relação direta entre o nível de satisfação de vida e os papéis sociais que um indivíduo desempenha, entre as atividades desenvolvidas e a intensidade com que cada idoso mantém as suas relações sociais. É importante, aqui, ser referido as características de manutenção das atividades e dos comportamentos e de substituição dessas atividades por outras mais adequadas a esta etapa de vida. A característica da substituição é essencial, na medida em que se deverá substituir as tarefas e atividades do idoso por outras mais adequadas às suas especificidades. Caso esta substituição não seja possível, assiste-se a um declínio de participação em atividades e nas relações sociais, e por sua vez a uma queda na satisfação de vida.

É importante reorganizar as respostas e estar atento a estes aspetos para evitar perdas e declínios na pessoa idosa. Contudo, há que ter em conta que essas atividades devem ser uma continuidade do ciclo de vida anterior, conjugando práticas, relações e autonomia.

### ***Teoria da Continuidade***

Acthley (1994, apud Ilhéu 2007) em meados dos anos 70 começa a questionar as teorias do desligamento e da atividade. Até ao momento, as teorias existentes defendiam a existência de um modelo de envelhecimento, como se de um só processo se tratasse. Neste sentido, Acthley “admite uma multiplicidade dos modelos (padrões) de envelhecimento” (Ilhéu, 2007, p. 60), aceitando que o desenvolvimento é um processo de continuidade e que a velhice também o é.

Partindo do pressuposto que a velhice se desenvolve tal como todas as outras fases do ciclo de vida, o “processo de envelhecimento mostra uma predisposição para manter a estabilidade dos estilos de vida e interesses desenvolvidos no passado” (Ilhéu, 2007, p. 60). A velhice passa a ser determinada pelo passado de cada indivíduo e por isso é justo atribuímos o seu sentido de historicidade pessoal. Assim, anula-se o carácter de renovação e criatividade da velhice, visto que os indivíduos tentam reproduzir nesta fase o que praticavam em fases anteriores. Por outro lado, a sociedade, por meio das relações e acontecimentos sociais, tende a exercer uma determinada pressão para que o indivíduo adquira novos comportamentos e tarefas. Contudo, o próprio indivíduo tem a tendência em resistir a estas pressões e continuar a direção que tinha delineado.

Outro aspeto a ter em conta é o lugar que cada indivíduo ocupa na sociedade. Aqui, segundo Atchley (1994, apud Ilhéu, 2007, p.62) “o desenvolvimento do indivíduo está

dependente da sua localização na estrutura social e das suas experiências de vida”. Desta forma, cada indivíduo escolhe os investimentos que preservem a sua capacidade de adaptação, daí também a ideia de continuidade dos comportamentos e atividades anteriormente realizadas. Assim, “ a teoria da continuidade, apesar de não ser considerada determinística, aponta para o princípio que envelhecemos como vivemos, assente no pressuposto que a personalidade do individuo resulta de um processo continuo em que se refletem, por um lado, as experiencias individuais e, por outro, as experiências sociais todas elas inseridas no meio” (Ilhéu, 2007, p. 64).

Por sua vez, os indivíduos que durante a sua vida ativa tiveram um deficit de relacionamento social e foram pouco sociáveis, na velhice possuem dificuldades para passarem a ser socialmente mais ativos. Já os indivíduos que foram socialmente ativos e que mantinham boas relações sociais sentiram mais facilidade em reorganizar a sua vida e as suas práticas na velhice.

### ***A Teoria do Meio Social***

Gubrium (1973, apud Ilhéu 2007) procura, com a Teoria do Meio Social, constituir uma teoria geral que resolva algumas lacunas apresentadas nas anteriores, visto que as considera como parciais. O principal objetivo passa por compreender o comportamento social das pessoas de idade através dos aspetos estruturais e pessoais, no sentido em que o comportamento “depende de uma rede de fatores biológicos, sociais e económicos, isto é, a ação da pessoa de idade está dependente da interdependência entre a personalidade e o meio” (Ilhéu, 2007, p. 65). A Teoria do Meio Social diferencia-se da Teoria do Desligamento que referia que o nível de moral das pessoas de idade dependeria do desligamento (afastamento) e da Teoria da Atividade que relacionava o bem-estar, auto-estima e participação das pessoas de idade com o nível de atividade desenvolvido.

Ao dizermos que na Teoria do Meio Social interessa estudar as características sócio-ambientais do envelhecimento (fundamentais para a determinação da moral da pessoa de idade) através da caracterização do meio, há que definir o que se entende por “meio”. Segundo José Ilhéu (2007, p. 65), “o meio caracteriza-se por um conjunto de constrangimentos que correspondem a recursos individuais (“activity resources”) e/ou sociais (“activity norms”) com influência nas ações das pessoas”.



Assim, o meio divide-se em duas componentes: o contexto individual e o contexto social. O contexto individual diz respeito à capacidade do indivíduo “se envolver ativamente em vários aspetos da vida quotidiana, é função de fatores como a saúde, os recursos económicos, o suporte social, o nível educacional, o tipo de ocupação ou a manutenção de emprego” (Gubrium, 1973, apud Ilhéu, 2007, p. 66). Estes fatores podem influenciar-se mutuamente: de uma forma positiva aumentam a capacidade de resposta; de uma forma negativa inibem a capacidade de resposta. O contexto social engloba as expectativas ou regras de atividade que resultam das mudanças de interação nos grupos a que a pessoa de idade pertence. Estamos portanto, quando se fala em contexto social, a enfatizar as relações sociais que se vão formando num determinado espaço, com regras e expectativas, influenciadas por duas variáveis: a proximidade social e a proximidade física. A proximidade social requer a existência de pessoas com características comuns; a proximidade física requer que as pessoas se possam encontrar. A proximidade social cria as condições para um determinado encontro e a proximidade física transforma esse encontro numa interação.

Por outras palavras, a posse diferenciada de determinados recursos (saúde, rendimento) não torna uma pessoa de idade mais ocupada ou ativa. A estes recursos há que juntar o conhecimento que a pessoa de idade tem das suas capacidades. Neste sentido, o contexto individual e o seu potencial iram determinar qual a ação/atividade o indivíduo escolherá de entre as que tem à sua disposição. As pessoas detentoras de grandes recursos terão uma satisfação de viver e moral menos sensível às variações do contexto social do que as pessoas com menos recursos. “Cada pessoa distribui as expectativas do comportamento particular no seu contexto social, ou seja a característica da pessoa de idade em enfrentar a si própria e enfrentar os outros” (Ilhéu, 2007, p. 67).

A Teoria do Meio Social refere que o comportamento das pessoas é influenciado pelo contexto social devido as expectativas que são criadas pelos outros indivíduos sobre o cumprimento de papéis sociais. Neste sentido, a principal crítica apontada a esta teoria refere que a mesma aprisiona o indivíduo no seu meio social e não aborda as suas condições físicas, a sua personalidade e a sua capacidade de reagir; o indivíduo torna-se um pouco passivo e dependente do seu meio social.

### ***A Teoria da Socialização***

Rosow (1974, apud Ilhéu, 2007) procura na Teoria da Socialização explicar que a integração das pessoas de idade depende do status social que lhe é reconhecido. “Por sua vez, o status tem como fatores determinantes a posse de bens, o conhecimento estratégico, a produtividade, a dependência, a tradição, as relações sociais (familiar, amigos, vizinhos) e a vida em comunidade” (Ilhéu, 2007, p. 70). São as relações sociais, a interação e participação em comunidade que construirá o status social da pessoa de idade. Nas sociedades ocidentais assiste-se a uma desvalorização da pessoa de idade e uma perda de papéis sociais aqui ligados, juntamente com a formação de preconceitos e estereótipos. Este status desvalorizado é consequência dos possíveis sentimentos de solidão, isolamento e de afastamento de determinados grupos sociais/atividades.

“A Teoria da Socialização origina um reforço da segregação das pessoas de idade, dando azo a uma subcultura ou uma contracultura marcante de um grupo definido pela idade” (Ilhéu, 2007, p. 71). Neste sentido, fará sentido integrar as pessoas de idade, construir um sentimento de pertença, utilidade social e participação para evitar o isolamento. A manutenção de atividades dever ser primordial, a aprendizagem e o ensino fundamental, a solidariedade intergeracional uma máxima prioridade. Contudo, nem sempre este processo se verifica. Em muitas situações, as pessoas de idade criam as suas próprias associações e coletividades isoladas da sociedade de modo a se sentirem enquadradas, integradas, satisfeitas

#### **1.2.3. Abordagem Demográfica**

É lógico associarmos o envelhecimento demográfico a uma baixa natalidade e fecundidade. Contudo, há que elaborar perguntas e tentar perceber o fenómeno por uma outra perspetiva. Dizer apenas que o envelhecimento demográfico decorre da baixa natalidade, não é explicar o mesmo. É necessário encontrar os fatores e fenómenos que levaram a tal constatação. Alguns fatores do quotidiano como a escolarização, a mulher participar mais ativamente no mercado de trabalho, existir uma maior capacidade de se controlar os nascimentos, a criança ter perdido o seu valor económico, são fatores que

explicam os baixos níveis de natalidade e fecundidade e por sua vez o envelhecimento da população. Contudo, será mais útil discutir os riscos do envelhecimento demográfico para a sociedade em vez de nos basearmos em meros dados estatísticos, os quais alguns temos vindo a abordar. Há que ir para além do que é óbvio, ir para além dos números e interpretá-los.

O envelhecimento demográfico é um risco em primeiro lugar para as situações de solidão e isolamento. Em Portugal, cerca de 10,6% da população portuguesa vive só, segundo dados do INE referentes aos Censos de 2011. O êxodo dos jovens, a distância entre familiares, a morte dos companheiros, são algumas situações que explicam estes sentimentos de solidão e isolamento, que assolam a sociedade portuguesa e não só as zonas rurais (Rosa, 2012). Com estas alterações, a renovação das gerações é também um risco deste envelhecimento demográfico. Mais uma vez, o controlo sobre a natalidade, como referimos ainda agora, a saída tardia de casa dos pais e conseqüente entrada mais tarde no mercado de trabalho, o adiamento de formação de família e o êxodo juvenil na procura de melhores condições de vida e oportunidades de trabalho, são alguns fatores que explicam não só o envelhecimento, mas também o receio e risco de, não só Portugal, não existir uma renovação das gerações, chegando-se a um envelhecimento e a um sistema de proteção social conseqüentemente sobrecarregado.

O envelhecimento demográfico também é um risco para a produtividade do país. “Portugal é um país com graves problemas de produtividade. Produz pouco em termos económicos” (Rosa, 2012, p. 39). O envelhecimento provoca no indivíduo uma progressiva perda de capacidades cognitivas, sensoriais e motoras. Com o avançar da idade, é normal admitirmos que um trabalhador vai produzindo menos, estando a saúde e o bem-estar no topo dos motivos. Por esta lógica, o envelhecimento é um risco para a produtividade. “Mas entre produzir menos e deixar de produzir a distância é grande” (Rosa, 2012, p.40). Assistimos a casos de reformados cada vez mais novos e a passarem da atividade para a inatividade. Casos que referimos anteriormente como a entrada tardia, atualmente, no mercado de trabalho, seria de esperar que a passagem para a reforma fosse adiada e uma pessoa trabalhasse até mais tarde, produzisse durante mais tempo. É certo que isto implicaria, de certa forma, uma continuidade da entrada mais tarde da população mais jovem no mercado de trabalho. É precisamente nos hipotéticos cenários de adiamento da reforma e trabalhar até mais tarde que, atualmente, a cultura económica portuguesa, e não só, e as empresas “esbarram”. Consideram um trabalhador, por exemplo, de 55 anos, velho para trabalhar mas novo para a reforma. Algo deve ser feito para combater estas tendências.

A desatualização dos conhecimentos é também um risco do envelhecimento demográfico. “As gerações mais velhas de trabalhadores nasceram num mundo completamente diferente, no qual as ferramentas de trabalho tinham características que hoje, muitas vezes, parecem (ou não) obsoletas” (Rosa, 2012, p. 42). São os jovens que estão mais habituados e próximos das novas tecnologias. São eles que também podem ensinar a população de mais idade a conhecer este “novo mundo”. Contudo, por uma sociedade idadista e um pouco estereotipada, consideram as pessoas de mais idade incapazes de obter conhecimentos já numa fase mais avançada da vida. Contudo, esquecem-se que os jovens de hoje serão os idosos de amanhã e de que uns podem ensinar os outros. Por outro lado, para além de assistirmos a uma mudança nos interesses dos jovens, a uma fraca solidariedade intergeracional, o êxodo juvenil, de certa forma vai reduzindo esta possibilidade.

### **A 3ª e 4ª Idade**

No domínio da problemática do envelhecimento demográfico, fica patente a dificuldade de estabelecermos as fronteiras da velhice. Em termos conceptuais, surge uma outra dificuldade: operacionalizar tipos ou classificações da velhice. Das primeiras tentativas em estabelecer categorias da velhice, encontramos Neugarten (1975, 1979 apud Fonseca, 2006). Esta autora constrói duas categorias da velhice: dos 55 aos 75 anos consideram-se os “jovens-idosos”; com mais de 75 anos consideram-se os “idosos-idosos”. Através desta classificação, a autora procura explicar que os “jovens idosos” seriam uma maioria com capacidade de participar, iniciativa e ativa, mas que se encontrava discriminada e desaproveitada pela sociedade; aos “idosos-idosos” estaria ligado uma certa fragilidade e constante necessidade de cuidados específicos. Contudo, uma análise e classificação da velhice baseada apenas na sua dimensão dita cronológica é bastante pouco para podermos identificar os processos diferenciais de envelhecimento.

Baltes & Smith (2003, apud Fonseca 2006), consideram pertinente distinguir a 3ª da 4ª idade, focando a sua dimensão de idade funcional e reduzindo a importância da idade cronológica. Para estes autores, à 3ª idade estão associadas as boas notícias: o aumento da expectativa de vida, boa forma física e mental, mais pessoas que envelhecem com melhor qualidade de vida, altos níveis de bem-estar pessoal e emocional, o balanço entre perdas e ganhos é feito através da adoção de estratégias eficazes. Já à 4ª idade estão associadas as

notícias não tão boas ou mesmo más: perda do potencial cognitivo e de aprendizagem, prevalência de demências, fragilidade, disfuncionalidade, aumento dos sintomas de stress, etc.

O estudo BASE (Baltes & Mayer, 1999; Baltes & Smith, 1999, 2003, apud Fonseca, 2006) veio confirmar que as pessoas idosas situadas na 3ª idade têm uma melhor capacidade para regular o impacto de grande parte das perdas que vão ocorrendo nesta fase do ciclo de vida. Por outro lado, este estudo refere também que na 4ª idade as disfunções aumentam, as patologias ocorrem e caminha-se para um perfil cada vez mais negativo. Neste sentido, a 4ª idade não é bem uma continuação da 3ª idade.

É necessário estar alerta para os desafios e dilemas do envelhecimento; “de desafios na medida em que se revela imprescindível juntar forças de diferentes naturezas (políticas, científicas, sociais) para desenvolver uma cultura positiva e alargada relativamente à velhice e às pessoas idosas, independentemente da sua idade; de dilemas na medida em que as evidências relativas à “4ª idade” chamam a atenção para novas realidades e sugerem novas perspetivas acerca de um conjunto de questões de natureza médica e psicossocial relativa ao envelhecimento” (Fonseca, 2006, p. 81).

Baltes & Smith (2003, apud Fonseca, 2006) referem ainda que a gerontologia e as populações idosas devem passar a ser vistas no quadro das políticas sociais alargadas a toda a sociedade.

## **Cap. II – Planeamento e Políticas Sociais de Apoio ao Envelhecimento**

### **2.1. O Processo de Socialização – O Sujeito e o Ator**

Analisando o termo socialização, enquanto processo é palco de múltiplas interações que proporcionam aos indivíduos inúmeras opções, escolhas e limites. Numa determinada sociedade, enquanto espaço que cruza variadas culturas, cada individuo tem acesso a

determinadas referências culturais (conjunto de ideias, saberes, normas, regras e práticas) e atribui significado às experiências que vivência, constituindo-se assim sujeito e ator.

Este espaço (espaço social) assume-se importante nas relações sociais de cada indivíduo e no processo de construção da identidade pessoal e social. Neste sentido, o espaço social pode ser entendido como a absorção, por parte do indivíduo, de ideologias e aspetos de identificação com um determinado local, segundo a adesão a um conjunto de práticas, valores, normas e papéis sociais.

Na perspetiva de Berger e Luckman (2010), a socialização é um processo socialmente construído e uma vivência contínua. No mesmo sentido, os atores e as instituições não se reduzem a uma lógica de ação. Assim, o ator não é socializado apenas pelas orientações das instituições e nem a sua identidade é constituída apenas pelas referências do próprio sistema. O ator não só participa na interiorização daquilo que é o social, mas também mantém o seu espaço de liberdade em relação às suas opções, fazendo “frente” aos diversos processos culturais e sociais que tendem a organizar as suas próprias ações.

Nas sociedades modernas, a integração social constitui-se segundo quatro importantes pilares:

1. Trabalho;
2. Estado;
3. Família;
4. Comunidade, composta por organizações, associações, grupos de amigos, etc.

A interação dos indivíduos com estes quatro pilares resulta na construção de laços sociais, aspeto importante e caracterizador daquilo que é viver em comunidade. Deste modo, estamos perante dois conceitos em que é possível analisar a ação social: o de sociedade e o de comunidade.

Alguns autores posicionam-se e têm opiniões diferentes no que respeita ao termo ação e conseqüentemente de ator. Para Giddens, falar de ação implica abordar a estrutura. A estrutura deve ser vista como condição e resultado de determinada ação. A estrutura pode também possibilitar uma determinada ação ou então originar barreiras à intervenção do ator. De acordo com a teoria da estruturação, podemos considerar a estrutura como um conjunto de regras e recursos acionados e reproduzidos por determinada ação e que suportam o funcionamento articulado dos sistemas sociais. Entender o termo ação como um conjunto de regras e recursos, é referir que o poder é uma componente da capacidade de atuar. “Ou seja, o poder não é concebido como um recurso da ação, mas como uma componente da

ação que pode ser mais ou menos ampliada consoante os recursos que o ator puder mobilizar” (Pires, 1988, p. 233).

Para Weber, falar em ação é falar numa “conduta à qual o próprio agente associa um sentido” (Cohn, 1997, p. 26). Este sentido de que Weber nos fala, é manifestado através de ações concreta e que implica um motivo, ou seja, um fundamento da própria ação. Neste sentido, “do ponto de vista do agente, o motivo é o fundamento da ação; para o sociólogo, cuja tarefa é compreender essa ação, a reconstrução do motivo é fundamental, porque, da sua perspectiva, ele figura como a causa da ação” (Cohn, 1997, p.27). Aqui, o foco de análise será direcionado para o fim, o propósito da ação, os motivos que levaram para que tal ação fosse levada a cabo por determinados meios para atingir um fim (objetivo ou propósito). Surge, então, um novo conceito: o de motivação. No mesmo contexto, a ação não é um ato isolado, mas um processo definido por elos significativos, nos quais os elementos deste processo designaram a chamada “cadeia motivacional”. Cada ato realizado neste processo funciona como fundamento para o ato seguinte, até atingir determinado fim ou propósito, daí a ideia de “cadeia motivacional” e ação enquanto processo e não mero ato isolado.

Para Touraine (1996, p. 18), quanto mais se fala na sociedade, menos se fala em atores sociais (no caso de Weber, agentes), pois “estes são apenas concebidos como portadores dos atributos próprios do lugar que ocupam no sistema social”. Aqui, falamos num grau de participação por parte dos atores sociais consoante a correspondência dos seus papéis sociais: nem todos poderemos participar e atuar da mesma forma, com a mesma intensidade e com os mesmos meios. Apesar da democracia participativa de que Isabel Guerra (2002) fala e que iremos abordar no tópico seguinte, nem todos poderemos participar e atuar de igual forma, dependendo este fator dos nossos papéis sociais, do lugar que ocupamos na sociedade. Touraine, fala também de uma Sociologia funcionalista que substitui os atores coletivos por níveis e estratos que são definidos por um nível de participação social. Mais um sinal de que todos, em sociedade, não temos a mesma capacidade e “liberdade” de atuar e participar como bem entendemos. Contudo, cada um de nós deve atuar com a motivação, propósitos e recursos que cada um tem. Há que defender o bem-estar comum e coletivo e também lutar para que alguns dos problemas sociais, no nosso caso o envelhecimento, sejam discutidos, analisados e que se encontrem soluções e respostas para tal. Daí a nossa pertinência em abordar o termo de ator e da democracia participativa.

## **2.2. A Sociologia da Intervenção: da Participação Social à Democracia Participativa**

É desde o século XIX que se desenvolve uma sociologia de campo, associada a uma sociologia de intervenção. Esta sociologia de campo elabora uma descrição de costumes, usos, tradições, funcionamento de instituições e, portanto, de grupos, constrói tipologias através de uma observação pormenorizada para entender e apresentar os fenómenos sociais. Parece, no entanto, que assistimos a uma semelhança desta sociologia de campo com a etnografia no sentido de olhar ao pormenor os fenómenos sociais, de modo a poder descrevê-los e perceber o seu funcionamento. Ao longo deste século, os métodos de trabalho de campo vão evoluindo e tornando-se mais complexos, principalmente para poder dar resposta às lacunas dos métodos de observação, que permitiam somente obter informações de nível superficial e duvidosas (Guerra, 2002).

Através de viagens e pelos descobrimentos que iriam para além-mar, a etnologia dominava esta sociologia de campo. Neste sentido, o foco das ciências sociais dirigia-se para a descrição e análise daquilo que era considerado diferente e, sobretudo, novo e desconhecido. Em sucessão a esta necessidade de descobrir novos mundos e descrever e analisar desesperadamente o desconhecido, surge o capitalismo industrial. Por finais do século XIX e meados do século XX, o surgimento do capitalismo industrial faz centrar as atenções nos novos mecanismos de mudança social e nos novos fenómenos sociais, gerando-se novas problemáticas sociais, visíveis nas novas indústrias e cidades (agora mais desenvolvidas). Originam-se assim novos “trabalhos” de intervenção sociológica e novos objetos de estudo e trabalho, que necessitam de ser compreendidos e analisados.

A passagem de uma sociedade rural para uma sociedade mais urbanizada, as novas manifestações sociais e as novas formas de trabalho, preocuparam Estados, Igrejas e outras organizações, necessitando-se de entender as novas mudanças e intervir nesta nova sociedade.

Estamos perante um primeiro caso de intervenção social e a necessidade de entender os novos fenómenos sociais, como surgem, como se comportam, como irão evoluir, indo para além de uma mera análise etnográfica do espaço que nos rodeia.



Numa primeira fase de uma sociologia de intervenção, em meados do século XX e até aos anos setenta, a intervenção sociológica encontra-se perante a dificuldade de conjugar indivíduo e sociedade, teoria e ação.

No início dos anos setenta, assistimos a uma nova estruturação do termo mudança, onde a intervenção tem como foco uma sociologia mais crítica que pretende alertar os atores, que participam no processo de mudança, dos seus objetivos, pontos fortes e fracos e dos objetivos a que se propõem atingir, para que o façam de uma forma racional e pensada, de modo a ser possível uma definição de uma estratégia correta para atingir as ditas metas (Guerra, 2002).

No entanto, nas duas últimas décadas do século XX assistimos ao surgimento de novas mudanças sociais. Por fruto da globalização, da expansão das economias, as crises económicas e sociais, fenómenos como o desemprego, exclusão social e migração, a crise da legitimidade das autoridades do Estado e autarquias locais, assistimos a um aumento dos programas de intervenção.

“Acompanha a globalização da economia uma profunda alteração do Estado-Providência que tem vindo a interrogar a democracia e os processos de exercício da cidadania na sociedade moderna e, muito especialmente, a função da esfera pública ao nível do que tradicionalmente foi o seu papel nos mecanismos de regulação social” (Guerra, 2002, p. 92).

De acordo com Isabel Guerra (2002), os processos de globalização das economias provocaram uma grande alteração no entendimento entre os Estados-Nação e uma alteração nas próprias funções do Estado. As sociedades e os mercados tornaram-se imprevisíveis e instáveis, desacreditando cada vez mais no poder do Estado e na sua capacidade de cumprir as suas funções enquanto instituição “escolhida” pelo povo. O facto é que faz pouco sentido em falar de Estado-Providência, visto que atualmente a instituição estatal não consegue, sozinha, suportar o peso de “cuidar” de uma sociedade e forma, neste sentido, um conjunto de alianças e acordos com novas instituições e empresas, de modo a conseguir em conjunto cumprir as suas funções.

Por outro lado, esta aliança entre o Estado e as novas instituições e empresas têm uma contrapartida. As mesmas, exigem que o Estado as suporte no sentido de gerar empreendedorismo e um rápido lucro. Neste sentido, o Estado depende cada vez mais destas instituições e empresas para, não só assegurar as suas funções, mas também para manter a sua credibilidade, algo que atualmente está a cair e implica um novo jogo de poder e de atores. Na atual situação de crise económica portuguesa, falar de democracia implica

falar de uma crise, não da democracia enquanto processo político em si, mas desta democracia em vigor em Portugal. Nos últimos anos, assistimos a um agudizar das relações políticas em Portugal, a um agravar da crise política que se traduz num profundo descontentamento social. A prova é que assistimos ao aumento das manifestações sociais na sociedade portuguesa, a uma aumento das greves, onde a voz do povo parece ser a dos sindicatos (em certo ponto representantes de massas sociais), mas também a de cada cidadão em si.

Os elevados níveis de emigração e de desemprego estão a afetar gravemente as regiões mais de “centro”, onde a única ponta de salvação parece ser a participação social, com a luta pelo sentimento de pertença, de identidade pessoal, social e da identificação de cada cidadão para com o local onde pertence. Contudo e relembrando, nem todos possuímos a mesma capacidade de participar e atuar socialmente, todos temos diferentes papéis sociais e possuímos diferentes recursos. A possibilidade de atuar é dada a todos, embora com níveis diferente, não devemos ficar de braços cruzados e há que ir ao encontro de respostas e soluções para as problemáticas que assolam a sociedade em que vivemos.

Falar em democracia participativa é também falar de políticas e de atores que as levam a cabo. Alain Touraine (1996, p. 20) tem uma citação que nos direciona precisamente para a importância das políticas nos dias de hoje: “a ideia de sociedade desapareceu e o “social” foi ele próprio substituído pelo político”. Neste sentido, de seguida apresentamos o paradigma de desenvolvimento regional e as suas implicações na definição das políticas sociais.

### **2.3. Paradigma de Desenvolvimento Regional e suas Implicações na Definição das Políticas Sociais**

Falar em Desenvolvimento Regional é falar no conceito de Região. Existem dois conceitos na definição de região: o conceito de homogeneidade e o conceito de polarização. No que diz respeito ao conceito da homogeneidade, para que uma região seja considerada homogénea terá de se exigir que a diversidade dos elementos que a compõem se contenham dentro de certos limites. Quanto mais reduzido for o número de variáveis a analisar mais simples se torna a delimitação de uma determinada região, no entanto, torna-se de menos interesse a nível do real.

Segundo Richardson (1969), o conceito de região homogénea está ligado à visão de que as áreas geográficas possam estar ligadas como uma única região quando partilham características uniformes. Essas mesmas características podem ser de natureza económica (como por exemplo sistemas de produção semelhantes), de natureza geográfica (por exemplo, clima semelhante) e de natureza social política. Já a região polarizada “pode ser definida como uma área na qual as relações económicas internas são mais intensas do que as estabelecidas entre regiões exteriores a elas” (Simões Lopes, 1995, p. 37). Estas regiões polarizadas têm um número de variáveis superiores às regiões homogéneas, fruto do maior número de fluxos entre os polos dessa região.

A problemática do planeamento também é um lado importante a ter em conta quando se fala em desenvolvimento regional. Cada vez mais é possível observar que as desigualdades entre regiões estão cada vez maiores, se compararmos a região centro do nosso país com a região litoral, essas diferenças são avassaladoras. Neste sentido e recordando Richardson (1969), numa região de planeamento devem ser aplicadas decisões económicas, atribuindo-se uma unidade à área. O mesmo autor refere ainda que as decisões a curto prazo podem ser adotadas no âmbito de áreas bem pequenas e que as decisões de curto prazo devem exigir uma coordenação entre instituições e áreas de investimento muito grandes. O facto é que o planeamento é feito de cima para baixo, ou seja, planeado a nível nacional e então depois aplicam-se essas mesmas medidas para níveis regionais.

### **2.3.1. O Paradigma funcionalista e territorialista**

A problemática do envolvimento da população/comunidade local no processo de planeamento colocou frente a frente dois paradigmas: o funcionalista e o territorialista.

Após a Segunda Guerra Mundial e com a crise económica dos anos 70, surgem as chamadas desigualdades mundiais e com “elas” os desequilíbrios regionais. Estes desequilíbrios regionais acontecem a um nível interno de uma região e são vistos como um problema político, sendo necessário encontrar as raízes dos problemas e começar a envolver todos os esforços e atores/população possível (Amaro, 2004).

Contudo, o Paradigma funcionalista inspira-se nas teorias neoclássicas e parecem não querer envolver a população no processo de desenvolvimento e consideram-na assim fora do leque de atores que podem “fazer avançar” um determinado território. Ao inspirar-se

nas teorias neoclássicas, este Paradigma admite que a população não tem capacidades para resolver e solucionar as suas necessidades e, dada esta incapacidade, não conseguirá alcançar um “bem-estar” através do trabalho e dos seus próprios recursos. Neste sentido, a população é vista como “inativa” no processo de envelhecimento e que necessita de alguém ou de uma entidade superior para impulsionar o seu próprio desenvolvimento.

Era defendido que o desenvolvimento era sinónimo de industrialização e urbanização, sendo grandes cidades privilegiadas para a localização de grandes empresas e atividades económicas, aumentando, assim, a atratividade desses territórios e classificando-os como zonas de oportunidades de trabalho e de melhores condições de vida. Com isto, as zonas ditas mais rurais acabam por sofrer um despovoamento e um abandono da sua história e património. Dá-se então uma marginalização e esquecimento das zonas rurais.

No quadro deste dito paradigma funcionalista, as políticas regionais consideram em primeiro plano a maximização do crescimento nacional e “descartam” para segundo plano a promoção do desenvolvimento rural. Fatores como o ritmo acelerado do crescimento económico, demográfico e uma utilização dos recursos naturais para além dos disponíveis, colocam-se na origem das críticas deste paradigmas e na ameaça ao próprio desenvolvimento dito sustentável.

O paradigma funcionalista aliado também a uma política/modelo fordista chegou ao fim no final da década de 70 e início da década de 80. No início da década de 80 surge o paradigma territorialista e assume-se como uma das grandes mudanças na dimensão “ruralista” do desenvolvimento.

As desigualdades regionais e as assimetrias territoriais verificadas estão no centro das preocupações deste Paradigma territorialista que pode ser “pronunciado” de três formas: “territorialista”, “frow below” e “endógeno”. Procura-se alcançar o desenvolvimento através da mobilização dos recursos de cada região e da sua população, de modo a desenvolver melhor as potencialidades de cada território e torná-lo competitivo.

Através de uma forte mobilização da população, procura-se uma abordagem e estratégia de desenvolvimento de “baixo para cima” e não de “cima para baixo”. Deste modo, o desenvolvimento deve ser participado, autónomo e deve manter uma relação aberta com as regiões ao seu redor, pois “estas” também são atores de produtividade, sustentabilidade e solidariedade. É com este envolvimento de todos os atores disponíveis e do respeito e inclusão dos territórios em redor que se alcança um desenvolvimento mais sustentável e que acima de tudo possibilite a melhoria de vida das comunidades envolvidas neste processo.

A formação de laços de cooperação entre os vários atores locais envolvidos neste processo demonstra-se crucial, pois este paradigma defende um desenvolvimento para as pessoas.

No entanto, há que ter presente que a implementação de políticas direcionadas para a promoção do desenvolvimento rural diferem consoante a zona geográfica a que se destinam e importa conhecer as diferentes problemáticas e oportunidades de cada região. Neste sentido, podemos introduzir o termo de adequação das políticas aos contextos geográficos. Por outro lado, o diagnóstico de cada área geográfica assume-se como um pilar nesta matéria de definição e aplicação de ações concretas, pois devemos conhecer os atores disponíveis, as respostas locais existentes, as problemáticas e, em conjunto, definir soluções, medidas e ações adequadas. É também por este motivo que o envolvimento e participação da população são tão importantes.

Centrado numa comunidade pequena, deveremos entender o conceito de desenvolvimento endógeno e local como um processo de transformação, mudança e que reconhece a capacidade de mobilizar esforços em torno da solidariedade ativa, intergeracional, na procura da solução e satisfação das necessidades e problemas identificados, envolvendo sempre uma metodologia participativa.

A autonomia comercial, tecnológica, económica e social tem extrema importância neste novo paradigma, pois esta autonomia proporciona a formação de novas relações entre as empresas e os diversos setores produtivos regionais, assim como também uma maior união entre os atores sociais de cada região.

Investir nestas dimensões acima referidas, deve ser considerado primordial e como um investimento produtivo e não um mero custo ou prejuízo. Através deste investimento a produtividade iria aumentando e o investimento começaria a dar retorno não só economicamente mas também socialmente. Torna-se necessário investir no capital humano e social. Dentro desta perspetiva, é possível destacar quatro importantes hipóteses que conduzem este novo paradigma (Sthor & Taylor, 1981):

1. A primeira hipótese refere que as diferenças regionais são consequências assumidas como negativas de uma integração económica executada sem preparação suficiente;
2. A segunda hipótese refere que o conceito de desenvolvimento deve obedecer às especificidades de locais de natureza cultural e institucional;
3. A terceira hipótese refere que são as comunidades devem impulsionar a reformulação e execução do desenvolvimento;

4. A quarta e última hipótese alerta para a necessidade de uma maior autodeterminação nacional e regional.

Segundo uma análise realizada por Boisier (1989), o desenvolvimento de uma região com expressões de nível territorial de grupos sociais com história, consciência e desejo de expressão política, pode ser explicado como o resultado de três forças: a alocação de recursos, a política e a ativação social. Estas forças mantêm uma relação de interdependência recíproca. No que diz respeito à alocação de recursos, o desenvolvimento está ligado à disponibilidade dos recursos. Depende da participação regional o uso dos seus recursos nacionais. Neste sentido, esta força é exógena à região, visto que é controlada pelo Estado e tem características de natureza centralizadora. No que diz respeito à compensação política, esta força depende da ação do governo central, no sentido de afetar positiva ou negativamente a região. Quanto à ativação social da população, o desenvolvimento regional depende desta força, da capacidade da região criar um conjunto de mecanismos políticos e sociais capazes de direcionar o seu crescimento. Esta força, ao contrário das atrás referidas, é de natureza endógena e está ligada ao aumento da autonomia de decisão da região, da capacidade regional para segurar e promover o investimento gerado pelo processo de crescimento e a uma permanente melhoria social e da qualidade de vida. Neste sentido, torna-se importante que os governos incentivem os atores a exercer um papel mais participante, de liderança e de empreendedorismo. Democraticamente, os governos devem ouvir os atores locais com o fim de se chegar a um consenso sobre um melhor planeamento “de baixo para cima”.

Como referimos, as medidas e políticas sociais locais devem ser construídas e implementadas de acordo com a área geográfica que dizem respeito. Neste sentido, no ponto seguinte, apresentaremos um breve enquadramento e estatísticas das políticas sociais em Portugal e algumas medidas de apoio ao envelhecimento no Concelho de Fronteira.

### **2.3.2. Políticas sociais e medidas de apoio ao envelhecimento**

Antes de mais, falar em política é abordar uma série de objetivos, conjugados, que dizem respeito a um programa ou ação governamental e que são condicionantes da ação. No mesmo sentido, atuar em sociedade implica falarmos de um outro termo: cidadania. Por

sua vez, o termo cidadania, praticada nos termos democráticos do nosso sistema político, implica a aquisição de direitos, naturais ao Homem, e de deveres. Por certa forma estamos a falar de poder, poder este que não é acessível a todos, que não acontecem com o mesmo grau e intensidade. Com isto queremos referir que nem todas as franjas da sociedade conseguem ter a mesma liberdade e poder de expressão no campo da cidadania e política, não fazendo valer os seus valores, direitos, necessidades e preocupações. Por outras palavras e recordando um pouco da nossa parte teórica, nem todas as pessoas e atores intervêm da mesma forma e com o mesmo grau no que respeita à democracia participativa.

Posto isto, franjas da sociedade como os grupos vulneráveis, onde as pessoas de idade e os idosos podem estar inseridos, nem sempre conseguem expressar as suas preocupações, as suas necessidades, as suas opiniões. Estamos sobretudo a falar, em termos mais concretos, da necessidade de se ouvir todas as franjas sociais e em definir Políticas sociais e de proteção social, para responder às necessidades e melhorar a assistência e o apoio a quem mais necessita. Contudo, a definição de Políticas Sociais percorreu um longo caminho, com algumas curvas.

### **As Primeiras Políticas Sociais para a Terceira Idade**

Foi em território Inglês que, em 1601, através da Lei de Amparo aos Pobres, encontramos o primeiro exemplo de uma lei pública que instaura uma contribuição obrigatória para finalidades sociais, prestando apoio a quem mas necessita, à pobreza e ao abandono.

“Nos trinta anos que medeiam entre 1883 e a Primeira Guerra Mundial, surgiram sistemas públicos de assistência social aos trabalhadores na maioria dos países Europeus” (Silva, 2013, p. 32). Em 1883, na Alemanha já se ouvia falar da introdução, pela mão do chanceler Otto Bismark, de seguros sociais obrigatórios, retirados dos salários, para fins de proteção social. Estes seguros diziam respeito às questões de doença, acidentes do trabalho, invalidez e velhice.

Mais tarde, nos Estados Unidos e para resolver a crise económica que se alastrava desde 1929, Franklin Roosevelt “instituiu o New Deal, com a doutrina do Welfare State (Estado do Bem-Estar Social), determinando as bases do Seguro Social do cidadão” (Soeiro, 2010, p. 50). Aqui encontramos os primeiros exemplos que se aproximam ao atual sistema de proteção social português.

A adoção de políticas sociais e de proteção social adquirem mais impacto e importância quando, tal como já referimos, o número de idosos é cada vez maior, o número de pessoa ativas cada vez menor, colocando o sistema de Segurança Social em sobrecarga e desequilibrado.

### **As Políticas Sociais para o Envelhecimento no contexto Português**

Abordando Quaresma (1998, citado por Soeiro, 2010, p. 51), “até ao final da década de 60 os problemas da população idosa não foram objeto de uma política social específica pelo que a proteção social dos indivíduos deste grupo se revela quase inexistente”. É em 1971, que, em Portugal, encontramos uma primeira política social direcionada para o envelhecimento e com a preocupação para com esta problemática: o serviço de Reabilitação e Proteção aos Diminuídos e Idosos, que se insere na Direção geral de Assistência Social.

