

## Envelhecimento Ativo e as Políticas Locais

### "Como se prepara uma sociedade mais envelhecida?"

As sociedades modernas são hoje marcadas por importantes alterações na sua estrutura demográfica de que se destaca o crescente peso, para níveis cada vez mais elevados, da população idosa no conjunto do total da população. Neste contexto, Portugal vem apresentando uma tendência de evolução demográfica em que o nível de envelhecimento da população atinge patamares muito elevados.

De facto, Portugal é um dos países mais envelhecidos do mundo, com 159 idosos para cada 100 jovens. No quadro da região Alentejo, onde o problema do envelhecimento se distingue do quadro nacional, o Município de Santiago do Cacém agrava essa tendência com 236 idosos para cada 100 jovens, mais 78 do que há 20 anos e mais 213 comparativamente à década de 60. As tendências de acentuado envelhecimento da população permanecerão no futuro próximo, fruto do aumento da longevidade que por um lado, traduz a melhoria dos níveis de condições de vida, mas por outro lado, coloca desafios, nomeadamente às políticas públicas, no sentido de assegurar quadros de vida individual, familiar e coletiva, saudáveis e com qualidade para todos.

Em 1940 a expectativa ao nascer era de 51 anos, hoje é de 82, é algo que devemos celebrar, embora saibamos que existem desafios, e o maior é enfrentar o tempo em que não estamos preparados para viver.

Não é só a longevidade que importa, também é o quão ativos, saudáveis e felizes conseguimos ser, é preciso garantir a qualidade de vida nestes anos a mais, e é importante não só pensar nos mais velhos atuais, mas também nos futuros. O que importa não são os anos que vivemos, mas os anos que podemos viver.

Este novo quadro demográfico e social obriga-nos a pensar como se organiza uma sociedade com uma população com cada vez mais idade e se garante um envelhecimento físico, mental e socialmente ativo, saudável e com qualidade.

Uma vida mais longa não é necessariamente o fim da linha, uma vida mais longa implica termos mais tempo.

O envelhecimento é um processo natural e é fruto de avanços de desenvolvimento, mas a verdade é que podemos influenciar a forma como podemos envelhecer.

O Fórum sobre o Envelhecimento Ativo, no âmbito do CLDS-4G do Município de Santiago do Cacém, pretende discutir o quanto temos de mudar a forma como pensamos na idade, a forma como construímos e implementamos políticas públicas para os mais velhos, e que envelhecer é uma Oportunidade.

A Vereadora do Pelouro da Intervenção Social e Saúde

Sónia Gonçalves



# FÓRUM "ENVELHECIMENTO ATIVO E POLÍTICAS LOCAIS"

## PROGRAMA

### 26 JUNHO '23

AUDITÓRIO MUNICIPAL ANTÓNIO CHAINHO

SANTIAGO DO CACÉM

09h30 às 17h00

DESTINATÁRIOS: POPULAÇÃO EM GERAL



Entidade Coordenadora  
e Executora:



Entidade Executora:



Cofinanciado por:



## Manhã

09h30 • Receção dos participantes

09h50 • “Vozes Além-Tejo”

10h00 • **Sessão de Abertura**

- Sónia Gonçalves - Vereadora da Ação Social e Saúde da Câmara Municipal de Santiago do Cacém
- Luísa Malhó - Diretora do Centro Distrital da Segurança Social de Setúbal
- Maria João Pereira - Coordenadora-Geral da Associação de Desenvolvimento do Litoral Alentejano (ADL)

10h30

**1.º Painel - Como se prepara uma sociedade mais envelhecida?**

**Moderadora:** Paula Guimarães - Formadora e Docente no domínio da Gerontologia, Economia Social e Sustentabilidade

**“A Conquista da Idade – Viver mais tempo, uma Oportunidade”**

- Maria João Quintela - Presidente da Associação Portuguesa de Psicogerontologia

11h00 • *Coffee Break*

11h30

**“Parcerias e Governação Integrada: a importância das políticas locais para o Envelhecimento Ativo”**

- Ana Cláudia Ribeiro - Diretora de Departamento do Serviço de Intervenção Social e Saúde da Câmara Municipal de Almada

**“Compreender o Envelhecimento em torno da Árvore da Vida” – perspectiva demográfica sobre a alteração do significado da idade**

- Filipe Ribeiro - Professor no Laboratório Demográfico do Departamento de Sociologia da Universidade de Évora

12h30 • Debate

12h50 • Encerramento da manhã

13h00 - 14h30 • Pausa para Almoço

## Tarde

14h30

**2.º Painel - Exemplos de Boas Práticas do Envelhecimento Ativo**

**Moderadora:** Teresa Bernardo – Coordenadora da Unidade de Medicina de Ambulatório do Hospital do Litoral Alentejano

- **Projeto “Reabilitar para a Vida” (Realidade Virtual)** Parcerias para o Impacto da Inovação Social – Centro Humanitário de Tavira da Cruz Vermelha Portuguesa, Isabel Pereira - Terapeuta Ocupacional, e Vânia Serrano - Educadora Social
- **ASAS – Academia Sénior de Artes e Saberes** - Laura Miranda - Presidente da ASAS
- **Projeto CLDS – 4G – Santiago do Cacém** - Cláudia Silva - Coordenadora do Projeto

16h00 • Debate

16h15 • Encerramento da tarde

16h30 • Grupo Musical Academia Sénior de Artes e Saberes