



EDITORIAL

NOTÍCIAS

UMA VELHICE DESCARTÁVEL...?! NÃO!

Desde que a APRe! se constituiu como Associação de defesa dos direitos de aposentados, pensionistas e reformados, teve sempre como um dos grandes objectivos da sua acção a luta contra a discriminação dos mais velhos, traduzida no slogan “Não somos descartáveis”. Ao fim de oito anos e meio de várias acções em que nos empenhámos, voltamos ao centro da discussão do tema – a idade - que a ONU considera ser o terceiro motivo de discriminação mais grave, depois da raça e do sexo

No início da pandemia, assistimos, por parte de várias entidades responsáveis da UE e também do nosso país, a um paternalismo excessivo, desvalorizando a autonomia, o conhecimento e a experiência dos mais velhos, tendo até sido sugerido um confinamento prolongado para as pessoas com mais de 65 anos o que, felizmente, não chegou a acontecer por força de rejeições firmes, nomeadamente da APRe!.

Marcelo Rebelo de Sousa, cidadão com 72 anos de idade, pronunciou-se sobre esta discriminação com as seguintes palavras: “A discriminação em função da idade atinge toda a sociedade e não apenas aqueles que são vítimas. É um problema global que o momento veio tornar mais real. A pandemia veio agravar as percepções negativas e os estereótipos sobre a idade. E, enquanto sociedade, é fundamental que nos mobilizemos para os

combater, valorizando a experiência dos mais velhos e promovendo o diálogo intergeracional”.

Recentemente, os chamados “concertos-testes”, sob a capa de “proteger” os mais velhos, excluíram os maiores de 65 anos, vacinados ou não, imunizados naturalmente ou não, sendo legítimo perguntar como foi feita a verificação das outras condições de exclusão, como: - Não pertençam a nenhum grupo de risco; - Não tenham estado em contacto com infectados nos últimos 14 dias; - Não tenham contacto regular com pessoas de risco; - Não tenham estado infetados com COVID-19 nos últimos 90 dias;

E as pessoas com mais de 65 anos não podiam realizar teste-rápido no dia do espetáculo, com entrada permitida apenas a quem testar negativo? Estamos perante uma prova de paternalismo excessivo, humilhante para quem se sente discriminado em função da idade que tem.

Será interessante analisar a avaliação feita com esta abordagem, bem como as conclusões (se é que existem com fundamentação) de modo a tornar possível um “regresso às atividades culturais na maior segurança, em conformidade com o Diploma aprovado em Conselho de Ministros no dia 1 de abril de 2021, na sequência do trabalho desenvolvido entre o Ministério da Cultura e da Saúde, com as entidades representativas do sector

cultural”. Este regresso será para todos ou os “excluídos, em função da idade” nos “concertos-testes” continuarão excluídos?

Outra forma de discriminação consiste na infantilização subjacente às conversas com os mais velhos, usada frequentemente nos lares, mas não só. Quantas vezes já tivemos de reagir quando alguém se nos dirige, em voz muito alta (porque temos necessariamente de ouvir mal...), dizendo “Agora, a menina fica aí sentadinha que já venho chamá-la!?” Este tipo, consciente ou inconsciente, de linguagem pode constituir uma forma de discriminação e de desvalorização de quem é mais velho. Falamos de um preconceito conhecido por *idadismo*.

Um relatório recente das Nações Unidas revela que pelo menos uma em cada duas pessoas já teve atitudes *idadistas*. A ONU recomenda que os governos adoptem políticas públicas e sociais para combaterem este preconceito já que tal discriminação contribui para o aumento da pobreza e da insegurança económica na velhice, aumentando o isolamento social e a solidão das pessoas mais velhas.

A APRe! continuará a dar o seu contributo na importante luta contra a discriminação em função da idade!

Maria do Rosário Gama

CICLO DE VIDEOCONFERÊNCIAS

Aceite o convite para falar de ...