De acordo com Soeiro (2010, p. 52), “esta mudança é importante por criar pela primeira vez um departamento com afinidades no estudo e na procura de soluções para os problemas da população idosa”. Segundo a mesma fonte, é a partir de 1976 e após as mudanças políticas em Portugal, que a nova Constituição garante o direito à Segurança Social. Desta forma, assiste-se ao alargamento da rede de instituições ligadas ao envelhecimento e ao apoio e assistência aos idosos, sendo que “os direitos sociais contribuem para nos constituir enquanto cidadãos na medida em que dão origem a, ou ganham expressão através de, instituições” (Silva, 2013, p. 12). A nova Constituição aqui falada e o direito à Segurança Social garantem a proteção dos cidadãos em casos de doença, velhice, invalidez e viuvez.

Foi em 1984 que é aprovada a primeira lei de bases da Segurança Social, que estabelece como objetivos do sistema a proteção dos trabalhadores e das suas famílias nos casos de doença, incapacidade para o trabalho, desemprego ou morte; a compensação de encargos familiares; e a proteção das pessoas com falta ou diminuição de meios de subsistência.

Em termos legais, o Sistema de Segurança Social engloba três dimensões: a dimensão assistencialista, o regime complementar e uma dimensão mais opcional. A dimensão assistencialista diz respeito ao direito de proteção mínima, o apoio às famílias e a ajuda nas situações de pobreza e exclusão social. O regime complementar é constituído pelos fundos de pensões administrados por instituições de natureza privada e companhias de gestão de fundos de pensões. A dimensão mais opcional recai sobre as poupanças privadas e opções de proteção social adicional.



Por outro lado, o Sistema de Segurança Social tem dois princípios: a Subsidiariedade Social e a Coesão Intergeracional. Como o nome indica, o princípio da Subsidiariedade Social foca a proteção social das famílias, das pessoas e o incentivo e apoio nas iniciativas locais e voluntariado. Consequentemente, a proteção social requer um equilíbrio geracional para assegurar o funcionamento do sistema: as pessoas em atividade e com contribuições para assegurar a proteção social a quem mais necessita. Com isto chegamos à definição de Coesão Intergeracional.

Ainda assim, esta contribuição que temos vindo a abordar não é aplicada uniformemente.: é calculada tendo em conta o regime de trabalho (por conta própria ou de outrem) e os regimes especiais, tendo uma base não contributiva, com atenção à gestão de poupanças e à redistribuição social. Resumindo, “Em Estados-providência como o português, o acesso ao vasto leque de vantagens e regalias sociais é, em parte, uma questão de direitos sociais de que todos beneficiamos enquanto cidadãos, a que acresce um elemento contributivo não negligenciável. Isto significa que, em certa medida, os apoios de que gozamos são proporcionais às nossas contribuições, e por conseguinte proporcionais aos nossos rendimentos passados” (Silva, 2013, p. 43).

Neste sentido há que ter em conta 4 aspetos sobre o sistema de proteção social, segundo Silva (2013):

- ✓ “A elegibilidade para apoios sociais depende de se ter um emprego e, em particular, de este ser a full-time e sem termo” (Silva, 2013, p. 46);
- ✓ Os apoios sociais diferem consoante o rendimento e descontos efetuados;
- ✓ “Os apoios sociais tendem a ser financiados através de descontos sobre os salários em vez dos impostos, o que reforça a relação entre participação no mercado de trabalho e o nível de proteção social” (Silva, 2013, p. 46);
- ✓ A administração do sistema de segurança social é também composta por parceiros sociais, que podem usar o seu poder de veto, influenciando assim o desenho das políticas sociais e reformas do Estado.

Em matérias de ação social, o seu sistema é constituído por Instituições Públicas e IPSS, sem fins lucrativos. O principal objetivo é o apoio e a proteção dos grupos vulneráveis, de carência, o combate à desigualdade e a promoção de uma melhor qualidade de vida. Há uma grande relação entre a Segurança Social e as IPSS, com as parcerias de apoio e financiamento, embora geridas pelo Estado. O voluntariado é a base desta solidariedade social. Contudo, são as IPSS as maiores empregadoras da atualidade, constituindo uma economia social.

Fazendo a ponte entre estes aspetos todos, é Segurança Social e as IPSS que garantem muitas das respostas sociais em matérias de envelhecimento. O apoio financeiro é analisado consoante as necessidades de cada resposta social e dos próprios grupos vulneráveis. Atualmente, a balança de proteção social está desequilibrada pelo facto do número de ativos ser inferior aos inativos, juntamente com o envelhecimento da população, o que realça cada vez mais a importância das IPSS e do surgimento rompante de respostas para a promoção de um Envelhecimento Bem-Sucedido e Ativo.

Em sociedade, há processos de categorização e codificação de valores, normas, regras, formas de pensar e agir, recompensas, sanções, estatutos, papéis sociais, expectativas e formas de apreciação que têm impacto na idade de cada pessoa e desperta, nas mesmas, uma série de atributos, socialmente construídos, que estruturam posições e definem deveres e direitos para cada categoria etária. “As categorias resultantes dessas operações correspondem assim a tipos de comportamento e padrões culturais construídos no quadro de processos históricos complexos, produtores de práticas e representações que “confirmam” a condição esperada para uma determinada idade” (Capucha, 2014, p. 114). Contudo, não podemos tratar tal fenómeno a nível singular. Deve ser analisado à luz dos diferentes tipos de cultura, normas societais, expectativas, valores e especificidades de cada território. Neste sentido, deveremos ressaltar que nem todas as pessoas a partir dos 50 vão ficando incapacitadas e que a partir dos 65 deixam de ter capacidade de intervir civicamente, de contribuir socialmente. Assim, surgem as diferenças entre a 3ª e 4ª idade, com o intuito de refletirmos que diferentes tipos de velhice requerem diferentes tipos de análise, intervenção e políticas. Há que conseguir responder às necessidades dos diferentes “perfis” de velhice, inseri-las em sociedade e passar a mensagem de que podem e devem aprender, ensinar, participar em sociedade e intervir. São as próprias sociedades que criam o envelhecimento e que o assumem como um risco, o risco da velhice.

Existem momentos em que cada sociedade percebe e trata os idosos à sua maneira. Em sociedades e que os idosos são em pouco número, os mesmos são venerados e tratados como detentores de valores e conhecimento necessários à vida social. Outras sociedades, onde os idosos são em grande número, tratam-nos como pesos inativos, que consomem os recursos e que devem ser socialmente afastados. Nestes casos descritos, estamos perante dois factos cruciais de análise: por um lado falamos em estados sociais, por outro no perigo de sustentação das políticas sociais.

Falar em políticas sociais é falar num sistema de proteção social construído para proteger os trabalhadores e as suas famílias contra uma diversidade de riscos e as suas consequências. Um destes riscos é precisamente o de envelhecer. Esta expressão de risco

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

encontra-se ligada na legislação portuguesa aos esquemas de pensões de reforma, o que leva a associar o envelhecimento aos processos de proteção social (Capucha, 2005). Abordar e falar de processos de envelhecimento é abordar um conjunto de alterações ao nível biológico, social e familiar, da segurança social e da saúde. Estas alterações vieram contribuir para o acentuar do negativismo em torno do envelhecimento, classificando-o como um risco. Não podemos considerar o envelhecimento como um risco. Se pensarmos bem, o próprio fenómeno decorre da melhoria das políticas sociais nos campos da saúde, proteção social e trabalho.

Em sentido de uma análise mais detalhada sobre a temática em análise no caso português, o seguinte quadro demonstra-nos que a população residente das pessoas de idade foi aumentando nos últimos anos em Portugal, representando uma grande fatia demográfica da sociedade Portuguesa. Ainda assim, deveremos olhar para a faixa etária entre os 50 e 54 anos. Para além de representar uma grande proporção, insere-se na problemática do grupo de pessoas que são consideradas “velhas” demais para trabalhar e demasiado novas para a reforma. Aqui, poderemos abordar o termos “idadismo”.

***Tabela 2 - Distribuição da população residente (%) por grupo etário em Portugal***

|      | 50 – 54<br>anos | 55 – 59<br>anos | 60 – 64<br>anos | 65 – 69<br>anos | 70 – 74<br>anos | 75 – 79<br>anos | 80 – 84<br>anos | 85+<br>anos |
|------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-------------|
| 2009 | 6,7             | 6,3             | 5,8             | 4,9             | 4,7             | 4               | 2,7             | 2           |
| 2010 | 6,9             | 6,4             | 5,9             | 5,1             | 4,7             | 4,1             | 2,8             | 2,1         |
| 2011 | 7               | 6,4             | 6               | 5,2             | 4,6             | 4,1             | 2,9             | 2,3         |
| 2012 | 7,1             | 6,5             | 6,2             | 5,3             | 4,6             | 4,1             | 3               | 2,3         |
| 2013 | 7,2             | 6,6             | 6,2             | 5,5             | 4,6             | 4,2             | 3,1             | 2,4         |

**Fonte: Sítio informático do INE, Secção População, Anual**

**([https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_indicadores&indOcorrCod=001276&contexto=bd&selTab=tab2](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=001276&contexto=bd&selTab=tab2))**

O conceito de Idadismo surge na década de 60 pela mão de Robert Butler<sup>1</sup> que procurava uma explicação para as reações negativas e comportamentos de uma

<sup>1</sup> Psiquiatra e Gerontologista, Robert Butler, de nacionalidade Americana e formado na Universidade de Columbia, nasceu a 21 de Janeiro de 1927 e faleceu a 4 de Julho de 2010 com 83 anos.

comunidade à construção de um empreendimento imobiliário destinado para pessoas idosas na sua vizinhança.

Resultante desta explicação, ressaltou que a proximidade das pessoas idosas iria implicar uma diminuição do prestígio e do valor das residências daquele espaço. Neste sentido, encontramos aqui presentes componentes de discriminação de uma franja social, mais propriamente os idosos, como também a presença de alguns conceitos sociológicos que, do ponto de vista académico e conceptual, interessa abordar e contextualizar com a nossa temática central. Este conceito está, então, conectado a duas vertentes: por um lado aos aspetos comportamentais; por outro, às componentes discriminatórias, às quais se aliam os preconceitos e estereótipos.

“Por comportamento entendemos nós aqui, tanto as formas exteriores e visíveis do agir humano, como os modos de pensar, só indiretamente observáveis. As primeiras, chama-se frequentemente “esquemas de conduta ou de ação”; aos segundos, “esquemas mentais ou de atitude” (Silva, 2012, pp. 102). É de realçar as vertentes visíveis e invisíveis dos modelos de comportamento. Com funções normativas e de pressão social, os modelos de comportamento, muitas das vezes, podem estar ligados a um sentido de discriminação de um grupo de pessoas ou de uma faixa etária. Neste sentido, alienamos formas de comportamento mais e menos visíveis e formas de discriminação por vezes formalizadas de um modo inconsciente.

Contudo, o lado discriminatório para com a população mais idosa demonstra-se preocupante e principalmente perigoso. Muitos dos sinais de discriminação acontecem, muitas vezes, de uma forma a que não nos apercebemos e os praticamos sem pensarmos. Em muitas ocasiões, quando tentamos ajudar excessivamente e proteger as pessoas de mais idade, esta mesma “boa intenção” pode ser prejudicial pelo facto de estarmos a promover a incapacidade e a dependência, embora, como foi referido, ainda de uma forma inconsciente.

“Por vezes os preconceitos cristalizam em estereótipos que se podem definir como uma “combinação de atitudes e preconceitos” que leva a fazer dos outros uma imagem inexata tanto nos seus pormenores como no seu quadro geral” (Silva, 2012, pp. 108).

O conceito de idadismo está também associado a um conjunto de preconceitos e estereótipos que a sociedade constrói acerca das pessoas idosas ou grupo de pessoas idosas. Com esta construção, o quotidiano social das pessoas de mais idade é afetado e muitas das suas rotinas habituais sofrem alterações. No trabalho são considerados “velhos demais”; no campo da educação como “incapazes de aprender”. Este é um problema da

sociedade portuguesa, onde inclusive as próprias instituições que nos rodeiam e às quais pertencemos fomentam este conceito.

As mudanças em termos tecnológicos e económicos e as melhorias das condições de vida trouxeram novas alterações na vida social e permitiram um aumento do tempo de vida à população. Nesta lógica, é normal encontrarmos índices de longevidade mais elevados do que há décadas atrás e, com isto, assim explicar, também, o envelhecimento populacional. Ainda assim, o envelhecimento é também marcado por uma crise económica que levou a alterações nas conjunturas familiares e nos planos de vida da população em geral. Atualmente, a possibilidade de ter um filho ou mais vai sendo cada vez mais adiada para “mais tarde” e a própria componente de formar família fica adiada, na qual os jovens saem de casa dos pais cada vez mais tarde. Vejamos o índice de longevidade propriamente dito. Anteriormente, no Capítulo I, abordamos, de forma ligeira, este índice ao nível macro. A tabela seguinte (tabela 3) retrata o índice de longevidade em Portugal e no Alentejo. Em ambos os níveis de análise, concluímos facilmente de que as mulheres vivem mais anos que os homens e de que o Alentejo apresenta um índice maior que o valor nacional. São estes números que nos ajudam a compreender alguns factos de que referimos anteriormente.

***Tabela 3 - Índice de longevidade em 2011***

| %        | HM    | H     | M     |
|----------|-------|-------|-------|
| Portugal | 47,86 | 43,79 | 50,79 |
| Alentejo | 51,92 | 49,46 | 53,75 |

**Fonte: INE, Censos da população**

**([https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_indicadores&indOcorrCod=007070&contexto=bd&selTab=tab2](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=007070&contexto=bd&selTab=tab2))**

Até aqui, observamos não só o Envelhecimento a nível macro, mas também um Portugal envelhecido. Assistimos a mudanças sociais e nos sistemas de saúde e de proteção social, que nos permitem viver melhor, durante mais tempo e com alguma melhor qualidade de vida. Contudo, a referida crise que mencionamos anteriormente, tem afetado todas as faixas etárias, mas a faixa etária dos 55 aos 64 anos é perigosamente preocupante, como poderemos constatar na seguinte tabela. Não só a proporção é elevada, como a mesma tem aumentado de forma absurda desde 2009 a 2014.

**Tabela 4 - Taxa de desemprego em Portugal**

|              | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 |
|--------------|------|------|------|------|------|------|
| 55 - 64 anos | 7,6  | 8,9  | 10,8 | 12,7 | 13,7 | 13,5 |

Fonte: INE, PORDATA

([http://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio+\(percentagem\)-553](http://www.pordata.pt/Portugal/Taxa+de+desemprego+total+e+por+grupo+et%C3%A1rio+(percentagem)-553))

Estes dados demonstram que algo tem que ser feito e que as políticas sociais de apoio ao envelhecimento devem combater o desemprego e também a pobreza, que infelizmente é cada vez maior nas pessoas de mais idade. A taxa de risco de pobreza na população idosa em Portugal (tabela 5) aumentou 4,4 pontos percentuais de 2009 a 2013. Apesar de ter diminuído de 2010 para 2011, esta taxa tem vindo a aumentar. Ao falarmos em pessoas de idade, estamos a falar em casos de isolamento, difíceis de detetar e que muitas vezes nos passam despercebidos, sinal de que é necessários formular mecanismos, para além dos existentes, de sinalização e identificação destes casos.

**Tabela 5 – Linha de Pobreza ancorada em 2009 e Taxa de Risco de Pobreza da população idosa em Portugal**

|           | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 |
|-----------|------|------|------|------|------|
| 65 + anos | 21   | 21,6 | 19,8 | 22,4 | 25,5 |

Fonte: INE (Destaque: “Rendimento e condições de vida 2014”, p. 6)

Em Portugal, cerca de 43,2% da população não tem capacidade para assegurar o pagamento de despesas inesperadas, segundo dados da PORDATA referentes ao ano de 2013. Muitas destas despesas inesperadas, atingem a população de mais idade. Ainda que as despesas de proteção social tenha aumentado (ver tabela 6), os elevados níveis de desemprego a juntar aos números elevados de pensionista da Segurança Social (tabela 7), não ajudam a equilibrar a balança de políticas e apoio social.

**Tabela 6 - Despesas da proteção social em % do PIB**

|          | 2001 | 2010 | 2011 | 2012 |
|----------|------|------|------|------|
| Portugal | 21,7 | 25,8 | 25,8 | 26,4 |

Fonte: PORDATA (<http://www.pordata.pt/Europa/Ambiente+de+Consulta/Tabela>)

**Tabela 7 - Pensões da segurança social, Portugal**

|               | 2001      | 2011      | 2013      |
|---------------|-----------|-----------|-----------|
| Velhice       | 1.556.781 | 1.951.031 | 2.018.828 |
| Invalidez     | 357.327   | 282.697   | 266.880   |
| Sobrevivência | 614.818   | 709.917   | 715.812   |

Fonte: PORDATA

(<http://www.pordata.pt/Portugal/Pens%C3%B5es+da+Seguran%C3%A7a+Social+total++de+sobreviv%C3%A7%C3%A3o+de+invalidez+e+de+velhice-96>)

As despesas em saúde também têm grande peso na sociedade portuguesa. Atualmente, vivemos uma crise económica, onde as despesas em saúde em percentagem do PIB aumentaram 1,1 pontos percentuais de 2001 para 2011. Neste sentido, assistimos a casos onde os cuidados de saúde são caros para as pessoas de idade, as reformas são baixas e o acesso é dificultado.

**Tabela 8 - Despesas em saúde em % do PIB, Portugal**

|          | 2001 | 2011 |
|----------|------|------|
| Portugal | 8,4  | 9,5  |

Fonte: PORDATA

(<http://www.pordata.pt/Portugal/Despesa+corrente+em+cuidados+de+sa%C3%BAde+em+percentagem+do+PIB-610>)

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

As pessoas de mais idade são as que precisam mais de medicamentos e acesso facilitado aos mecanismos e respostas de saúde, mas por reformas pequenas, dificuldades económicas e falta de respostas, são a franja social mais afetada pelo aumento dos custos de saúde.

### **Carta Social e as Respostas Sociais para o Envelhecimento em Portugal**

A Carta Social é um estudo de análise da Rede de Serviços e Equipamentos sociais que pretende dar a conhecer as respostas sociais, em matéria de ação social, em funcionamento no Continente, informando sobre a sua localização, características, equipamentos e entidades que as suportam. Para tal, a cooperação institucional com a Segurança Social e as Santas Casas da Misericórdia é crucial. Por outras palavras, estamos a falar de uma espécie de censos das respostas e equipamentos sociais existentes.

Em matérias de envelhecimento, as respostas sociais existentes no Concelho de Fronteira, segundo a Carta Social, são as seguintes:

***Tabela 9 - Respostas sociais, em matérias de envelhecimento, no Concelho de Fronteira, segundo a Carta Social***

| Respostas Sociais                              | Capacidade | Utentes | Horário     |
|--|------------|---------|-------------|
| <b>Santa Casa da Misericórdia de Fronteira</b> |            |         |             |
| - Serviço de Apoio Domiciliário                | 60         | 60      | 08H – 20H   |
| - Centro de Dia                                | 21         | 19      | 08H – 20H   |
| - Lar de Idosos e Residência                   | 70         | 54      |             |
| - Apoio Domiciliário Integrado                 | 6          | 2       | 09H – 20H   |
| - Centro de Convívio de Fronteira              | 50         | 50      | 13H – 18H30 |
| - Centro de Convívio de Vale de Maceiras       | 40         | 40      | 13H – 18H30 |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|   |    |    |             |
|---|----|----|-------------|
| <b>Santa Casa da Misericórdia de Cabeço de Vide</b> |    |    |             |
| - Serviço de Apoio Domiciliário                     | 20 | 10 | 09H – 19H   |
| - Centro de Dia                                     | 14 | 8  | 09H – 18H   |
| - Lar de Idosos e Residência                        | 48 | 47 |             |
| - Centro de Convívio de Cabeço de Vide              | 38 | 20 | 09H – 18H30 |

**Fonte: Elaboração própria com base nos dados da Carta Social**

### **Cap. III – Promoção do Envelhecimento Bem-Sucedido: o Caso das Universidades Sénior**

Não podemos falar da promoção do Envelhecimento Bem-Sucedido e do caso das Universidades Sénior, sem falar de qualidade de vida e de fatores que influenciam esta dimensão: a atividade, a cognição, o aprender, a educação e até as causas da solidão. São todos aspetos que definem envelhecimento bem-sucedido mas também que explicam os propósitos de uma Universidade Sénior.

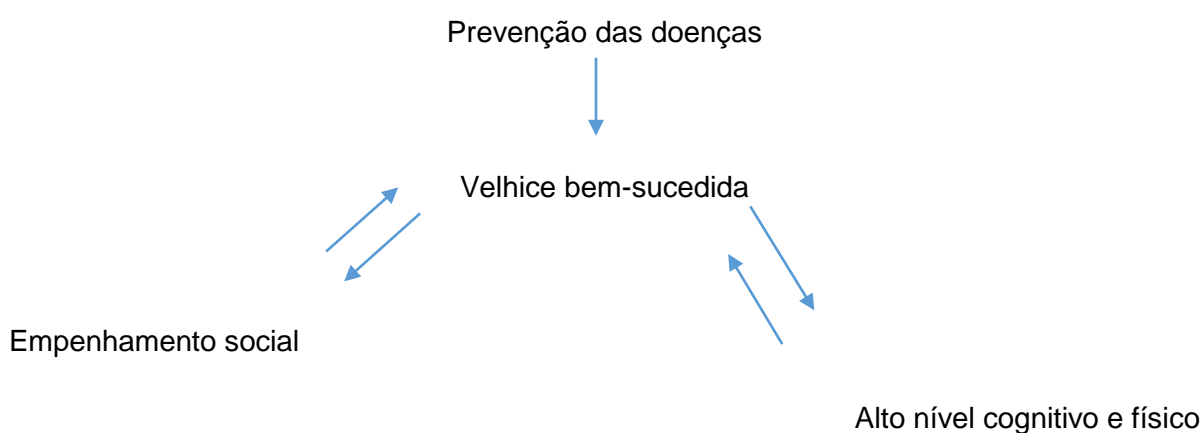
#### **3.1. Qualidade de Vida e o Envelhecimento Bem-Sucedido**

As mudanças ocorridas após a Segunda Guerra Mundial geraram um aumento exponencial da esperança de vida, fruto da crescente preocupação de todos os países em assegurar um desenvolvimento mais sustentável e alcançar o bem-estar social. Contudo, nem todas as franjas da sociedade têm acesso às mesmas condições de saúde. O acesso à saúde é um fator importante no processo de envelhecimento e isso implica uma tarefa: dar qualidade ao tempo das pessoas de idade.

### 3.1.1. As condições de saúde

Alcançar uma velhice bem-sucedida depende essencialmente da conjugação de três categorias. “A primeira é a reduzida probabilidade de doenças, em especial as que causam perdas de autonomia. A segunda consiste na manutenção de um elevado nível funcional nos planos cognitivo e físico, o que por vezes se denomina velhice ótima. A terceira é a conservação de empenhamento social e de bem-estar subjetivo” (Fontaine, 2000, p. 147).

**Figura 1. Condições de uma velhice bem-sucedida**



**Fonte: Fontaine, 2000, p. 48**

O esquema acima apresentado representa as condições de uma velhice bem-sucedida. Tais condições reúnem-se em proporções diferentes e dependem do tipo de influências de desenvolvimento que cada indivíduo sofre durante a sua vida. Segundo o mesmo esquema, poderemos constatar que a saúde é o principal condicionante de uma velhice bem-sucedida. As doenças de risco e a perda de autonomia são as principais ameaças para as pessoas de idade.

“A doença mobiliza as capacidades de coping dos indivíduos para a recuperação, focaliza toda a sua atividade e recursos nesse problema e pode, secundariamente, fazer com que haja diminuição de poder económico, perda de autonomia, alteração das atividades diárias e das relações sociais, desconforto generalizado e, por vezes, medo da morte” (Fonseca, 2006, p. 128). Esta citação de António Fonseca retrata bem a importância da dimensão da saúde e como, a mesma, afeta todas as dimensões sociais e psicológicas de cada indivíduo. Neste contexto, o estilo de vida de cada pessoa de idade tem um papel

predominante na dimensão da saúde: podemos escolher o tipo de alimentação a seguir, em que atividades participar e que comportamentos diários poderemos escolher. É necessário falar numa medicina preventiva e passar a mensagem de que aspetos como a alimentação, o exercício físico são importantes mas que, mesmo na ausência de sintomas de doença, devemos ter em conta todos os comportamentos de risco que condicionam a probabilidade de adoecer. Se esta mensagem estiver presente no quotidiano de cada indivíduo, irá construir um conjunto de experiência favoráveis e desfavoráveis, que irão modular o próprio comportamento do indivíduos ao longo da vida e refletir-se na forma como se envelhece (Fonseca, 2006).

A saúde é uma determinante de peso na satisfação de vida e da forma como se envelhece. Combater o envelhecimento é impossível, mas podemos modular a forma como se envelhece, potenciado o estado de saúde e aumentar os níveis cognitivos e de atividade. “A promoção e prevenção da saúde são temas que devem fazer parte da educação para o envelhecimento e que constam das propostas programáticas das Universidades Seniores” (Monteiro & Neto, 2008, p. 41).

### **3.1.2. A educação, aprendizagem e atividade no combate à solidão**

A educação e a aprendizagem são outros dos fatores a ter em conta para um envelhecimento bem-sucedido. A manutenção da atividade cognitiva depende muito da aprendizagem e dos níveis de estudo. Por outro lado, a personalidade da pessoa de idade é um fator delicado: “trata-se da perceção da sua eficácia pessoal ou autoconfiança” (Fontaine, 2000, p. 153). Aqui, é necessária a construção de uma crença positiva para que a pessoa de idade consiga uma elevada manutenção das atividades cognitivas e comportamentais durante o envelhecimento. A educação aqui descrita, diz respeito à aquisição de comportamentos e de atitudes da pessoa de idade sobre a fase de vida que está a vivenciar e as mudanças ocorridas na sociedade em que está inserido. Vandenplas-Holper (2000, p. 308 apud Monteiro & Neto, 2008, p. 41) refere precisamente que a “educação e formação ao longo da vida visa promover o desenvolvimento pessoal e o sentido de iniciativa das pessoas, a sua integração na vida ativa e na sociedade, a sua participação no processo de decisão democrática e a sua aptidão a adaptarem-se às mudanças económicas, tecnológicas e sociais”. Assim, as Universidades Seniores podem promover este desenvolvimento pessoal, potenciar a iniciativa das pessoas, integrá-las

socialmente e acompanhar a sua adaptação às rápidas mudanças do quotidiano social, promovendo também o seu nível de atividade e combatendo o perigoso isolamento. Conseguir que as pessoas de idade saiam de casa, larguem o televisor, comuniquem e se relacionem umas com as outras é essencial. Este promover de relações sociais, a partilha de experiências, de gostos e de saberes adquirido ao longo da vida, devem ser transportados para as atividades de tempos livres e das Universidades Seniores.

Fonseca (2006) diz-nos exatamente que o envelhecimento bem-sucedido está ligado à satisfação de viver. No mesmo sentido, um envelhecimento produtivo (Simões, 2006) é aquele que orienta a pessoa de idade para a atividade, podendo ser remunerada ou não. Staudinger (1993, apud Fontaine, 2000) e os seus colaboradores de investigação, a propósito dos níveis de atividade nas pessoas de idade, utilizam os conceitos de plasticidade e de restauração (elasticidade). Por restauração entende-se a capacidade de recuperação e manutenção de comportamentos após um declínio inicial ou de uma situação de acontecimento traumático ou stressante. Por plasticidade entende-se às reservas que cada individuo tem para otimizar o seu funcionamento. A plasticidade, ou seja, as reservas que cada individuo dispõe para melhorar e potenciar o seu funcionamento, diminui ao envelhecer. A perda de capacidades cognitivas pressupõe uma subutilização das reservas, por um lado, e um envelhecimento cerebral, por outro. “A atividade evita os fantasmas do envelhecimento, o aborrecimento, a rotina e a terrível solidão” (Monteiro & Neto, 2008, p. 41).

Como diria Durkheim (2007), o isolamento é um dos fatores de risco para a saúde e pode levar ao suicídio. A verdade é que pelo mundo fora, existem idosos que se sentem inúteis e excluídos socialmente.

Um facto é verdade: assistimos a reformados cada vez mais novos. Neste campo, Guillemard (1970, apud Fontaine, 2000) propõe uma classificação baseada em cinco tipos de práticas. O primeiro tipo é a reforma-retirada, no qual o qual o individuo limita o seu campo social e espacial: dedica mais tempo ao sono, distancia-se de novos projetos, os dias são monótonos, a participação social nula, como se estivesse em “morte social”. O segundo tipo é a reforma terceira idade. Aqui, a reforma é integrada num tecido social com atividades produtivas, associando-se a uma velhice bem-sucedida. O terceiro tipo é a reforma de lazer ou família. O reformado integra-se através de atividades familiares e de lazer, centrando-se na família e focado nas relações familiares (com os ideias de ajuda financeira e auxílio aos filhos). O quarto tipo é a reforma-reivindicação. Aqui, o reformado contesta o seu estatuto na sociedade. Defende que as pessoa de idade deveriam constituir um grupo social ativo e participativo em sociedade. O quinto e último tipo é a reforma-participação. O reformado

alcança elevados níveis de sedentarismo e integra-se socialmente através do seu televisor. Não realizando atividades produtivas, o seu sentimento de velhice bem-sucedida é fraco e o sedentarismo representa um risco para a sua saúde. Esta classificação procura demonstrar a importância da integração das pessoas de idade em sociedade e a necessidade de serem tomadas e criadas medidas e políticas de apoio para estas franjas etárias da população.

### **3.2. Universidades Sénior**

“A frequência de uma Universidade da Terceira Idade é uma das vias utilizadas para que a aprendizagem possa ocorrer” (Monteiro & Neto, 2008, p. 56). Através desta afirmação dos autores referenciados, poderemos sublinhar uma das principais funções das UTI: a função de ensinar, conjugando um conjunto de fatores de ensino-aprendizagem e sociais, de modo a proporcionar o bem-estar social e psicológico e potenciando o estado de saúde dos seus utentes. Portanto, estamos perante um conceito de aprendizagem conectado a processos sociais.

A autora Joanna Walker, citado por Fonseca (2006), realizou um estudo com o intuito de explorar os valores e as perspetivas de pessoas com mais de 50 anos em relação aos contributos da educação vista como uma atividade preventiva da saúde e verificou que as respostas se resumiram nas seguintes categorias hierarquizadas da forma que poderemos observar:

1. Aspetos relativos ao bem-estar, onde a educação surge como atividade preventiva da saúde;
2. O desenvolvimento pessoal;
3. Aspetos sociais;
4. Por fim, as componentes do conhecimento/compreensão.

Estas quatro categorias tornam-se importantes para a análise da frequência, por parte dos utentes, de uma Universidade da Terceira Idade (ou Universidade Sénior). Importantes no sentido em que se torna pertinente apurar e compreender as razões que levam as pessoas com mais idade a frequentar uma UTI, **pois só deste modo poderemos atuar em função de se atingir um melhor planeamento e estruturação de um programa adequado às necessidades que se verifiquem.**

De acordo com o autor Rick Swindell (1995, apud Fonseca, 2006), não há um modelo que se diga poder ser preferencial de uma UTI. No entanto, podemos destacar a classificação das Universidades da Terceira Idade em dois campos: o modelo francês e o modelo inglês. O modelo francês está associado a uma vertente formal, que privilegia a investigação, podendo criar cursos superiores e pós-graduações. O acesso neste modelo pressupõe exigências culturais. Já o modelo inglês, é “mais livre e independente, informal, próxima mais os professores e os alunos, tem mais abertura à participação dos utentes; os programas, para além do ensino, desenvolvem vertentes sociais e recreativas e os professores exercem a sua atividade em regime de voluntariado” (Jacob, 2012, p. 25). Este movimento das UTI teve na sua origem a necessidade da criação de um programa de educação global para adultos e que se estende-se a todos os países, contudo estes dois modelos, francês e inglês, tiveram sucesso nos seus países ditos de origem. O modelo francês encontra-se baseado no sistema tradicional universitário; o modelo inglês centra-se mais num ideal de auto ajuda e é promovido e organizado essencialmente numa panorâmica de associação sem fins lucrativos.

O modelo das primeiras Universidades Francesas para a Terceira Idade existia desde os anos 70 com o objetivo principal de ocupar o tempo livre das pessoas aposentadas e fomentar, deste modo, a sua atividade e sociabilidade. Já nos Estados Unidos, o programa *Eldershotel*, recriado em 1975, proporcionava aos idosos a participação em aulas, conferências, viagens e a participação em atividades de voluntariado.

A autora Meire Cachioni (1999, apud Fonseca, 2006) realça que a primeira UTI foi criada para responder às necessidades de uma população que usufruía dos benefícios do pós-guerra: mais tempo livre, disponibilidade económica, maior e melhor qualidade de vida.

Para Peixoto (1997, apud Fonseca, 2006) existem três eixos sobre os quais as Universidades da Terceira idade começam a esboçar os seus programas: a participação, a autonomia e a integração. Neste sentido, estamos a falar essencialmente em processos sociais sobre os quais as Universidades Sénior se começam a debruçar e a desenhar os seus programas, formalizando, neste sentido, estruturas capazes de fomentar estes três eixos referidos.

A década de 70 demonstra-se marcante para a expansão do movimento das Universidades da Terceira Idade. Nesta década, a expansão das UTI possibilitou a criação de uma Associação Internacional das Universidades da Terceira Idade, instituição que, anualmente, realiza uma Assembleia Geral com o objetivo de discutir e promover o conhecimento científico, reunindo os especialistas e estudantes em Gerontologia de todas as universidades aqui associadas. Esta expansão justifica-se pelos dois modelos

anteriormente referidos: o modelo inglês e o modelo francês. Como foi referido, o modelo inglês baseia-se num esquema de autoajuda onde os idosos tanto podem atuar como aluno como professores. Neste sentido podemos destacar algumas vantagens:

- Custos baixos;
- Flexibilidade;
- Não se exige pré-requisitos para a frequência nas disciplinas/atividades.

### **3.2.1. As Universidades da Terceira Idade em Portugal**

Com vista a delinear a situação e origem das UTI em Portugal, é necessário ficar patente a necessidade que os idosos têm em conviver, sentirem-se socialmente inseridos, úteis e de demonstrar que são capazes de aprender e de ensinar também.

O uso do termo “Universidade” é permitido ser utilizado pelo Ministério da Educação desde que as Universidades da Terceira Idade se comprometam a não atribuir nenhum tipo de certificado ou grau académico nos cursos lecionados (Decreto de Lei nº 252/82 de 28 de junho).

Em Portugal, a generalidade das UTI encontram-se com estruturas formalizadas semelhantes ao modelo inglês. Isto é, as UTI funcionam fora do sistema escolar, no qual os alunos não necessitam de pré-requisitos para se matricularem ou frequentarem qualquer curso/disciplina, não existindo tempo limite no tempo da frequência de determinada disciplina. O sistema é basicamente de ensino-aprendizagem, onde o aluno pode também ser professor e vice-versa. Em sentido geral, a maioria dos professores que lecionam as disciplinas são voluntários, aspeto importante para a autossustentabilidade destas instituições. Por mão do Doutor Herberto Miranda, foi criada, em Portugal, a primeira Universidade Internacional da Terceira Idade de Lisboa, em 1976.

No entanto, fruto da abordagem sobre a criação da primeira UTI em Portugal, surge uma importante e pertinente questão: Em 1976, o que poderíamos dizer do estado da escolaridade no nosso País?

“A este respeito, lembraria unicamente que nos Censos de 1981, e por isso cinco anos após a criação da primeira UTI entre nós, de acordo com os dados que me foram fornecidos pelo Instituto Nacional de Estatística, 26,35% da população residente em Portugal (9833014) não sabiam ler nem escrever e que 47,62% dessa mesma população possuíam

unicamente 4 anos de escolaridade” (Pinto, 2003, p. 470). Segundo a autora Maria Pinto, estes dados servem para verificarmos o perfil de aluno que procurou a primeira UTI e a compreender que não se podem esperar que os modelos das mesmas sejam idênticos em todos os países, pois a política de cada país, as realidades sociais e culturais e as infraestruturas existentes é que vão moldar a estrutura, a forma de organização e as ofertas destas instituições.

Em termos de oferta na generalidade das UTI, os alunos poderão escolher cursos, de forma livre, na área das humanidades, das línguas, da leitura e escrita, da saúde e das artes. São também disponíveis atividades de ginástica, teatro, música e trabalhos manuais. Valorizam-se os processos de sociabilidade, potencia-se a ajuda e o voluntariado e maximiza-se o bem-estar, de modo a proporcionar aos utentes o sentimento de pertença, valorização pessoal e social.



## **PARTE II – ENVELHECIMENTO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

Nesta segunda parte do nosso estudo pretendemos, para além de apresentar o Concelho de Fronteira e localizar o território numa série de indicadores, dar resposta a alguns dos objetivos a que nos propomos.

O Capítulo IV, que se segue, intitulado “Diagnóstico Sociodemográfico do Concelho de Fronteira”, pretende dar resposta ao seguinte objetivo:

- ✓ Caracterizar o envelhecimento através do Diagnóstico Social no Município de Fronteira, identificando as suas necessidades e potencialidades.

Para atingir este objetivo procedemos à consulta de algumas estatísticas publicadas pelo INE e PORDATA, bem como também alguns dos dados presentes no documento de Diagnóstico Social do Concelho de Fronteira 2014/15.

### **Cap. IV – Diagnóstico Sociodemográfico do Concelho de Fronteira**

Antes de analisarmos a temática do envelhecimento para a região Alentejo, é essencial descrever e apresentar um pouco o Concelho de Fronteira (tabela 9). O Concelho de Fronteira é uma vila situada no Alto Alentejo e faz parte do distrito de Portalegre, contando com cerca de 3259 residentes, segundo dados de 2013. Na sua constituição estão cerca de 3 freguesias: São Saturnino, Cabeço de Vide e Fronteira. A nível demográfico, a proporção de jovens é claramente menor que a proporção de idosos (12,5% da população é jovem e 26,7% idosa). Em 2013, existiam cerca de 2,3 indivíduos em idade ativa por cada idoso, sendo que o número de famílias unipessoais aumentou três pontos percentuais de 2001 para 2011 (de 20,4% para 23,4% respetivamente).

*Tabela 10 – Alguns indicadores sobre o Concelho de Fronteira*

| Indicadores                         | 2001     |                         | 2011     |                         | 2013     |                         |
|-------------------------------------|----------|-------------------------|----------|-------------------------|----------|-------------------------|
|                                     | Portugal | Fronteira<br>(Concelho) | Portugal | Fronteira<br>(Concelho) | Portugal | Fronteira<br>(Concelho) |
| População residente                 | 10362722 | 3725                    | 10557560 | 3394                    | 10457295 | 3259                    |
| Freguesias                          | 4252     | 3                       | 4260     | 3                       | 3092     | 3                       |
| Jovens (%)                          | 16,2     | 12,9                    | 15,0     | 12,3                    | 14,7     | 12,5                    |
| Idosos (%)                          | 16,5     | 27,9                    | 18,9     | 27,0                    | 19,6     | 26,7                    |
| Indivíduos em idade ativa por idoso | 4,1      | 2,1                     | 3,5      | 2,3                     | 3,3      | 2,3                     |
| Famílias unipessoais                | 17,3     | 20,4                    | 21,4     | 23,4                    | -        | -                       |

Fonte: PORDATA

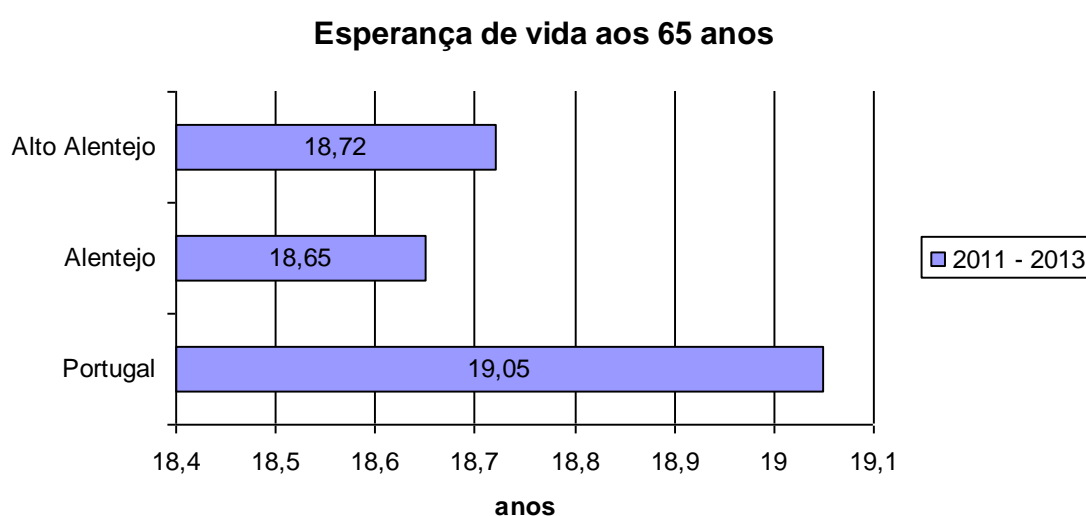
([http://www.pordata.pt/Municipios/Quadro+Resumo/Fronteira+\(Munic%C3%ADpio\)-6525](http://www.pordata.pt/Municipios/Quadro+Resumo/Fronteira+(Munic%C3%ADpio)-6525))

As disparidades regionais em termos demográficos são visíveis ao longo do território português, com o litoral muito mais povoado e com mais população jovem que o centro do país, mais propriamente o Alentejo, atualmente ligado a uma população envelhecida e marcada pela falta de oportunidades e êxodo juvenil. Neste sentido, a região Alentejo vê a “sua” população em idade ativa e produtiva sair para outras regiões que melhores oportunidades oferecem e para outras partes do globo. Estas melhores oportunidades referem-se a oportunidades de emprego e infraestruturas que possam proporcionar melhores condições de vida. São as melhores condições de vida que, globalmente, aumentam a longevidade e a esperança de vida de cada pessoa. Um indivíduo, atualmente, espera viver muitos mais anos que há 30 ou 40 anos atrás.

## (IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA

Em termos de esperança de vida, em Portugal um indivíduo aos 65 anos, no período 2011 – 2013, poderia esperar viver mais 19 anos. No que respeita à região do Alto Alentejo e Alentejo propriamente dito, através do gráfico 1, estes valores são um pouco inferiores. No Alto Alentejo uma pessoa aos 65 anos poderia esperar viver mais 18,72 anos; na região Alentejo, uma pessoa aos 65 anos poderia esperar viver mais 18,65 anos. Em sentido geral, os valores não diferem muito. Para enquadrar, o Concelho de Fronteira está inserido na região do Alto Alentejo.

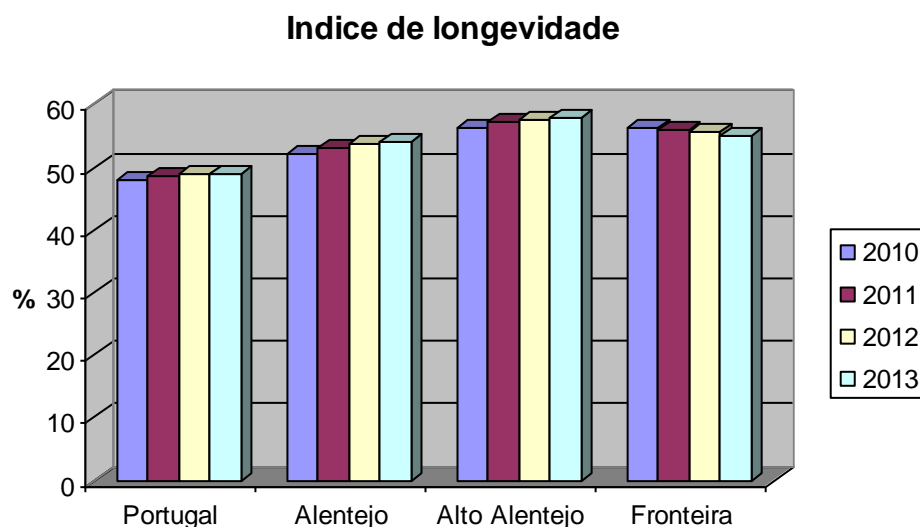
**Gráfico 1**



**Fonte: INE**

O índice de longevidade (gráfico 2) diz-nos o número de pessoas com 80 anos ou mais por cada 100 pessoas com 65 e mais anos. Quanto mais elevado é o índice, mais envelhecida é a população idosa. Neste sentido, este índice de um modo geral tem vindo a crescer no período temporal 2010 a 2013. No total do território português, assistimos a um aumento de 1,1% de 2010 para 2013, correspondendo a um índice de longevidade de 49%. A região Alentejo e Alto Alentejo apresentam valores superiores ao total do território Português, mais propriamente as percentagens de 54,1% e 58%, respetivamente. No que respeita ao concelho de Fronteira, o índice de longevidade de 55,1% traduz, à semelhança da região Alentejo e Alto Alentejo, uma população envelhecida e marcada pela saída dos jovens para outros meios considerados mais atrativos.

Gráfico 2



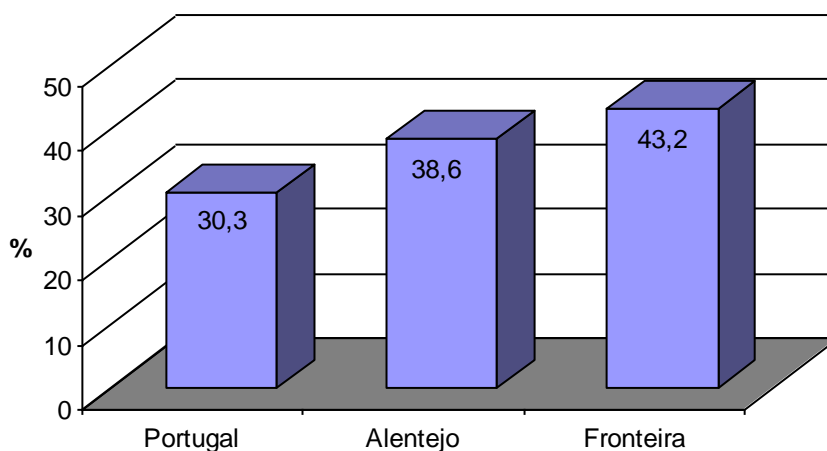
Fonte: INE

O índice de dependência de idosos (gráfico 3) relaciona a população idosa (pessoas com 65 e mais anos) com a população em idade ativa (entre 15 e 64 anos). Expresso em percentagem, um valor inferior a 100 demonstra que há menos idosos do que pessoas em idade ativa. Neste campo, o Concelho de Fronteira apresenta um valor superior ao registado no território Português e Alentejo, cerca de 43,2%. Este valor significa que existem cerca de 43,2% de idosos por cada 100 pessoas em idade ativa no Concelho de Fronteira. Ainda assim, esta percentagem torna-se perigosa quando os cuidados de saúde e de assistência à população idosa são cada vez mais dispendiosos, colocando pressão na criação de respostas sociais e no sistema de segurança social.

Comparando o índice de dependência de idosos com o de jovens (gráfico 4), verificamos que o primeiro ultrapassa um pouco o dobro do valor do segundo (40,3% e 20% respetivamente). Tal constatação significa que o número de crianças no Concelho é baixo, existindo menos crianças do que pessoas em idade ativa. Uma preocupação resultante destes valores trata-se da solidariedade intergeracional, na qual o número de jovens é muito desproporcional com o número de idosos existentes.

**Gráfico 3**

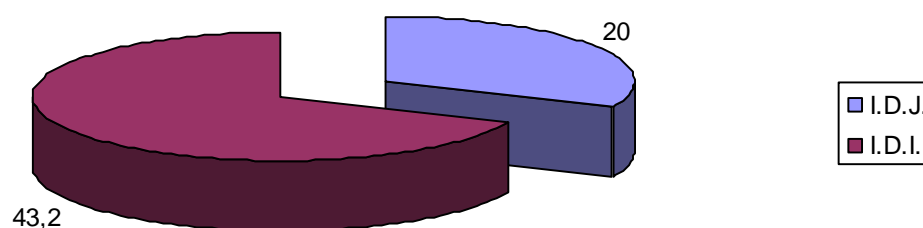
**Índice de dependência de Idosos, 2013**



Fonte: INE

**Gráfico 4**

**Índice de dependência de jovens/idosos no Concelho de Fronteira, 2013**



Fonte: INE

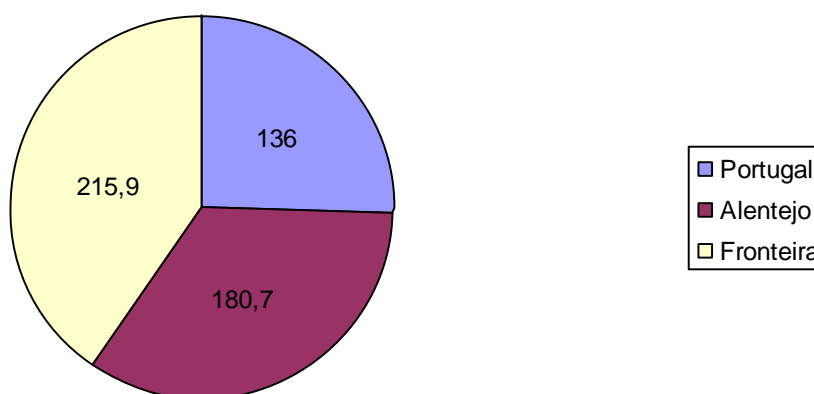
Ao longo deste tópico fica visível o envelhecimento demográfico e algumas das preocupações que daí resultam. O índice de envelhecimento é, talvez, o indicador principal que mais informação direta nos dá sobre a problemática. Este indicador aborda a relação entre a população idosa e a população jovem, mais propriamente o quociente entre o número de pessoas com 65 ou mais anos e o número de pessoas com idades entre os 0 e os 14

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

anos. Um valor inferior a 100 significa que há menos idosos do que crianças, o que seria ideal. Mas não é o caso, o que é preocupante. A Portugal corresponde um índice de envelhecimento de 136% e à região Alentejo um índice de 180,7%. Estes valores por si só já são preocupantes, retratando um país a cair no envelhecimento demográfico e a necessitar de respostas. Contudo, já foi referida a disparidade entre regiões e podemos constatar isso com o índice de envelhecimento de 215,9% no Concelho de Fronteira. Existe a necessidade de atrair jovens e investimento para o Concelho, criando-se oportunidades para a fixação da população mais jovem e condições para as pessoas de mais idade existentes.

**Gráfico 5**

### **Índice de Envelhecimento, 2013**



**Fonte: INE**

“Em suma, os comportamentos demográficos (mortalidade e fecundidade) alteraram-se significativamente, gerando uma mudança no perfil da sociedade, havendo já quem a caracterize como a sociedade «4-2-1» (quatro avós, dois pais e um filho), em substituição da sociedade passada, apelidada de «1-2-4»” (Rosa, 2012, p. 32).

## 4.1. Medidas de Apoio ao Envelhecimento no Concelho de Fronteira

### O Cartão do Idoso

Anteriormente, falámos de que as despesas de saúde estão cada vez maiores, nos quais muitas das pessoas de idade têm dificuldades de assegurar a sua medicação. No mesmo sentido, relatámos as situações de pessoas que não conseguem contornar o aparecimento de despesas inesperadas, bem como a pobreza e a solidão. O Cartão do Idoso<sup>2</sup>, medida implementada pelo Município de Fronteira, procura melhorar a qualidade de vida destas pessoas, facilitando o acesso à saúde, à medicação e o resolver de algumas situações inesperadas do quotidiano, tratando-se uma medida de carácter económico e que procura minimizar os efeitos da crise económica nesta franja social. Esta medida destina-se aos reformados com mais de 65 anos do Concelho de Fronteira (para ter direito terá que residir há mais de dois anos no Concelho), no qual o Rendimento, do agregado familiar, por pessoa terá de ser igual ou inferior a 80% da Retribuição Mensal Mínima Garantida (valor esse de 388,00 euros).

Os benefícios do Cartão do Idoso resumem-se nos seguintes pontos e condições:

- Tarifário social da água: o primeiro escalão do tarifário respeita um consumo de 15 m<sup>3</sup>;
- Acesso gratuito aos eventos culturais, sociais, recreativos e desportivos promovidos pelo Município de Fronteira;
- Desconto de 50% no: acesso às Piscinas Municipais; bilhetes de acesso ao Cinema, Museus e outros equipamentos culturais, sendo os descontos aplicáveis apenas para as infraestruturas, equipamentos e serviços que sejam propriedade do Município;
- No campo da saúde, direito a uma comparticipação de 25% na aquisição, segundo receita médica (fator essencial), de medicamentos comparticipados Serviço Nacional de Saúde, tendo um limite de 150 euros anuais;
- Acesso aos benefícios dos programas Transporte Saúde Mais e Reparar Mais.

### Transporte Saúde Mais

Este programa e medida de apoio social procura promover e facilitar o acesso a cuidados de saúde prestados em Elvas, Portalegre e Évora, dada a insuficiência de

---

<sup>2</sup> As informações relativas ao Cartão do Idoso foram disponibilizadas pelo Município de Fronteira

respostas para o transporte de doentes não urgentes. O programa é destinado aos beneficiários do Cartão do Idoso e visa assegurar o transporte para consultas, cirurgias de ambulatório, tratamentos ou exames e terapêuticas. No mesmo sentido é necessário que a prestação do cuidado de saúde tenha prescrição médica e que as mesmas sejam realizados em instituições e serviços que façam parte do Serviço Nacional de Saúde ou então por outras entidades sociais ou privadas com acordo para a prestação de serviços de saúde.

### **Programa Reparar Mais**

O Programa Reparar mais procura solucionar algumas pequenas reparações domésticas que possam ocorrer, sendo uma medida de extrema importância e que procura simplificar o quotidiano dos beneficiários deste serviço, promovendo também o contacto e interação social com os beneficiários. Essas reparações dizem respeito a:

- Afinação de portas e janelas, bem como reparação e substituição de torneiras, louças sanitárias, entre outros serviços;
- Reparções de serralharia, onde se inclui a substituição de fechaduras e chaves;
- O programa inclui também a reparação e substituição de tomadas de eletricidade, lâmpadas e interruptores, tarefas de grande importância e que procuram melhorar a qualidade de vida do espaço habitacional dos beneficiários;
- Limpeza de coberturas, de caleiras e desobstrução de tubos, quintais e canteiros, procurando-se melhorar os aspetos de mobilidade do utente;
- Organização do espaço de habitação, com atenção especial à mudança do mobiliário pesado e adequação do espaço às necessidades do utente.

A comparticipação de 25% relativa às receitas médicas, é feita pelo Município e entregue, com carácter mensal, a todos os beneficiários desta medida do Cartão do Idoso. No mesmo sentido, o tarifário social da água resulta numa redução direta na fatura da água.

Para completarmos melhor a explicação desta medida, aqui ficam alguns dados sobre as respostas acima descritas relativas ao ano de 2014:

- No que respeita ao Transporte Saúde Mais, em média realizaram-se mais de 25 viagens aos Hospitais de Elvas e Portalegre;
- Em relação à Tarifa Social da Água, a medida aplicou-se, em 2014, a mais de 150 beneficiários;



- O Programa Reparar Mais do Cartão do Idoso conseguiu resolver a grande maioria das reparações solicitadas num espaço de 15 dias úteis.

## **Cap. V – Rede Social do Concelho de Fronteira como Programa de intervenção social na problemática do Envelhecimento**

A Rede Social do Concelho de Fronteira é composta por um conjunto de atores multidisciplinares e de diversas áreas de atuação. O objetivo é a constituição de um grupo de atores que, para além de representarem um conjunto de áreas diversificadas, consigam chegar à população com a maior eficiência e eficácia possível. A proximidade com a população e o resolver rapidamente as situações que vão surgindo no quotidiano são algumas das características a destacar. Pelo Concelho de Fronteira ser de pequena dimensão, a proximidade entre pessoas e instituições é elevada e, portanto, a sinalização e resolução dos demais casos é feita de forma rápida através da mobilização entre os atores e a conjugação de esforços.

O Conselho Local de Ação Social de Fronteira (CLASF) foi constituído a 4 de Maio de 2004, como consta no Regulamento Interno de Maio de 2007, possível de consultar no Programa da Rede Social – CLAS de Fronteira.

No mesmo documento podemos observar os principais objetivos do CLASF: combater a pobreza e exclusão social; promover a inclusão e coesão sociais; promover o desenvolvimento social integrado; contribuir para a concretização, acompanhamento e avaliação do Plano Nacional de Ação para a Inclusão; Promover a Igualdade de Género, integrando os objetivos do Plano Nacional para a Igualdade e os instrumentos de Planeamento; garantir a eficácia e melhor cobertura das respostas e equipamentos ao nível local; etc.

**Tabela 11 - Apresentação da Rede Social**

| Área de intervenção                       | Parceiro   |
|---|--|
| Ação social                               | <ul style="list-style-type: none"><li>• Equipa Local de Intervenção de Sousel, Alter do Chão e Fronteira</li><li>• Centro Distrital da Segurança Social de Portalegre</li><li>• Santa Casa da Misericórdia de Cabeço de Vide</li><li>• Santa Casa da Misericórdia de Fronteira</li></ul>                                     |
| Segurança e Bem-estar (Saúde)             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Centro de Saúde de Fronteira</li><li>• Posto territorial de Fronteira da GNR</li><li>• Comissão de Proteção de Crianças e Jovens</li><li>• Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Fronteira</li><li>• Centro de Emprego e Formação Profissional de Portalegre</li></ul> |
| Educação e Formação e Emprego             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Agrupamento de Escolas de Fronteira</li><li>• Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Contestável</li></ul>  |
| Instituições Municipais                   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Câmara Municipal de Fronteira</li><li>• Junta de Freguesia de Cabeço de Vide</li><li>• Junta de Freguesia de Fronteira</li><li>• Junta de Freguesia de São Saturnino</li></ul>   |
| Instituições desportivas e de assistência | <ul style="list-style-type: none"><li>• Atlético Clube Fronteirense</li><li>• Comissão de Melhoramentos de Vale de Maceiras</li></ul>  |

**Fonte: Elaboração própria**

O foco da Rede Social é, como o nome indica, o trabalho em rede e a conjugação de esforços para identificar, discutir, encontrar soluções para as problemáticas do Concelho, mas também potenciar os recursos endógenos existentes. Algumas das instituições e parceiros em cima apresentados, são conhecidas pela população, de um modo geral, os seus objetivos e funções. Contudo, algumas instituições locais como a Comissão de Melhoramentos de Vale de Maceiras, procuram resolver alguns problemas que surgem no quotidiano dos cidadãos do Concelho, problemas que giram em torno da habitação e das condições de habitabilidade, aos quais se procura dar resposta imediata. Todas as instituições e parceiros da Rede Social têm uma forte ligação e quando um problema é identificado, a forte proximidade proporciona uma rápida resolução. O Concelho, por ser pequeno de área geográfica e demograficamente, tem uma forte ligação entre população e instituições locais. No dia-a-dia e devido a esta proximidade, o diálogo entre uma pessoa que tem um problema ou que conhece uma situação de risco, por exemplo, e um parceiro social, provoca imediatamente o encaminhamento para a solução desse problema ou o encaminhamento para as entidades competentes. Desta forma, determinadas problemáticas não chegam a outros níveis de intervenção.

## **5.1. Recenseamento de políticas, iniciativas e atores na área do Envelhecimento**

Para encontrarmos resposta para os objetivos a que nos propomos, considerámos a entrevista semidiretiva como a técnica de recolha de dados mais adequada para os determinados fins. “ (...) a verbalização franca por parte do entrevistado (considerado o informador privilegiado) é fundamental e, quanto menor for a intervenção do entrevistador, maior será a riqueza do material recolhido (...)” (Guerra, 2006, p. 51).

No sentido da entrevista se tratar de um procedimento aberto, intensivo e que se baseia na interação verbal cara-a-cara entre entrevistador e entrevistado, decidimos optar pela prática da entrevista semidiretiva, com o objetivo de podermos ter uma margem de liberdade de pensamento, de manobra nas questões a explorar, mas também com o objetivo de podermos recolher informação sobre perceções, ideias e perspetivas (função também pela qual a escolha do inquérito por entrevista é extremamente importante). Também segundo Isabel Guerra na citação acima referenciada, pretendemos a realização de uma entrevista que seja rica em dados e que o contributo dos entrevistados seja maximizado ao máximo (também daí a opção pelo tipo de entrevista semidiretiva).

## (IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA

Para tal, foram entrevistados o número máximo possível de parceiros da Rede Social (cerca de 13 dos 17 parceiros foram entrevistados<sup>3</sup>) sobre qual o contributo da instituição que representam para o Concelho, políticas, parcerias e atores existentes, bem como também a sua posição face ao Envelhecimento Bem-sucedido (e fatores determinantes para esta conceção) e à Universidade Sénior (mais propriamente benefícios que trará ao Concelho, de que modo podem contribuir para o seu desenvolvimento e quais os recursos que poderão disponibilizar). Os objetivos traçados para o presente trabalho, e a que responderemos com os contributos conseguidos serão os seguintes:

- ✓ Recensear políticas, iniciativas e atores existentes (incluindo os parceiros da Rede Social), envolvendo instituições públicas e privadas/particulares;

No que respeita ao tratamento dos dados, será pertinente recorrer à análise de conteúdo no caso do inquérito por entrevista. Segundo Isabel Guerra “a escolha da técnica mais adequada para analisar o material recolhido depende dos objetivos e do estatuto da pesquisa, bem como do posicionamento paradigmático e epistemológico do investigador. O tratamento do conteúdo varia, pois, consideravelmente de pesquisa para pesquisa e de investigador para investigador” (Guerra, 2006, p. 63).

Neste sentido, “a análise de conteúdo pretende descrever situações, mas também interpretar o sentido em que foi dito”. (Guerra, 2006, p. 69)

A tabela seguinte retrata os parceiros que foram entrevistados e sobre os quais foi possível recolhermos os preciosos contributos:

**Tabela 12 - Parceiros entrevistados da Rede Social**

| <b>Nº Entrevistado</b> | <b>Data de realização</b> | <b>Duração</b> | <b>Representante</b>        |
|------------------------|---------------------------|----------------|-----------------------------|
| 1                      | 23/04/15                  | 20 min         | Atlético Clube Fronteirense |
| 2                      | 27/04/15                  | 34 min         | Posto territorial da GNR    |
| 3                      | 27/04/15                  | 22 min         | C.P.C.J.                    |

<sup>3</sup> Não foi possível ter a totalidade de entrevistas realizadas pela indisponibilidade de alguns parceiros.

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|    |          |             |   |
|----|----------|-------------|---|
| 4  | 28/04/15 | 13 min      | Bombeiros Voluntários de Fronteira      |
| 5  | 12/05/15 | Por escrito | ADI-TC                                  |
| 6  | 12/05/15 | 20 min      | Centro de Saúde de Fronteira            |
| 7  | 18/05/15 | 23 min      | E.L.I                                   |
| 8  | 20/05/15 | 19 min      | IEFP Portalegre                         |
| 9  | 04/06/15 | 43 min      | Presidente do Município                 |
| 10 | 04/06/15 | Por escrito | Representante da Rede Social            |
| 11 | 14/06/15 | 25 min      | Agrupamento de Escolas de Fronteira     |
| 12 | 19/06/15 | 21 min      | Junta de Freguesia de São Saturnino     |
| 13 | 08/07/15 | -           | Santa Casa da Misericórdia de Fronteira |

Fonte: Elaboração própria

**Caracterização dos Parceiros da Rede Social do Concelho de Fronteira**

**Atlético Clube Fronteirense**

O primeiro entrevistado (sexo masculino, 38 anos) é o representante do Atlético Clube Fronteirense na Rede Social do Concelho de Fronteira. Como o próprio refere, “*é uma instituição que no nosso Concelho praticamente todo o desporto que é desenvolvido no Concelho é o Atlético Clube Fronteirense neste momento que o desenvolve*” (Entrevistado 1). Registrando uma grande evolução no número de praticantes (160 atualmente) e com uma grande variedade de modalidades desportivas disponíveis e outras a caminho, o Atlético Clube Fronteirense está sempre aberto a dinamizar atividades ligadas ao Envelhecimento

Ativo, como o nosso entrevistado refere a hipótese das *“pessoas, que anteriormente foram atletas do clube, muitas vezes na modalidade do futebol que era o mais normal, possam também novamente regressar ao clube”* (entrevistado 1).

### **Posto territorial de Fronteira da Guarda Nacional Republicana**

A segunda entrevistada (sexo feminino, 32 anos) é a representante do Posto territorial de Fronteira da Guarda Nacional Republicana. O principal contributo desta instituição é *“a manutenção da segurança dos cidadãos, da população”* (entrevistado 2). Direcionado para a problemática do Envelhecimento, esta mesma instituição o que faz *“é alertar as pessoas para quais as medidas a tomar para evitar furtos, roubos e tudo no sentido de manter a segurança das populações”* (entrevistado 2). É também realizado, todos os anos, os Censos Sénior para a identificação das pessoas de idade, a sua localização, composição do agregado familiar, situação de saúde, dificuldades, etc. Quando questionada sobre o poder da informação, a nossa entrevistada afirmou que a informação é a principal arma para combater a insegurança e para alertar/prevenir.

### **Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco**

A Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) em risco foi o terceiro parceiro entrevistado (sexo feminino, 29 anos). A sua principal missão é *“detetar situações de perigo e de risco que as crianças do Concelho se encontram, fazer um acompanhamento para que, no fundo, essas situações se resolvam”* (entrevistado 3). No mesmo sentido, esta instituição veio despertar algumas consciências às famílias para alguns problemas e dar uma grande ajuda para que algumas situações não se alastrem para os tribunais com medidas severas, conseguindo agir mais antecipadamente. Como contributo direto para a área do envelhecimento, foram apontadas as áreas da psicologia, saúde e serviço social como importante para o enquadramento entre a CPCJ e a Universidade Sénior.

### **Bombeiros Voluntários de Fronteira**

Os Bombeiros Voluntários de Fronteira (entrevistado 4, sexo masculino, 34 anos) e segundo o seu representante, têm como missão as *“atividades ligadas à Proteção Civil, nomeadamente o combate a incêndios, o socorro a acidentes e a doenças súbitas, e depois um contributo no que se refere aos transportes de doentes”* (entrevistado 4). Com o objetivo

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

de promover o bem-estar e segurança da população, esta instituição está a criar um gabinete psicossocial para reforçar todo o apoio e intervenção, estando o mesmo disponível para colaborar com a Universidade Sénior.

### **Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Condestável (ADI-TC)**

A Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Condestável tem como objetivo TC tem como objetivo *“promover e apoiar o desenvolvimento sustentável da sua área de atuação”*, como é referido pelo quinto entrevistado (sexo masculino, 42 anos). A mesma entidade é uma entidade formadora, certificada e detentora de um gabinete de apoio a projetos e investidores. É detentora também um Gabinete de Inserção Profissional e contribui para Projetos de Igualdade de Género. Nas suas vertentes de emprego e formação, podemos estabelecer como contributos para o envelhecimento a disponibilidade da instituição para as disciplinas de artesanato, floricultura, jardinagem, turismo e lazer e ciências sociais, tal como refere: “ (...) organização de formações por parte da ADI-TC, enquanto entidade formadora certificada, ou mesmo promovidas por outras entidades como Santas Casas da Misericórdia, que permitam aos idosos o desenvolvimento das suas capacidades”. Outro contributo destacado foi alertar para o voluntariado através do seu Gabinete de Inserção Profissional.

### **Centro de Saúde de Fronteira**

O Centro de Saúde de Fronteira é também um dos parceiros ativos na Rede Social do Concelho de Fronteira. Este parceiro (entrevistado 6, sexo feminino 44 anos) afirma que, *“a uma vez que a população é muito envelhecida e pluripatológica, então fazem-se consultas de saúde de adultos onde se abrangem todas as doenças”*. No mesmo sentido, a representante do Centro de Saúde de Fronteira referiu que se tem investido muito na saúde da mulher idosa, nas caminhadas saudáveis do hipertenso (com bastante aderência do público de mais idade) e realça que a proximidade entre pessoas e instituições é um fator importante de ajuda, solidariedade e benefícios de saúde.

### **Equipa Local de Intervenção do Concelho de Fronteira (ELI)**

No que respeita à Equipa Local de Intervenção (ELI), foi-nos possível entrevistar as suas três técnicas em conjunto e colocar assim as respetivas questões. O seu principal

contributo, segundo as técnicas sociais, é a intervenção *“em crianças dos 0 aos 6 anos que possam ter alguma problemática no desenvolvimento ou risco de vir a ter um atraso global de desenvolvimento. Intervimos nas crianças e nas suas famílias”*. Ao intervirem com as crianças e as suas famílias, as técnicas sociais referem ainda que são as pessoas de idade que dão grande apoio familiar e que lidam diariamente com os seus netos, mesmo com algumas dificuldades ao nível físico e de mobilidade.

### **Instituto de Emprego e Formação Profissional de Portalegre (IEFP)**

A nossa oitava entrevista realizada foi ao representante do IEFP de Portalegre (sexo masculino, 39 anos). Quando questionado sobre o principal contributo da entidade que representa, o entrevistado referiu que *“o fim último do instituto é a colocação das pessoas no mercado de trabalho através das diferentes formas que temos”*. Essas diferentes respostas dizem respeito à formação, como forma de tornar as pessoas mais competitivas, e aos programas de medidas de emprego para a inserção das pessoas no mercado de trabalho. O contributo possível em matérias de envelhecimento diz respeito à realização de formações para as pessoas de idade que querem regressar ao mercado de trabalho. No mesmo sentido, o entrevistado afirma-se a favor do voluntariado e reconhecedor da importância de uma Universidade Sénior. Contudo, no que respeita aos mecanismos de ensino e aprendizagem, enquanto entidade formadora e certificada, o IEFP *“tem pouca intervenção, porque estamos a falar de pessoas que já não estão cá inscritas, não podemos fazer nada. Isto empurra mais para o Ministério da Educação”* (entrevistado 8).

### **Câmara Municipal de Fronteira**

Referente à Câmara Municipal de Fronteira, o principal promotor da Universidade Sénior tal como o Agrupamento de Escolas de Fronteira, foi-nos possível entrevistar o Presidente do Município (entrevistado 9, sexo masculino, 34 anos) e a técnica responsável pela Rede Social. Em sentido de síntese ficou patente que as principais medidas ligadas ao envelhecimento, para além da implementação da Universidade Sénior, são *“medidas todas elas relacionadas com o Cartão do Idoso e neste medida temos os tarifários sociais da água, temos um regime de transportes protocolado com os Bombeiros Voluntários”* (entrevistado 9). No mesmo Cartão do Idoso existe também o programa *“Reparar Mais”* para ajuda em reparações domiciliárias. Por outro lado, a técnica da Rede Social (entrevistado 10, sexo



feminino, 30 anos) referiu que é necessário a criação de medidas de carácter nacional para se atingir uma maior eficácia.

### **Agrupamento de Escolas de Fronteira**

Estamos perante um dos dois parceiros estratégicos para a implementação da Universidade Sénior em Fronteira. O Agrupamento de Escolas, a par do Município de Fronteira, vai ser o espaço privilegiado para a Universidade Sénior e para a promoção do contacto entre gerações (daí o nome Academia de Avós e Netos). Foi possível entrevistar a representante do Agrupamento de Escolas de Fronteira (entrevistado 11, sexo feminino, 54 anos), que referiu que a instituição que representa *“é uma instituição de educação e de ensino que vai desde o Ensino do Pré-Escolar ao 3º ciclo. Pontualmente já tivemos experiências na área do ensino secundário. Neste momento, só temos Vocacionais de básicos e secundários e também EFA escolar”*. No mesmo sentido, a nossa entrevistada abordou que, infelizmente, o Agrupamento de Escolas não conta com o ensino secundário. Em matérias de envelhecimento, para além de parceiro estratégico da Universidade Sénior, o Agrupamento de Escolas já realiza um conjunto de atividades com as crianças, procurando envolver, sempre que possível, os avós das mesmas. Em relação aos mecanismos de ensino e aprendizagem, segundo a nossa entrevistada, *“a criação de uma Universidade Sénior será uma boa aposta para colmatar algumas das questões que colocou. O nosso Concelho é bastante rico em termos de massa humana crítica e com formação adequada para constituir um núcleo de apoio que possa vir a desenvolver essa área do desenvolvimento sócio/afetivo visando esta faixa etária”*.

### **Junta de Freguesia de São Saturnino**

No que respeita a esta entidade, foi possível entrevistar o Presidente da Junta de Freguesia de São Saturnino (entrevistado 12, sexo masculino, 46 anos) e representante da mesma na Rede Social. Segundo o nosso entrevistado, a Junta de Freguesia de São Saturnino tem um conjunto de protocolos com a Santa Casa da Misericórdia de Fronteira para a realização da Higiene Habitacional, com os Bombeiros Voluntários de Fronteira para realização dos transportes de doentes (medida do cartão do idoso) e também com o IEFP. De notar ainda que nesta Freguesia, segundo o nosso entrevistado, não há casos de isolamento.

### **Santa Casa da Misericórdia de Fronteira**

A Santa Casa da Misericórdia de Fronteira também foi um dos parceiros que demonstrou grande disponibilidade de ajuda no nosso projeto. Enquanto instituição integrada na Rede Social, entrevistámos a sua representante e Diretora Técnica da instituição (entrevistado 13, sexo feminino, 50 anos). O contributo desta instituição vai desde o apoio aos idosos até a medidas como *“a Cantina Social, o FEAC e a Habitação Social, que são respostas sociais destinadas a pessoas carenciadas”* (entrevistado 13). Por outro lado, ligado ao envelhecimento, são desenvolvidas atividades de animação cultural, visitas a museus, viagens, entre outras, com o intuito de dinamizar a atividade e estimular as pessoas idosas institucionalizadas (quer em ERPI quer em Centros de Dia).

### **Junta de Freguesia de Fronteira e Junta de Freguesia de Cabeço de Vide<sup>4</sup>**

Caracterizando-se como instituições a nível autárquico, a Junta de Freguesia de Fronteira abrange também a pequena terra de Vale de Seda, sendo que à Junta de Freguesia de Cabeço de Vide tem apenas o seu território como espaço de atuação. Contudo, a Junta de Freguesia de Fronteira lida com um maior peso demográfico. Ainda assim, ambas as freguesias contam com diversas infraestruturas para poder dar resposta às necessidades existentes em cada território.

### **Segurança Social – Fronteira<sup>5</sup>**

O Concelho de Fronteira conta com um Serviço Local de Atendimento da Segurança Social, localizado no Centro Cultural de Fronteira. Assume-se como uma grande vantagem para o Concelho, proporcionando um rápido esclarecimento de dúvidas, de resolução de situações e evita deslocações ao centro Distrital da Segurança Social de Portalegre. Encontra-se aqui uma vantagem estratégica no Concelho e um grande benefício.

### **Santa Casa da Misericórdia de Cabeço de Vide<sup>6</sup>**

A Freguesia de Cabeço de Vide conta com a Santa Casa da Misericórdia de Cabeço de Vide para o cuidado dos seus idosos, para a assistência, ajuda e apoio a quem mais necessita. Aqui, poderemos encontrar variadas respostas sociais de assistência e cuidado

---

<sup>4</sup> Não foi possível entrevistar os representantes destas entidades.

<sup>5</sup> Não foi possível entrevistar o representante desta entidade.

<sup>6</sup> Não foi possível entrevistar o representante desta entidade.

para as pessoas idosas, mas também ajuda e apoio aos mais necessitados (respostas como o Banco Alimentar e a Habitação Social).

### **Perceção face ao envelhecimento no Concelho de Fronteira**

A segunda dimensão da entrevista procura dar a conhecer as principais funções e contributos de cada entidade para o Concelho. Da mesma forma, procura também conhecer e analisar, com base na experiência de cada entrevistado, a perceção sobre o envelhecimento no Concelho de Fronteira.

A primeira conclusão a realçar, fruto do contributo dos entrevistados e da análise às respetivas entrevistas, é que todos os entrevistados caracterizam o Concelho como um território envelhecido, com cada vez menos crianças (associado a uma baixa taxa de natalidade) e com êxodo populacional, principalmente por parte dos jovens, também devido à dificuldade em conseguir oportunidades de emprego, tal como referem, por exemplo, os representantes do Posto Territorial de Fronteira da Guarda Nacional Republicana, Bombeiros Voluntários de Fronteira e Câmara Municipal de Fronteira, respetivamente:

*“os novos, como há dificuldades em arranjar postos de trabalho acabam por se afastar, mas isso é uma tendência, associado também há baixa taxa de natalidade, não só do Concelho de Fronteira”*

*“(...) os jovens se dirigem mais para o litoral à procura de outras oportunidades de emprego que não encontramos aqui”*

*“um Concelho do interior, um Concelho que infelizmente, tal como todos os Concelhos do distrito de Portalegre mas também do interior do país, não tendo repostas ao nível da empregabilidade para os mais jovens, acabam por não conseguir fixar muitos jovens na nossa área territorial”*

A segunda conclusão a realçar é o facto de se registar a necessidade de valorizar as pessoas de idade, tal como refere a representante do Agrupamento de Escolas de Fronteira: *“O envelhecimento é um problema nacional. No nosso Concelho, de facto, reveste-se de grande importância quando somos de interioridade e de facto há uma grande necessidade de valorização deste grupo”*. Esta valorização é tanto ou mais importante quando as pessoas

de idade, atualmente, atuam no seio social e familiar como suporte de ajuda familiar e financeira, dada a crise que o país atravessa, na qual muitas famílias jovens têm de voltar para a casa de onde outrora partiram, como podemos constar através do contributo das técnicas da Equipa Local de Intervenção, *“todos têm que se socorrer dos avós, os que podem, para dar o suporte e ajuda à família. Mesmo a nível financeiro também já começa, temos alguns casos que as famílias quando têm dificuldades financeiras têm que retornar a casa dos pais, neste caso os avós das crianças, ou até mesmo socorrer-se desse apoio”*.