DUAS DÉCADAS DE REFORMAS REGRESSIVAS

Integrada no ciclo “**Aceite o nosso convite para falar de...**” realizou-se, a 25 de Maio, a videoconferência “**Duas décadas de reformas regressivas**”: a crescente vulnerabilidade da provisão pública de rendimento na reforma ”

Foi oradora **Maria Clara Murteira**, professora universitária e investigadora nos domínios das políticas económicas e sociais, segurança social e pensões. É membro do Comité Executivo da *European Network for Research on Supplementary Pensions*, autora de publicações nessas áreas de investigação e do livro *Economia das Pensões* (2011) (U.Coimbra).

A moderação esteve a cargo de **Anabela Paixão**, vogal da Direcção da APRe!, e encerrou os trabalhos **Maria do Rosário Gama**, Presidente da Direcção.

A sessão foi transmitida na plataforma Zoom e, em simultâneo, pelo Youtube (vídeo acessível em: <https://youtu.be/g2U7r97YorM>)

Maria Clara Murteira iniciou a sua apresentação referindo o carácter político do argumento clássico usado para demonstrar a crescente dificuldade na sustentabilidade do sistema de pensões baseado no envelhecimento da população em simultâneo com o fraco crescimento económico devido ao tendencial declínio da produtividade, originando pressões orçamentais insustentáveis. Tornar-se-iam, assim, inevitáveis, as reformas dos sistemas de pensões.

Contudo a oradora não entende assim pois há outras respostas às alterações do contexto económico e demográfico. Terão de se ter em conta outros factores como a influência de agendas políticas supranacionais, o processo de integração económica europeia e as derivas por políticas de cariz neoliberal.

As alterações introduzidas a partir de 1999/2000 produziram mudanças estruturais nos princípios do sistema, nos

objectivos e nos instrumentos utilizados mas as pressões para as mudanças vinham já dos anos 90 com as orientações do Banco Mundial (relatório de 1994) preconizando o sistema de três pilares (um público, redistributivo e dois privados, de capitalização, sendo um voluntário).

O fraco desempenho económico após 2000, fruto de pressões resultantes da forte exposição à concorrência internacional, e o avolumar do desemprego traduzem-se em quebras de receitas justificando a insustentabilidade da segurança social. Mas as dificuldades têm mais a ver com a evolução económica do que com a evolução demográfica. Entre 1960 e 2000, o PIB cresceu sempre mais que a população reformada, mas desde 2000 a situação inverteu-se e a taxa média de crescimento da economia tem sido inferior ao crescimento da população reformada. Foram assim justificadas as reformas que têm conduzido à degradação dos valores das pensões, destacando-se a reforma da Segurança Social de 2007 com alterações profundas e mudança do objectivo do sistema que deixou de ser a manutenção dos níveis de vida dos reformados passando a considerar o alargamento do período de descontos a ter em conta para cálculo do valor da pensão visando a totalidade da carreira e estabelecendo regras de indexação que condicionam fortemente a actualização das pensões atribuídas.

Após o debate que se seguiu, **Maria do Rosário Gama**, Presidente da Direcção da APRe!, encerrou os trabalhos salientando a elevada qualidade da comunicação lamentando não ser objecto de divulgação mais alargada pois incide sobre um tema a que a APRe! é extremamente sensível dados os efeitos penalizadores da forma de actualização das pensões e da introdução do factor de sustentabilidade, aspectos que a APRe! tem combatido na sua intervenção. Esta é também uma forma de discriminação pela idade.

António G. Correia

SEGREGAÇÃO IDADISTA

É NECESSÁRIO UM COMBATE SEM TRÉGUAS

8 de maio de 2021 foi o dia em que duas dezenas de pessoas, diversificadas – nem todas reformadas e nem todas associadas da APRe! -, se juntaram em Coimbra, à entrada de um concerto **interdito a maiores de 65 anos**, e disseram **NÃO**, marcando a sua posição em relação ao caminho que não deixaremos de percorrer, nós também, na APRe!: a defesa dos plenos direitos de cidadania, seja qual for a idade.