Esta temática sobre o envelhecimento adquire grande importância dada a baixa natalidade com reflexo na estrutura demográfica do país (a pirâmide etária do país tem vindo a alargar o seu topo, ou seja, o aumento das faixas etárias mais elevadas e ausência de nascimentos, o que traduz a base da pirâmide cada vez mais curta) e também no mercado de trabalho, como refere o representante do Instituto de Emprego e Formação Profissional de Portalegre, que o maior empregador, atualmente, é a economia social: *“estamos muito envelhecidos, sem dúvida nenhuma, não só em Fronteira como nos outros concelhos todos. Não é por acaso que neste momento o maior empregador é a economia social, são as IPSS, são os lares, são os centros de dia”*.

Por outro lado, a nossa entrevistada e representante do Centro de Saúde destaca dois tipos de idosos no Concelho, ou seja, aqueles que se situam em faixas etárias em torno dos 70 a 90 e mais anos, e aqueles idosos que se encontram reformados mas que têm uma formação diferente e que aceitam conselhos e as mudanças desta fase da vida na sua saúde, como podemos constar: *“Aqueles idosos em torno dos 70, 80, 90 anos que temos e muitos e aquelas pessoas reformadas que são consideradas idosas mas que têm uma formação diferente e aceitam os conselhos e as mudanças de características para a sua saúde de maneira bem diferente”*.

### **Envelhecimento Bem-Sucedido e o Estado da Proteção Social no Concelho**

No nosso quadro teórico, referimos que a Universidade Sénior promove e foca o envelhecimento bem-sucedido, o qual depende em muito de dimensões como a saúde, família, proteção social, educação e políticas sociais. Neste sentido, a terceira dimensão da nossa entrevista recai sobre este conceito de envelhecimento bem-sucedido através de um conjunto de questões que procuram responder a alguns dos fatores anteriormente descritos.

No que respeita à primeira questão colocada nesta dimensão sobre o “Envelhecimento Bem-Sucedido, foi perguntado aos entrevistados como definem o conceito. Dentro

das muitas definições que obtivemos, podemos realçar a sua ligação com a qualidade de vida, com as condições económicas, psicológicas e sociais (como o sucesso a nível da mente, o apoio familiar, sentido de utilidade e manutenção da atividade). Por sua vez, o envelhecimento foi associado à saúde e ao bem-estar, no qual a preocupação por tal fator deve começar “muito antes”, ou seja, desde novos. Outro facto a registar é a importância da pessoa de idade saber aceitar as suas limitações e satisfazer as suas necessidades e desejos, tal como apontou a representante do Centro de Saúde de Fronteira. Neste contexto, podemos observar algumas citações dos nossos entrevistados que retratam bem estas conclusões referidas:

*“ (...) o envelhecimento só pode ser bem-sucedido quando há sucesso a nível do corpo, quando há sucesso a nível da mente e só se as pessoas se sentirem bem com elas próprias no dia-a-dia e ativas”*

**Entrevistado 1**

*“penso que o envelhecimento bem-sucedido tem que ser muito antes e que as pessoas têm que se preocupar mais com isso antes de chegar a essa idade”*

**Entrevistado 3**

*“Nomeadamente no que se refere ao acesso a cuidados de saúde, à possibilidade de estar próximo e poder ser acompanhado pelos seus familiares neste processo, ou na sua falta por profissionais que possam colmatar esta lacuna, também a sua integração em atividades que permitam sentir-se útil e sentir que ainda tem um papel a desempenhar na sua vida e na comunidade em que se insere”*

**Entrevistado 5**

*“Eu entendo por envelhecimento bem-sucedido aquele que permite à pessoa aceitar as suas limitações, cobrir as suas necessidades básicas e satisfazer os seus desejos dentro das condições mínimas de saúde”*

**Entrevistado 6**

*“Tem a ver com a qualidade de vida. Manter uma vida ativa a vários níveis, a nível social, uma ocupação do tempo com qualidade e que haja programas que possam manter as pessoas plenas das suas capacidades e responder às necessidades de cada idoso. O acesso à saúde, por exemplo no Concelho de Sousel já está instituída a Universidade Sénior e*

*penso que em Fronteira já estão a implementar, tudo isso são mais-valias para um envelhecimento”*

**Entrevistado 7**

Anteriormente, verificamos uma ponte entre envelhecimento e qualidade de vida. Por sua vez, esta qualidade de vida implica um bom acesso à saúde, repostas sociais acessíveis e que acima de tudo respondam de forma eficaz às verdadeiras necessidades das pessoas de idade. Através de algumas estatísticas apresentadas anteriormente no nosso estudo, concluímos que as despesas em saúde têm aumentado nos últimos anos, a juntar ao aumento da longevidade da população portuguesa, o aumento da taxa de desemprego, o que exerce maior pressão nos sistemas de proteção social. A taxa de pobreza nas pessoas de idade é maior que há anos atrás (recordando 25,5% em 2013 comparando com 21% em 2009, segundo o Instituto Nacional de Estatística), as despesas da proteção social a atingirem os 26,2% em 2012 (quando tinham registado 22% em 2001, isto em percentagem do PIB, segundo a PORDATA), juntamente com um aumento vertiginoso do número de pensionistas nas suas mais variadas naturezas (seja por velhice, invalidez ou sobrevivência). Estes dados todos levam a uma conclusão: é necessário analisar esta dimensão, avaliar as diferentes situações e casos, criar respostas para responder às necessidades e **olhar para esta dimensão consoante o território a que estamos a referir**. Recordando o nosso quadro teórico, referimos, no tópico sobre o paradigma territorialista, que as respostas e políticas devem ser criadas de acordo com o território a que dizem respeito, ou seja, deve-se adaptar as políticas e respostas aos contextos geográfico, tal como foi dito anteriormente.

Perante estes dados, aos três parceiros os quais colocámos a questão sobre o estado da proteção social no Concelho (Câmara Municipal de Fronteira, Junta de Freguesia de São Saturnino e Santa Casa da Misericórdia de Fronteira), é necessário realçar alguns aspetos e que, de certa forma, caracterizam o Concelho de Fronteira em termos de proteção social e de assistência às pessoas de idade.

Em primeiro lugar, a presença de diferentes situações em que as pessoas de idade no Concelho se encontram. Este aspeto foi referido pelo representante da Câmara Municipal de Fronteira, no qual indica que é necessário olhar para as diferentes situações, distinguir e aplicar as medidas mais adequadas a essa situação. São, essencialmente, 3 diferentes situações referidas:

1. O aumento da reforma, que leva a que pessoas a partir dos 50 anos que tenham que trabalhar por mais 15/16 anos e que com rendimentos próprios, levam a que a perspetiva seja diferente;

2. As pessoas com mais de 50 anos que não têm emprego e sobre as quais o Município tem conseguindo mantê-las ativas socialmente e em contexto de trabalho, através do trabalho socialmente necessário;
3. As pessoas que já se encontram a receber uma pensão de reforma, que têm sofrido cortes, tal “como as remunerações dos trabalhadores também têm sofrido alguns cortes, no entanto é exatamente por isso que existe o cartão do idoso” (entrevistado e representante da Câmara Municipal de Fronteira).

Em segundo lugar, a pequena dimensão do Concelho de Fronteira permite uma proximidade entre as pessoas, onde todos conhecem todos, entre instituições e a ajuda mútua é feita de forma célere, conseguindo-se dar uma rápida resposta, eficaz e eficiente. Por outro lado, regista-se de novo o aumento dos custos de saúde, a diminuição da qualidade e vida dos idosos, o que dificulta a gestão de instituições, como a Santa Casa da Misericórdia de Fronteira. Poderemos constatar estes factos nos seguintes excertos:

*“O Concelho não está numa situação muito diferente do país. Pelo contrário, (...) no nosso Concelho toda a gente se conhece, os vizinhos notam logo, acompanham e por sua vez, ainda conseguimos com o apoio da Câmara, dos Bombeiros e tudo mais, fazer o transporte de doentes que foi retirado à alguns anos pelo Estado ”*

**Entrevistado 12**

*“A boa colaboração existente entre as diversas instituições proporciona a correr a situações de carência económica que se vão verificando. A um nível global verifica-se a diminuição do poder de compra, onde os custos com a saúde tem um grande peso, reflete-se na diminuição da qualidade de vida dos idosos e na gestão de instituições como a Santa Casa da Misericórdia de Fronteira”*

**Entrevistado 13**

Todas estas questões que temos vindo a abordar e a apresentar suscitam uma questão importante: qual o lugar das pessoas de idade na Sociedade atual? Reconhecer o papel e importância das pessoas de idade, inseri-las em sociedade e combater a discriminação terá de ser objetivo primordial de qualquer pessoa. Fatores como a autoestima, o reconhecimento, o sentimento de utilidade e pertença e a discriminação, são fatores condicionantes do envelhecimento ativo e bem-sucedido. Como tal, perguntámos a alguns parceiros da rede social (ADI-TC, IEPF de Portalegre, Câmara Municipal de Fronteira, Agrupamento de Escolas de Fronteira, Junta de Freguesia de São Saturnino e Santa Casa da Misericórdia de Fronteira) sobre qual o lugar das pessoas de idade na sociedade atual. De um modo geral,

estes parceiros afirmaram todos a necessidade de reconhecer a das pessoas de idade e a sua experiência e papel na esfera social e familiar. A discriminação nas pessoas de idade também foi apontada como problemática, assim como a conotação de “velhos” e “idosos” que, nós portugueses, erradamente atribuímos às pessoas de idade. O voluntariado parece ser uma das formas de enquadrar as pessoas de idade na sociedade atual. Estas conclusões estão de acordo com os seguintes contributos recolhidos:

*“ (...) voltou novamente a destacar-se o papel dos idosos, como pilar, por vezes único, de suporte financeiro à família, nomeadamente a filhos e netos”*

**Entrevistado 5**

*“Nós é que chamamos velhos e chamamos idosos, temos esses termos todos, mas se formos ver os espanhóis, os espanhóis não lhes chamam assim, são os mayores. São os nossos mayores, não têm aquela conotação que nós entendemos, erradamente, tão negativa.”*

**Entrevistado 8**

*“Julgo que o primeiro passo para isso será exatamente a Universidade Sénior e com a Universidade Sénior conseguiremos colocar do ponto de vista de participação cívica algumas destas pessoas a dar aulas, se calhar foi aquilo que nunca tiveram oportunidade a vida inteira e agora muito possivelmente vão começar a tê-la e julgo que se pode começar por aí e sem menosprezar a hipótese de dentro da Universidade Sénior conseguirmos criar aqui um órgão consultivo desta natureza, que acho que era importante”*

**Entrevistado 9**

*“As pessoas mais idosas, constituem um recurso para todos nós de tal maneira que não pode passar assim como está a passar neste momento, que mais não seja porque essas pessoas têm uma experiência de vida e percurso vivido que é importante trazer para a ribalta, para que os mais novos percebam como é que foi a vida à uns anos atrás”*

**Entrevistado 11**

*“Quando falamos em pessoas de idade, há muitas pessoas de idade. Pessoas de 65 já são idosos, de 85 também são. Há muita gente e que tem capacidade para isso. Deveriam aproveitar alguma disponibilidade e alguma força que ainda têm e que podem ajudar na parte do voluntariado”*

**Entrevistado 12**



*“Atualmente a pessoa idosa é discriminada, não exercendo na maior parte das vezes esse papel importante na sociedade. Há que criar políticas para reverter esta situação”*

**Entrevistado 13**

### **Problemas/dificuldades identificados no dia-a-dia das pessoas de idade**

Perceber quais as dificuldades das pessoas de idade junto das instituições de intervenção que trabalham com as crianças e com as suas famílias e das instituições que promovem a segurança da população foi um dos objetivos desta dimensão. Objetivo porque ao analisarmos entidades como a CPCJ e Equipas Locais de Intervenção, por exemplo, à primeira vista pode parecer que não estão familiarizadas com a temática do envelhecimento e que nada têm a ver com ela, mas isso não é correto. As entidades de promoção da segurança (Bombeiros Voluntários e Guarda Nacional Republicana) e de intervenção e crianças e suas famílias (CPCJ e ELI) estão constantemente perto da população, perto da realidade social de cada território e conhecedores das suas problemáticas e dificuldades. Ao intervirem com as famílias, intervêm com as pessoas de idade, quer direta ou indiretamente. É nesta ótica que perguntámos às entidades da CPCJ, ELI, Bombeiros Voluntários de Fronteira e Guarda Nacional Republicana de Fronteira, sobre o seu conhecimento de casos de pessoas de idade em dificuldades e qual o género dessas mesmas dificuldades. Estas dificuldades são de variada natureza, tal como refere o seguinte entrevistado e representante dos Bombeiros Voluntários de Fronteira, a existência de “algumas carências ao nível social e económico de algumas famílias” sendo que “a maior parte dos idosos estão sozinhos cá, os filhos estão para fora e isso pode talvez, às vezes, provocar algumas questões socioeconómicas que possam afetar a vida deles”. No mesmo sentido, a representante da Guarda Nacional Republicana abordou o valor baixo das reformas e tocou no ponto importante sobre as condições habitacionais destas pessoas, que acabam por estar desadequadas às suas necessidades, tal como se encontra presente nos excertos que se seguem:

*“Os idosos vivem em condições, por exemplo têm reformas muito baixas, esse é o principal problema, e depois acabam por viver em condições de pouca higiene”*

*“Também as próprias habitações acabam por não ter infraestruturas, casas de banho e acessos, degraus e coisas assim, capazes para as pessoas com aquela idade”*

**Entrevistado 2**

De notar, tal como referimos anteriormente, os casos de pessoas de idade a tomar conta de crianças com dificuldades, no qual as suas principais dificuldades são a idade avançada e a preocupação de como vão ficar as crianças depois da suas ausência, como podemos constar no seguinte excerto:

*“a dificuldade que se deparava era que começava a ter uma idade muito avançada. “  
“Neste caso é esse também um dos problemas dos idosos que conhecemos mais de perto,  
é pensar como os netos vão ficar daqui a um tempo quando eles já cá não estiverem”*

**Entrevistado 7**

No mesmo âmbito, a representante do Centro de Saúde de Fronteira apontou o isolamento e a dificuldade em reconhecer ajuda como os principais obstáculos das pessoas de idade. Combater e responder de forma eficiente aos casos de solidão e isolamento é uma das formas de alcançar um envelhecimento bem-sucedido. Os casos de solidão e isolamento são identificados de forma exaustiva pelo Posto Territorial da Guarda Nacional Republicana de Fronteira, através da realização dos Censos Sénior anuais. É um processo moroso e que implica alguns cuidados, como poderemos observar nas seguintes afirmações da representante da respetiva entidade:

*“ por norma nós conseguimos fazer as fichas de sinalização e as fichas de identificação dos idosos que ficam sozinhos”*

*“tentamos sempre sensibilizar o idoso para os riscos que ele corre, ao estar sozinho e ao abrir a porta a uma pessoa que não conheça”*

*“este processo de identificação leva o seu tempo, é uma situação morosa, até porque nós temos patrulhas que têm de responder às necessidades todas que existem”*

**Entrevistado 2**

Do mesmo modo, instituições como os Bombeiros Voluntários de Fronteira, CPCJ e Equipa Local de Intervenção, no exercício das suas atividades também têm conhecimento de casos de tal natureza, pelo que, seguem determinados procedimentos de encaminhamento das diferentes situações:

*“(.. .) quando detetamos alguma situação menos bem os próprios bombeiros fornecem-nos essas indicações a nós, consoante a ocorrência que reportarem, e nós reportamos seguramente através da segurança social, através dos gabinetes da Câmara Municipal as situações que possamos encontrar”*

**Entrevistado 4**

*“No Concelho de Fronteira não temos tanto essa perceção. Enquanto cidadãos inseridos numa comunidade sim, mas no Concelho de Fronteira não temos esse conhecimento. Às vezes através do Centro de Saúde que poderá ser uma entidade de primeira linha, que é uma entidade de primeira linha nestas situações, mas aqui não temos conhecimento”*

**Entrevistado 7**

A saúde, tal como foi referido pelos parceiros entrevistados, é uma dimensão que condiciona o envelhecimento bem-sucedido, sendo crucial conhecer as suas componentes (relacionadas com a longevidade e qualidade de vida), limitações e potencialidades no Concelho de Fronteira. Neste sentido, faria todo o sentido colocar questões em redor da saúde à representante do Centro de Saúde de Fronteira, questões essas que focaram:

1. Longevidade e qualidade de vida
2. Envelhecimento Prematuro
3. Limitações e potencialidades da saúde no Concelho

**1. Longevidade e Qualidade de vida**

No que respeita sobre quais os avanços que têm permitido tal longevidade e como essa longevidade condiciona o nível de qualidade e vida das pessoas de idade, é de realçar a presença, no Concelho, de vários casos de longevidade com boa qualidade de vida, o facto de o Concelho ser um sítio rural permite exercício físico, a alimentação saudável e principalmente a prevenção são os fatores fundamentais, como poderemos observar:

*“nós temos cá em Fronteira vários casos de longevidade com boa qualidade de vida. O facto do exercício físico por ser um sítio rural, de uma alimentação saudável, faz com que se tenha aumentado a longevidade. A qualidade de vida tem a ver com a prevenção, fundamentalmente.”*

**Entrevistado 6**

## 2. Envelhecimento Prematuro

Questionada sobre em que idade se deve adotar medidas para evitar um envelhecimento prematuro, a nossa representante do Centro de Saúde de Fronteira foi direta:

*“Eu sempre digo que gosto de tratar pessoas e não doenças. Qualquer idade é adequada para prevenir possíveis complicações no futuro que nos possam vir a dar ou uma época adulta com complicações ou uma época de envelhecimento com complicações”*

**Entrevistado 6**

## 3. Limitações e potencialidades da saúde no Concelho

Sendo especialista na área da saúde, faria todo o sentido questionarmos sobre as principais limitações e potencialidades em termos de saúde no Concelho. Uma das limitações é a sobrecarga de utentes por médico de família e no que toca ao envelhecimento essa quantidade multiplica muito. As potencialidades advêm de ser um Concelho pequeno, onde a proximidade entre as pessoas é elevada e o acesso a instituições é fácil, como refere:

*“Está muito em questão o número de utentes por médico de família. É uma questão que sofro muito, apesar do meu ficheiro estar nos 1700, 1800 utentes, se víssemos a quantidade que tem a ver com o envelhecimento, evidentemente se multiplica muito”*

**Entrevistado 6**

*“Aí está claro que uma das potencialidades que tem é de ser uma população pequena, todo o mundo se conhece, onde os vizinhos são uma fonte de recursos não só económicos, mas psicológicos, de apoio, onde o acesso às instituições é fácil”*

**Entrevistado 6**

Analisada a componente de diagnóstico sociodemográfico do Concelho de Fronteira e identificadas algumas componentes em torno do envelhecimento (bem-sucedido e ativo), foi possível estabelecer uma matriz SWOT (pontos fortes, fracos, potencialidades e ameaças) que nos ajudará não só a perceber de uma forma mais correta a temática do envelhecimento no Concelho, mas também a identificar pontos estratégicos da Universidade Sénior de Fronteira.

**Tabela 13 - Matriz SWOT do envelhecimento no Concelho de Fronteira**

| PONTOS FRACOS   | PONTOS FORTES  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- População Envelhecida</li> <li>- Elevado Índice de dependência de idosos</li> <li>- Elevado índice de envelhecimento</li> <li>- Aumento das Famílias Unipessoais</li> <li>- Excesso de utentes por médico de família</li> <li>- Dificuldades ao nível físico e de mobilidade</li> <li>- Condições habitacionais desadequadas às necessidades dos idosos               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Baixas reformas</li> </ul> </li> <li>- Carências ao nível social e económico</li> <li>- Deficit de valorização das pessoas de idade</li> <li>- Diferença na identificação e sinalização das pessoas de idade institucionalizadas e não institucionalizadas               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dificuldades em reconhecer necessidade de ajuda</li> </ul> </li> <li>- Isolamento geográfico e solidão</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aumento da longevidade</li> <li>- Pessoas com maior disponibilidade para: voluntariado; participação em atividades como a Ginástica Sénior, hidroginástica, etc;               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ginástica Sénior</li> <li>- Hidroginástica</li> </ul> </li> <li>- Regresso das pessoas de idade ao clube desportivo do Concelho</li> <li>- Diversidade de infraestruturas existentes no Concelho</li> <li>- Região rural e de pequena dimensão</li> <li>- Censos Sénior (Fichas de Sinalização)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultas Pluripatológicas</li> </ul> </li> <li>- Acesso fácil às instituições de apoio à 3ª Idade</li> <li>- Medidas de apoio à população sénior e 3ª idade</li> <li>- Envolvimento dos avós em atividades escolares com os netos</li> <li>- Forte interconhecimento e proximidade nas relações de vizinhança               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aproximação entre pessoas e instituições</li> <li>- Gabinete Psicossocial</li> </ul> </li> </ul> |
| AMEAÇAS   | OPORTUNIDADES  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Êxodo juvenil</li> <li>- Isolamento</li> <li>- Deficit de sustentabilidade em termos de proteção social</li> <li>- Insuficiência de respostas sociais em matérias de envelhecimento</li> <li>- nº elevado de utentes por médico</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crescente sensibilização para o Voluntariado</li> <li>- Participação social (envolvimento em sociedade; participação nas atividades e eventos no Concelho)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conhecer o Concelho</li> </ul> </li> <li>- Potenciar infraestruturas</li> <li>- Criação de novas respostas sociais</li> </ul>   |

|   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Diminuição da qualidade de vida na população sénior</li><li>- Não envolvimento das pessoas institucionalizadas</li><li>- Crise económico-financeira</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Novas políticas locais de proteção social e assistência</li><li>- Reforço dos Mecanismos de Saúde<ul style="list-style-type: none"><li>- Novas dinâmicas populacionais</li></ul></li><li>- Reforço para a fixação dos jovens e para formação de família<ul style="list-style-type: none"><li>- Termalismo</li><li>- Roteiros Turísticos</li></ul></li><li>- Parcerias públicas e privadas com instituições sociais exteriores ao Concelho</li><br/><li>- <b>Universidade Sénior</b></li></ul> |
|---|---|

**Fonte: Elaboração própria**

O sumo desta matriz SWOT traduz-se no aproveitamento dos pontos fortes e oportunidades que, como poderemos constatar, colmatarão muitos dos pontos fracos existentes no Concelho em matérias de Envelhecimento e evitarão algumas das ameaças identificadas. No mesmo sentido, a Universidade Sénior assume-se também como uma forma de potenciar muitos dos recursos existentes no Concelho, oferecendo maior visibilidade e atratividade ao território.

## **Cap. VI – Universidade Sénior de Fronteira**

Neste sexto capítulo pretendemos dar a conhecer o projeto da Universidade Sénior. Tal como explicámos no capítulo anterior, foram realizadas 13 entrevistas (cujo guião é possível consultar em anexo) e dedicámos a sua última dimensão, denominada “Universidade Sénior”, para obtermos resposta ao nosso objetivo específico de conhecer o Projeto da Universidade Sénior e analisar a sua importância e impacto para o Concelho.

A criação de uma Universidade Sénior em Fronteira, iniciativa lançada em Setembro de 2014 pelo Município, visa essencialmente garantir mais uma resposta no âmbito da problemática associada ao envelhecimento, neste caso para a promoção de um

## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

envelhecimento ativo. O envelhecimento não está necessariamente ligado à improdutividade. Nesta lógica e despertados para as problemáticas sociais, os Municípios devem recorrer a meios e respostas para garantir um envelhecimento bem-sucedido e contrariar os estereótipos construídos em torno das pessoas de mais idade.

Um dos objetivos da Universidade Sénior de Fronteira é estar interligada com a juventude, promovendo atividades intergeracionais. Nesta ótica, o Município propõe um modelo de Universidade Sénior de “Academia de avós e netos”. A visão deste modelo centra-se em aproveitar a experiência das pessoas de mais idade e juntá-la aos mais novos, potenciando uma partilha de saberes como incentivo para um logo sucesso e longevidade do projeto, tal como retrata o seguinte excerto:

*“Colocar as pessoas a sentirem-se úteis. Essa é a principal visão e objetivo. Mas também levá-los para dentro da comunidade escolar. Eu acho que é fundamental que os mais jovens estivessem em contacto com os mais experientes”*

**Entrevistado 9**

Neste sentido, o Município irá aproveitar o espaço escolar para fazer confluir esta partilha de conhecimentos. O foco está na inovação do projeto e no empreendedorismo social. O projeto deverá funcionar sob a égide do Município de Fronteira e do Agrupamento de Escolas de Fronteira. Esta decisão estratégica levantou uma dificuldade relacionada com a necessidade de autorização da Direção Regional de Educação:

*“É um projeto mais arrojado, mas que leva a necessidade de grande articulação com o Agrupamento de Escolas e a necessidade de autorização da Direção Regional de Educação.”*

**Entrevistado 9**

Figura 3. Engrenagem estratégica da Universidade Sénior de Fronteira



Fonte: Elaboração própria

Como podemos observar, existem dois órgãos estratégicos municipais para a implementação da Universidade Sénior de Fronteira: a Câmara Municipal e o Agrupamento de Escolas de Fronteira. Contudo, a engrenagem chave que fará impulsionar este modelo proposto pelo Município é a autorização da Direção Regional do Alentejo, como poderemos observar na figura acima apresentada. Por outro lado, as instituições do Concelho constituem outra peça chave na implementação, apoio e dinamização da Universidade Sénior.

Os dois parceiros estratégicos para a implementação da Universidade Sénior realçam principalmente a roupagem e modelo que irá ser adotado para proporcionar o convívio, aprendizagem e crescimento conjunto entre gerações, podendo, as pessoas de idade, atuarem como professores e alunos:

*“A partir do momento em que nós tenhamos toda esta possibilidade de pessoas que se encontram de facto numa idade mais adulta avançada, não lhes vamos chamar idosos, podem entre si partilhar experiências, basicamente serem professores e alunos em simultâneo”*

**Entrevistado 9**



*“Não tenho dúvidas nenhuma que do ponto de vista da estimulação sensorial terá as suas vantagens, especialmente com a forma e roupa que lhe vamos dar à Universidade Sénior em Fronteira”*

**Entrevistado 9**

*“Depois o facto de trazermos para dentro do Agrupamento de Escolas, que por si só é o sítio chave e privilegiado, onde se desenrolam o crescimento e as aprendizagens desde a faixa etária dos 3 anos até ao 3º ciclo neste momento, até por volta dos 15, trazer um grupo considerado sénior pode trazer muito, muito, muito de bom, para uns e para outros”*

**Entrevistado 11**

Esta parceria estratégica elaborou previamente um plano curricular, onde constam algumas unidades curriculares e atividades previstas como:

- ✓ Artes decorativas
- ✓ Ensino precoce de Inglês
- ✓ Literacia
- ✓ Teatro
- ✓ Informática
- ✓ Música
- ✓ Levantamento do património local
- ✓ Ginástica (sugerido o badminton)
- ✓ Atividades relacionadas com alongamentos

Em relação às unidades curriculares e atividades, a intenção do Município é “transportar a Universidade Sénior para a sede do Agrupamento de Escolas e permitir em matéria de atividades extracurriculares por parte dos alunos das escolas, que essas atividades extracurriculares começassem a incluir as pessoas mais adultas e mais idosas que se encontrem no âmbito da Universidade Sénior”.

Contudo, apesar da parceria estratégica recair sobre o Município e o Agrupamento de Escolas, a Universidade Sénior contará também com parcerias estabelecidas com os membros parceiros da Rede Social, reconhecedores da iniciativa e do projeto da Universidade Sénior:

*“Essencialmente as políticas acabei de as explicar e as parcerias serão essencialmente do Agrupamento de Escolas, sem prejuízo de podermos ter aqui outras entidades a colaborar no âmbito da Universidade Sénior. (...) as parcerias seriam essencialmente estabelecidas com os próprios parceiros da Rede Social”*

### **Entrevistado 9**

A Universidade Sénior de Fronteira já se encontra ligada à RUTIS. A RUTIS é uma instituição pública, de carácter nacional, com sede em Almeirim e que promove o envelhecimento Ativo e as Universidades Seniores ou da Terceira Idade. Esta adesão traz benefícios a vários níveis, incluindo o apoio em atividades, seguro para os utentes, espaço no website da RUTIS, acesso a benefícios de todos os parceiros da RUTIS, fazer parte do Conselho Geral das Universidades Seniores, entre outros benefícios. Desta forma a Universidade Sénior de Fronteira passa a estar representada nacionalmente e tem um lugar no sítio informático da RUTIS, não estando ainda nenhum conteúdo disponível. Neste sentido, a criação de um website próprio e criado de raiz para a Universidade Sénior demonstra-se como uma necessidade e um importante recurso para a explicação do projeto, da iniciativa e para a sua divulgação.

## **6.1. Benefícios identificados para a Universidade Sénior do Concelho**

Saber quais os benefícios que a criação da Universidade Sénior pode trazer para o Concelho de Fronteira foi uma das questões que colocámos a todos os parceiros entrevistados nesta dimensão. Na sua totalidade, os parceiros reconheceram que a criação da Universidade Sénior trará imensos benefícios ao Concelho, benefícios esses de diversos tipos. Em primeiro lugar, o aspeto referido pela representante da Guarda Nacional Republicana de Fronteira, que afirma que a Universidade Sénior trará um acesso à informação, um local onde poderão participar em atividades e que sobre tudo dará um incentivo para envelhecer de uma outra forma:

*“O facto de terem acesso à informação naquela idade, as pessoas hoje-em-dia têm acesso à informação em casa com o que vêm na televisão, tendo um sítio onde possam ter*

*um conjunto de atividades e alguém que as desperte para outro tipo de informação acaba por ser benéficos para elas, acabam por ter um incentivo e envelhecer de outra forma”*

#### **Entrevistado 2**

Em segundo lugar, a Universidade Sénior como centro de formação e informação, como ferramenta para potenciar a participação das pessoas de mais idade na comunidade, o contacto entre gerações e arma de combate ao isolamento e solidão:

*“A promoção de cursos de formação, de centros de informação de direitos e deveres, recursos disponíveis, o fortalecimento da participação dos idosos na vida cívica da comunidade, o contacto entre gerações e a articulação entre diversas entidades com vista a estabelecer parcerias que possam beneficiar esta faixa etária, poderão ser, entre outras, grandes vantagens que a Universidade Sénior pode proporcionar aos idosos do concelho de Fronteira”*

*“ (...) uma Universidade Sénior no concelho de Fronteira será uma grande mais-valia no combate à solidão e isolamento”*

#### **Entrevistado 5**

Proporcionar a valorização, aproveitar e canalizar a experiência das pessoas de idade também são benefícios:

*“Sentem-se valorizados. É aproveitar também a experiência de cada um e canalizá-la para um bem maior”*

#### **Entrevistado 7**

Alguns fatores como a reorganização da vida familiar das pessoas, a autonomização dos jovens e a nuclearização das famílias vieram agravar o isolamento das pessoas de idade. Neste sentido, as Universidades Sénior surgem para fazer frente a este isolamento e inverter este fenómeno. Deste modo, questionámos todos os parceiros entrevistados sobre qual a sua posição institucional em relação ao isolamento e à Universidade Sénior como combate a tal fenómeno. Alguns fatores como a motivação, o facto de as pessoas poderem

comparecer em iniciativas e a própria Universidade apontada como uma mais-valia no combate ao isolamento e solidão:

*“ (...) se as pessoas se sentirem motivadas e poderem comparecer a todo o tipo de iniciativas, com certeza que não se sentirão tão isoladas e tão sós como algumas se poderão sentir”*

**Entrevistado 1**

*“ (...) uma Universidade Sénior no concelho de Fronteira será uma grande mais-valia no combate à solidão e isolamento”*

**Entrevistado 5**

No âmbito da segurança e saúde e no que respeita ao isolamento, o representante dos Bombeiros Voluntários de Fronteira realça a importância de que, na Universidade Sénior, poderiam ser englobados alguns procedimentos de alerta para certos cuidados que as pessoas de idade devem ter com as braseiras elétricas, fogões e gases, por exemplo, quando se encontram sozinhos. Já a representante do Centro de Saúde de Fronteira indicou que a saúde tem de ser ponto essencial para analisar e atuar no campo do isolamento, realçando que esse isolamento pode conduzir a uma saúde mental menos correta e que pode levar com que a pessoa não se preocupe com a alimentação, higiene e com o cumprimento das suas terapêuticas. Poderemos observar os seguintes excertos:

*“ (...) poderia ser englobado na Universidade Sénior talvez algumas áreas no que se refere, por exemplo, à segurança, neste caso os Bombeiros, mas alertar principalmente nesta fase deles, de alerta, para certos cuidados que eles deverão ter para quando estão sozinhos, como por exemplo braseiras elétricas, os fogões, os gases”*

**Entrevistado 4**

*“Eu acho que a saúde tem de estar aí, porque o isolamento, uma pessoa que não tem uma saúde mental correta e adequada, acaba por adoecer organicamente ou agravar as suas doenças a nível orgânico. Deixa de se preocupar com uma alimentação correta, deixa de se preocupar com os cuidados básicos de higiene, de alimentação, de saúde, de cumprimentos de terapêuticas, é muito importante”*

**Entrevistado 6**

Por outro lado, devemos ter atenção às pessoas que não estão institucionalizadas e ir ao encontro delas, fazer esse levantamento e utilizar os recursos e instituições disponíveis no Concelho, como o caso do Centro de Saúde, e que podem dar um enorme apoio a localizar e identificar essas situações:

*“É fácil sinalizar quem está em instituição, agora aqueles como referiu se temos conhecimento de casos que acabam por estar sozinhos, se calhar é fazer esse levantamento, ir ao encontro onde eles estão, acho que aqui o centro de saúde, como a colega referiu, tem um papel muito importante porque através dos domicílios sabem onde eles estão”*

#### **Entrevistado 7**

Mais que um polo de combate ao isolamento, a Universidade Sénior é considerada como algo que devolverá o entusiasmo, a motivação e sentido de utilidade às pessoas de idade, algo que se tem vindo a perder. Aproveitar os percursos de vida, os saberes e conviver entre gerações também foram apontados:

*“Concordo que a Universidade Sénior será um polo para o combate ao isolamento. Mas ainda mais que isso, acrescento, devolve o entusiasmo, a motivação, acrescenta informação e formação, porque ela é permanente, e o sentido de “utilidade”, que é uma coisa que se perdeu e as pessoas são úteis.”*

*“(…) acho que a utilidade é uma coisa importante e valorizar os percursos de vida, os saberes e conviver intergeracionalmente, num contexto educativo propício, são condutores para uma vida saudável e feliz”*

#### **Entrevistado 11**

Um facto curioso registado pelo representante da Junta de Freguesia de São Saturnino é a ausência de isolamento na freguesia que representa. Salaria ainda os seguintes aspetos:

*“(…) cá não temos uma pessoa que esteja isolada em casa, não temos uma pessoa que não tenha a casa arrumada, que não tenha a casa de banho. Não temos. As pessoas distraem-se umas com as outras, uma vêm para o centro de convívio, outras para o centro*

*de dia, outras que ainda não sentem necessidade de vir nem para um lado nem para o outro. Juntam-se ou a conversar ou nos bancos e nos cafés”*

### **Entrevistado 12**

A tabela seguinte sistematiza as principais potencialidades e fragilidades da Universidade Sénior de Fronteira, identificadas a partir das entrevistas realizadas. A promoção do envelhecimento ativo, aliado à inserção da população sénior que proporcionará a aprendizagem e participação em atividades, traduzem-se num aumento da autoestima, do sentimento de pertença, combatendo o isolamento e promovendo as relações intergeracionais, fruto do modelo inovador a adotar e que irá contrariar estereótipos. Por sua vez, este modelo poderá ser também uma fragilidade de base, pois necessita de uma autorização da Direção Regional de Educação para a utilização do espaço do Agrupamento de Escolas. Outra fragilidade recai sobre o desconhecimento da população sobre a verdadeira utilidade e significado de uma Universidade Sénior, na qual é necessário explicar o verdadeiro significado, funções e potencialidades desta resposta social. A pouca divulgação e a não existência de um website são também fragilidades a ter em conta, juntamente com a responsabilidade de ir ao encontro das pessoas institucionalizadas e que, muitas das vezes, não têm acesso às mesmas plataformas de informação.

**Tabela 14 - Potencialidades e fragilidades da Universidade Sénior de Fronteira**

| <b>Potencialidades</b>   | <b>Fragilidades</b>   |
|--|---|
| Promoção do envelhecimento ativo   | Necessidade de autorização da Direção Regional de Educação  |
| Contrariar os estereótipos sobre este grupo etário                                 | Não existe Website  |
| Reforço da inserção social da população sénior                                     | Pouca divulgação da Universidade  |
| Fomentar as relações intergeracionais  | Plataformas de divulgação devem ter em conta os idosos institucionalizados (que, em alguns casos, não têm o mesmo acesso às fontes de informação) |
| Modelo inovador de funcionamento   | Desconhecimento, por parte da população sénior e idosa, do verdadeiro significado de Universidade Sénior ao público-alvo                          |
| Ligação à RUTIS  | -   |
| Participação em atividades, desportivas, culturais e sociais, por parte dos alunos | -   |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|   |   |
|---|---|
| Acesso à aprendizagem, estimulação sensorial e ensino     | - |
| Combate ao Isolamento                                     | - |
| Aumento da autoestima e sentimento de pertença dos alunos | - |

**Fonte: Elaboração própria/dados das entrevistas recolhidas**

Tendo em conta todos os benefícios e potencialidades que o projeto da Universidade Sénior trará ao Concelho, com atenção ao solucionar das fragilidades, há contributos que podem ser enquadrados no projeto da Universidade Sénior e que já são executados pelos parceiros institucionais da Rede Social do Concelho de Fronteira. Estes contributos devem ser vistos como benefícios para a Universidade Sénior e por sua vez para o próprio Concelho em matérias de envelhecimento por potenciar as sinergias existentes no Concelho, como podemos observar de seguida.