O primeiro destes concertos teve lugar em Braga e foi alvo de uma tomada de posição publicada na edição anterior das NOTÍCIAS.



A Direção pediu entretanto, por escrito, às Ministras da Cultura e da Saúde, as conclusões dos três “testes” realizados com os concertos de Braga, Coimbra e Lisboa. Assim, pelo menos, nos foi justificada a bizarra limitação da idade... era integrada nas condições do “teste” com vista a idênticas realizações futuras. Ainda não obtivemos resposta.

Reproduzimos, aqui, um excerto do comunicado da APRe! sobre este inaceitável ataque aos nossos direitos:

“Recordamos que as pessoas com 65 anos ou mais são cidadãos de pleno direito e muito ciosas de todos os seus direitos, em todos os momentos da sua vida, falte-lhes o que lhes faltar viver...”

Não aceitamos atestados de menoridade nem assomos de segregacionismo com base na idade.

E isto já nada tem a ver com este ou aquele concerto, como é evidente.

As pessoas que mais anos viveram não abdicam do direito de serem elas próprias a escolher irem ou não assistir a um concerto.

Elas e ninguém por elas.”



O momento fugaz em que a SIC referiu o protesto

O recorte com a notícia do Diário de Coimbra

Protesto por evento não permitir pessoas maiores de 65 anos

Um grupo de 12/15 pessoas com mais de 65 anos reuniu-se ontem junto à entrada do “concerto-teste” em Coimbra para protestar e demonstrar o seu desagrado relativamente aos critérios de admissão num

concerto interdito a maiores de 65 anos. «Esta intolerável discriminação em função da idade torna-se muito preocupante», adiantaram os manifestantes. Para assistir ao concerto os espectadores te-

riam de residir em Portugal, ter entre 18 e 65 anos, não pertencer a nenhum grupo de risco e não ter estado em contacto com infectados nos últimos 14 dias, além de ter o teste à Covid-19 negativo.»



INFORMAÇÃO



ADSE : Nova tabela do Regime Convencionado

Há mais de trinta anos que a tabela do Regime Convencionado da ADSE não era globalmente revista, com claro prejuízo para a transparência e controlo do sistema e impedindo a prestação de melhores e mais atuais serviços aos beneficiários.

1. Esta revisão visa:

- O alargamento dos atos incluídos na Tabela, passando a constar novos atos da prática clínica atual, que ou não estavam convencionados ou estavam apenas incluídos em poucos prestadores, como na área oncológica.

- A atualização das designações tendo como referência o SNS e a eliminação de atos já não praticados .

- A atualização de preços em linha com o praticado pelo SNS ou fixando preços superiores para a maior disponibilidade de atos clínicos específicos

- A fixação de preços máximos na área dos medicamentos (ex. oncológicos) e das próteses intra-operatórias e preços fechados para muitas cirurgias e outros atos clínicos invasivos, evitando ou reduzindo muito a metodologia das regularizações, mantendo-se o co-pagamento dos beneficiários em 25% para os preços fechados e 20% para os preços abertos, mas fixando-se preços máximos para os honorários médicos, traduzindo-se numa maior previ-

sibilidade dos custos para a ADSE e para os beneficiários.

2. São estabelecidas regras que procuram assegurar estabilidade no corpo clínico que serve os beneficiários da ADSE nos diversos prestadores convencionados, penalizando os que abandonam a convenção para o regime livre. Em contrapartida são aumentados os pagamentos aos médicos em todas as consultas de especialidade mantendo-se ou reduzindo-se, em %, o co-pagamento dos beneficiários que, com exceção da pediatria e da cardiologia, passa para 5€ (actualmente 3,99€). São introduzidas as consultas de psicologia clínica, com o limite de doze por ano.

3. São efectuadas alterações significativas na área da medicina dentária, novas designações, aumento dos limites anuais, aumento de preços a pagar aos prestadores que se reflectem no co-pagamento dos beneficiários apesar da diminuição da % que passa de 33,3% para 25%. O objectivo é aumentar o número de convenções reduzindo a prática em regime livre muito mais onerosa para os beneficiários.

Aguarda-se que esta revisão permita aumentar o número de convenções, sobretudo no interior do país, mais afastado das grandes cidades, oferecendo melhores e mais acessíveis serviços de saúde aos beneficiários da ADSE, com redução do recurso ao regime livre, sempre mais penalizador financeiramente.

PAGAMENTO DA QUOTA ANUAL



VEM AÍ O DÉBITO DIRETO!

Está finalmente concluído com a entidade bancária o longo e exigente processo necessário para a concretização de um já antigo desejo de muitos associados/as da APRe! e também da Direção - a possibilidade de o pagamento da quota anual passar a fazer-se de forma automática, mediante débito direto em conta, após a respetiva declaração/autorização da pessoa titular.

Muito em breve serão divulgadas todas as informações sobre esta nova e vantajosa modalidade possível para o pagamento da quota.



“É PROIBIDO SER VELHO”

Quando recebi o amável convite para escrever um texto para o Boletim da APRe! senti duas dificuldades: o curto intervalo de tempo e espaço à disposição e, pior, a sugestão do tema. A velhice hoje.

A velhice, lembrei-me: “Todos desejam alcançá-la, mas ao ficarem velhos, lamentam-se”. Qual é o problema de ser velho? Talvez “1) o afastamento da vida activa (a reforma); 2) o enfraquecimento do corpo (a saúde); 3) a privação dos melhores prazeres (talvez o amor); e 4) a aproximação da morte (o que designa por futuro exíguo)”. Ao passar por uma montra de livraria vi um livro recente com o título “Os Velhos”, de Vítor Serpa (154 p.). Li-o numa tarde.

O texto do livro descreve a estada recente do autor do livro no hospital de Santa Maria. Uma descrição, como paciente não Covid, do ambiente no hospital. Uma descrição que resulta de uma excelente observação, digna de um bom jornalista, à qual se junta um pouco de autobiografia e de erudição. Em 2020 estive por duas vezes internado em outros hospitais e concordo com tudo. Onde entram os “velhos” que motivaram o título do livro? Na observação dos companheiros de enfermaria.

Mais ou menos velhos, com ou sem demência. Mas foi o isolamento, o abandono de alguns dos companheiros de hospital que parece ter impressionado o autor do livro. Abandonados pela família, no designado “internamento social”. Uma chaga que não está só nos hospitais públicos. Está também em muitos lares com a diferença que nestes o internamento é pago. O autor reflecte sobre o que é ser velho e abandonado e sublinha: “velho nunca será ser, mas estar”. Uma afirmação desafiante: será a velhice um estado permanente ou transitório? O título do meu texto vai no mesmo sentido. É uma frase célebre do rabino Nahman (1772-1810) de Breslávia no intuito de dar ânimo às pessoas. Mas a velhice não pode ser proibida.

A situação de velho é determinada por cada um, pela sociedade e época. Tal como a infância, essa situação

está assente numa herança genética individual que marca a saúde. Mas há algo mais: a herança de uma vida, da família e amigos, dos seus recursos. A situação de cada velho reflecte uma herança pessoal própria. Quem tem casa, quem tem companhia, ou não tem, quem domina o computador, a internet ou o zoom e vê e fala com amigos e netos. Tudo isto mais os efeitos da época e do lugar.