**Tabela 15 - Benefícios para a Universidade Sénior de Fronteira**

| <b>Instituição</b>   | <b>Contributos</b>   |
|--|--|
| <b>Atlético Clube Fronteirense</b>                                     | - Com o objetivo de fazer regressar as pessoas de idade ao clube, a realização de Jogos Tradicionais é um dos contributos                            |
| <b>Posto Territorial da Guarda Nacional Republicana de Fronteira</b>   | - Censos Sénior<br>- Ações de Sensibilização sobre segurança   |
| <b>Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco</b>              | - Valências nas áreas da psicologia, educação, saúde e serviço social  |
| <b>Bombeiros Voluntários de Fronteira</b>                              | - Atividades de Rastreios  |
| <b>Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Condestável</b> | - Apoio a projetos<br>- Formações nas demais diversas áreas  |
| <b>Centro de Saúde de Fronteira</b>                                    | - Consultas Pluripatólogicas<br>- Caminhadas do hipertenso   |
| <b>Equipa Local de Intervenção</b>                                     | - Ações de formação na área de intervenção   |
| <b>Instituto de Emprego e Formação Profissional de Portalegre</b>      | - Formações para a população sénior que quer regressar ao mercado de trabalho  |
| <b>Município de Fronteira</b>  | - Cartão do Idoso<br>- Medidas de emprego e Inserção Profissional  |
| <b>Agrupamento de Escolas de Fronteira</b>                             | - Envolvimento dos avós no quotidiano escolar  |
| <b>Junta de Freguesia de São Saturnino</b>                             | - Protocolos com a Santa Casa da Misericórdia e Bombeiros Voluntários de Fronteira, que visam assegurar a assistência e transporte à população idosa |

|  |   |
|--|---|
| <b>Santa Casa da Misericórdia de Fronteira</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Centros de Dia de Fronteira e Vale de Maceiras</li><li>- Gabinete de Estudo do serviço de apoio domiciliário</li><li>- Centros de Convívio</li><li>- Atividades de animação socioculturais e lúdico-recreativas</li></ul> |
|--|---|

Fonte: Elaboração própria/dados das entrevistas recolhidas

## 6.2. Recursos para o projeto Universidade Sénior de Fronteira

Nos pontos anteriores, foram referenciados os principais contributos e objetivos de cada instituição, bem como também a sua perceção face ao envelhecimento no concelho, posição sobre o envelhecimento bem-sucedido, bem como também uma série de questões relacionadas com a Universidade Sénior. Na tabela apresentada a seguir, encontraremos uma panóplia de recursos da mais diversa natureza, que vão desde recursos materiais como espaços culturais, infraestruturas, até recursos humanos, fruto de uma análise geral e pormenorizada às entrevistas semidiretivas aplicadas.

**Tabela 16 - Principais sugestões, contributos e recursos a disponibilizar pelos parceiros da Rede Social para a Universidade Sénior**

| <b>Instituição</b>   | <b>Recursos</b>   |
|--|---|
| <b>Atlético Clube Fronteirense</b>                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>- Salas para formação</li><li>- Disponível todo o espaço desportivo</li></ul>   |
| <b>Posto Territorial da Guarda Nacional Republicana de Fronteira</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliers, colóquios e ações de sensibilização sobre as questões de segurança e informação</li></ul>   |
| <b>Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em risco</b>              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Atividades de despistagem de demências</li></ul>  |
| <b>Bombeiros Voluntários de Fronteira</b>                              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Ateliers e palestras de saúde e bem-estar</li><li>- Gabinete Psicossocial</li></ul>   |
| <b>Associação de Desenvolvimento Integrado – Terras do Condestável</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Cativar os jovens para o voluntariado, através do GIP</li><li>- Formações nas áreas de artesanato, floricultura, jardinagem, turismo e lazer, ciências informáticas</li></ul> |
| <b>Centro de Saúde de Fronteira</b>                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>- Voluntariado</li><li>- Caminhadas Saudáveis</li></ul>   |
| <b>Equipa Local de Intervenção</b>                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>- Trabalho junto das crianças, envolvendo os avós</li></ul>   |
| <b>Instituto de Emprego e Formação Profissional de Portalegre</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Voluntariado</li></ul>  |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |
|--|--|
| <b>Município de Fronteira</b>                  | - Apoio de Recursos Humanos<br>- Infraestruturas                                       |
| <b>Agrupamento de Escolas de Fronteira</b>     | - Espaço Escolar<br>- Recursos Humanos   |
| <b>Junta de Freguesia de São Saturnino</b>     | - Disponibilidade para colaboração a vários níveis (recursos humanos, infraestruturas) |
| <b>Santa Casa da Misericórdia de Fronteira</b> | - Meios técnicos e humanos   |

**Fonte: Elaboração própria**

**Plano Curricular para a Universidade Sénior**

A última dimensão da nossa entrevista relacionada com a Universidade Sénior termina com uma questão sobre que unidades curriculares cada parceiro consideraria pertinente implementar no plano curricular da Universidade Sénior. Neste sentido, elaborámos o seguinte quadro, o qual dividimos por possíveis áreas temáticas, com o levantamento das sugestões e contributos recolhidos da entrevista aplicada aos parceiros da Rede Social.

***Tabela 17 - Sugestões e contributos dos parceiros da Rede Social sobre o plano curricular da Universidade Sénior***

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| Património local e tradicional | - Jogos Tradicionais<br>- Tradições locais   |
| Desporto                       | - Hidroginástica<br>- Atividades relacionadas com alongamentos<br>- Badminton  |
| Saúde, Segurança e Bem-estar   | - Ações de sensibilização (envolvendo a ELI)<br>- Alertas, cuidados domésticos do quotidiano - englobando as questões de segurança pela Guarda Nacional Republicana (ex: furtos, abordagens a estranhos) e aspetos domésticos por parte dos Bombeiros Voluntários (cuidados a ter nos domicílios e situações daí adversas)<br>- Prevenção na saúde/cuidados básicos de saúde |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                     |  |
|---------------------|--|
|                     | <ul style="list-style-type: none"><li>- Atividades de despistagem de demências, conciliando a área da psicologia, serviço social</li></ul>   |
| Novas tecnologias   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Informática</li><li>- TIC</li></ul>  |
| Artes               | <ul style="list-style-type: none"><li>- Artesanato</li><li>- Artes decorativas</li><li>- Teatro</li><li>- Música</li><li>- Dança</li></ul>   |
| Línguas             | <ul style="list-style-type: none"><li>- Português (ler e escrever)</li><li>- Literacia</li><li>- Inglês</li></ul>  |
| Participação Cívica | <ul style="list-style-type: none"><li>- Trabalho Social</li><li>- Voluntariado</li><li>- Órgão Consultivo (uma forma de aumentar e promover a participação cívica dos alunos nos assuntos e temáticas do Concelho)</li><li>- Cidadania (importante transmitir também aos mais jovens)</li><li>- Programas de Ativação de jovens e idosos (promover as capacidades sociais, cognitivas e relacionais)</li></ul> |
| Ambiente            | <ul style="list-style-type: none"><li>- Floricultura</li><li>- Jardinagem</li><li>- Hortas comunitárias (concorrer a projeto para tal)</li><li>- Atividades turísticas</li></ul>   |

**Fonte: Elaboração própria**

No entanto, para respondermos da forma mais completa possível a este objetivo a que nos propomos, considerámos que a perspetiva dos parceiros e representantes das instituições que compõem a Rede Social sobre a temática em estudo não nos daria uma visão global da mesma. Decidimos que seria tanto quanto mais enriquecedor obter as atitudes, opiniões e posições de um conjunto de pessoas de idade interessadas em frequentar a Universidade Sénior, através da metodologia focus group, face a: em primeiro lugar, a algumas questões relacionadas com o bem-estar e interação social; em segundo lugar, face ao próprio conceito de Universidade Sénior e modelo proposto pelo Município (principal promotor); em terceiro lugar, analisar e compreender a sua posição face às estratégias e contributos que recolhemos com as entrevistas realizadas aos parceiros da Rede Social e às atividades e ofertas que poderão encontrar disponíveis.

### 6.3. Focus Group como técnica de interação social com público-alvo, acerca da Universidade Sénior

Com a realização deste focus group procuramos identificar e analisar quais as motivações, reações e interesses em torno do tema do envelhecimento ativo e da Universidade Sénior. Ao colocarmos em interação um grupo de pessoas com mais de 55 anos, interessadas em participar numa Universidade Sénior, apresentámos um conjunto de questões divididas pelos seguintes temas:

1. Bem-estar e interação social: procuramos analisar e identificar a posição dos participantes face à importância de quebrar a rotina, sair de casa, aprender coisas novas, o caso da idade ser, ou não, impedimento para aprender/ensinar ou praticar desporto ou dança;
2. Universidade Sénior: Dimensão de particular importância, pois para além de exibirmos um pequeno filme da RUTIS sobre atividades de Universidades Sénior do país, procuramos explicar o verdadeiro conceito de Universidade Sénior (desconhecido para muitos), apurar a importância da mesma para o Concelho e se os participantes se revêm “naquelas” atividades e a incorporar uma Universidade Sénior;
3. Vertente prática da Universidade Sénior: esta última dimensão é a mais longa. Nela procuramos identificar os interesses de cada participante em termos de áreas temáticas ou disciplinas que gostassem de aprender/aprofundar; apresentamos também um leque de opções e contributos recolhidos nas entrevistas que realizámos aos parceiros da Rede Social, para verificar as suas reações e motivações face às propostas. Por fim, procuramos também compreender a posição dos entrevistados face ao modelo de Universidade Sénior proposto pelo Município.

Antes de mais, a metodologia *focus group* é apropriada quando o “objetivo é explicar como as pessoas consideram uma experiência, uma ideia ou um evento, visto que a discussão durante as reuniões é efetiva em fornecer informações sobre o que as pessoas pensam ou sentem ou, ainda, sobre a forma como agem” (Oliveria & Freitas, 1998, p. 84).

Para além de ser apropriada para tal fim, permite também obter uma recolha de dados mais rica e flexível, promovendo a interação e espontaneidade entre participantes. Por outro lado, tem a vantagem de poder ser utilizado tanto como método de pesquisa, como método de recolha de dados.

O planeamento da realização de um focus group deve ser cuidado, antecipado, devendo-se construir um plano cronológico em que conste as atividades, questões,

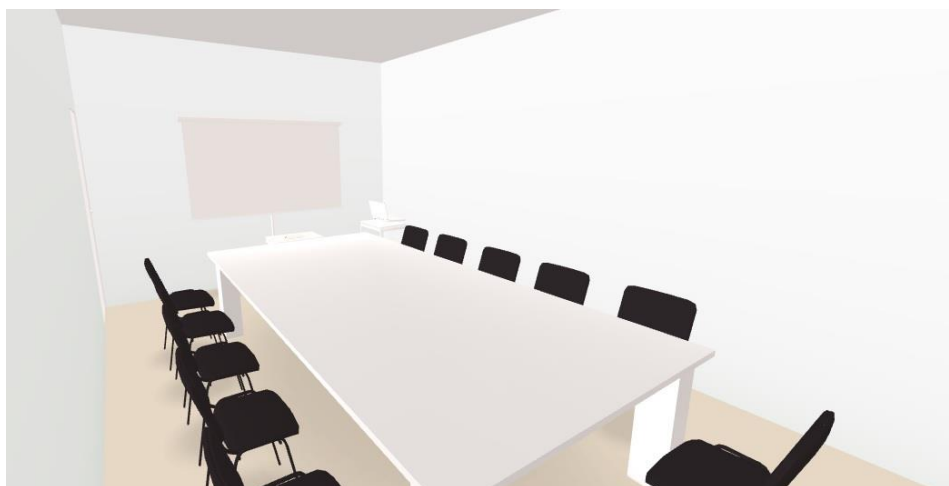
## **(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

objetivos, características dos participantes, duração de cada dimensão e a forma como foram recrutados. Regra geral, a bibliografia relacionada com esta técnica qualitativa de recolha de dados aponta para que a constituição de cada grupo de trabalho seja entre 10 a 15 participantes e não mais. Neste ponto, para chegarmos à constituição do grupo de trabalho observámos que no Concelho existem grupos e associações representativos da população-alvo do Concelho, ou seja, grupos em atividade, representativos e com pessoas com 55 e mais anos. Neste sentido, foram escolhidos 4 utentes de cada um dos seguintes grupos: Grupo de Cantares de Fronteira, Grupo “Ativamente” e Centro de Dia da Santa Casa da Misericórdia de Fronteira.

No que respeita ao nível de envolvimento com o grupo em discussão, optou-se por uma intervenção mais elevada, na qual foi possível controlar os tópicos em discussão e a dinâmica da discussão. O local da realização da atividade foi a Biblioteca Municipal de Fronteira por ser um local calmo, de fácil acesso, bem iluminado e por ter espaço suficiente para a mobilidade e bem-estar dos participantes. Foi utilizado o recurso à apresentação PowerPoint, com recurso a computador, tela e projetor. A seguinte atividade teve a duração de 40 minutos, com os participantes dispostos em “u” em torno da mesa, como mostra a seguinte figura:

**Figura 3. Disposição da sala**



**Fonte: Elaboração própria**

A escolha dos participantes foi feita através dos grupos referidos anteriormente, segundo as dimensões de idade, profissão anterior/atual, habilitações literárias e concelho de naturalidade. Assim, obtemos a seguinte caracterização:

**Tabela 18 - Ficha de caracterização dos participantes do Focus Group**

| FICHA DE CARACTERIZAÇÃO |       |                                  |                         |                          |
|-------------------------|-------|----------------------------------|-------------------------|--------------------------|
| Nome                    | Idade | Profissão anterior/actual        | Habilitações Literárias | Concelho de Naturalidade |
| P1                      | 63    | Professora (Saúde Mental Adulta) | Licenciatura            | Lisboa                   |
| P2                      | 73    | Modista                          | 4ª Classe               | Fronteira                |
| P3                      | 77    | Trabalhadora Rural               | 4ª Classe               | Fronteira                |
| P4                      | 62    | Trabalhador Rural                | 4ª Classe               | Fronteira                |
| P5                      | 76    | Trabalhadora Rural               | 1ª Classe               | Sousel                   |
| P6                      | 72    | Doméstica                        | 3ª Classe               | Mação                    |
| P7                      | 57    | Hotelaria                        | 12º Ano                 | Sousel                   |
| P8                      | 76    | Costureira                       | 4ª Classe               | Fronteira                |
| P9                      | 59    | Funcionaria Lar da 3ª Idade      | 4ª Classe               | Fronteira                |
| P10                     | 55    | Costureira                       | 6ª Classe               | Fronteira                |
| P11                     | 87    | Trabalhador Rural                | 4º Classe               | Fronteira                |
| P12                     | 86    | Tratorista                       | 4ª Classe               | Fronteira                |

**Fonte: Elaboração própria**

Na constituição do focus group “é importante que o desenho segmentado dos grupos siga como critério geral o equilíbrio entre homogeneidade e heterogeneidade” (Galego e Gomes, 2005, p. 180).

De realçar que todas as 3 dimensões do focus group se encontravam presentes no guião que construímos, onde constava por dimensão o tempo que, mais ou menos, cada dimensão deveria demorar e os objetivos que se esperaríamos alcançar com “aquelas” perguntas.

O focus group iniciou com uma pequena explicação sobre o projeto a desenvolver, o contexto da atividade, a sua explicação e a importância da participação. De seguida, foram feitas algumas questões introdutórias para “quebrar o gelo”, onde cada participante, individualmente, responderam à seguinte questão: “Acha importante quebrar a rotina, sair de casa, aprender coisas novas e conviver com os amigos?”. Esta questão assume-se de maior importância, pois poderemos compreender alguns fatores sociais e psicológicos sobre

cada participante, a disposição e reação de cada um face às dimensões do quebrar a rotina, sair de casa, aprender coisas novas e conviver com os amigos. No que respeita a esta questão, todos os participantes consideraram importante quebrar a rotina, sair de casa, aprender coisas novas e conviver com os amigos, fatores que impulsionam um envelhecimento mais ativo, ao invés de estar em casa, não aprender mais ou cair na monotonia. A questão que colocámos a seguir abordou sobre se existe uma idade limite para aprender e para ensinar. Colocada para os participantes em geral, também para avaliarmos a sua capacidade de iniciativa, a resposta que obtivemos de todos os participantes foi que não há uma idade limite para aprender, que estamos sempre a aprender, realçando-se a frase de um dos participantes: “é aprender até morrer”. Ainda relacionada com a componente etária, a questão seguinte recaía sobre se existe a idade é um impedimento para praticar desporto, fazer caminhadas ou praticar dança. Aqui é necessário realçar duas respostas obtidas que incidem sobre as capacidades, as condições de cada pessoa de idade. Segundo estas duas respostas, a idade é um impedimento para a prática de desporto, para fazer caminhadas, para dançar, quando as condições físicas da pessoa não vão diminuindo a capacidade para mover, andar, baixar, levantar, por outras palavras “quando o corpo já não o começa a permitir”. Para além destes fatores, uma das participantes, cuja sua formação é na área da Saúde Mental Adulta, abordou um fator importante e curioso: que cada atividade deve ter em conta as condições de cada pessoa e que deve ser adaptada à pessoa. Fatores estes que há que ter em conta quando se programam atividades, por exemplo no contexto das Universidades Seniores. Esta dimensão de 3 questões introdutórias foi crucial, pois permitiu avaliar e identificar a reação, a disposição e as motivações de cada participante para quebrar a rotina, conviver, aprender, praticar desporto, dança, fatores que englobam o que pode ser feito numa Universidade Sénior.

No segundo conjunto de questões, o qual intitulámos de “Universidade Sénior”, de início exibimos um pequeno vídeo<sup>7</sup> sobre atividades de Universidades Seniores de todo o país promovido pela RUTIS. O vídeo, com pouco mais que 2 minutos de duração, demonstrava alguns casos práticos de Universidades Seniores de todo o país e muitas atividades que se poderão desenvolver no seu contexto: desde a dança, o desporto, a música, o teatro, a literatura. Os participantes visionavam o respetivo vídeo com curiosidade e atenção, dada a questão que colocámos, individualmente, a seguir ao vídeo: “Sabe o que é uma Universidade Sénior?”. Fruto desta questão obtivemos algumas respostas diferenciadas: alguns participantes não sabiam o que era uma Universidade Sénior; outros, pensavam que na Universidade Sénior poderiam tirar um curso, uma licenciatura, alcançar

---

<sup>7</sup> Link para visionamento: <https://www.youtube.com/watch?v=fEhxabHkixY>

uma oportunidade que não tiveram em mais novos, pois iam trabalhar desde “tenra idade” e a situação económica não o permitia. Posto este desconhecimento, constatamos que, depois do visionamento do vídeo, foi possível observar que parte das suas dúvidas foram dissipadas, juntamente com a explicação que em Portugal, as Universidades Seniores seguem o modelo inglês, baseado num carácter de voluntariado, informal, em que não se pode atribuir qualificações superiores, nem títulos superiores académicos, podendo, no entanto, ser englobado um plano curricular diversificado (como se pode observar no vídeo) e que deve ter em conta os interesses e motivações de cada utente.

Com o conceito e ideia de Universidade Sénior esclarecidos, ficou patente que será muito importante a existência de uma Universidade Sénior em Fronteira, tendo em conta a afirmação de todos os participantes quando questionados se seria importante existir tal instituição no Concelho. No mesmo contexto, a totalidade dos participantes revêem-se inseridos numa Universidade Sénior, a serem professores e alunos e a participarem em atividades.

O último conjunto de questões pertence ao terceiro grupo, intitulado “Vertente prática da Universidade Sénior”, no qual procurámos promover uma pequena discussão para apurar os interesses dos participantes em termos de áreas temáticas e disciplinas. Este último grupo de questões serviu também para apresentar um conjunto de opções, ofertas (segundo os contributos recolhidos nas entrevistas realizadas aos parceiros da Rede Social), para verificarmos as reações e motivações face às mesmas, mas também compreender a sua posição de cada participante face ao modelo de Universidade Sénior proposto pelo Município. Quando questionados sobre se “há algo que gostassem de aprender mais ou alguma disciplina em especial”, obtivemos um conjunto de respostas que se poderão enquadrar em algumas propostas dos parceiros da Rede Social, bem como também constituir um possível plano curricular:

1. Língua Portuguesa: Aprofundar mais o português de modo a possibilitar uma melhor leitura, compreensão e fluidez, quer no diálogo, quer na gramática;
2. Línguas Estrangeiras: o Inglês e o Francês como escolhas de muitos dos participantes;
3. O teatro, música e a dança como áreas a desenvolver também;
4. Matemática: no que respeita a fazer contas, cálculos simples, o “relembrar”;
5. A parte das novas tecnologias também foi enunciada;
6. Uma das participantes Licenciada em Saúde Mental Adulta, disponibilizou os seus “saberes” para ensinar naquilo que é a sua formação, especialidade e também sobre Arte.

A questão seguinte deste último conjunto questionava se os participantes achariam importante existir apresentações sobre questões de segurança promovidas pela GNR e pelos Bombeiros Voluntários, nas quais se podem abordar situações como os primeiros socorros, cuidados a ter quando se está sozinho, etc. Esta questão foi considerada importante por todos os participantes, sendo crucial “principalmente para quem vive sozinho” segundo disse uma das participantes do nosso focus group. Desenvolver um grupo de caminhadas e promover a prática de hidroginástica foi considerado importante pelo grupo quando questionados sobre tal e afirmaram que participariam, ouvindo-se ainda as palavras “É muito bom para o nosso corpo. É uma coisa que faz muita falta”. Outra das questões finais questionava os nossos participantes sobre se gostariam de aprender a utilizar um computador e poder falar com os familiares à distância. A resposta geral foi afirmativa, inclusive um dos participantes referiu que “hoje em dia quem não sabe mexer num computador é o mesmo de ser analfabeto”.

A penúltima questão da sessão foi sobre o modelo de Universidade Sénior proposto pelo Município, ou seja, integrar a Universidade Sénior no Agrupamento de Escolas, fomentando o ensino, aprendizagem e relação entre gerações. Todos os participantes consideraram importante este modelo e inclusive revêm-se a ensinar e aprender com os mais novos ou netos, sentindo-se também mais motivados por saber que vão ensinar e aprender com os mais novos.

A questão final que colocámos foi sobre a pertinência de existir um órgão consultivo de seniores no âmbito da Universidade Sénior, no qual a ideia foi considerada importante, pertinente e que era crucial “não ficar só ao nível da Instituição da Universidade Sénior”, como refere um dos participantes.

A sessão terminou com um pequeno lanche convívio para promover um pouco mais o diálogo e convívio com todos os participantes e intervenientes da atividade.

Ao longo da sessão foi possível observar as reações positivas dos participantes à medida que íamos colocando as questões e sugestões através dos seus gestos, expressões e até diálogos com os colegas do lado. A motivação dos participantes em participar numa Universidade Sénior é grande e consideram importantíssimo que exista uma no Concelho, sendo um estímulo para a sua saúde, autoestima e bem-estar psicológico/social. No final, os participantes expressaram a sua satisfação em participar na atividade e perguntaram quando haveria uma próxima.



## **PARTE III – ORIENTAÇÕES ESTRATÉGICAS: de uma visão macro à UNIVERSIDADE SÉNIOR DE FRONTEIRA ATÉ 2015**

### **Cap. VII – Perspetivas Estratégicas Nacionais e Regionais**

#### **7.1. Portugal 2020**

O Portugal 2020 trata-se de um acordo de parceria realizado entre Portugal e a União Europeia, mediante a conjugação e atuação de 5 Fundos Europeus Estruturais e de Investimento: FEDER, Fundo de Coesão, FSE, FEADER e o FEAMP. Através deste acordo de parceria e da conjugação dos Fundos Europeus Estruturais e de Investimento definem-se os princípios de Programação que constituirão a política de desenvolvimento económico, social e territorial a promover em Portugal no horizonte temporal entre 2014 e 2020. Os Princípios aqui definidos estão de acordo com o Crescimento Inteligente Sustentável e Inclusivo, premissa base da Estratégia Europa 2020.

Existe também a Estratégia de Investigação e Inovação de Portugal para uma Especialização Inteligente “dividida” nas suas dimensões Nacionais e Regionais: Açores, Madeira, Norte, Centro, Lisboa, Alentejo e Algarve.

As prioridades de intervenção do Portugal 2020 assentam em 4 domínios: Competitividade e Internacionalização; Inclusão Social e Emprego; Capital Humano; Sustentabilidade e Eficiência. Estes 4 domínios dão origem aos 4 Programas Operacionais temáticos no Continente.

Nas Regiões Autónomas existem 2 programas regionais, ou seja para Açores e Madeira. Em Portugal Continental podemos referenciar também 5 programas operacionais regionais: Norte, Centro, Lisboa, Algarve e Alentejo.

Em síntese, Portugal 2020, dividido nas suas dimensões regionais (Programas Operacionais Regionais), trata-se da parceria entre a União Europeia e Portugal e da conjugação de 5 Fundos Europeus Estruturais e de Investimento para atuar nas prioridades de intervenção definidas, englobando a saúde, a educação, a economia, a área social, entre outras, apoiando causas, programas, projetos e infraestruturas nas demais diversas áreas. A conceção destes Programas Operacionais Regionais permite uma melhor identificação das problemáticas de cada região, uma melhor estruturação e distribuição dos Fundos a aplicar; acima de tudo permite compreender a melhor forma de atuar tendo em conta as

especificidades e características de cada região, aspetos estes que referenciámos anteriormente quando foi abordado o conceito de *Região*.

Por sua vez, cabe às instituições e respostas sociais existentes em cada região concorrer a cada programa que respeita a sua prioridade de intervenção, tendo que justificar as suas necessidades, recursos necessários, pertinência e impacto que determinado apoio poderá causar no território. Após determinada candidatura ser aceite, o Fundo que diz respeito a determinada área contribuirá monetariamente para apoiar esse projeto, proposta de intervenção.

## **7.2. Alentejo 2020**

No que respeita à região Alentejo, o seu programa operacional traduz-se no designado Alentejo 2020, incluindo os 4 domínios de prioridades de intervenção constantes do Portugal 2020, estando destinados, à região Alentejo, cerca de 2 dos Fundos Europeus Estruturais e de Investimento: o FEDER e o FSE.

Ao Alentejo 2020 correspondem as 4 prioridades de intervenção descritas anteriormente e divididas nos seguintes eixos:

- Competitividade e Internacionalização
  - Eixo 1 – Competitividade e Internacionalização das PME
  - Eixo 3 – Investigação, Desenvolvimento tecnológico e inovação
  - Eixo 9 – Capacitação institucional e Modernização administrativa
- Capital Humano
  - Eixo 2 – Ensino e Qualificação do Capital Humano
- Inclusão Social e Emprego
  - Eixo 5 – Emprego e valorização económica dos recursos endógenos
  - Eixo 6 – Coesão Social e Inclusão
- Sustentabilidade e Eficiência no Uso dos Recursos
  - Eixo 4 – Desenvolvimento urbano sustentável
  - Eixo 7 – Eficiência energética e mobilidade
  - Eixo 8 – Ambiente e sustentabilidade

Observando e analisando estas 4 prioridades de intervenção e respetivos eixos, poderemos incluir a problemática do Envelhecimento Ativo e o caso da Universidade Sénior em alguns destes eixos e, desta forma, antever a possibilidade de serem apresentados para

financiamento de projetos nesta área, pela importância que as questões do envelhecimento acolhe em tais documentos estratégicos até 2020.

O Eixo 2 intitulado “Ensino e Qualificação do Capital Humano” assume-se de particular importância no contexto do nosso trabalho de projeto. Este eixo tem como objetivo os investimentos na educação, na formação profissional e na aprendizagem ao longo da vida. A aprendizagem ao longo da vida é precisamente um dos fatores que discutimos durante esta investigação, um dos fatores que promove o envelhecimento ativo e um dos objetivos da criação de uma Universidade Sénior. Neste contexto, encontramos aqui uma forma de investimento, de apoio e de medidas que poderão ajudar a Universidade Sénior e a promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido.

De igual modo, a prioridade de intervenção sobre “Inclusão social e emprego” e o seu eixo 6 “Coesão social e inclusão” merecem especial destaque. Ao longo do nosso estudo abordámos a necessidade da inclusão das pessoas de idade, o combate à discriminação e a necessidade de se criar respostas e equipamentos sociais que correspondam às suas necessidades e que possam oferecer uma velhice bem-sucedida. Assim, este eixo 6 tem como objetivo a promoção da inclusão social e o combate à discriminação, através de investimento em equipamentos sociais e ações integradas, medida a ter em conta.

## **Cap. VIII – Contributos para Orientações Estratégicas da Universidade Sénior de Fronteira 2020**

### **8.1. Diagnóstico**

“É conveniente examinar a realidade a estudar, as pessoas, o meio envolvente, as características e as circunstâncias que incidirão no desenvolvimento do Projeto. É necessário conseguir descrever os problemas e tentar que todos os membros do grupo tomem consciência dos mesmos; desta forma será mais fácil chegar a uma solução satisfatória” (Serrano, 2008, p. 29).

Esta frase de Glória Serrano retrata bem o que temos vindo a realizar até aqui. Estudar as pessoas, o meio envolvente, as características e as circunstâncias é crucial para

o nosso foco em estudo. De que forma isso é possível? Descrever os problemas, analisar as potencialidades e abordar todos os parceiros possíveis relacionados com a problemática, para que seja possível conhecer e atuar sobre as necessidades, desejos, recursos e projetos. Foi neste sentido que abordamos uma vasta parte teórica sobre os conceitos chave; foi neste sentido que entrevistámos os representantes da Rede Social, pois é “quem” está no terreno, lida diariamente com a realidade social e conhece as necessidades e potencialidades reais do território em estudo, sendo uma preciosa fonte de informação e alavanca para este estudo. Da mesma forma, realizámos o Focus Group no sentido de se abarcar diversas perspetivas de análise (stakeholders e potenciais beneficiários): não só os representantes da Rede Social mas também as pessoas de idade do Concelho, representadas em grupos ativos na região e que fazem parte do nosso público-alvo.

### **Necessidades/dificuldades**

“O que é realmente necessário é que a análise da necessidade se faça em extensão e em profundidade, ou seja, não basta que a necessidade seja sentida, deve constatar-se com base em dados concretos até onde é real ou imaginária. Devemos questionar-nos sobre o que é preciso, quem o necessita, porquê e até onde” (Serrano, 2008, p. 31).

O processo de identificação das análises e dificuldades deve ser realizado com base em dados concretos, em extensão e em profundidade. Foi por este motivo que utilizamos metodologias tidas como adequadas para o efeito, tais como entrevistas e *focus group*, no sentido de obtermos dados concretos, no campo de atuação (situação onde é real) e abrangendo o maior número de atores possíveis.

Uma das necessidades enunciadas pelos parceiros da Rede Social diz respeito é a de se criar respostas para as pessoas de idade, reconhecendo a importância do relacionamento intergeracional e da aprendizagem ao longo da vida. Pressuposto que se relaciona com a necessidade de trazer as pessoas de idade para a atualidade: para além de recuarmos ao “seu tempo”, também trazê-las para o nosso, ensinando, integrando e enquadrando naquilo que é a realidade atual. Aqui encontramos uma vertente em que é necessário ter em conta no processo de planeamento. Este processo de planeamento deve também ter em conta as dificuldades e necessidades das pessoas de idade, deve ser feito para elas e por elas. Neste sentido, alguns parceiros da Rede Social, quando questionados sobre as dificuldades das pessoas de idade, identificaram dificuldades económicas,

isolamento e solidão e também alguns casos onde a disponibilidade física das pessoas de idade vai impedindo de realizar algumas tarefas/responsabilidades do quotidiano. A questão da disponibilidade física também foi abordada no Focus Group, quando uma das participantes referiu que a prática do desporto é influenciada pela capacidade física e que devemos ter em conta este apeto no planeamento de atividades.

Há que ter em conta que as atividades e unidades curriculares sejam definidas com base nestes aspetos e também tendo em conta o interesse dos próprios utentes. Neste sentido há que ter em conta:

- ✓ A situação real de cada pessoa;
- ✓ As condições físicas, sociais e psicológicas;
- ✓ Os temas e interesses de cada utente;
- ✓ Os recursos humanos e materiais que concretizem as atividades e objetivos.

Uma dificuldade encontrada e que ao mesmo tempo é uma necessidade, diz respeito ao pedido de autorização dirigido, pelo Município, à Direção Regional de Educação para o envolvimento da Universidade Sénior com o Agrupamento de Escolas, na qual a primeira decorreria no espaço da segunda, de modo a promover a partilha, o ensino, a aprendizagem e o convívio intergeracionais.

## **Estabelecer prioridades**

“Assim sendo, para levar a cabo qualquer projeto, é necessário estabelecer as prioridades que nos indicam as necessidades para as quais iremos orientar os nossos esforços. Há sempre algumas necessidades que se apresentam como as mais urgentes, porque são necessidades que requerem a máxima atenção” (Serrano, 2008, p. 32).

Estabelecer prioridades é ter em conta as necessidades que se apresentam como mais urgentes, as quais é necessário ter a máxima atenção. O mesmo se aplica ao nosso projeto.

A necessidade verificada mais urgente será conseguir a obtenção da autorização da Direção Regional de Educação para a Universidade Sénior ser implementada no espaço

escolar, ou seja, do Agrupamento de Escolas. A adoção deste modelo proposto pelo Município depende desta autorização. Outra hipótese será adotar um outro modelo de Universidade Sénior, utilizando as infraestruturas disponíveis no Concelho, como por exemplo as instalações desportivas, a Casa da Cultura de Fronteira, o Centro Cultural, a Biblioteca Municipal, que são infraestruturas bem equipadas, com espaços disponíveis e que poderão ser utilizados para a realização de atividades, seções, aulas, etc. Inclusive, no Concelho já existem algumas atividades destinadas à população Sénior, como o Grupo de Cantares, a hidroginástica e a ginástica Sénior, que podem ser incorporadas num ou outro modelo de Universidade Sénior que se adote. Durante a realização do focus group, esta questão das atividades existentes no Concelho foi abordada, como referido anteriormente.

Para além destas necessidades, outra prioridade deverá ser a mobilização da população para o ingresso numa Universidade Sénior. Esta prioridade deverá recair sobre todas as instituições do Concelho; ir ao encontro das Instituições, das pessoas, explicar o verdadeiro significado de uma Universidade Sénior, o que se pode e pretende fazer, explicar as vantagens e os benefícios. Este ponto é também essencial, visto que no *focus group* a totalidade dos participantes não tinham uma ideia clara sobre o que seria uma Universidade Sénior, caso que será expansível ao Concelho. Apesar de ser uma necessidade, não será uma dificuldade em si. Na sessão de *focus group* verificámos que existe bastante motivação dos participantes para ingressar numa Universidade Sénior, por sua vez, a importância da existência de uma no Concelho foi reconhecida por todos. Estes fatores poderão servir de motivação e alavanca para que mais pessoas de idade possam ingressar na Universidade Sénior.

### **Definir o público-alvo**

“Analisar a sua situação, características, peculiaridades e, especialmente, as necessidades e os seus traços mais destacados” (Serrano, 2008, p. 35). Dada a importância desta premissa, durante a nossa parte teórica elaborámos uma pequena análise demográfica ao Concelho, a fim de ser possível extrair uma caracterização detalhada da população da região. No mesmo sentido, os participantes do nosso *focus group* também nos ajudam a perceber e identificar algumas motivações, interesses e necessidades caracterizadoras da população sénior da região.

Como referimos na nossa abordagem demográfica ao Concelho de Fronteira, trata-se de uma população envelhecida, à semelhança do que retrata a região Alentejo e o

território nacional, com uma percentagem de idosos maior do que a percentagem de jovens, onde o índice de envelhecimento ultrapassa a média nacional, explicando o grande índice de dependência de idosos no Concelho de Fronteira. Para tal, encontra-se justificado a necessidade de se encontrar respostas sociais que promovam a inclusão social dos seniores, que possam promover um estilo de vida mais saudável, aumentando os níveis de participação, autonomia, aprendizagem, saúde e inserção social.

Abordando o *focus group* que realizámos, a população sénior do Concelho encontra-se bem representada no grupo de trabalho que tivemos presente na sessão, fazendo parte de grupos representativos ativos. Neste sentido, estamos a falar de uma população sénior, com mais de 55 anos, com motivação em participar em atividades, que afirma que é necessário a criação de uma Universidade Sénior, algo que já deveria estar implementado à algum tempo, segundo referiram os participantes. As necessidades desta população sénior prendem-se ao nível económico, ao nível social (casos de solidão e isolamento) e alguma dificuldade física, como abordam quer os parceiros da Rede Social e os participantes do *focus group*, justificando-se mais uma vez a importância de uma Universidade Sénior e também que as ofertas e atividades curriculares sejam construídas de acordo com a disponibilidade social e física de cada pessoa.

No que respeita aos interesses por áreas temáticas e disciplinas de interesse, os participantes do nosso *focus group* tiveram profissões que englobam aquilo que eram as profissões mais comuns há alguns anos atrás na região Alentejo e no Concelho. Neste sentido, obtivemos o seguinte leque de profissões: trabalhador(a) rural, doméstica, modista, costureira, tratorista, funcionária de lar de 3ª idade, professora e técnico de hotelaria. Dois dos nossos participantes tinham uma maior escolaridade que os restantes: uma Licenciatura em Saúde Mental Adulta (que corresponde à profissão de professora) e uma escolaridade de 12º ano (correspondendo ao técnico de hotelaria). Os restantes participantes apresentam uma escolaridade entre a 1ª e a 6ª classe, tendo a grande maioria a 4ª classe de escolaridade. Tendo em conta as suas profissões e escolaridade, os seus gostos e interesses recaem sobre as seguintes áreas:

1. Língua Portuguesa;
2. Línguas Estrangeiras: o Inglês e o Francês;
3. O teatro, música e a dança;
4. Matemática;
5. Novas tecnologias.

São algumas áreas que correspondem inclusive a propostas que os parceiros da Rede Social identificaram, sendo possíveis de implementar com sucesso no Concelho, dada a presença de recursos humanos e materiais suficiente para garantir o sucesso.

### **Identificar os recursos a envolver**

“É conveniente ter conhecimento, desde os momentos iniciais do diagnóstico, dos recursos, tanto humanos como económicos, de que podemos dispor” (Serrano, 2008, p. 359.

Planear implica ter um conhecimento prévio dos recursos humanos, materiais e económicos necessários e que podemos dispor para a realização de determinado projeto. Só dessa forma será possível alcançar a eficácia de cada medida social. Nestes termos, quando aplicamos a entrevista semidiretiva aos parceiros da Rede Social, questionámos sobre o que seria possível contribuir e que recursos poderíamos ter disponíveis, assim bem como também contributos.

Assim, apresentamos a seguinte tabela, com a identificação do Parceiro de Rede Social, os recursos humanos, materiais e contributos que cada entidade poderá disponibilizar para a Universidade Sénior.