No Japão, o abandono dos velhos na montanha era programado pelos filhos ou era voluntário. Um abandono designado por “ubasute”. Há indícios de que esteja a retornar por outras formas. Em muitas regiões e civilizações antigas, a velhice era, e ainda é, um privilégio impondo respeito. Na Europa, o regime económico e a urbanização foram desestruturando as famílias e o fim de vida não era nada agradável aos olhos de hoje. O livro “A Velhice” de Simone Beauvoir, de 1970, impressiona ao contar essa história. Três aspectos actuais positivos: a esperança de vida alargada, o Estado Social com um sistema de pensões universal e público e as novas tecnologias que ajudam, mas que podem ser uma ilusão. São avanços civilizacionais, mas não alteram o essencial do estar ou ser velho. Não alteram as quatro questões que recordei no início deste texto e que se mantêm. Foram formuladas há 2065 anos por Marco Túlio Cícero (106-43 a.C.) na sua obra “Catão, o velho, ou diálogo sobre a velhice”. As respostas aos quatro problemas ainda são válidas. Cícero escreveu-as para os jovens. É na juventude que deveremos preparar uma boa velhice, uma herança de vida para se ser um velho tranquilo e mais feliz. A Covid veio expor nos lares uma nova forma de “ubasute” e mostrar que a velhice é, simultaneamente, “ser”, como no tempo de Cícero, e “estar” consoante as condições da época e do lugar.

Nem tudo está garantido para sempre.

António Betâmio de Almeida
Associado n.º 244



O SER VOLUNTÁRIO

Ser Voluntário,
É dar sentido à vida!
É gostar, gostar assim
Olhar e ver, ver o outro
Conhecer
Conhecer por dentro, todo o tempo
Sentir o que o outro sente

Ser Voluntário
É mesmo assim
É ler,
Ler os sinais, os gestos, o olhar

É gostar
É dar
Dar e receber, sempre!

Ser Voluntário
É ser e estar todo o tempo

Este SER e este ESTAR, traduz o prazer de ser VOLUNTÁRIO, de DOAR o seu tempo, sair de si a favor do outro, sentindo-se útil e quantas vezes a preencher o vazio do seu dia-a-dia (muitos de nós aposentados) vivenciando o valor da FRATERNIDADE e da SOLIDARIEDADE graciosamente.

CONHECER POR DENTRO, todo o tempo e sentir o que o OUTRO sente, resulta do encontro humano acontecendo a EMPATIA: ler os sinais, os gestos, o olhar permite conhecer melhor o outro e melhor o compreender e apoiar. É como estivéssemos a viver o que o outro vive e sente.

Neste tempo de pandemia fomos obrigados a um afastamento prolongado e também nós voluntários ficámos Sós.

Alteraram-se a rotinas e prioridades e há que abraçar uma nova realidade.

Tal como escreveu o Papa Francisco no seu livro “Sonhemos Juntos” torna-se fundamental passar do virtual para o real e do abstrato para o concreto.

É interessante constatar que com as redes Sociais tem sido possível acompanhar as pessoas, as famílias e as instituições.

No entanto estaremos a vivenciar uma realidade utópica?

Porém há que cultivar a ESPERANÇA e ACREDITAR que vamos reatar “o nosso compromisso” com o OUTRO. Voltar a uma relação num reencontro mais humanizado e mais próximo, recuperando os valores da Fraternidade e da Generosidade Fraterna para o bem comum.

Josefina M. Artiaga D. Miranda
Associada nº 894

ACTIVIDADES DAS DELEGAÇÕES

DELEGAÇÃO DO PORTO



COMUNIDADE DE LEITORES

No dia 5 de Maio realizou-se, de novo por Zoom, o encontro mensal da Comunidade de Leitores «Apre!», a 48.ª. Embora não muito alargada, a sessão foi, contudo, muito participada. Os presentes mostraram, com grande entusiasmo, terem usufruído bastante da leitura quer pelos assuntos focados quer pela linguagem usada, muito próxima de poética...Deu-se a coincidência de ser esse dia, 5 de maio, o Dia Mundial da Língua Portuguesa. Considerando-se a forma como o autor usou a Língua nesta obra, realçou-se a circunstância.

«...surpreendente na reinvenção da língua portuguesa...» (DN, J. Céu e Silva)

«...metamorfose do português comum em português estético...» (JL, M. Real)

Valter Hugo Mãe, «Homens imprudentemente poéticos».

Três edições, três capas diferentes. Cada uma merecedora de uma análise na sua interpretação do texto escrito. Recomendado com convicção.