***Tabela 19 - Recursos e contributos de cada entidade para a Universidade Sénior***

| Parceiro da Rede Social/Entidade | Recursos disponíveis (materiais/humanos)                                 | Contributos  |
|----------------------------------|--|--|
| Atlético Clube Fronteirense      | - Salas de formação disponíveis<br>- Disponível todo o espaço desportivo | - Realização de jogos tradicionais<br>- Hidroginastica<br>- Badminton              |
| Posto Territorial da GNR         | -  | - Ações de sensibilização sobre segurança e bem-estar                              |
| CPCJ                             | -  | - Áreas da psicologia e serviço social<br>- Atividades de despistagem de demências |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|   |   |   |
|---|---|---|
| Bombeiros Voluntários de Fronteira      | - Gabinete Psicossocial   | - Ateliers e palestras de saúde, segurança e bem-estar  |
| ADI-TC                                  | -   | - Disciplinas de Artesanato, floricultura, jardinagem, turismo e lazer, ciências informáticas             |
| Centro de Saúde de Fronteira            | - Indisponibilidade de recursos humanos, dada a escassez de meios humanos | - Voluntariado<br>- Promoção na saúde/cuidados básicos de saúde   |
| ELI                                     | -   | - Explicar as suas atividades<br>- Trabalhos juntos das escolas de jardins-de-infância envolvendo os avós |
| Agrupamento de Escolas                  | - Recursos humanos disponíveis<br>- Disponível todo o espaço escolar      | - Informática<br>- Teatro<br>- Português<br>- Literacia do Quotidiano<br>- Teatro                         |
| Junta de Freguesia de São Saturnino     | - Ajuda a qualquer nível  | -   |
| Santa Casa da Misericórdia de Fronteira | - Disponíveis todos os meios técnicos e humanos                           | -   |

**Elaboração própria**

O quadro acima retratado representa apenas algumas recursos e contributos que foram possíveis recolher através das entrevistas e *focus group* que realizámos. São possíveis de aplicar, os recursos existem no Concelho, os atores estão disponíveis a participar e acima de tudo são do interesse de ambas as partes: das instituições e do público sénior. Neste sentido, encontramos aqui uma possibilidade para a constituição de um plano curricular para o primeiro ano de Universidade Sénior, realçando que algumas atividades já existem no Concelho, sendo necessário enquadrá-las no programa. Algumas instituições que não se encontram referidas no quadro anteriormente apresentado, encontram-se disponíveis para contribuir com meios técnicos e humanos. O plano curricular deve estar

datado (com caracter anual, contando com a pausa de férias natalícias e de páscoa), com informações dos locais e horas de atividades e unidades curriculares, podendo sofrer alterações e neste sentido deve ser um pouco flexível.

## **8.2. Orientações estratégicas para a Universidade Sénior de Fronteira 2015/2020**

“A planificação implica saber onde estou ou qual o ponto de partida, com que recursos posso contar e que procedimentos vou utilizar para alcançar as metas, mediante a realização de atividades que desenvolvam os objetivos programados a curto, médio e longo prazo” (Serrano, 2008, p. 37).

Neste tópico pretendemos propor algumas orientações estratégicas para a Universidade Sénior de Fronteira, no período temporal 2015/2020. Neste sentido, este projeto situasse numa *planificação a médio prazo*. A planificação a médio prazo “compreende um período entre três a oito anos; costumam ser, em geral, planos elaborados a cinco anos” (Serrano, 2008, p. 41). As nossas orientações estratégicas situam-se também numa *planificação do tipo local*. A planificação local “é uma planificação a nível municipal ou de uma organização de base” (Serrano, 2008, p. 42), neste sentido a nível do Concelho de Fronteira.

**Tabela 20 - Orientações iniciais para a Universidade Sénior – Modelos de Funcionamento**

| <b>Cenário 1</b>   |   | <b>Cenário 2</b>  |                                |
|--|---|---|--------------------------------|
| Designação   | Meta  | Designação  | Meta                           |
| Autorização da Direção Regional da Educação para integração da Universidade Sénior no espaço do Agrupamento de Escolas | Conseguir a autorização até final de Dezembro de 2015 | Definição de outro Modelo de Universidade Sénior a implementar                          | Até final de Fevereiro de 2016 |
| Definição de Protocolo Formal entre Município, Agrupamento de Escolas de Fronteira e Direção Regional de Educação      | Até final de Fevereiro de 2016                        | Definição de Protocolo Formal entre Município e instituições/infraestruturas Concelhias | Até final de Março de 2016     |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO  
ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |                            |  |                            |
|--|----------------------------|--|----------------------------|
| Constituição da Direção da Universidade Sénior                   | Até final de Março de 2016 | Constituição da Direção da Universidade Sénior                   | Até final de Abril de 2016 |
| Formulação do Regulamento Interno próprio da Universidade Sénior | Até final de Abril de 2016 | Formulação do Regulamento Interno próprio da Universidade Sénior | Até final de Maio de 2016  |

**Elaboração própria**

Formulámos estas orientações iniciais tendo em conta dois cenários possíveis e a necessidade prioritária para a adoção de um modelo ou outro de Universidade Sénior no Concelho: o pedido de autorização para integração da Universidade Sénior no Espaço do Agrupamento de Escolas de Fronteira. É intenção do Município integrar a Universidade Sénior, ou “Academia de Avós e Netos”, no Agrupamento de Escolas, local onde também abertura e desejo de acolher esta resposta social. O modelo proposto assume-se de grande originalidade, pertinência e tem como principal objetivo promover um envelhecimento ativo em contacto com as crianças e jovens que frequentam o Agrupamento de Escolas de Fronteira. Contudo, para tal parceria estratégica, é necessária autorização da Direção Regional de Educação para a Universidade Sénior ser integrada no Agrupamento de Escolas de Fronteira.

Caso seja possível obter a autorização para esta integração até final de Dezembro de 2015, será necessário cumprir alguns passos posteriores:

- ✓ Definição de Protocolo Formal entre Município, Agrupamento de Escolas de Fronteira e Direção Regional de Educação até final de Fevereiro de 2016;
- ✓ Constituição da Direção da Universidade Sénior até final de Março de 2016;
- ✓ Formulação do Regulamento Interno próprio da Universidade Sénior até final de Abril de 2016.

Os prazos que aqui apresentamos são meramente estratégicos, a fim da Universidade Sénior poder ter início no segundo semestre de 2016. Caso não seja possível obter a necessária autorização para a adoção deste modelo proposto pelo Município, seria pertinente a escolha de um outro modelo de Universidade Sénior, organizado nas infraestruturas disponíveis no Concelho e aproveitando algumas das atividades direcionadas para a população sénior já existentes, tal como referiram alguns parceiros da Rede Social e do *focus group* que realizámos. Neste sentido teríamos de cumprir os seguintes passos com prazos ligeiramente diferentes:

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

- ✓ Definição de outro Modelo de Universidade Sénior a implementar até final de Fevereiro de 2016;
- ✓ Definição de Protocolo Formal entre Município e instituições/infraestruturas Concelhias até final de Março de 2016;
- ✓ Constituição da Direção da Universidade Sénior até final de Abril de 2016;
- ✓ Formulação do Regulamento Interno próprio da Universidade Sénior até final de Maio de 2016.

Em qualquer dos cenários o estabelecimento de um Protocolo Formal entre o Município e as instituições e infraestruturas que poderão complementar a Universidade Sénior será necessário, onde deve constar as valências e espaços a utilizar, as características de cada espaço, melhorias a fazer caso seja necessário, tudo com o intuito de apoiar e reforçar um planeamento de atividades e unidades curriculares mais eficaz e eficiente. No mesmo sentido, a Universidade Sénior deve ter uma Direção, constituída por membros das instituições parceiras desta resposta social, de modo a promover a coesão social e institucional. Formulada esta Direção, é crucial que se construa os Estatutos Regulamento Interno próprio, onde devem constar as seguintes informações no Regulamento:

- ✓ Objetivos e regras de funcionamento;
- ✓ Normas de admissão e frequência da Universidade Sénior;
- ✓ Serviços prestados;
- ✓ Horários e locais dos serviços;
- ✓ Direitos e deveres dos alunos da Universidade Sénior;
- ✓ Caso se adote a imposição de uma mensalidade, deve constar o valor da mensalidade dos alunos.

***Tabela 21 - Segundos etapa: estratégia de divulgação e inscrições***

| Designação   | Meta          |
|--|---------------|
| Divulgação da Universidade Sénior e levantamento de áreas temáticas e unidades curriculares do interesse da população sénior | Junho de 2016 |
| Abertura de inscrições   | Julho de 2016 |

**Elaboração própria**

A divulgação da Universidade Sénior e o levantamento de áreas temáticas e unidades curriculares deve ser feito junto das instituições e respostas sociais do Concelho e que envolvam a população sénior, mas também da população sénior que não tem qualquer vínculo a instituições do concelho. Contudo, a população sénior do Concelho, e de acordo com a informação recolhida, apresenta posições consensuais sobre interesses por áreas temáticas, atividades ou unidades curriculares. Esta tomada de decisão deve ser feita, se possível, antes da abertura das inscrições. Estes passos são tão ou mais importantes se na abertura das inscrições for possível apresentar um plano curricular tipo, com áreas temáticas, unidades curriculares e atividades que são do interesse da população sénior do Concelho.

Colocadas estas orientações, a Universidade Sénior poderia entrar em funcionamento em Setembro de 2016, tendo em conta também os planos curriculares dos alunos do Agrupamento de Escolas de Fronteira.

Por outro lado, a adesão à Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS) foi primordial. Como já referimos anteriormente, esta adesão à RUTIS é crucial, pois proporciona representação da Universidade Sénior a nível nacional, o contacto com outras Universidades, espaço de divulgação no website da Rede, atividades, seguro para os alunos, entre outros benefícios como descontos em algumas instituições parceiras da RUTIS.

### **Os Recursos Humanos e a sua especialização**

Atualmente, cada vez mais temos que estar despertos para as novas problemáticas e causas sociais para podermos atuar e criar respostas e mecanismos que correspondam às necessidades sociais do momento. Quer sejam dificuldades económicas, sociais ou de saúde, os mecanismos devem estar prontos a qualquer contingência e serem de natureza diversificada. São os Recursos Humanos de cada resposta social que dão corpo prático a cada ação, sendo usadas as suas capacidades e conhecimentos no quotidiano. Apesar das respostas como a Universidade Sénior serem baseadas no voluntariado, as instituições de formação profissional de cada território, no caso do Concelho de Fronteira a ADI-TC e IEFPP, podem dar o seu contributo na formação de recursos humanos, dotando-os de conhecimentos sobre as problemáticas atuais:

- ✓ As questões da reabilitação;
- ✓ O caso do Alzheimer;

- ✓ O Parkinson;
- ✓ Os processos atuais de aculturação;
- ✓ Os novos mecanismos de ação social;
- ✓ Os aspetos económicos do território Português e Europeu;
- ✓ Entre outras.

### **As parceiras com planos e recursos regionais**

Numa perspetiva de Universidade Sénior situada no alto Alentejo, os recursos aos apoios da Comunidade Intermunicipal do Alto Alentejo podem ajudar a impulsionar inúmeras atividades e ações entre os diferentes Municípios do Alto Alentejo, bem como também promover uma troca de experiências entre as diferentes Universidades Sénior. No mesmo sentido, a mesma entidade pode apoiar causas e iniciativas sociais relacionadas com o envelhecimento, de modo a promover um estilo de vida mais saudável e mais ativo. Assim, faz sentido utilizar e potenciar os recursos do Concelho e dos Municípios em redor para conjugação de esforços. O Turismo pode ser uma importante ajuda a incluir na Universidade Sénior de Fronteira, através da:

- ✓ Implementação do Termalismo Sénior, utilizando as termas da Sulfúrea, situadas na freguesia de Cabeço de Vide
- ✓ Roteiros Turísticos: Aproveitamento dos recursos naturais e do espaço ecoturístico da Ribeira Grande de Fronteira;
- ✓ Utilização do Observatório Astronómico da Ribeira Grande;
- ✓ Parceria entre o Museu do Centro de Interpretação da Batalha dos Atoleiros.

No domínio desportivo, a parceria com o Atlético Clube Fronteirense será uma oportunidade de, tal como o representante da instituição referiu, fazer regressar as pessoas de idade ao clube, assim também como utilizar todo o espaço desportivo que se encontra à disposição da Universidade Sénior. Uma outra atividade que poderá ser implementada seria a equitação, através da utilização do espaço de centro hípico do Concelho de Fronteira. Uma atividade que seria inovadora, embora seja necessário o apoio de técnicos especializados na matéria e também responsáveis da saúde, de modo a adaptar as atividades às capacidades de cada utente. Uma parceria com o Instituto Nacional de Aproveitamento do Tempo Livre dos Trabalhadores e a Associação Portuguesa de Desporto Sénior poderia

oferecer um grande impulso a todas estas iniciativas, criando também mais visibilidade a esta resposta social

### **A avaliação**

“A avaliação é um processo de reflexão que permite explicar e avaliar os resultados das ações realizadas. A avaliação permite-nos reconhecer os erros e os sucessos da nossa prática, a fim de corrigir aqueles no futuro” (Serrano, 2008, p. 81).

A avaliação é um processo, algo que deve ser feito periodicamente e que contribui para o sucesso de qualquer projeto. Neste sentido, uma das orientações estratégicas que recomendamos será a formulação de fichas de avaliação sobre o desempenho da Universidade Sénior, tendo em conta duas categorias (Serrano, 2008):

1. De índole conjuntural:
  - ✓ Espaços;
  - ✓ Meios;
  - ✓ Pessoas;
  - ✓ Contexto.
2. De funcionamento:
  - ✓ Planificação;
  - ✓ Programação;
  - ✓ Aplicação de Programas;
  - ✓ Atividades;
  - ✓ Relações.

Neste sentido, a estratégia passaria pela distribuição e preenchimento destas fichas de avaliação juntos dos utentes e atores da Universidade Sénior, com a seguinte periodicidade até 2020:

***Tabela 22 - Proposta de aplicação de fichas de avaliação***

| Ano Letivo                | Aplicação em:                   |
|---------------------------|---------------------------------|
| 1º Ano Letivo – 2016/2017 | - Dezembro 2016<br>- Junho 2017 |
| 2º Ano Letivo – 2017/2018 | - Dezembro 2017<br>- Junho 2018 |
| 3º Ano Letivo – 2018/2019 | - Dezembro 2018                 |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                           |                                 |
|---------------------------|---------------------------------|
|                           | - Junho 2019                    |
| 4º Ano Letivo – 2019/2020 | - Dezembro 2019<br>- Junho 2020 |

**Elaboração própria**

Por outro lado, a realização de reuniões de carácter trimestral seria importante, juntamente com um representante dos alunos da Universidade Sénior e representantes das entidades parceiras, a fim de discutir possíveis recomendações, alterações.

Estas avaliações feitas pelos alunos e atores da Universidade Sénior, juntamente com a realização das reuniões trimestrais, serviram para contribuir para a reformulação dos programas anuais, planos curriculares, novas parcerias, atividades e acima de tudo melhorar a atuação, funcionamento e eficácia.

No final de cada ano letivo deve-se avaliar como correu o programa, analisar o nº de alunos. Por outro lado, a abertura de inscrições deve sempre ser feita durante a pausa de férias de Verão. No mesmo sentido, o plano curricular deve ser flexível a alterações, tendo em conta a entrada de novos alunos.

### **8.3. Sugestões**

O fator tempo é sempre uma variável incontrolável, inesperada e que poderá implicar alterações em qualquer projeto. Em projetos futuros da mesma natureza, seria interessante analisar e entrevistar também todas as instituições exteriores à Rede Social e pertencentes ao Concelho. Numa outra ótica, a inclusão de um estudo aprofundado sobre as Universidades Seniores do Alto Alentejo também poderia oferecer um importante suporte estratégico e de informação para a implementação da Universidade Sénior de Fronteira.

Contactar os representantes da Comunidade Intermunicipal do Alto Alentejo e de outras entidades com tutela sobre os mecanismos de políticas sociais também seria interessante e poderia fornecer uma outra dimensão para a adoção de respostas e estratégias para a Universidade Sénior.

Um Focus Group com os representantes das Universidades Sénior do Alto Alentejo também seria algo inovador, no sentido que entenderíamos melhor as características do



nosso território, as dificuldades de uma Universidade Sénior, o género de parcerias, de políticas e as potencialidades e impacto no território.

Estas são apenas algumas sugestões para estudos num futuro próximo, apesar do fator tempo nem sempre permitir a adoção de mecanismos de análise de tal dimensão, e nem os objetivos traçados para este assim o contemplavam.

## **Considerações finais**

Um Projeto não seria Projeto se não envolvesse o máximo de atores sociais possíveis, dado o fator tempo disponível.

Numa fase anterior ao projeto, observámos a realidade social, definimos a temática e os objetivos a que o estudo se propunha a responder. No mesmo sentido, falámos com os responsáveis do Município de Fronteira para averiguar a exequibilidade e pertinência do estudo para o Concelho. Perante estes pontos, o trilha teórico foi desenhado com naturalidade, tendo em conta os objetivos propostos.

O primeiro objetivo consistia em caracterizar o envelhecimento através do Diagnóstico Social no Município de Fronteira, identificando as suas necessidades e potencialidades. Através da análise documental com recurso ao Diagnóstico Social do Concelho de Fronteira e algumas estatísticas do INE e PORDATA, foi possível concluir:

- ✓ O envelhecimento é um problema nacional, no qual as regiões do interior, como o caso do Concelho de Fronteira, são atingidas com maior impacto;
- ✓ O Concelho apresenta níveis de envelhecimento maior que a média nacional;
- ✓ O êxodo juvenil e ausência de nascimentos são problemas demográficos e sociais a registar;
- ✓ A tendência é para um aumento progressivo do envelhecimento;
- ✓ A necessidade de respostas sociais para o envelhecimento e para a fixação de jovens é cada vez mais urgente.

A escolha dos métodos de recolha de dados do nosso projeto foi feita tendo em conta dois objetivos específicos:

- ✓ Recensear que políticas, iniciativas e atores existem (incluindo os parceiros da Rede Social), envolvendo instituições públicas e privadas/particulares;

- ✓ Conhecer o Projeto Universidade Sénior, compreendendo e analisando a sua importância e impacto no Concelho.

Através do suporte teórico e estatístico que recolhemos até ao momento, definimos como métodos de recolha de dados a *entrevista semidiretiva* (aos parceiros da Rede Social) e o *focus group* (direcionado a um conjunto de pessoa de idade com interesse em participar na Universidade Sénior) e construímos os respetivos guiões, constituídos com um conjunto de dimensões e questões previamente estudadas. Deste modo, foi possível responder aos dois objetivos em cima mencionados, ressaltando algumas conclusões:

- ✓ No Concelho, existe um vasto conjunto de medidas sociais no âmbito do envelhecimento, que proporcionam assistência e apoio nas áreas da saúde, do bem-estar, assistência, segurança e desporto;
- ✓ A perceção do envelhecimento no Concelho é do conhecimento de todos os Parceiros da Rede Social, assim bem como a necessidade da criação de novas respostas sociais para proporcionar um envelhecimento mais ativo;
- ✓ Existe mobilidade e abertura para a disponibilização de recursos para a Universidade Sénior de Fronteira;
- ✓ O *focus group* permitiu verificar que existe um conjunto de pessoas de idade com motivação para participar na Universidade Sénior, reconhecendo a sua pertinência e urgência;
- ✓ Mais do que uma simples medida, a Universidade Sénior e o modelo proposto pelo Município foi considerado inovador, algo que trará mais motivação aos utentes e que proporcionará um envelhecimento mais ativo e intergeracional;
- ✓ Por outro lado, o facto da população sénior poder também ensinar, atuando como professores, também é um desencadeador de motivação e de participação social, juntamente com a possibilidade de se construir um órgão consultivo na Universidade Sénior.

Algumas dificuldades encontradas resumiram-se no acesso a bibliografia específica e na realização das entrevistas. No acesso a bibliografia específica no sentido em que algumas obras não se encontram disponíveis nas bibliotecas próximas; por outro lado, é necessário realçar a ausência de obras que analisem o envelhecimento numa perspetiva social, analisando as suas teorias, discutindo-as, expressando os problemas sociais e esmiuçando-os. As dificuldades encontradas na realização das entrevistas foram ao nível da disponibilidade dos entrevistados, o que levou a algum alargar do prazo para a realização das entrevistas. Esta dimensão requer algum cuidado por parte do investigador, pois fatores como a vida profissional e familiar de cada ator social, por vezes não permite a realização de uma entrevista numa determinada data e requer o seu adiamento.

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

Por outro lado, o projeto foi mobilizador da necessidade de adoção de mecanismos e repostas sociais para o envelhecimento no Concelho: mobilizou atores, colocou-os a discutir sobre a temática, juntou um conjunto de pessoas de idade. Por outras palavras, conseguiu englobar uma diversidade de atores sociais do concelho.

## Bibliografia

- Amaro, R. (2004). *Desenvolvimento - um conceito ultrapassado ou em renovação?* Lisboa: I.S.C.T.E.
- Barbier, J.-M. (1993). *Elaboração de Projetos de Ação e Planificação*. Porto : Porto Editora.
- Berger, P., & Luckmann, T. (2010). *A construção social da realidade*. Lisboa: Dinalivro.
- Boisier, S. (1989). *Política económica, organização social e desenvolvimento regional*. Fortaleza: BNB/ETENE.
- Buhler, C. (1935). The curve of life as studied in biographies. *Journal of Applied Psychology*, 19, 405-409.
- Capucha, Luís (2005). *Envelhecimento e políticas sociais: novos desafios aos sistemas de proteção. Proteção contra “o risco de velhice”: que risco?*. *Sociologia*, XV, pp. 337-348
- Capucha, Luís (2014). *Envelhecimento e políticas sociais em tempos de crise*. *Sociologia, Problemas e Práticas*. CIES-IUL/Editora Mundos Sociais. nº74, pp. 113-131
- Cohn, Gabriel (2003). *Weber – Sociologia*. São Paulo: Editora Ática
- Costa, A. F. (1988). Cultura profissional dos sociólogos. *Sociologia, Problemas e Práticas*, nº5, 107-124.
- Durkheim, E. (2007). *Suicídio – Estudo Sociológico*. Barcarena: Editorial Presença
- Fernandes, A. (1997). *Velhice e sociedade*. Oeiras: Celta.
- Fernandes, A. T. (2005). Processos e estratégias de envelhecimento. *Revista da Faculdade de Letras, Série I, Vol. XV*, 223-248.
- Fernández-Ballesteros, R. (2000). *Gerontología social. Una Introducción*. Madrid: Pirámide.
- Fonseca, A. M. (2006). *O envelhecimento: uma abordagem psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa.
- Fontaine, Roger (2007). *Psicologia do Envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores
- Gomes, Cláudia (2014). *A temática do Envelhecimento na Investigação Sociológica em Portugal: que produção?*. Working paper, nº189. Lisboa: CIES-IUL

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

- Guerra, I. (2002). *Fundamentos e Processo de uma Sociologia de Ação: O Planeamento em Ciências Sociais*. Cascais: Príncipia Editora.
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo: sentido e formas de uso*. Estoril: Príncipia Editora
- Ilhéu, J. (2007). *Envelhecimento e velhice: do problema à teorização*. Évora: Universidade de Évora.
- INE (2015), *Destaque: Rendimento e condições de vida 2014*. Disponível em [www.ine.pt](http://www.ine.pt), [consultado em Janeiro de 2015]
- Jacob, Luís (2012). *Universidades Seniores: Criar novos projetos de vida*. Almeirim: RUTIS
- Lima, A., & Viegas, S. (1988). A diversidade cultural do envelhecimento: A construção social da categoria de velhice. *Psicologia*, VI, 2, 149-158.
- Lopes, A. S. (1995). *Desenvolvimento Regional: Problemática, Teoria, Modelos*. Lisboa: F.C.G.
- Monteiro, H., & Neto, F. (2008). *Universidades da Terceira Idade - Da solidão aos motivos para a sua frequência*. Porto: Livpsic.
- Myrdal, G. (1968). *Teoria economia e regiões subdesenvolvidas*. Rio de Janeiro: Saga.
- Netto, M. P. (2002). *Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada*. São Paulo: Atheneu.
- Oliveira, Mírian. Freitas, Henrique (1998). *Focus group – pesquisa qualitativa: resgatando a teoria, instrumentalizando o seu planeamento*. Revista Administração, nº3, Julho/Setembro, pp.83-91
- Perroux, F. (1964). *A ideia de progresso perante a Ciência Económica do nosso tempo*. Lisboa: Análise social I.
- Pinto, M. (2003). Envelhecer em Saúde. *As Universidades da Terceira Idade em Portugal: Das origens aos novos desafios do futuro* (pp. 467-478). Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Pires, Rui (1998). *A teoria da estruturação de Anthony Guiddens – Apresentação e bibliografia*. Sociologia, Problemas e Práticas. nº4. pp. 231-236

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

- Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (1992). *Manual de investigação em ciências sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Richardson, H. (1969). *Elementos de Economia Regional*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- Robert, Ladislav (2007). *O envelhecimento: factos e teorias*. Lisboa: Instituto Piaget
- Rosa, M. (2012). *O Envelhecimento da Sociedade Portuguesa*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos
- Serrano, Glória (2008). *Elaboração de Projetos Sociais – Casos Práticos*. Porto: Porto Editora
- Silva, Augusto da (2012). *Sociologia Geral I*. Escola de Ciências Sociais. Departamento de Sociologia. Évora: Universidade de Évora
- Silva, Filipe (2013). *O futuro do estado social*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos
- Silva, M. (1964). Oportunidade do desenvolvimento comunitário em Portugal. *Análise Social*, 21, 498-510.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice. Um novo público a educar*. Coimbra: Ambar. Coleção Idade do saber, 1ª Edição
- Soeiro, Maria (2010). *Envelhecimento Português: Desafios contemporâneos - Políticas e programas sociais – estudo de caso*. Dissertação de Mestrado em Ciência Política e Relações Internacionais – Universidade Nova de Lisboa, Portugal
- Sthor, W. B., & Taylor, D. R. (1981). *Development from above or Below? The dialectics of regional planning in development countries*. New York: John Willey and Sons.
- Touraine, Alain (1996). *O retorno do ator – ensaio sobre sociologia*. Lisboa: Instituto Piaget
- United Nations (2007). *World Economic and Social Survey 2007: Development in an Ageing world*. New York: United Nations
- United Nations (2013). *World Population Ageing 2013*. New York: United Nations

# Anexos

## Anexo 1 – Entrevista 1

Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão          | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|--------------------|-------------------------|
| 1            | M    | 38    | São Lourenço | Portuguesa    | Assistente técnico | 12º Ano                 |

| Dimensão                         | Categoria                              | Indicadores  | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|--|--|---|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho | Instituição Desportiva<br><br>Promoção de modalidades desportivas<br><br>Evolução progressiva do nº de participantes<br><br>Possibilidade de criação de iniciativas para o envelhecimento ativo<br><br>Aproximar (regresso) as pessoas de idade ao Clube | “O Atlético Clube Fronteirense é uma instituição que fez este ano 72 anos”.<br>“É uma instituição que no nosso Concelho praticamente todo o desporto que é desenvolvido no Concelho é o Atlético Clube Fronteirense neste momento que o desenvolve”.<br>“O clube neste momento tem 160 praticantes, evoluímos bastante na parte dos praticantes, não chegavam nem sequer a 100”.<br><br>“(…) como entidade desportiva gostávamos de ter esse tipo de contributo e esse tipo de trabalho. (...) tentarmos que essas pessoas, que anteriormente foram atletas do clube, muitas vezes na modalidade do futebol que era o mais normal, possam também novamente regressar ao clube”.<br><br>“O Atlético está sempre aberto a esse tipo de resposta”. |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Perceção sobre Envelhecimento no Concelho</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>População do interior envelhecida</p><br><br><p>Existência de carências</p><br><p>Proximidade permite facilidade em ajudar</p><br><p>Fomentar a ajuda e lutar contra os preconceitos</p><br><br><p>Pessoas de mais idade deveriam transmitir os ensinamentos</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>Sucesso a nível do corpo, da mente</p><br><br><p>Bem-estar pessoal e nível de atividade</p><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><p>Contributo através da prática de jogos tradicionais</p> | <p>“Em relação ao envelhecimento, vivemos no interior, como sabem, com populações cada vez mais envelhecidas, pessoas que têm algumas carências e apesar daquilo a que nós vimos muitas vezes na televisão e que sabemos que se passa no mundo, acho que mesmo assim no interior as coisas como as pessoas se conhecem, há mais facilidade em tentar ajudar”.</p><br><p>“ (...) as pessoas têm de se mentalizar e mobilizar de uma vez por todas para essas questões, porque temos de deixar para trás determinados tipos de preconceitos e de uma vez por todas as pessoas têm de se ajudar umas às outras em vez de muitas vezes andarem a criticar”.</p><br><p>“Acho que essas pessoas poderiam transmitir de uma vez por todas esses ensinamentos que têm e acredito perfeitamente que se elas se sentissem mais ativas que também viveriam melhor o dia-a-dia”.</p><br><p>“ (...) o envelhecimento só pode ser bem-sucedido quando há sucesso a nível do corpo, quando há sucesso a nível da mente e só se as pessoas se sentirem bem com elas próprias no dia-a-dia e ativas”</p><br><p>“ (...) poderíamos manter as pessoas mais velhas mais ativas e mantendo-as mais ativas praticando jogos tradicionais”</p> |
|--|--|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                    |  |  |  |
|------------------------------------|--|--|--|
| <p>III<br/>Universidade Sênior</p> | <p>Contributo da instituição para o envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Inclusão das pessoas de idade nos planos desportivos</p> <p>Benefícios da Universidade Sênior para o Concelho</p> <p>Universidade Sênior e o isolamento</p> | <p>Necessidade de ajuda conjunta</p> <p>Possibilidade de incluir as pessoas de idade nos planos desportivos</p> <p>Modalidade de hidroginástica como atividade</p> <p>Conceder novos conceitos e manter as pessoas ativas</p> <p>Existência de salas do Clube que podem ser utilizadas para iniciativas da Universidade Sênior</p> <p>Motivação e participação nas atividades como combate ao isolamento</p> <p>Necessidade de se explicar devidamente o conceito de Universidade Sênior</p> | <p>“Tem de ser um circuito onde toda a gente ajuda toda a gente”.</p> <p>“Seria possível e seria desejável. Estou-me a lembrar que vamos ter a possibilidade de incluir a hidroginástica nos planos do clube e seria muito importante que essa hidroginástica fosse praticada por uma classe mais idosa”.</p> <p>“Tudo o que seja para dar novos conceitos às pessoas, para mante-las ativas, só temos a ganhar com isso”.</p> <p>“(…) o Atlético Clube Fronteirense tem salas que foram construídas na altura para formação, que podem ser, ate mais tarde, para esse tipo de iniciativas tal e qual como falamos de Universidade Sênior”.</p> <p>“(…) se as pessoas se sentirem motivadas e poderem comparecer a todo o tipo de iniciativas, com certeza que não se sentirão tão isoladas e tão sós como algumas se poderão sentir”</p> <p>“Eu acho que muitas vezes o conceito de Universidade Sênior não é transmitido para fora com o conceito que ela tem realmente”</p> <p>“(…) deve ser explicado às pessoas, claramente qual é o objetivo e para que serve a Universidade Sênior”</p> |
|------------------------------------|--|--|--|

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Salas para formação e atividades</p> <p>Disponibilização de todo o espaço desportivo</p> <p>Disciplina de novas tecnologias essencial</p> <p>Português não muito necessário</p> <p>Necessidade de enquadrar as pessoas de idade na realidade atual</p> | <p>“Em termos de recursos, já lhe expliquei e já lhe disse que temos salas que podem servir para o efeito, todo o espaço, toda a sede que o clube tem, felizmente que é nossa e está inteiramente à disposição das pessoas, tal e qual como poderemos disponibilizar esse tipo de recursos também gostaríamos de receber algum tipo de ensinamento dessas pessoas de mais idade”.</p> <p>“Hoje em dia os meios de comunicação social, as novas tecnologias e as redes sociais são uma excelente divulgação e muitas vezes já vão ocupando algum tempo dessas pessoas e acredito que muita gente não saiba, que ainda nunca teve um computador ou nunca soube utilizar um computador, eu acho que essa parte é fundamental hoje em dia”</p> <p>“O português, não sei até que ponto será já muito necessário, principalmente numa faixa etária muito mais velha”.</p> <p>“Temos de os enquadrar na nossa realidade, isso é que é importante, porque nós não vamos recuar para trás para chegarmos ao tempo deles, não, temos é de os tentar puxar para os nossos tempos e para também perceberem algumas coisas que os jovens hoje em dia fazem”.</p> |
|--|---|---|---|

## Anexo 2 – Entrevista 2

Dimensão I - Caracterização do Entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão      | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|
| 2            | F    | 32    | São Lourenço | Portuguesa    | Militar da GNR | Licenciatura            |

| Dimensão                         | Categoria                                 | Indicadores   | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|---|---|---|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho    | Manutenção da segurança da população  | “ (...) uma das principais missões é a manutenção da segurança dos cidadãos, da população”<br>“ (...) diretamente relacionado mesmo para os idosos, o que fazemos é alertar as pessoas para quais as medidas a tomar para evitar furtos, roubos e tudo no sentido de manter a segurança das populações”   |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho | Alertar os idosos para medidas a tomar em algumas situações<br>Envelhecimento da população<br>Êxodo juvenil<br>Baixa natalidade | “ (...) Desde há algum tempo para cá as pessoas novas não ficam cá, as pessoas da minha geração praticamente ninguém cá ficou e só ficam as pessoas velhas”<br>“Os novos, como há dificuldades em arranjar postos de trabalho acabam por se afastar, mas isso é uma tendência, associado também há baixa taxa de natalidade, não só do Concelho de Fronteira” |
|                                  | Dificuldades das pessoas de mais idade    | Baixas reformas   | “Os idosos vivem em condições, por exemplo têm reformas muito baixas, esse é o principal problema, e depois acabam por viver em condições de pouca higiene”   |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Procedimentos e dificuldades na identificação de casos de isolamento</p> <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> | <p>Habitações com infraestruturas inapropriadas</p> <p>Condições monetárias</p> <p>Apoio familiar</p> <p>Fichas de sinalização</p> <p>Sensibilizar a pessoa de idade para os riscos</p> <p>Processo moroso</p> <p>Universidade sénior como medida de Rede</p> | <p>“Também as próprias habitações acabam por não ter infraestruturas, casas de banho e acessos, degraus e coisas assim, capazes para as pessoas com aquela idade”.</p> <p>“Para já, as pessoas envelhecerem com melhores condições monetárias, essencialmente isso”.</p> <p>“eu acho que é muito importante para o envelhecimento que é ter o apoio familiar, mas isso é a nível geral, estão-se a esquecer muito os velhos”.</p> <p>“ por norma nós conseguimos fazer as fichas de sinalização e as fichas de identificação dos idosos que ficam sozinhos”</p> <p>“tentamos sempre sensibilizar o idoso para os riscos que ele corre, ao estar sozinho e ao abrir a porta a uma pessoa que não conheça”</p> <p>“este processo de identificação leva o seu tempo, é uma situação morosa, até porque nós temos patrulhas que têm de responder às necessidades todas que existem”.</p> <p>“Uma das coisas que eu tinha falado era da tal Universidade Sénior”.</p> <p>“Em primeiro lugar acho que o apoio familiar é fundamental, mas depois da nossa parte caso houvesse essa Universidade Sénior em que cativasse as pessoas para estarem presentes, reunidas, para confraternizarem entre elas”</p> |
|--|--|---|--|

|                                       |   |  |   |
|---------------------------------------|---|--|---|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Informação como ferramenta de segurança e bem-estar</p> <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Acesso à informação</p> <p>Atividades</p> <p>Incentivo para Envelhecer de outra forma</p> <p>Informação como arma para combater a insegurança</p> <p>Ações de sensibilização, através da secção de programas especiais, para promover segurança e bem-estar</p> <p>Através do núcleo de programas especiais</p> <p>Aproveitar os recursos e história</p> <p>Importante o plano curricular conter aquilo que as pessoas querem</p> | <p>“Eu penso que pode beneficiar muito. O facto de terem acesso à informação naquela idade, as pessoas hoje-em-dia têm acesso à informação em casa com o que vêm na televisão, tendo um sitio onde possam ter um conjunto de atividades e alguém que as desperte para outro tipo de informação acaba por ser benéfico para elas, acabam por ter um incentivo e envelhecer de outra forma.”</p> <p>“A informação é mesmo a nossa principal ferramenta para combater a insegurança.”<br/>“nesta situação da Universidade Sénior como é que pode promover a segurança e o bem-estar dos utentes, fazendo como fazem na escola, fazendo ações de sensibilização da nossa secção de programas especiais, também podiam na Universidade Sénior fazer a requisição se havia a possibilidade dos militares se deslocarem lá e fazerem uma aula assim”</p> <p>“Como lhe disse, junto do núcleo de programas especiais, eles têm esse tipo de apoio.”</p> <p>“É importante aproveitar os recursos e a história para adotar um plano curricular.”<br/>“Acho que é importante vir no plano curricular aquilo que as pessoas querem”</p> |
|---------------------------------------|---|--|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>Informática</p> <p>Ponto cruz, costura</p> <p>Informação em termos de saúde<br/>(prevenção e sinais de quando devem ir<br/>ao médico)</p> | <p>“A nível de conteúdos, é muito importante isto dos computadores, da internet, a parte do facebook”</p> <p>“Para as senhoras acho que é importante como fazer ponto cruz, costura, acho que isso é importante”</p> <p>“também a questão da informação em termos de segurança, em termos de saúde, sinais que possam perceber em termos de saúde, se devem ir ao médico”</p> |
|--|--|--|---|