M. Eugénia Faria

CONVERSAS SOBRE ARTE

A 18 de Maio, as Conversas sobre Arte tinham como finalidade a Arte-Acontecimento: *happening*, *performance* e *instalação*. Contudo, só foi possível abordar o *happening*.

É um “acontecimento” que se desenvolve na presença do público. A reacção do espectador decide a obra de arte, tornando cada *happening* uma experiência única, nunca replicada.

Iniciou-se a sessão, dando a conhecer o papel que John Cage e Merce Cunningham tiveram nas origens do *happening* nos anos 1950, ao desenvolverem experiências, conjugando várias expressões artísticas - teatro, dança, música, vídeo, fotografia - abrindo novos territórios de pesquisa e de experimentação.

Seguidamente, foi abordada a obra dos artistas Allan Kaprow, Vito Acconci e Dennis Oppenheim.

No próximo dia 8 de junho, irá decorrer uma nova sessão onde serão analisadas a *performance* e a *instalação*.



CAMINHADAS QUINZENAIS

Recomeçaram em Maio as caminhadas, que são um primeiro meio de restabelecer o contacto pessoal, tão desejado por todos. Terão uma periodicidade quinzenal, alternando entre a quarta e a quinta-feira.

No passado dia 6, fizemos o percurso na marginal de Gondomar, sempre ao longo do rio Douro e o ponto de encontro foi às 15h na esplanada do Clube náutico. É uma paisagem maravilhosa, por um passadiço com cerca de 4,5km. ([Passadiço de Valbom HD-YouTube](#))



No dia 19, o local escolhido foi o Parque da Lavandeira, em Vila Nova de Gaia. Este Parque, concebido em 1998, ocupa 109 966 m² e foi, antes, uma propriedade agrícola. Tem alguns jardins temáticos: dos Fetos, da Fantasia, das Palmeiras e o Francês. Nele existe uma estufa, em ferro forjado, datada de 1881, recentemente classificada como imóvel de interesse municipal

ACTIVIDADES DAS DELEGAÇÕES

DELEGAÇÃO DE LISBOA



A Delegação de Lisboa tem continuado a fazer, mensalmente, as reuniões gerais de dinamizadores, agora através da plataforma Zoom, assim como a reunir a Comissão Coordenadora Regional, no mesmo registo.

No passado dia 17 realizámos mais uma das videoconferências que temos vindo a organizar, desta vez sobre o tema do Associativismo, com os oradores Eduardo Graça, Presidente da Cooperativa António Sérgio para a Economia Social, e José Alberto Franco, activista associativo com larga experiência na matéria.

Intitulada “O ASSOCIATIVISMO NA VIDA MODERNA. QUE SOLUÇÕES?”, a sessão proporcionou uma agradável conversa sobre as diversas formas de associativismo assim como sobre a sua história ao longo dos tempos. A abertura esteve a cargo de Vítor Ferreira, Delegado de Lisboa, e o encerramento foi protagonizado pela Presidente da Direcção da APReI, Maria do Rosário Gama. Como tem sido hábito, este debate foi aberto a todos os associados, independentemente da sua localização, aproveitando a facilidade que o digital nos oferece.

Em conjugação com a Direcção, quer em datas de realização, quer em temas, procuraremos continuar a encontrar assuntos que possam ser do agrado dos nossos associados, utilizando o Zoom até que possamos reatar os nossos convívios presenciais temáticos mas também os de âmbito cultural.

Quem não tenha tido oportunidade de participar, ou por qualquer razão não se tenha apercebido da sua existência, pode assistir à videoconferência em:

https://youtu.be/xbMs_hLHpk

RELATÓRIO E CONTAS DE 2020 APROVADOS

Cumpriu-se a disposição estatutária e realizou-se, no passado dia 26, a Assembleia-Geral Ordinária para “Apreciar e deliberar sobre o Relatório de Actividades e Contas do exercício de 2020 - artsº 9º, d) dos Estatutos e artigos 14º, c) e 15º, a) do Regulamento Interno”.

A Assembleia decorreu em Coimbra, presencialmente, com o respeito pelas regras determinadas pela Direcção-Geral da Saúde. Depois das intervenções de apresentação e debate, o Relatório de Actividades foi aprovado por maioria com três votos contra e as Contas foram aprovadas por unanimidade.



Em 2016, a Organização Mundial de Saúde (OMS) recebeu um mandato para trabalhar sobre o **idadismo**, através da adoção do **Plano de Estratégia e Ação Global para o Envelhecimento Saudável**.

Em 18 de março de 2021 a OMS, em conjunto com o Gabinete do Alto Comissariado para os Direitos Humanos (OHCHR), o Departamento de Assuntos Económicos e Sociais das Nações Unidas (UNDESA) e o Fundo das Nações Unidas para a População (UNFPA), apresentou o **primeiro Relatório Global da ONU sobre o Idadismo** e lançou um debate global sobre esta questão. À medida que o tema está a ganhar força a nível global, os membros da Plataforma AGE têm-se envolvido neste debate e fazem-no avançar através de diversas redes e fóruns.

A este propósito, decorreu no passado dia 27 de abril um Webinar promovido pela Age Platform Europe, cujo tema foi, precisamente, o **Relatório Global sobre o Idadismo**.

A discussão interativa centrou-se no que sabemos sobre o idadismo, o que é importante para as pessoas mais velhas e para a defesa dos seus direitos, de como a idade se cruza com outras formas de preconceito e o que podemos fazer para combater o idadismo.

A visão da campanha é: um mundo para todas as idades.

A missão é a mudança da forma como pensamos, sentimos e agimos em relação à idade e ao envelhecimento.

O idadismo afeta-nos a todos ao longo da vida. Aos 20 anos, podemos ter dificuldade em arranjar um primeiro emprego. Aos 55 anos podemos ter dificuldade em aceder a uma formação profissional. Aos 65 anos, podemos ser forçados a abandonar a força de trabalho por causa da idade de reforma obrigatória.

A mensagem positiva é a de que é possível intervir sobre o idadismo. Há **três estratégias** eficazes para o resolver. E não são necessariamente intervenções dispendiosas.

1. A política e o direito podem combater a discriminação e a desigualdade baseadas na idade e podem ajudar a proteger os direitos humanos de todos, a nível global.
2. As atividades educativas devem incluir um ensino que transmita informação, conhecimento e competências e aumente a empatia. Será das estratégias mais eficazes para reduzir o preconceito contra as pessoas mais velhas.
3. As intervenções intergeracionais são muito úteis porque ajudam a confrontar as pessoas com os estereótipos que podem ter contra outras faixas etárias.

O relatório da ONU inclui as seguintes **recomendações**:

1. Investir nestas três estratégias, baseadas na evidência, para abordar o idadismo;
2. Melhorar a fiabilidade dos dados e a investigação, para

uma melhor compreensão do idadismo e da forma de o reduzir;

3. Construir um movimento para mudar a narrativa em torno da idade e do envelhecimento.

A AGE Platform Europe exorta a Comissão Europeia a considerar a idade como uma **questão de igualdade**. Aproveitando a recente consulta pública sobre o **Livro Verde da UE sobre o Envelhecimento**, solicitou à Comissão Europeia que adoptasse uma **Estratégia para a Igualdade da Idade**. Apelou à UE e aos seus Estados-Membros para que alargassem a protecção jurídica contra a discriminação etária, nomeadamente através da adopção de uma **Convenção das Nações Unidas sobre os direitos das pessoas mais velhas**. Uma nova convenção mudaria a narrativa sobre a velhice e os mais velhos e dar-nos-ia um enquadramento global que proibisse a discriminação etária.

O que podem as organizações de pessoas mais velhas fazer para contribuírem para a resolução do problema do idadismo?