### Anexo 3 – Entrevista 3

Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-----------|-------------------------|
| 3            | F    | 29    | Fronteira    | Portuguesa    | Psicóloga | Mestrado                |

| Dimensão                         | Categoria                              | Indicadores  | Unidade de Contexto  |
|----------------------------------|--|--|--|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho | Detetar, acompanhar e solucionar situações de risco das crianças<br><br>Despertar de uma outra consciência nas famílias sobre problemáticas<br><br>Contributo de minimizar o impacto de alguns casos | “(…) Detetar situações de perigo e de risco que as crianças do Concelho se encontram, fazer um acompanhamento para que, no fundo, essas situações se resolvam”.<br>“(…) a comissão veio também despertar muitas consciências, principalmente para as famílias que não tinham consciência dos problemas que lhes estavam a acontecer”.<br><br>“ A nível da escolaridade, se calhar, muitos casos não eram resolvidos porque não haviam condições e não haviam respostas para esses problemas e penso que a CPCJ veio dar um grande contributo nesse aspeto e também evitando que muitos dos casos que são considerados de perigo que cheguem aos tribunais e que tenham outras medidas se calhar um pouco mais graves e que podem ser resolvidos em sede de Comissão e muitas vezes pelas |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Perceção sobre Envelhecimento no Concelho</p> <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Pessoas de idade e intervenção cívica</p> | <p>Concelho envelhecido</p> <p>Poucas crianças e jovens</p> <p>Envelhecimento bem-sucedido deve ser pensado desde cedo</p> <p>A saúde como componente importante</p> <p>Pessoas de mais idade importantes para acompanhar as crianças e o seu processo educativo</p> | <p>entidades de primeira linha, num trabalho de esforço conjunto”.</p> <p>“É um Concelho bastante envelhecido (...)”</p> <p>“Cada vez mais temos população mais idosa, as crianças vão sendo menos e é inevitável que o envelhecimento esteja a acontecer com uma taxa bastante elevada”</p> <p>“Eu entendo que o envelhecimento bem-sucedido deve começar não quando se atinge os 65 anos ou quando as pessoas atingem a idade chamada reforma, penso que o envelhecimento bem-sucedido tem que ser muito antes e que as pessoas têm que se preocupar mais com isso antes de chegar a essa idade e de elas próprias terem consciência de que podem viver a vida e fazer o seu dia-a-dia de uma forma a evitar envelhecerem mais rapidamente”.</p> <p>Portanto, o envelhecimento bem-sucedido no fundo é mesmo as pessoas aproveitarem bem a vida e tratarem principalmente da saúde (...) de forma a atrasar todas as problemáticas que são inevitáveis com o envelhecimento ao longo da vida”.</p> <p>“Claro que um conjunto de pessoas com maior disponibilidade seria bastante interessante desenvolver-se algum trabalho, de acompanhamento a crianças</p> |
|--|--|--|---|

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | <p>Identificação de casos de solidão e dificuldades nas pessoas de idade</p> <p>Procedimentos a adotar em casos de dificuldades e solidão</p> | <p>Pessoas de idade poderiam ter um papel importante na família e nos serviços de saúde</p> <p>Identificação de casos de pessoas de idade em dificuldades</p> <p>Conjuação de esforços para solucionar as dificuldades</p> | <p>mais vulneráveis e que até precisem de, sei lá, alguns cuidados ou alguma atenção ou até disponibilizar tempo para se ficar com essas crianças, acompanhá-las nos trabalhos de casa, por aí”.</p> <p>“(…) os idosos com disponibilidade, penso que teriam aqui um papel bastante importante na sociedade, no fundo para que eles também se sentirem uteis e ocuparem o dia-a-dia, uma vez que muitos não têm propriamente o dia ocupado e horários a cumprir. Penso que sim, que seria uma mais valia organizar aqui, a nível da própria família, por exemplo terem algumas funções, ou a nível dos serviços de saúde também penso que sim”.</p> <p>“Nós na CPCJ acompanhamos as famílias, também inevitavelmente onde as crianças estão inseridas e as crianças, como sabem, nem sempre estão entregues aos pais, muitas vezes é os avós já com alguma idade e nós já tivemos casos nessas situações, onde detetamos realmente idosos que estão a tomar conta de crianças e com bastante dificuldades”.</p> <p>“Em situação de solidão, se calhar não diria, não identificamos tantos mas com dificuldades sim”.</p> <p>“(…) reunimos com os nossos parceiros e tentamos sempre solucionar, dependente claro da questão, as dificuldades que estão</p> |
|--|---|--|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p>III<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Contributos da Rede Social para o envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> | <p>Reunião entre os parceiros</p> <p>Medidas e projetos essenciais para promover um bom envelhecimento</p> <p>Caracter de ensinamento das pessoas de idade</p> <p>Despertar de uma nova mentalidade e visão sobre o envelhecimento</p> <p>Universidade Sénior poderá despertar o seu público para novas questões anteriormente desconhecidas</p> | <p>a passar, sejam económicas, seja materiais, seja emocionais, tentamos dar resposta a esses níveis”.</p> <p>“Acho que enquanto representante na rede social, é programar um esforço conjunto, que eu penso que existe, e melhorar as condições de vida dos idosos, identificar os casos onde isso não esteja a acontecer e proporcionar medidas e projetos que possam apoiar um bom envelhecimento e fazer sentir os idosos uteis à sociedade e que ainda têm muito para nos dar e para no ensinar”</p> <p>“ Eu acho que vai despertar a tal mentalidade muito fechada ainda que existe nas pessoas do Concelho e vai-lhes dar uma visão de que há muito para fazer para além da idade da reforma e até antes. Penso que vai criar, certamente, nas pessoas um despertar para o benefício do Concelho e onde elas vão envolver-se em outras atividades e isto acaba por estar tudo interligado e há aqui benefícios a vários níveis”.</p> <p>“Certamente este combater do isolamento vai contribuir bastante para que desperte mentalidades para outras questões e penso que as pessoas que virão a beneficiar da Universidade Sénior irão estar mais despertas para questões que</p> |
|--|---|--|---|

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>As diferentes áreas de atuação da instituição poderão ser enquadradas nos trabalhos com as pessoas de idade</p> <p>Trabalho social e novas tecnologias como áreas curriculares</p> <p>Recuperar as tradições do Concelho</p> <p>Atividades ao nível do bem-estar psicológico, despistagem de demências</p> | <p>não estariam se não frequentassem a Universidade”.</p> <p>“ (...) poderíamos pensar que a Universidade Sénior não se enquadraria, mas se calhar sim, até tem algum ponto em comum, a nível, poderia ser alguns recursos na comissão, temos tantas áreas e vastas, desde a educação, à saúde, à psicologia, ao serviço social, eu penso que seriam recursos bastante válidos para integrar a Universidade Sénior e que certamente dariam alguma mais-valia a nível de trabalho com os idosos”.</p> <p>“A nível do trabalho social eu penso que sim. Ligado às novas tecnologias, certamente a aprendizagem através dos computadores, perceberem o funcionamento do computador e também do acesso à internet para estarem despertos e para quando acompanham os netos para perceberem como funciona e estarem atentos. A nível das tradições do Concelho também que seria importante desenvolver mais para que se possa recuperar essas tradições. Penso também em algumas disciplinas ligadas à psicologia em que se desenvolvesse um trabalho ao nível do bem-estar psicológico, despistagens ao nível de algumas demências, onde fossem integrados projetos e programas de envelhecimento bem-sucedido eu penso que seria uma mais-valia também nesse contexto. A nível</p> |
|--|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | A interligação com as crianças como atividade mais prática | social talvez uma disciplina ligada a uma componente mais prática, a interligação com as crianças, alguns trabalhos desenvolvidos entre as duas gerações, penso que sim”. |
|--|--|--|---|

## Anexo 4 – Entrevista 4

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão             | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------------|
| 4            | M    | 37    | Fronteira    | Portuguesa    | Bombeiro Profissional | 12º Ano                 |

| Dimensão                         | Categoria                                 | Indicadores   | Unidade de Contexto  |
|----------------------------------|---|---|--|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho    | Proteção Civil, combate a incêndios, socorro a acidentes e doenças súbitas, transporte de doentes | “A nossa principal missão do Corpo de Bombeiros são atividades ligadas à Proteção Civil, nomeadamente o combate a incêndios, o socorro a acidentes e a doenças súbitas, e depois um contributo no que se refere aos transportes de doentes”. |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho | Envelhecimento do Concelho e do interior  | “ (...) o envelhecimento é uma característica não só do Concelho de Fronteira mas no interior todo onde nós nos inserimos (...)”   |
|                                  |   | Êxodo juvenil para procura de oportunidades de emprego  | “ (...) os jovens se dirigem mais para o litoral à procura de outras oportunidades de emprego que não encontramos aqui”.   |
|                                  |   | Envelhecimento gradual do Concelho  | “Por isso, o envelhecimento de Fronteira ser gradual”  |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Atividade profissional e identificação de casos com necessidades</p> <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Atividades no âmbito do envelhecimento bem-sucedido e bem-estar</p> | <p>Carências ao nível social e económico</p> <p>Isolamento e ausência dos filhos poderá fomentar as carências</p> <p>Ligação ao bem-estar e qualidade de vida</p> <p>Atividades de rastreio para promover o bem-estar</p> <p>Criação de um gabinete psicossocial para também apoiar as atividades de cariz social e ajudar nos processos de identificação e resolução de dificuldades</p> | <p>“ (...) existem algumas carências ao nível social e económico de algumas famílias”</p> <p>“ (...) uma vez que a maior parte dos idosos estão sozinhos cá, os filhos estão para fora e isso pode talvez, às vezes, provocar algumas questões socioeconómicas que possam afetar a vida deles”</p> <p>“ (...) o envelhecimento bem-sucedido significa o bem-estar principal dos idosos. É eles terem, após a sua vida profissional, a sua longa vida de trabalho, terem uma vida de qualidade, já que trabalharam a vida inteira em busca de qualquer coisa”.</p> <p>“Não concretamente para os idosos mas para a população em geral, mas por ano realizamos alguma atividade, tipo rastreio de diabetes e colesterol, no sentido de apoiar a população nesse bem-estar”</p> <p>“ estamos com um projeto aqui nos Bombeiros para a criação de um gabinete psicossocial, que possa não só ajudar-nos a nós Bombeiros no desenvolvimento da nossa atividade, mas também, se calhar, se detetarmos algum mau-estar nos idosos ou quem quer que seja possamos ajudar e apoiar nesses casos”.</p> <p>“Este gabinete, não só como já referi, poderá ajudar-nos a nós Bombeiros e</p> |
|--|---|---|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p>III<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Procedimentos a adotar em casos de dificuldades e solidão</p> <p>Contributos da Rede Social para o envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> | <p>Reportar rapidamente as situações às entidades competentes</p> <p>Trabalho em rede, onde tudo é reportado para a rede social</p> <p>Atividade, viagens</p> <p>Atividades</p> <p>Fazer sentir as pessoas de idade ativas</p> <p>Atividades ligadas à segurança como combate ao isolamento e situações daí derivadas</p> | <p>todos os voluntários mas também apoiar estas atividades que sejam de cariz social”.</p> <p>“ (...) quando detetamos alguma situação menos bem os próprios bombeiros fornecem-nos essas indicações a nós, consoante a ocorrência que reportarem, e nós reportamos seguramente através da segurança social, através dos gabinetes da Câmara Municipal as situações que possamos encontrar”.</p> <p>“ (...) nós trabalhamos em rede (...) tudo o que detetarmos e que chegue até nós, será tudo reportado à rede social”</p> <p>“ (...) uma das mais valias que a rede social pode ter é o incremento de atividades (...) viagens ou alguma atividade da Universidade Sénior como se fala e tudo mais”</p> <p>“ (...) poderá beneficiar através, como lhe disse, das atividades que a população mais idosa, que já está no chamado envelhecimento ativo como vocês aqui lhe chamam, possam desenvolver essas atividades e sentirem-se realmente ativos nessa nossa vida”</p> <p>“ (...) poderia ser englobado na Universidade Sénior talvez algumas áreas no que se refere, por exemplo, à segurança, neste caso os Bombeiros, mas alertar principalmente nesta fase deles, de alerta, para certos cuidados que eles</p> |
|--|--|---|--|



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior/recursos mobilizados</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Realização de ateliers e colóquios</p> <p>Atividades ligadas à saúde</p> <p>Mobilização de recursos materiais, humanos e veículos como apoio à Universidade Sénior</p> <p>Atividades na área cultural, fundamentação da poesia, do canto, reviver atividades do passado</p> <p>As pessoas de mais idade a ensinar os mais jovens como mais-valia</p> <p>Solidariedade intergeracional bem vincada</p> | <p>deverão ter para quando estão sozinhos, como por exemplo braseiras elétricas, os fogões, os gases”</p> <p>“ (...) podemos enquadrar, talvez nesta área da segurança, promovendo ateliers ou colóquios, palestras a nível da segurança e do bem-estar e também dos cuidados de saúde que ele podem ter, porque há algumas áreas que nós trabalhamos na área da saúde, principalmente o caso de quando eles caem, as dificuldades com os diabetes e por ai fora”.</p> <p>“ (...)a qualquer momento podemos mobilizar todos os recursos, sejam eles materiais, humanos, veículos, para podermos apoiar a Universidade Sénior”</p> <p>“ (...) atividades da área cultural, a fundamentação da poesia (...) Lembro-me da poesia, do canto, bem como por exemplo até o reviver de atividades que antigamente se fazia (...)”</p> <p>“ (...) uma das mais valias que pode trazer é ensinar aos jovens o que eles naquela altura viviam e como faziam e isso para eles poderá ser muito importante e vai com certeza melhorar o envelhecimento e a qualidade de vida nesta fase deles”.</p> <p>“ (..) acho que a solidariedade intergeracional está aqui bem ligada”</p> |
|--|--|--|---|

## Anexo 5 – Entrevista 5

### Dimensão I - Caracterização do Entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão                                     | Habilitações Literárias   |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|---|---------------------------|
| 5            | M    | 42    | Fronteira    | Portuguesa    | Coordenador ADI-TC/Técnico de Desenvolvimento | Licenciado e Pós-graduado |

| Dimensão                         | Categoria                              | Indicadores   | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|--|---|---|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho | Promover e apoiar o desenvolvimento sustentável nas áreas da formação, apoio a projetos e inserção profissional e projetos de Igualdade de Género | “A ADI-TC tem como objetivo geral (...) promover e apoiar o desenvolvimento sustentável da sua área de atuação”<br>“Enquanto Entidade Formadora (...) a ADI-TC possui um Gabinete de Apoio a Projetos e ao Investidor (...)”<br>“ (...) Promotora de um Gabinete de Inserção Profissional (...)”<br>“ (...) o projeto das Empresas de Inserção que a ADI-TC desenvolve em conjunto com o IIEFP” |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Perceção sobre Envelhecimento no Concelho</p> <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>População idosa bastante numerosa</p> <p>Envelhecimento com dignidade face o acesso a condições básicas de saúde, alimentação, segurança e higiene</p> <p>Centros de Convívio como combate à solidão</p> <p>Cartão do Idoso permite apoio financeiro</p> <p>Acesso a cuidados de saúde</p> <p>Acompanhamento familiar</p> <p>Integração em atividades</p> <p>Sentimento de utilidade</p> | <p>“ (...) Projetos na área da Igualdade de Género, também podem destacar-se como contributo”</p> <p>“ (...) a população idosa em termos numéricos é bastante expressiva”.</p> <p>“ (...) o envelhecimento no concelho de Fronteira, acontece para a grande maioria dos idosos, com o mínimo de dignidade (...)”.</p> <p>“A criação e manutenção de Centros de Convívio (...) permitem de alguma forma combater a solidão que poderão sentir”</p> <p>“A recente implementação do Cartão do Idoso pelo Município de Fronteira, mostra ser uma iniciativa válida que permite prestar apoio financeiro às pessoas idosas mais carenciadas (...)”</p> <p>“Nomeadamente no que se refere ao acesso a cuidados de saúde, à possibilidade de estar próximo e poder ser acompanhado pelos seus familiares neste processo, ou na sua falta por profissionais que possam colmatar esta lacuna, também a sua integração em atividades que permitam sentir-se útil e sentir que ainda</p> |
|--|---|---|---|

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> <p>Atividades no âmbito do envelhecimento bem-sucedido e bem-estar</p> | <p>Inserção social</p> <p>Portugal 2020 - "Idade Mais"</p> <p>Papel das pessoas de idade não é reconhecido socialmente</p> <p>Pessoas de idade com o papel de suporte financeiro na atualidade</p> <p>Violência doméstica e maus-tratos nas pessoas de idade</p> <p>Organização de formações por parte da ADI-TC e outras entidades</p> | <p>tem um papel a desempenhar na sua vida e na comunidade em que se insere".</p> <p>"Presentemente, aguardamos o desenvolvimento de Medidas do novo quadro comunitário, Portugal 2020, onde podemos referir a título de exemplo, no âmbito do Regulamento Específico do Domínio da Inclusão Social e Emprego, a tipologia de operações designada "Idade Mais"</p> <p>"Na sociedade atual, as pessoas de idade (...) têm infelizmente um papel cuja relevância não é devidamente reconhecida".</p> <p>" (...) voltou novamente a destacar-se o papel dos idosos, como pilar, por vezes único, de suporte financeiro à família, nomeadamente a filhos e netos"</p> <p>" (...) esta conjuntura tem por vezes criado situações de maus-tratos e violência doméstica para com os idosos"</p> <p>" (...) organização de formações por parte da ADI-TC, enquanto entidade formadora certificada, ou mesmo promovidas por outras entidades como Santas Casas da</p> |
|--|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                   |   |   |  |
|-----------------------------------|---|---|--|
| <p>IV<br/>Universidade Sênior</p> | <p>Pessoas de idade e os mecanismos de educação/ensino</p> <p>Dificuldades encontradas ligadas à problemática</p> <p>Benefícios da Universidade Sênior para o Concelho</p> <p>Contributos da Rede Social para o envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Promoção e prevenção da saúde</p> <p>Apoio social</p> <p>Melhoria das condições de segurança</p> <p>Organização de iniciativas</p> <p>Limitações financeiras</p> <p>Ausência de recursos humanos vocacionados</p> <p>Promoção de Cursos de Formação</p> <p>Fortalecimento da participação cívica das pessoas de idade</p> <p>Parcerias entre entidades</p> | <p>Misericórdia, que permitam aos idosos o desenvolvimento das suas capacidades”</p> <p>“Seja na promoção da saúde e prevenção da doença, seja no apoio social aos idosos mais carenciados, melhoria das condições de segurança, seja na organização de iniciativas lúdicas e de convívio”.</p> <p>“ (...) limitações ao nível de recursos financeiros das entidades, bem como, e em consequência, com a ausência de recursos humanos especificamente vocacionados para o efeito”</p> <p>“A promoção de cursos de formação, de centros de informação de direitos e deveres, recursos disponíveis, o fortalecimento da participação dos idosos na vida cívica da comunidade, o contacto entre gerações e a articulação entre diversas entidades com vista a estabelecer parcerias que possam beneficiar esta faixa etária, poderão ser, entre outras, grandes vantagens que a Universidade Sênior pode proporcionar aos idosos do concelho de Fronteira”</p> <p>“Tem sido no entanto, preocupação da Rede Social e de todas as suas entidades constituintes, dar solução a este problema,</p> |
|-----------------------------------|---|---|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior/recursos mobilizados</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Sinalização dos casos e intervenção de forma coordenada</p> <p>Isolamento como preocupação da rede social</p> <p>Universidade Sénior vista como uma grande mais-valia no combate ao isolamento</p> <p>ADI-TC como promotora de cursos de formação</p> <p>Promotora de uma Gabinete de Inserção Profissional para estimular o voluntariado, principalmente jovem</p> <p>Disciplinas de Artesanato, Floricultura, Jardinagem, Turismo e Lazer, Ciências Informáticas</p> | <p>sinalizando pessoas nessas circunstâncias e intervindo de forma coordenada”</p> <p>“ (...) uma Universidade Sénior no concelho de Fronteira será uma grande mais-valia no combate à solidão e isolamento dos idosos e a ADI-TC tudo fará para colaborar neste sentido”</p> <p>“A ADI-TC (...) poderá por exemplo, dar o seu contributo como promotora de cursos de formação”</p> <p>“Por outro lado, e por ser também promotora de um Gabinete de Inserção Profissional, onde mensalmente se dirigem dezenas de utentes, poderá dar o seu contributo realçando a importância da prestação de voluntariado, sensibilizando e cativando o público mais jovem para essa missão”</p> <p>“ (...) todas as disciplinas nas áreas de educação e formação como Artesanato, Floricultura e Jardinagem e Turismo e Lazer ou até mesmo Ciências Informáticas (...)”</p> |
|--|--|---|---|

## Anexo 6 – Entrevista 6

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão         | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-------------------|-------------------------|
| 6            | F    | 44    | -            | Espanhola     | Médica Assistente | -                       |

| Dimensão                         | Categoria                                 | Indicadores   | Unidade de Contexto  |
|----------------------------------|---|---|--|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho    | População envelhecida e pluripatológica   | “uma vez que a população é muito envelhecida e pluripatológica, então fazem-se consultas de saúde de adultos onde se abrangem todas as doenças.”<br>“eu pessoalmente tenho investido muito na saúde da mulher idosa, tendo muito cuidado no facto de colocar um ambiente agradável e favorável a elas para se sentirem à vontade em realizar este tipo de consultas” |
|                                  | Ações em torno do Envelhecimento          | Investimento na saúde da mulher (construção de um ambiente favorável)<br><br>Caminhadas saudáveis do hipertenso | “A principal ação que nós temos vindo a aplicar tem sido o projeto das caminhadas saudáveis do hipertenso, onde participam principalmente a população idosa com mais de 50 anos e que tem tido uma aderência importante”   |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho | Dois tipos de Idosos: os que vão dos 70 aos 90 anos para cima; e os reformados considerados idosos mas que têm  | “A minha ideia é a de que existem dois tipos de idosos. Aqueles idosos em torno dos 70, 80, 90 anos que temos e muitos e aquelas pessoas reformadas que são  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Dificuldades das pessoas de idade</p> <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Longevidade e qualidade de vida</p> <p>Envelhecimento Prematuro</p> | <p>formação diferente e que aceitam conselhos e mudanças para a saúde</p> <p>Isolamento</p> <p>Falta de reconhecer necessidade e ajuda</p> <p>Aceitar as suas limitações</p> <p>Cobrir as suas necessidades básicas</p> <p>Condições mínimas de saúde</p> <p>Casos de longevidade com boa qualidade de vida no Concelho</p> <p>Sítio rural possibilita o exercício físico, uma alimentação saudável</p> <p>Qualidade de vida relacionada com a prevenção</p> <p>Qualquer idade é adequada para a prevenção</p> | <p>consideradas idosas mas que têm uma formação diferente e aceitam os conselhos e as mudanças de características para a sua saúde de maneira bem diferente.”</p> <p>“As dificuldades fundamentais que temos é o isolamento. O isolamento, a falta de reconhecer necessidade de ajuda devido às limitações que venham a ter, aceitar ajuda custa imenso.”</p> <p>“Eu entendo por envelhecimento bem-sucedido aquele que permite à pessoa aceitar as suas limitações, cobrir as suas necessidades básicas e satisfazer os seus desejos dentro das condições mínimas de saúde.”</p> <p>“No interior a longevidade, nós temos cá em Fronteira vários casos de longevidade com boa qualidade de vida. O facto do exercício físico por ser um sítio rural, de uma alimentação saudável, faz com que se tenha aumentado a longevidade. A qualidade de vida tem a ver com a prevenção, fundamentalmente.”</p> <p>“Eu sempre digo que gosto de tratar pessoas e não doenças. Qualquer idade é adequada para prevenir possíveis complicações no futuro que nos possam vir a dar ou uma época adulta com complicações ou uma época de envelhecimento com complicações”</p> |
|--|--|--|--|



|                                       |   |  |  |
|---------------------------------------|---|--|--|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Limitações e potencialidades da saúde no concelho</p> <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> | <p>Cada pessoa tem de conhecer o seu corpo</p> <p>Sobrecarga de utentes por médico de família</p> <p>Potencialidade de ser uma população pequena</p> <p>Proximidade</p> <p>Acesso fácil às instituições</p> <p>Equipa de profissionais para trabalhar no âmbito da saúde (terapeutas, psicólogos, terapeutas ocupacionais, nutricionistas, higienistas orais)</p> <p>Abre novas visões</p> | <p>“Eu acho que as pessoas têm de conhecer o seu corpo, têm de conhecer aquelas coisas que são saudáveis e que levam a fazer ter uma vida adequada, sem doenças ou aqueles que possam vir a ter alguma doença tentar apresentar-se antes da doença, estar à frente da doença”</p> <p>“Está muito em questão o número de utentes por médico de família. É uma questão que sofro muito, apesar do meu ficheiro estar nos 1700, 1800 utentes, se vissemos a quantidade que tem a ver com o envelhecimento, evidentemente se multiplica muito”</p> <p>“Aí está claro que uma das potencialidades que tem é de ser uma população pequena, todo o mundo se conhece, onde os vizinhos são uma fonte de recursos não só económicos, mas psicológicos, de apoio, onde o acesso às instituições é fácil”</p> <p>“gostava de ter uma equipa de profissionais concretos, terapeutas, psicólogos, terapeutas ocupacionais, nutricionistas, higienistas orais e falo no âmbito da saúde, psicólogos a trabalhar exclusivamente para a população”</p> <p>“Eu acho que tudo o que tem a ver com a cultura, abre ideias, abre portas, abre diferentes visões da vida e é sempre uma</p> |
|---------------------------------------|---|--|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Promove a interação</p> <p>Saúde importante para o isolamento</p> <p>Saúde mental, alimentação correta, cumprimento das terapêuticas é importante</p> <p>Voluntariado</p> <p>Alfabetização<br/>Novas tecnologias<br/>Cuidados básicos de saúde<br/>Tradições</p> | <p>mais-valia. Só o facto de sair à rua e falar com outra pessoa, já é importante.”</p> <p>Eu acho que a saúde tem de estar aí, porque o isolamento, uma pessoa que não tem uma saúde mental correta e adequada, acaba por adoecer organicamente ou agravar as suas doenças a nível orgânico. Deixa de se preocupar com uma alimentação correta, deixa de se preocupar com os cuidados básicos de higiene, de alimentação, de saúde, de cumprimentos de terapêuticas, é muito importante.</p> <p>“É muito complicado. Se o centro de saúde disponibilizar de recursos humanos em maior número ou outro tipo de técnicos ou outro tipo de horários seria mais fácil. A forma que me parecia colaborar com a Universidade Sénior oferecia ao nível do voluntariado.”</p> <p>“Fazia algo na alfabetização, novas tecnologias, cuidados básicos de saúde e há uma coisa que tenho vindo a descobrir no interior do Alentejo que é o sentido das tradições.”</p> |
|--|---|---|---|

## Anexo 7 – Entrevista 7

Caracterização da ELI: Educadora de Infância Dina, Técnica de Serviço Social Estela, Terapeuta da fala e coordenadora da equipa Cláudia Vareia, Todas as técnicas com Licenciatura

| Dimensão                         | Categoria                                 | Indicadores   | Unidade de Contexto  |
|----------------------------------|---|---|--|
| II<br>Caracterização da entidade | Contributo da entidade para o Concelho    | Intervenção em crianças dos 0 aos 6 anos e suas famílias  | “Nós intervimos em crianças dos 0 aos 6 anos que possam ter alguma problemática no desenvolvimento ou risco de vir a ter um atraso global de desenvolvimento. Intervimos nas crianças e nas suas famílias.”  |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho | População idosa<br><br>Preocupação sobre a falta de crianças e envelhecer com qualidade<br><br>Pessoas de idade como suporte familiar a diferentes níveis | “A população neste momento está como nos outros, uma população idosa. Acho que começam agora a haver alguma preocupação com a falta de crianças e também sobre o que é o envelhecimento e tentar que haja cada vez mais qualidade de vida e que esta população esteja cada vez mais ativa no Concelho.”<br><br>“ (...) todos têm que se socorrer dos avós, os que podem, para dar o suporte e ajuda à família. Mesmo a nível financeiro também já começa, temos alguns casos que as famílias quando têm dificuldades financeiras têm que retornar a casa dos pais, neste caso os avós das crianças, ou até mesmo socorrer-se desse apoio.” |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Dificuldades das pessoas de idade</p> <p>Rede social e a promoção para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> | <p>Qualidade de vida</p> <p>Manter uma vida ativa a vários níveis</p> <p>Necessidade de programas que respondam às necessidades</p> <p>Universidade Sénior como mais-valia</p> <p>Dificuldades relacionadas com idade avançada</p> <p>Preocupação, por parte das pessoas de idade, sobre como os netos vão ficar num futuro devido à sua ausência</p> <p>Universidade sénior é boa medida</p> <p>Promover passeios na região, contacto com outras pessoas e entre crianças e idosos</p> | <p>“Tem a ver com a qualidade de vida. Manter uma vida ativa a vários níveis, a nível social, uma ocupação do tempo com qualidade e que haja programas que possam manter as pessoas plenas das suas capacidades e responder às necessidades de cada idoso. O acesso à saúde, por exemplo no Concelho de Sousel já está instituída a Universidade Sénior e penso que em Fronteira já estão a implementar, tudo isso são mais-valias para um envelhecimento.”</p> <p>“Por exemplo, aquela família que tivemos que era a avó que estava responsável pela tutela de dois netos, a dificuldade que se deparava era que começava a ter uma idade muito avançada.”</p> <p>“Neste caso é esse também um dos problemas dos idosos que conhecemos mais de perto, é pensar como os netos vão ficar daqui a um tempo quando eles já cá não estiverem.”</p> <p>“Neste caso a Universidade Sénior é uma boa medida e penso que aqui também acontece, à semelhança de outros Concelhos, o proporcionar atividades aos idosos, passeios na região.”</p> <p>“ (...) isso vai proporcionar momentos de lazer e de contacto com outras pessoas, promover o contacto entre as crianças e os idosos”</p> |
|--|--|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                       |   |   |   |
|---------------------------------------|---|---|---|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> | <p>Chamar avós ao jardim-de-infância e realizar atividades</p> <p>Proporciona um envelhecimento ativo<br/>Melhora a qualidade de vida</p> <p>Sentimento de valorização</p> <p>Facilidade de sinalizar quem está institucionalizado, quem não está, há necessidade de ir ao encontro através, por exemplo do centro de saúde</p> <p>Promoção de ações de formação no centro de saúde</p> <p>Aproximar gerações na escola</p> <p>Ação de sensibilização sobre explicar o que é o serviço da ELI</p> | <p>“Até mesmo nós podemos chamar alguns avós num dia específico ao jardim, ou a fazer atividades relacionadas com os trabalhos sazonais, é sempre um contributo muito importante.”</p> <p>“É um proporcionar um envelhecimento ativo e uma melhor qualidade de vida aos idosos”</p> <p>“Sentem-se valorizados. É aproveitar também a experiência de cada um e canalizá-la para um bem maior”</p> <p>“É fácil sinalizar quem está em instituição, agora aqueles como referiu se temos conhecimento de casos que acabam por estar sozinhos, se calhar é fazer esse levantamento, ir ao encontro onde eles estão, acho que aqui o centro de saúde, como a colega referiu, tem um papel muito importante porque através dos domicílios sabem onde eles estão.”</p> <p>“Então conseguir conquistá-los um bocadinho por aí, com as pessoas que eles já têm relação, promovendo ações de formação no centro de saúde, fazendo todo esse trabalho, acho que é importante.”</p> <p>“ poderíamos aproximar gerações mas aí mais envolvidos na escola talvez. Enquanto técnicos poderemos fazer uma ação de sensibilização, explicar o que é o</p> |
|---------------------------------------|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | Plano curricular da Universidade Sénior | Levantamento histórico de tradições, receitas e características do Concelho | serviço que muitas das vezes ainda nos deparamos com o desconhecimento”<br><br>“Era importante fazer esse levantamento histórico, de tradições, receitas, características do Concelho” |
|--|---|---|--|

## Anexo 8 – Entrevista 8

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão                       | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|---------------------------------|-------------------------|
| 8            | M    | 39    | Elvas        | Portuguesa    | Diretor adjunto IEPF Portalegre | Licenciado              |

| Dimensão                         | Categoria                                    | Indicadores   | Unidade de Contexto  |
|----------------------------------|--|---|--|
| II<br>Caracterização da entidade | Áreas de atuação da entidade para o Concelho | Colocação das pessoas no mercado de trabalho<br><br>Formação profissional para aumentar competitividade | “O fim último do instituto é a colocação das pessoas no mercado de trabalho através das diferentes formas que temos. Começando pela formação profissional, formando as pessoas para serem mais competitivas quando vão para o mercado de trabalho, isto na área da formação. Na área do emprego, através de certos programas que dão, digamos, alguma bagagem para depois entrar no mercado de trabalho” |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho    | Envelhecimento de todos os Concelhos<br><br>Economia Social como maior empregador                       | “Estamos muito envelhecidos, sem dúvida nenhuma, não só em Fronteira como nos outros concelhos todos. Não é por acaso que neste momento o maior empregador é a economia social, são as IPSS, são os lares, são os centros de dia.”   |

|                                    |  |   |  |
|------------------------------------|--|---|--|
| III<br>Envelhecimento bem-sucedido | Conceito de envelhecimento bem-sucedido<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>Ações de emprego e formação desenvolvidas no processo de envelhecimento | Pessoas sentirem-se válidas<br><br><br><br><br>Pessoas de idade têm algo para ensinar, podem transmitir a sua grande experiência<br><br><br><br><br>Necessário também que as pessoas de idade tomem iniciativa<br><br><br><br><br><br><br><br>Formações para as pessoas de idade que ainda querem voltar ao mercado de trabalho | “O envelhecimento bem-sucedido seria um envelhecimento onde as pessoas, na minha opinião, se sentissem ainda válidas e pudessem ainda dar alguma coisa à sociedade”<br><br>“Os jovens veem as pessoas com mais idade como pessoas que não lhes podem ensinar mais nada, quando não é verdade.”<br><br>“A experiência que eles têm é de tal maneira grande que se podia tirar muitos dividendos, que não acontece”<br><br>“Seria depois bem-sucedido se os próprios idosos fizessem para que isso acontecesse e não se limitassem a ir para os lares e fazerem as animações que os lares hoje em dia já pressionam e passar o dia a fazer jogos e coisas do género, quando poderiam sem dúvida nenhuma muitos deles apostar na formação, o que não acontece.”<br><br>“não estamos a falar das pessoas que já estão institucionalizadas, que já estão nos lares.”<br><br>“Para esses não temos nada para lhes oferecer. Temos para aqueles que ainda querem regressar ao mercado de trabalho, esses sim temos várias formações.” |
|------------------------------------|--|---|--|



|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> <p>Adaptação dos meios de aprendizagem para o envelhecimento</p> <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> | <p>Protocolo com a fundação Renal para utilização das hortas comunitárias</p> <p>Lugar importante, embora o jovens assim não o encarem</p> <p>Conotação negativa de velho e idosos</p> <p>Dimensão direcionada para o Ministério da Educação</p> <p>Necessário a união entre atores</p> | <p>“assinámos um protocolo com a fundação Renal no sentido daquelas pessoas que estão a fazer hemodiálise que possam trabalhar na nossa horta comunitária que temos lá em baixo no ninho de empresas e para além da doença, envelhecerem mais ativamente e ir renovando a sua autoestima”</p> <p>“É importante. Os jovens não encaram isso assim mas é totalmente importante”<br/>“Nós é que chamamos velhos e chamamos idosos, temos esses termos todos, mas se formos ver os espanhóis, os espanhóis não lhes chamam assim, são os mayores. São os nossos mayores, não têm aquela conotação que nós entendemos, erradamente, tão negativa.”</p> <p>“Aqui, o IEFP como estava a dizer à pouco, tem pouca intervenção, porque estamos a falar de pessoas que já não estão cá inscritas, não podemos fazer nada. Isto empurra mais para o Ministério da Educação.”</p> <p>“A estrutura está montada. A Rede Social tem no seu seio os vários intervenientes da comunidade.”</p> <p>“Depende destes atores todos se unirem nesse sentido e em alguns sítios, em Fronteira também, funciona.”</p> |
|--|---|---|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                   |   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|---|
| <p>IV<br/>Universidade Sénior</p> | <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p><br><p>Universidade Sénior e o isolamento</p><br><p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> | <p>Formação, ensino e exercício como combate a doenças</p><br><p>Ocupação, atividade, motivação e amento da autoestima</p><br><p>IEFP com pouca margem de manobra na Universidade Sénior</p><br><p>Apoio enquanto parceiros da Rede Social</p><br><p>Voluntariado</p><br><p>A favor do ensino e aprendizagem ao longo da vida</p> | <p>“Toda esta formação, todo o ensino e tudo o que faça movimentar, entre aspas, o cérebro, é bom para combater estas doenças. A saúde está devidamente empenhada, em conjunto com a educação e formação, para minimizar estes riscos e mentalizar as pessoas nesse sentido.”</p><br><p>“A Universidade Sénior para além de manter as pessoas ocupadas, ativas, motivadas, melhora a autoestima, portanto para mim tem todas as vantagens.”</p><br><p>“Nós institucionalmente não temos nada contra, tudo a favor. Agora foi como disse, nós em relação à Universidade Sénior temos, para além de Parceiros da Rede podermos aprovar e poder estar como parceiro, nós temos pouca margem de manobra na criação das Universidades Sénior”</p><br><p>“o voluntariado faz parte do decreto de lei, ou seja, a pessoa requer-nos a nós que vai fazer voluntariado, a instituição onde a pessoa vai fazer voluntariado diz sim senhora a pessoa vem para cá, com uma declaração que já está feita, e não é por estar a receber subsidio que não faz voluntariado. Portanto, daí o Instituto está obviamente a favor do voluntariado e como é óbvio fomenta sem dúvida o ensino e a aprendizagem ao longo da vida.”</p> |
|-----------------------------------|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | Plano curricular da Universidade Sénior | A universidade sénior como entidade certificadora de formadores seniores, em áreas mais tradicionais por exemplo, que poderiam integrar o IEFP | “São as pessoas de mais idade que estão a fazer isso e obviamente que a Universidade deveria formar essas pessoas de forma a dar um certificado onde possam ser nossas formadoras, por exemplo, e assim sim fazer passar o conhecimento a outros.” |
|--|---|--|--|

## Anexo 9 – Entrevista 9

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-----------|-------------------------|
| 9            | M    | 34    | Évora        | Portuguesa    | Advogado  | Licenciado              |

| Dimensão                         | Categoria   | Indicadores   | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|---|---|---|
| II<br>Caracterização da entidade | Políticas e ações do Município em torno do envelhecimento | Cartão do Idoso<br>Tarifários sociais da água<br>Regime de transporte protocolado com os Bombeiros Voluntários<br>Programa Reparar Mais | “Estamos a falar de medidas todas elas relacionadas com o Cartão do Idoso e neste medida temos os tarifários sociais da água, temos um regime de transportes protocolado com os Bombeiros Voluntários de Fronteira (...). Temos um programa também incluído no cartão do idoso, um programa de reparações domiciliárias que tem o nome de Reparar Mais”   |
|                                  | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho                 | Concelho envelhecido<br>Poucas respostas ao nível da empregabilidade para os mais jovens<br>Êxodo juvenil                               | “A minha perceção sobre o envelhecimento no Concelho de Fronteira julgo que é a perceção geral de todas as pessoas, um Concelho do interior, um Concelho que infelizmente, tal como todos os Concelhos do distrito de Portalegre mas também do interior do país, não tendo repostas ao nível da empregabilidade para os mais jovens, acabam por não conseguir fixar muitos jovens na nossa área territorial.” |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Estado da proteção social e de assistência às pessoas de mais idade no Concelho</p> | <p>Tendência para o envelhecimento crescer</p> <p>Condição económica e social</p> <p>Condições fisiológicas e de saúde</p> <p>Aglomerar o envelhecimento ativo, as políticas de envelhecimento ativo e todas as atividades de estimulação física e sensorial</p> <p>Qualidade e vida</p> <p>Várias perspetivas para quem se encontra a trabalhar a partir dos 50 anos e para quem perdeu o emprego e não conseguem ter vida própria</p> | <p>“O que acaba por resultar que vamos tendo cada vez mais uma franja maior de pessoas idosas e esta franja tem tendência de, nos próximos anos, a crescer ainda mais.”</p> <p>“é o envelhecimento em que as pessoas que se encontram nesta fase da sua vida conseguem não só ter condição económica, social e também condições propriamente fisiológicas, mais diretamente a ver com a saúde, que lhes permita ter uma vida mais tranquila, mas sobretudo que as permita estar mais ativas.”</p> <p>“o envelhecimento bem-sucedido é certamente aquele que conseguirá aglomerar o envelhecimento ativo, as políticas de envelhecimento ativo, todas as atividades relacionadas com a estimulação física e sensorial das pessoas que continuam nesta fase da vida e, em simultâneo, todas as medidas que acabam por dar mais condições de qualidade de vida”</p> <p>“sabemos que com o aumento da idade da reforma, há pessoas que se encontram a trabalhar até mais tarde, portanto a partir dos 50 anos há aqui um setor da comunidade que vai estar a trabalhar por mais 15 ou 16 anos e portanto desde que encontre a trabalhar e tendo os seus próprios rendimentos a nossa perspetiva</p> |
|--|---|---|---|

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|  | <p>Protocolos e acordos estabelecidos no âmbito do envelhecimento</p> | <p>Trabalho socialmente necessário como medida para pessoas com mais de 45 anos</p> <p>As pessoas já reformadas têm como medida o cartão do idoso</p> <p>Protocolo com os Bombeiros Voluntários para realização dos transportes</p> <p>Protocolo com a Unidade de Saúde do Norte Alentejano para gestão do centro de saúde</p> | <p>tem de ser necessariamente diferente. Naturalmente há pessoas com mais de 50 anos que perderam o emprego ou que não conseguem ter um rendimento próprio e aí nós temos feito tudo em absoluto para manter essas pessoas inseridas do ponto de vista social. Felizmente, existem medidas que nos vão permitindo colocar em contexto de trabalho, pomposamente aquilo que se chama trabalho socialmente necessário, pessoas com mais de 45 anos que tenham perdido o emprego ou que de facto não tenham vínculo laboral perante terceiros.”</p> <p>“as pessoas que se encontram já a beneficiar de uma pensão de reforma, sabemos também que a situação é totalmente diferente da situação que falámos antes, sabemos que as pensões de reforma têm sofrido cortes como as remunerações dos trabalhadores também têm sofrido alguns cortes, no entanto é exatamente por isso que existe o cartão do idoso.”</p> <p>“Temos, como lhe disse ainda à pouco no âmbito do cartão do idoso, protocolos estabelecidos com os Bombeiros Voluntários de Fronteira para a realização dos transportes. Temos com a Unidade de Saúde do Norte Alentejano que faz a gestão dos Centros de Saúde, um protocolo também para fazer esta gestão em matéria de transportes. Temos com as</p> |
|--|---|--|---|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> | <p>Protocolos com as IPSS</p> <p>Protocolo com a Junta de Freguesia para utilização das termas da Sulfúrea</p> <p>Experiência das pessoas de idade deve ser aproveitada e transmitida</p> <p>A participação cívica das pessoas de idade tem como primeiro passo a Universidade Sénior</p> | <p>IPSS um conjunto alargado de protocolos que visam essencialmente dar apoio a estas entidades, porque elas realizam grande parte do nosso trabalho e das nossas atribuições e portanto são nossos parceiros ativos e que naturalmente temos que ter em consideração e nessa medida vamos tentando apoiá-los acima de tudo com maior capacidade para dar resposta às suas mais diversas áreas de intervenção.</p> <p>“ (...) temos também um protocolo com a Junta de Freguesia de Cabeço de Vide para que possam ser utilizadas as termas da sulfúrea”</p> <p>“ (...) existe uma experiência acumulada da parte destas pessoas, que de facto não só nos leva a achar que é necessário que elas se encontrem socialmente ativas mas é necessário para elas mas também para todos nós, porque conseguem contribuir com um conjunto de conhecimentos, muitas vezes acumulados pela experiência, e que é de facto importante tê-las a colaborar connosco o máximo possível.”</p> <p>“Julgo que o primeiro passo para isso será exatamente a Universidade Sénior e com a Universidade Sénior conseguiremos colocar do ponto de vista de participação cívica algumas destas pessoas a dar aulas, se calhar foi aquilo que nunca</p> |
|--|--|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                       |  |  |   |
|---------------------------------------|--|--|---|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> | <p>Órgão consultivo integrado na Universidade Sénior</p> <p>Reencaminhar as diferentes situações para as entidades mais competentes</p> <p>Serem professores e alunos</p> <p>Estimulação sensorial</p> | <p>tiveram oportunidade a vida inteira e agora muito possivelmente vão começar a tê-la e julgo que se pode começar por aí e sem menosprezar a hipótese de dentro da Universidade Sénior conseguirmos criar aqui um órgão consultivo desta natureza, que acho que era importante”</p> <p>“Será sem dúvida nenhuma mais produtivo ter uma resposta em matéria de idosos institucionalizados que essa resposta provem das Santas Casas da Misericórdia, se calhar será mais produtivo que em matéria de envelhecimento ativo, em termos de intervenção cívica, que essa resposta venha a ser dada pelo Município e pelo Agrupamento de Escolas, se calhar será mais produtivo em matéria de ação social que essa resposta seja mais proporcionada pela Segurança Social do que propriamente os Municípios.”</p> <p>“A partir do momento em que nós tenhamos toda esta possibilidade de pessoas que se encontram de facto numa idade mais adulta avançada, não lhes vamos chamar idosos, podem entre si partilhar experiências, basicamente serem professores e alunos em simultâneo. Não tenho dúvidas nenhuma que do ponto de vista da estimulação sensorial terá as suas vantagens, especialmente com a forma e roupagem que lhe vamos dar à Universidade Sénior em Fronteira”</p> |
|---------------------------------------|--|--|---|



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Motivações para a implementação da Universidade Sénior</p> <p>Dificuldades na criação e implementação da Universidade Sénior</p> <p>Visão e objetivo da Universidade Sénior</p> <p>Políticas e parcerias a estabelecer</p> | <p>Envelhecimento ativo</p> <p>Transportar a Universidade Sénior para o Agrupamento de Escolas</p> <p>As atividades extracurriculares com a inclusão das pessoas de mais idade da Universidade Sénior</p> <p>Requer grande articulação com o Agrupamento de Escolas e autorização da Direção Regional de Educação</p> <p>Colocar as pessoas a sentirem-se úteis</p> <p>Levá-las para a comunidade escolar</p> | <p>“Essencialmente tudo o que diz respeito ao envelhecimento ativo.”</p> <p>“A principal dificuldade encontrada fomos nós próprios que a criámos. (...) Essencialmente a intenção seria criar quase uma academia de avós e netos e transportar a Universidade Sénior para a sede do Agrupamento de Escolas e permitir em matéria de atividades extracurriculares por parte dos alunos das escolas, que essas atividades extracurriculares comesçassem a incluir as pessoas mais adultas e mais idosas que se encontrem no âmbito da Universidade Sénior.”</p> <p>“É um projeto mais arrojado, mas que leva a necessidade de grande articulação com o Agrupamento de Escolas e a necessidade de autorização da Direção Regional de Educação.”</p> <p>“Colocar as pessoas a sentirem-se úteis. Essa é a principal visão e objetivo. Mas também levá-los para dentro da comunidade escolar. Eu acho que é fundamental que os mais jovens estivessem em contacto com os mais experientes”</p> <p>“Essencialmente as políticas acabei de as explicar e as parcerias serão essencialmente do Agrupamento de</p> |
|--|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Parceria com o Agrupamento de Escolas, com abertura para outras entidades e parceiros da Rede social</p> <p>Português</p> <p>Língua Estrangeira</p> <p>Solidariedade intergeracional como objetivo central</p> <p>Património cultural, artes e tradições do concelho como preservação e foco de troca de experiências</p> | <p>Escolas, sem prejuízo de podermos ter aqui outras entidades a colaborar no âmbito da Universidade Sénior. (...) as parcerias seriam essencialmente estabelecidas com os próprios parceiros da Rede Social”</p> <p>“Naturalmente para pessoas que não saibam ler e escrever o português seria fundamental. (...) talvez uma língua estrangeira seria interessante para quem já tem alguma habilitação literária (...) A promoção da solidariedade intergeracional, a própria academia, o próprio nome da Universidade Sénior ser Academia de Avós e Netos, dá resposta a isso. E o património cultural, que é aquilo que nós quisemos juntar a este projeto, que são as artes e tradições do concelho, não só a partilha entre os mais idosos mas também a partilha para com os mais jovens, acho que é uma forma essencial para conseguir preservar este património”.</p> |
|--|--|--|--|

## Anexo 10 – Entrevista 10

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão             | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------------|
| 10           | F    | 30    | Luanda       | -             | Técnica Social da CMF | Licenciada              |

| Dimensão                          | Categoria  | Indicadores   | Unidade de Contexto   |
|-----------------------------------|--|---|---|
| II<br>Envelhecimento bem-sucedido | Conceito de envelhecimento bem-sucedido                            | Condições socioeconómicas, psíquicas e físicas        | “Envelhecimento é o avançar da idade com boas condições socioeconómicas, psíquicas e físicas, tendo em conta como é óbvio a idade.”   |
|                                   | Estado da Proteção social e assistência às pessoas de idade        | Parceria com os diferentes agentes                    | “Existem uma panóplia de medidas que permitem um envelhecimento acompanhado e bem-sucedido no Concelho, que resulta de interparceria com os diferentes agentes que fazem parte do Envelhecimento da população.” |
|                                   | Lugar das pessoas de idade na sociedade atual                      | Questões sociais e educacionais afetam a participação | “Infelizmente ainda não é participativo, facto este que resulta sobretudo de questões sociais e educacionais.”  |
|                                   | Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido | Conceção de rede é suficiente                         | “Se funcionar como “rede”, na verdadeira aceção da palavra é o suficiente.”   |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p>III<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> <p>Políticas a adotar para garantir eficácia aos utentes</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Resposta para a população com mais de 55 anos, que tem grande peso</p> <p>Resposta cultural</p> <p>Necessidade de políticas a nível nacional</p> <p>Permitir a troca de conhecimentos entre alunos e professores</p> <p>Disciplina de Cidadania</p> | <p>“Dar ainda mais resposta, principalmente à população Idosa, mais de 55 anos que são também uma realidade de peso no Concelho.”</p> <p>“Criar mais uma resposta cultural para a população Sénior.”</p> <p>“Algumas políticas, mas não a nível local e sim a nível nacional.”</p> <p>“O plano curricular, deve ter um caracter informal e permitir a troca de conhecimentos entre alunos e professores, por este facto disciplinas como cidadania, projeto são exemplos de áreas sobre as quais é permissível essa troca de experiencias.”</p> |
|--|--|--|---|

## Anexo 11 – Entrevista 11

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão             | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------------|
| 11           | F    | 54    | Fronteira    | Portuguesa    | Educadora de Infância | Licenciada              |

| Dimensão                         | Categoria                                    | Indicadores  | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|--|--|---|
| II<br>Caracterização da entidade | Áreas de atuação da entidade para o Concelho | Instituição de Educação e Ensino<br><br>Desde o pré-escolar até 3º ciclo<br><br>Cursos Vocacionais<br><br>EFA escolar<br><br><br>Teatro escolar<br><br>Atividades de biblioteca<br><br><br>Semana cultural todos os anos | “O nosso Agrupamento de Escolas é uma instituição de educação e de ensino que vai desde o Ensino do Pré-Escolar ao 3º ciclo. Pontualmente já tivemos experiências na área do ensino secundário. Neste momento, só temos Vocacionais de básicos e secundários e também EFA escolar. Mas não somos escola secundária, infelizmente.”<br><br>“ (...) em termos de teatro, que é um clube da escola que existe desde 1996, até espetáculos musicais, atividades de biblioteca muito direcionadas para as literacias, animações AEC, tentamos sempre devolver à comunidade pontualmente e de momento maior, todos já sabem e já acontece há alguns anos, que é a semana cultural de Fronteira” |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Perceção sobre Envelhecimento no Concelho</p> <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Educação e atividades para as pessoas de idade</p> | <p>Envelhecimento como problema nacional</p> <p>Necessidade de valorização deste grupo</p> <p>Fatores biológicos, psicológicos, sociais/culturais</p> <p>Longevidade no envelhecimento ativo</p> <p>Importante como se encara o processo de envelhecimento</p> <p>Envolvimento dos avós no dia-a-dia, pré-escolar e primeiro ciclo, através da biblioteca escolar e em atividades no quotidiano</p> | <p>“O envelhecimento é um problema nacional. No nosso Concelho, de facto, reveste-se de grande importância quando somos de interioridade e de facto há uma grande necessidade de valorização deste grupo”</p> <p>“Envelhecer bem envolve estes fatores todos que acabei de dizer: biológicos, psicológicos, sociais/culturais. Embora, tenhamos de falar aqui numa outra questão que não será um fator, mas é considerado como tal por parte da população, que é a longevidade. A longevidade para muitos tem uma importância maior nesta questão do envelhecimento ativo, envelhecimento bem-sucedido melhor dizendo. Mas, quanto a mim, é mais importante como se encara o processo de envelhecimento ao longo da vida.”</p> <p>“Atualmente, investe-se mais no envolvimento de avós, especialmente no dia-a-dia, no quotidiano, no pré-escolar e primeiro ciclo e em termos de biblioteca escolar também nós temos muito esse hábito, tentá-los incluir nas atividades do quotidiano através de contar de histórias, percursos de vida, atividades em contexto escolar. Até em ações de solidariedade, recolhas variadas, embora não seja uma tarefa muito fácil.”</p> |
|--|---|---|---|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> <p>Adaptação dos meios de aprendizagem para o envelhecimento</p> <p>Posição face à disciplina de gerontologia</p> | <p>Necessidade da sociedade repensar os valores</p> <p>Pessoas de idade constituem um recurso que é importante realçar (a experiência)</p> <p>Voluntariado como forma de integração</p> <p>Concelho rico em massa humana</p> <p>Universidade sénior como boa aposta para colmatar algumas questões</p> <p>Não concorda</p> <p>Currículo dos alunos demasiado pesado</p> | <p>“A sociedade atual necessita rever e repensar os seus valores. As pessoas mais idosas, constituem um recurso para todos nós de tal maneira que não pode passar assim como está a passar neste momento, que mais não seja porque essas pessoas têm uma experiência de vida e percurso vivido que é importante trazer para a ribalta, para que os mais novos percebam como é que foi a vida à uns anos atrás”</p> <p>“Mas continuo a achar que o voluntariado é uma forma excelente de integração e privilegiada até. Deveriam ter estado sempre integradas e valoradas na nossa sociedade.”</p> <p>“A criação de uma Universidade Sénior será uma boa aposta para colmatar algumas das questões que colocou. O nosso Concelho é bastante rico em termos de massa humana crítica e com formação adequada para constituir um núcleo de apoio que possa vir a desenvolver essa área do desenvolvimento sócio/afetivo visando esta faixa etária.”</p> <p>“Não concordo com a introdução desta disciplina e explico-lhe porquê. O currículo já é demasiado pesado para os alunos. É uma questão de educação e a educação ocorre em casa, embora seja depois complementarmente desenvolvida na escola. Eu penso que o currículo já é</p> |
|--|--|---|--|

|                                       |  |   |  |
|---------------------------------------|--|---|--|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> | <p>Questão deve ser desenvolvida em casa, em família e em comunidade</p> <p>Inclusão da população sénior em atividades desportivas e culturais</p> <p>Programas de ativação de jovens e idosos</p> <p>Agrupamento como sitio chave para relacionamento entre gerações</p> <p>Universidade Sénior como polo de combate ao isolamento</p> | <p>demasiado pesado, nós já abordamos estas questões na Educação Cívica, já existe uma disciplina que abarca todas estas questões. O lugar privilegiado para o desenvolvimento destes valores não é aqui, é a família e a própria comunidade.”</p> <p>“Eu acho que a inclusão da população sénior em atividades desportivas e culturais quanto mais melhor”</p> <p>“Assim como programas de ativação de jovens e idosos, continuo a apostar nisso, foi uma das áreas que referenciei no ano passado a quando do plano social, porque já faço parte da Rede Social à muitos anos”</p> <p>“Acho que temos todos a ganhar com isso. Depois o facto de trazermos para dentro do Agrupamento de Escolas, que por si só é o sitio chave e privilegiado, onde se desenrolam o crescimento e as aprendizagens desde a faixa etária dos 3 anos até ao 3º ciclo neste momento, até por volta dos 15, trazer um grupo considerado sénior pode trazer muito, muito, muito de bom, para uns e para outros”</p> <p>“Concordo que a Universidade Sénior será um polo para o combate ao isolamento. Mas ainda mais que isso, acrescento, devolve o entusiasmo, a motivação, acrescenta informação e formação, porque</p> |
|---------------------------------------|--|---|--|



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Devolve entusiasmo, motivação, informação, formação e sentido de utilidade</p> <p>Importante valorizar os saberes e conviver intergeracionalmente</p> <p>Todos os recursos físicos, materiais e humanos estão disponíveis</p> <p>Camada sénior habilitada para voluntariado</p> <p>Artes decorativas</p> <p>Ensino precoce do Inglês</p> <p>Teatro, considerado lúdico e terapêutico</p> | <p>ela é permanente, e o sentido de “utilidade”, que é uma coisa que se perdeu e as pessoas são úteis.”</p> <p>“ (...) acho que a utilidade é uma coisa importante e valorizar os percursos de vida, os saberes e conviver intergeracionalmente, num contexto educativo propício, são condutores para uma vida saudável e feliz”</p> <p>“ (...) está mais que aceite as vantagens para uns e para outros da integração da Universidade Sénior no Agrupamento. Pois se este é o local privilegiado e equipado como deve para que se desenrole a educação e o ensino, é o sítio certo para termos a integração da Universidade Sénior. Todos os recursos físicos e materiais estão absolutamente disponíveis e os recursos humanos creio que alguns também, não serão os nossos recursos humanos a fazerem a dinamização, se bem que alguns estejam incluídos, mas temos dentro da camada sénior pessoas habilitadas para o fazer com voluntariado”</p> <p>“Artes decorativas será uma delas, nas suas diversas modalidades, talvez o ensino precoce de uma língua, neste caso não é precoce é até tardio, o inglês para a</p> |
|--|---|---|--|

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | <p>A informática</p> <p>A música</p> <p>Ginástica e modalidades a ver com alongamentos</p> <p>Património local e material para levantamento</p> <p>Literacia do quotidiano</p> | <p>população sénior, o básico era importantíssimo (...)</p> <p>“O teatro, porque eu domino e é uma área que me diz muito e que eu penso que é terapêutico ao mais alto nível nesta faixa etária, além de lúdico tem uma função terapêutica. A informática porque as pessoas desconhecem, a maior parte dos nossos seniores desconhece esta mais-valia e hoje faz parte da vida”</p> <p>“A música, a educação física, que nós já temos mas que pode ser mais especificada dentro da Universidade Sénior, quer no domínio da ginástica propriamente dita, algumas modalidades que tenham a ver com alongamentos como o badminton. O património local, porque aí ganhamos todos, porque eles também sabem muito deste património local e material e que é bom fazer levantamento. A literacia do quotidiano que é importantíssimo, o saber ver ou ler uma notícia e perceber o que estão a ler. A dança, porque também temos possibilidades e recursos para.”</p> |
|--|--|--|--|

## Anexo 12 – Entrevista 12

### Dimensão I - Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade  | Nacionalidade | Profissão | Habilitações Literárias |
|--------------|------|-------|---------------|---------------|-----------|-------------------------|
| 12           | M    | 46    | São Saturnino | Portuguesa    | Bancário  | 12º ano                 |

| Dimensão                         | Categoria  | Indicadores  | Unidade de Contexto   |
|----------------------------------|--|--|---|
| II<br>Caracterização da entidade | <p>Políticas e ações da Junta de Freguesia para o envelhecimento</p> <p>Parcerias dada a falta de autonomia das Juntas de Freguesia</p> <p>Perceção sobre Envelhecimento no Concelho</p> | <p>Protocolo com a Santa Casa para realização da higiene habitacional</p> <p>Protocolo com os Bombeiros Voluntários para transporte de doentes dentro do cartão do idoso</p> <p>Parcerias com Município, Bombeiros Voluntários, Santa Casa da Misericórdia e IEFP</p> <p>Envelhecimento enorme</p> | <p>“Com a Santa Casa fizemos um protocolo no sentido de começar a utilizar aqui na Freguesia o serviço de higiene habitacional e com os Bombeiros fizemos um protocolo no sentido de transporte de doentes a pessoas que estejam inseridas dentro do cartão do idoso em que fizemos um protocolo em que nós ajudamos com algum dinheiro mensal e por sua vez essas entidades correspondem às nossas necessidades”</p> <p>“Tem sido mesmo com o Município, com os Bombeiros, com a Santa Casa. (...) com o centro de emprego, o IEFP, também temos parceria”</p> <p>“O envelhecimento no Concelho de Fronteira é enorme. (...) o que se nota é que cada vez as pessoas são menos e cada vez mais velhas”</p> |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>III<br/>Envelhecimento bem-sucedido</p> | <p>Conceito de envelhecimento bem-sucedido</p> <p>Estado de proteção social e de assistência às pessoas de idade no concelho</p> <p>O que seria pertinente estabelecer no âmbito da assistência, redução da pobreza nas pessoas de idade</p> | <p>Qualidade de vida</p> <p>Máximo conforto</p> <p>Proximidade permite ajuda</p> <p>Apoio da Junta de Freguesia, Bombeiros Voluntários e Município permite realizar transporte de doentes</p> <p>Pertinente realizar um acompanhamento aos idosos no sentido de os dinamizar, manter mais ativos</p> | <p>“para mim o envelhecimento bem-sucedido são aqueles que conseguem chegar a velhotes ainda com alguma qualidade de vida e, por sua vez, dentro desse envelhecimento manterem-se com o máximo conforto e qualidade de vida para os dias deles.”</p> <p>“O Concelho não está numa situação muito diferente do país.<br/>Pelo contrário, (...) no nosso Concelho toda a gente se conhece, os vizinhos notam logo, acompanham e por sua vez, ainda conseguimos com o apoio da Câmara, dos Bombeiros e tudo mais, fazer o transporte de doentes que foi retirado à alguns anos pelo Estado ”</p> <p>“ (...) o envelhecimento por si já é uma tristeza e se o envelhecimento passar por estar sentado numa cadeira de uma Santa Casa, de um centro de dia, ou de uma coisa qualquer, parece que estão à espera da morte, só comem e estão à espera. Eu acho que uma coisa que poderia ser feita através do apoio da Segurança Social é tentar dinamizar mais estas casas no sentido de (...) ter um acompanhamento tipo, não digo um fisioterapeuta, mas uma pessoa que os faça movimentar, que lhe dê vida, dentro daquilo que eles podem fazer.”</p> <p>“A animação sociocultural que é muito importante, porque não deixa que</p> |
|--|--|--|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                                       |   |  |  |
|---------------------------------------|---|--|--|
| <p>IV<br/>Universidade<br/>Sénior</p> | <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> <p>Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido</p> <p>Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho</p> | <p>Animação sociocultural muito importante para a ocupação</p> <p>Aproveitar a disponibilidade para voluntariado</p> <p>Rede Social importante na informação e combate ao isolamento</p> <p>Incentivo à atividade</p> <p>Voluntariado e aprendizagem</p> | <p>eles fiquem estagnados, acabam por um dia fazer uma coisa e depois outra, estão ocupados”</p> <p>“Quando falamos em pessoas de idade, há muitas pessoas de idade. Pessoas de 65 já são idosos, de 85 também são. Há muita gente e que tem capacidade para isso. Deveriam aproveitar alguma disponibilidade e alguma força que ainda têm e que podem ajudar na parte do voluntariado.</p> <p>Nós temos aqui 22 ou 23 idosos no centro de dia e temos muita gente com mais de 65 anos em casa e que poderia vir aqui quer para ajudar, para pôr as mesas (...)”</p> <p>“é a Rede Social que tem os conhecimentos de quem são as pessoas que mais precisam, as pessoas por sua vez têm o conhecimento, ou deveriam ter, das pessoas que se estão a sentir mais isoladas e por sua vez a ficar numa situação de quase vergonha de aparecer. Eles têm um papel fundamental na informação.”</p> <p>“A Universidade Sénior incentiva as pessoas a terem alguma atividade. Estão a fazer a voluntariado, estão por sua vez a ocupar o tempo, estão a aprender de alguma maneira, a ter conhecimentos sobre novas tecnologias, computadores (...)”</p> |
|---------------------------------------|---|--|--|

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p>Universidade Sénior e o isolamento</p> <p>Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior</p> <p>Plano curricular da Universidade Sénior</p> | <p>Não há isolamento na Freguesia de São Saturnino</p> <p>Junta de Freguesia tem colaborado e ajuda monetariamente para a realização da higiene habitacional</p> <p>Português</p> | <p>“Não andarem ali com coisas maçadas, mas ensiná-los e ajudá-los a estarem mais virados para os outros.”</p> <p>“ (...) cá não temos uma pessoa que esteja isolada em casa, não temos uma pessoa que não tenha a casa arrumada, que não tenha a casa de banho. Não temos. As pessoas distraem-se umas com as outras, uma vêm para o centro de convívio, outras para o centro de dia, outras que ainda não sentem necessidade de vir nem para um lado nem para o outro. Juntam-se ou a conversar ou nos bancos e nos cafés.”</p> <p>“ (...) a junta de freguesia sempre tem colaborado.”</p> <p>“Neste momento a Junta de Freguesia está a pagar uma percentagem sobre o valor que eles pagam por exemplo na higiene habitacional. Eles têm uma percentagem de lei, que é 5% sobre o valor da reforma e a junta de freguesia para a todos 1%, pagando ele só 4%, para assim os facilitar e por sua vez incentivar a querer.”</p> <p>“Uma delas seria tentar com que as pessoas conhecessem as letras, para tentarem fazer o nome deles, seria o Português.</p> <p>(...) e ensinar um bocadinho de TIC no que diz respeito ao conseguir receber um mail,</p> |
|--|---|---|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |  |     |   |
|--|--|-----|---|
|  |  | TIC | o tal facebook que é muito mau em alguns casos, para os velhotes não é nada mau, para eles poderem falar com o neto, falar com a filha, ver as fotografias do filho e da filha, porque outros estão a 15 dias, outros a um mês e outros mais tempo sem os ver, penso que seria muito importante.” |
|--|--|-----|---|

## Anexo 13 – Entrevista 13

### Dimensão I – Caracterização do entrevistado

| Entrevistado | Sexo | Idade | Naturalidade | Nacionalidade | Profissão        | Habilitações Literárias      |
|--------------|------|-------|--------------|---------------|------------------|------------------------------|
| 13           | F    | 50    | Fronteira    | Portuguesa    | Diretora técnica | Licenciatura e Pós-graduação |

| Dimensão                           | Categoria  | Indicadores  | Unidade de Contexto  |
|------------------------------------|--|--|--|
| II<br>Caracterização da entidade   | Políticas e ações da instituição para o envelhecimento                                   | Respostas: ERPI, CD, SAD, ADI e Centros de Convívio<br><br>Diversas atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas | “As respostas que se prendem com o envelhecimento são a ERPI, o CD, SAD, ADI e os Centros de Convívio.”<br>“São desenvolvidas atividades de animação sociocultural, lúdico-recreativas, passeios, visitas a museus, viagens”   |
| III<br>Envelhecimento bem-sucedido | Perceção sobre Envelhecimento no Concelho<br><br>Conceito de envelhecimento bem-sucedido | Aumento do nº de idosos e diminuição do nº de jovens<br><br>Relação com qualidade de vida<br><br>Satisfação das necessidades | “tem sido notório o aumento do número de idosos no Concelho, esse fator aliado ao abandono das pessoas jovens tem vindo a aumentar o envelhecimento da região”<br><br>“um envelhecimento bem-sucedido prende-se principalmente com a qualidade de vida da pessoa idosa.”<br><br>“Não basta ter saúde ou ter bens materiais, há que conjugar e satisfazer todas as necessidades para que a pessoa possa ter qualidade ao longo dos anos. É um |



**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p>Estado de proteção social e de assistência às pessoas de idade no concelho</p> <p>O que seria pertinente estabelecer no âmbito da assistência, redução da pobreza nas pessoas de idade</p> <p>Lugar das pessoas de idade na sociedade atual</p> | <p>Processo que começo no início de vida</p> <p>Boa relação entre instituições permite solucionar carências económicas</p> <p>Diminuição do poder de compra<br/>Aumento dos custos de saúde<br/>Diminuição da qualidade de vida dos idosos<br/>Gestão mais difícil</p> <p>Medidas da Cantina Social, FEAC e Habitação Social</p> <p>Existência de um gabinete de estudo do serviço de apoio domiciliário</p> <p>Discriminação das pessoa de idade</p> <p>Necessidade de criação de políticas para reverter situação</p> | <p>processo contínuo e dinâmico que começa logo no início da vida”</p> <p>“A boa colaboração existente entre as diversas instituições proporciona acorrer a situações de carência económica que se vão verificando. A um nível global verifica-se a diminuição do poder de compra, onde os custos com a saúde tem um grande peso, reflete-se na diminuição da qualidade de vida dos idosos e na gestão de instituições como a Santa Casa da Misericórdia de Fronteira”</p> <p>“Além das respostas sociais já referidas, a instituição tem também a Cantina Social, o FEAC e a Habitação Social, que são respostas sociais destinadas a pessoas carenciadas. Poderão no futuro vir a ser criadas outras soluções que vão colmatar necessidades da população. Atualmente existe um gabinete de estudo do serviço de apoio domiciliário que tem como principal objetivo aferir as necessidades da comunidade e encontrar soluções que as venham colmatar.”</p> <p>“Atualmente a pessoa idosa é discriminada, não exercendo na maior parte das vezes esse papel importante na sociedade. Há que criar políticas para reverter esta situação”</p> |
|--|--|---|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|                              |  |   |   |
|------------------------------|--|---|---|
| IV<br>Universidade<br>Sénior | Contributo da Rede Social para o envelhecimento ativo/bem-sucedido | Articulação entre todos os meios<br><br>Uma só Instituição não consegue, sozinha, dar resposta                                | “só com a articulação de todos os meios será possível proporcionar políticas que sejam sustentáveis e que cumpram os objetivos a que se destinam. Atualmente uma instituição por si só, não consegue dar resposta às exigências das pessoas idosas no Concelho”   |
|                              | Medidas de envelhecimento ativo                                    | Centro de Dia de Vale de Maceiras<br>Centro de Convívio para mulheres em Fronteira (com cada vez mais aderência e atividades) | “A Misericórdia abriu recentemente um Centro de Dia em Vale de Maceiras, pois a população estava cada vez mais envelhecida e não existia nenhuma resposta social. Em Fronteira o Centro de Convívio para mulheres, aberto recentemente, revelou-se um sucesso, tendo cada vez mais atividades e mais utentes” |
|                              | Benefícios da Universidade Sénior para o Concelho                  | Resposta que vai colmatar algumas necessidades  | “a população idosa está cada vez mais exigente, sendo uma resposta com mais ofertas, virá colmatar alguma necessidades”   |
|                              | Universidade Sénior e o isolamento                                 | Resposta que diminuirá o isolamento, promovendo mobilidade  | “A Universidade Sénior irá proporcionar mais conhecimentos e uma maior mobilidade das pessoas, o que trará menos isolamento”  |
|                              | Enquadramento entre a instituição e Universidade Sénior            | Disponíveis os meios técnicos e humanos   | “A Santa Casa estará ao dispor para colaborar através de meios técnicos e/ou Humanos”   |
|                              | Plano curricular da Universidade Sénior                            | Alfabetização primária<br>Informática   | “será pertinente a alfabetização primária. Já num nível mais elevado a informática, a   |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

---

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | História<br>Desporto<br>Artes decorativas<br>Música<br>Dança | história, desporto, artes decorativas,<br>música e a dança” |
|--|--|--|---|

### Anexo 14 – Guião Focus Group

| Área (s) de análise  | A aplicar  | Objetivo (s)   |
|--|--|--|
| INTRODUÇÃO<br>(2 min)  | Breve explicação do contexto do projeto, da importância da participação e do que vai ser feito   | - Elucidar os participantes sobre o trabalho de projeto<br>- Realçar a importância da sua participação<br>- Enquadrar os participantes sobre o que vai ser feito     |
| <b>Questões introdutórias</b><br>(5 min)<br><br>Bem-estar e interação social | 1 – Acham importante quebrar a rotina, sair de casa, aprender novas coisas e conviver com os amigos?<br><br>2 – Pensam que existe uma idade limite para aprender e para ensinar?<br><br>3 – A idade é um impedimento para praticar desporto, fazer caminhadas e praticar dança, por exemplo? | - Analisar e identificar a opinião dos participantes sobre alguns fatores relacionados com o bem-estar e interação social  |
| Universidade Sénior<br>(10 min)  | <b>_Exibição de pequeno vídeo sobre as U.S._</b><br><br>4 - <i>O que entendem por Universidade Sénior?</i>   | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=fEhxabHkixY">https://www.youtube.com/watch?v=fEhxabHkixY</a><br><br>- Explicar o verdadeiro conceito de Universidade Sénior |

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|   |   |  |
|---|---|--|
|   | <p>5 - Consideram importante existir uma Universidade Sénior no Concelho?</p> <p>6 – De acordo com o vídeo visionado à pouco, revêem-se inseridos na Universidade Sénior, a ensinarem os vossos saberes (professores), a aprenderem matérias do vosso interesse e a participar em atividades variadas?</p>  | <p>- Apurar a importância da mesma para o Concelho</p> <p>- Analisar a sua motivação para incorporar a Universidade Sénior (enquanto professores/alunos; participação em atividades)</p>   |
| <p>Vertente prática da Universidade Sénior<br/>(Atividades, áreas e unidades curriculares propostas pelos parceiros da Rede Social)<br/><b>(20 min)</b></p> | <p>7 – Há algo que gostassem de aprender mais ou alguma disciplina em especial?</p> <p>8 - Achariam importante existir apresentações de questões de segurança promovidas pela GNR e pelos Bombeiros Voluntários?</p> <p>9 – Se existisse um grupo de caminhadas, no qual periodicamente fossem promovidas caminhadas temáticas, participariam ativamente?</p> <p>10 - A prática de desporto é importante em qualquer idade. A Universidade Sénior procura promover esta prática para estimular a saúde e o bem-estar. Ficariam motivados em praticar modalidades como a hidroginástica?</p> <p>11 – As novas tecnologias são parte do nosso dia-a-dia. Gostariam de aprender a funcionar com um</p> | <p>- Promover uma pequena discussão para apurar os interesses em termos de áreas temáticas e disciplinas</p> <p>- Apresentar um leque de opções e ver a posição face às mesmas</p> <p>- Compreender a sua posição face ao modelo de U.S. proposto pelo Município</p> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>computador e poder falar com os vossos familiares à distância?</p> <p>12 – O voluntariado é uma oportunidade de ajudar quem necessita e que deverá integrar todos nós. Considerariam praticar voluntariado, fazendo recolhidas variadas e visitas?</p> <p>13 – Gostariam de fazer parte de um grupo de teatro, ter música e poder aprender mais sobre artes decorativas?</p> <p>14 – A principal estratégia para a Universidade Sénior propõe a relação com as crianças e jovens do Agrupamento de Escolas, no qual poderemos encontrar várias gerações a partilhar experiências e ensinamentos. Consideram importante esta estratégia?</p> <p>15 – Sentem-se mais motivados por saber que irão ensinar os vossos netos e crianças, aprender com eles e realizar atividades?</p> <p>16 – Foi apontada a pertinência de se constituir um órgão consultivo de seniores no âmbito da Universidade Sénior. Gostariam de constituir esse órgão e</p> |  |
|--|--|--|

**(IN)ATIVIDADE E ENVELHECIMENTO – PROCESSOS E PRÁTICAS EM TORNO DO ENVELHECIMENTO ATIVO NO CONCELHO DE FRONTEIRA**

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | serem mais participativos em ações e medidas a implementar no Concelho? |  |
|--|---|--|

**Tempo previsto +/- 40 min**

| <b>Proposta de constituição dos elementos para o focus group:</b> |                       |
|---|-----------------------|
| <b>4 elementos do Centro de Dia de Fronteira</b>                  | <b>Ter em conta:</b>  |
| <b>4 elementos do grupo “Ativamente”</b>                          | - Diferenças de idade |
| <b>4 elementos do Grupo de Cantares de Fronteira</b>              | - Origem geográfica   |
| <b>Total = entre 12 elementos</b>                                 | - Género (M/F)        |

**Local:** Biblioteca Municipal de Fronteira

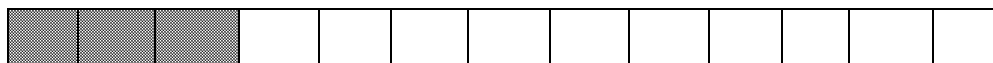
**Data e hora proposta:** 11 de Setembro, pelas 15 Horas

**Recursos Necessários:** Projetor, cadeiras (em disposição circular do ponto de vista de distribuição espacial); Águas

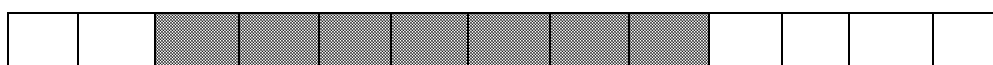
## Anexo 15 – Cronograma

| Etapas de Investigação | 2014 |     |     |     | 2015 |     |     |     |     |     |     |     |     |  |
|------------------------|------|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--|
|                        | Set  | Out | Nov | Dez | Jan  | Fev | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set |  |

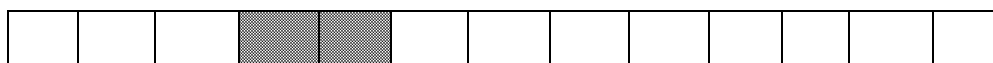
1. Elaboração do Projeto de Investigação (exploração, pesquisa, literatura)



2. Clarificação da problemática em estudo e sua conceptualização



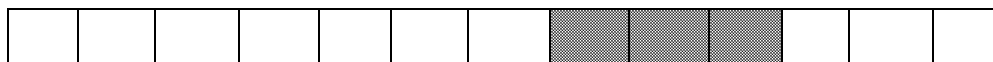
3. Construção e validação do instrumento de recolha de dados



4. Processo de Recolha de dados



5. Tratamento e Análise de dados



6. Redação do relatório final