- Promover as pessoas mais velhas como contribuintes para a sociedade;
- Comunicar sobre o facto de que quanto maior for a taxa de emprego dos mais velhos, maior é a taxa de emprego dos mais jovens (sem concorrência);
- Contribuir para a criação de uma vida quotidiana com sentido, para combater o isolamento e a solidão, em vez de usar medicamentos antidepressivos;
- Mostrar aos mais novos por que devem antecipar/perspectivar o seu envelhecimento;
- Não dizer que está reformado, dizer antes o que está a fazer e como está curioso em relação ao futuro;
- Usar tecnologias digitais para aumentar atividades de combate ao idadismo;
- Desmistificar os nossos próprios estereótipos sobre a idade.

A AGE e os seus membros, como a APRe!, estão a trabalhar em várias frentes, para promover a igualdade e combater a discriminação etária a nível da UE e a nível global. Não será possível alterar as políticas e adoptar uma directiva horizontal da UE se não houver um movimento de base e se os responsáveis políticos não nos ouvirem.

Parte desta reunião serviu para partilhar conhecimento e conjuntos de instrumentos.

Palavras finais por Barbro Westerholm da AGE Platform Europe: *“Temos uma grande tarefa pela frente: contribuir para a construção de um mundo para todas as idades. Todos nós devemos ser capazes de desfrutar de cada parte da vida até ao último dia. Temos instrumentos para isso. Levará tempo e paciência, mas estou certo de que este século pode ser o século para todas as idades”.*

Anabela Paixão

Vamos moldar o futuro dos cuidados!

4 workshops online para repensar os cuidados às pessoas mais velhas

Estamos num contexto de mudança. A pandemia COVID-19 e os seus trágicos resultados para as pessoas mais velhas, em particular aquelas que necessitam de cuidados, obrigam as organizações envolvidas, de uma forma ou de outra, a repensarem os seus objetivos.

Este é o momento certo para reflectirmos, em conjunto, sobre os cuidados que queremos para nós e para as gerações futuras.

4 workshops, 4 passos para a mudança

Dois workshops terão lugar em Junho e dois depois do Verão.

Cada um deles abordará um aspeto diferente do que queremos mudar nos cuidados.

- **Workshop #1 - Ponto da Situação**
3 de junho, 10:30 - 12:00 (hora de Bruxelas)

Pode inscrever-se para participar no primeiro, até de 31 de maio, em:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdreZSPj1_8jpFmunJ4RMQCNIDSac4lyuLJnRqp9eTbMXCVgQ/viewform

- **Workshop #2 - Uma Nova Visão**
29 de junho, 10:30 - 12:00 (hora de Bruxelas)
- **Workshop #3 - Um Caminho**
14 de setembro, 10:30 - 12:00 (hora de Bruxelas)
- **Workshop #4 - Um Movimento**
5 de outubro, 10:30 - 12:00 (hora de Bruxelas)

Saiba mais - *Link* para o documento “Repensar os Cuidados” em:

https://www.age-platform.eu/sites/default/files/Rethinking_care_2021_BackgroundNote.pdf

APRe! REPRESENTAÇÕES

ORGANIZAÇÕES NACIONAIS

1. Conselho Económico e Social (CES)
2. Conselho Consultivo do Instituto de Gestão Financeira da Segurança Social
3. Conselho Geral e de Supervisão da ADSE
4. Conselho Nacional para as Políticas de Solidariedade , Voluntariado, Família, Reabilitação e Segurança Social

ORGANIZAÇÕES INTERNACIONAIS

1. AGE Platform Europe - Conselho de Administração
2. OEWGA – Grupo de Trabalho para o Envelhecimento da ONU
3. ECOSOC – Conselho Económico e Social das Nações Unidas

ENDEREÇOS COM INTERESSE

<https://www.dgs.pt/>

<https://www.who.int/>

<https://whc.unesco.org/en/list/>

MAIS INFORMAÇÕES

<https://www.apre-associacaocivica.pt/ApreHome/>

(portal)

<https://m.facebook.com/groups/apreassociados/> (grupo de associados)

<https://m.facebook.com/APRe-Associa%C3%A7%C3%A3o-de-Aposentados-Pensionistas-e-Reformados-593878590700923/>

(página institucional)

<https://apre-associacaocivica.blogspot.com/>

(blogue)