APRe!

9

OUTUBRO 2024

NOTÍCIAS

EDITORIAL

Hipocrisia institucional… e não só!

Decorreram 12 anos desde que, em 22 de outubro de 2012, se reuniram, em Coimbra cerca de 500 pessoas confrontadas com a necessidade de se criar uma associação que desse voz a quem está na situação de reforma, assumindo como objectivo mais amplo a defesa dos direitos das pessoas aposentadas, pensionistas ou reformadas.

Os objectivos mantêm-se actuais. Entre eles, a defesa do **direito à participação**. Está a ser respeitado? São cada vez mais as associações, plataformas, grupos que se constituem para falar de nós, os mais velhos, para debaterem, escreverem teses, organizarem seminários, conferências, fóruns… para decidirem o que mais **nos** convém! Temas como "Envelhecimento Activo", "Envelhecer no Século XXI", "Políticas de Envelhecimento"… sempre , ou quase sempre, excluem a participação dos principais interessados – os mais velhos. E atrever-me-ia a afirmar que em todos estes eventos se defende a participação activa da população mais velha nos assuntos que lhes dizem respeito!

No dia 2 de Outubro, o governo aprovou o **"Estatuto da Pessoa Idosa"**, onde se anuncia uma catadupa de alterações, algumas das quais a APRe! tem vindo a reivindicar, como seja o reforço da autonomia e acesso a serviços de qualidade, a valorização da intergeracionalidade e vários direitos: apoio domiciliário, cuidados médicos ao domicílio, benefícios na saúde, medidas de promoção da mobilidade, habitação, voluntariado, universidades seniores e turismo sénior. Mais uma vez, aprova-se um documento sem que esta Associação representativa dos mais velhos tenha sido auscultada. Ficamos à espera de conhecer que concretização terá cada uma das "intenções" plasmadas no Estatuto, até porque temos elaborado listas de objetivos para melhorar a vida das pessoas mais velhas que fomos entregando repetidamente às sucessivas equipas ministeriais. No dia 18 de outubro, foram rejeitadas no parlamento duas propostas de projectos de lei, apresentadas pelo Livre e pelo PAN, que visavam a criação da **"Carta dos Direitos dos Idosos"**. Estas propostas defendiam a proteção dos direitos e liberdades das pessoas com mais de 65 anos. Não nos ouviram sobre o conteúdo da Carta. A proposta para a criação de uma **"Carta dos Direitos da Cidadania Sénior"** não era nova e chegou mesmo a ser aprovada pelos deputados em 2023, mas caiu com a dissolução da Assembleia da República em janeiro deste ano**.** Também para esta carta, **a APRe! não foi ouvida**. E ambas defendem o "envelhecimento activo" e com direitos. A intenção foi elogiada por alguns partidos, mas nem todos partilharam a mesma posição quanto ao impacto da medida, argumentando que a maioria dos direitos previstos nos dois projetos de lei já estão consagrados e que os diplomas não davam resposta aos problemas dos idosos.

Quem tem medo de dignificar as condições de vida das pessoas mais velhas?! Sucede que Portugal faz parte do grupo "nuclear" de países que apoiam explicitamente a elaboração de uma **Convenção das Nações Unidas sobre os direitos das pessoas mais velhas e a APRe! tem colaborado na elaboração desta Convenção**! É caso para perguntar: **porquê as duas faces do governo português e qual a que irá prevalecer?**

Maria do Rosário Gama

E assim se fez a APRe!... há 12 anos!

"Para novos aparellos, mariñeiros vellos" (do refraneiro galego)

A 22 de Outubro de 2012, mais de quinhentas pessoas, de todo o país, responderam ao convite para um encontro cívico em Coimbra, **em defesa dos seus direitos**. Tinha sido comunicado à imprensa e divulgado em alguns órgãos de comunicação social. Não houve sala para tanta gente (o espaço, que daria para cerca de 150, revelou-se curto para tantas presenças) - o que foi logo sinal bem significativo do que se seguiria.

Contaria depois **Maria do Rosário Gama**: «Iniciámos a história comum da APRe! num encontro, resultado de um anúncio feito na comunicação social e no "passa-palavra". Não sabia quantas pessoas responderiam a esse convite, nem que tipo de sala serviria para receber os participantes. Sei que ao chegar ao local escolhido, o ACM, via gente a vir de diferentes direcções, a dirigir-se para essas instalações. 100 pessoas? Não! 200? Não! ... 500 foram as que assinaram a folha de presença!!! Não couberam na sala, estavam no átrio à entrada da sala, na escadaria que conduz ao piso de cima, no átrio à entrada do edifício. Estava dado o sinal de que **havia "pernas para andar"**». E quanto ao nome: «Era o acrónimo certo pois continha as iniciais dos nomes que queríamos que estivessem presentes, para anunciar a transversalidade da Associação (Aposentados, Pensionistas e Reformados), além de que a palavra **"APRe" seguida do ponto de exclamação**, traduzia, na perfeição, a mensagem que queríamos e queremos transmitir: **Basta! Não somos descartáveis, juntos temos mais força! Temos uma palavra a dizer naquilo que nos diz respeito!**».

Foi assim, naquele contexto e contra aquelas políticas de então (dos previstos cortes de contratos, garantias e direitos, tomando o nosso grupo como alvo), que a APRe! se fez.

Veio preencher um vazio – dar voz a quem, até aí, a não tinha.

Estamos de parabéns! Da presidente da Direcção (que fez de uma sua ideia o que a Associação viria a ser) a tanta gente que tem dado da sua disponibilidade (e tempo e esforço), solidariamente, a esta causa, ou quem chega e mantém a APRe! viva, associando-se. Lugar especial merece sempre, entre nós, quem já nos deixou - e de quem guardamos uma memória sentida.

[Agradecemos à nossa associada Aida Santos a recolha de materiais de arquivo]

Semear um Futuro para Todas as Idades

SESSÃO PÚBLICA

LISBOA

Organizada pela delegação de Lisboa, realizou-se no passado dia 18 de outubro, no auditório da Biblioteca Municipal Orlando Ribeiro, com mais de 80 participantes, a sessão/debate ***"A Europa que Queremos É Para Todas as Idades"***, iniciativa da APRe! no âmbito do projeto SeFTI, com o apoio da AGE Platform Europe, cofinanciado pela UE.

Maria do Rosário Gama abriu a sessão referindo os contactos havidos com o Governo para apresentação das reivindicações da APRe! designadamente no que toca à necessidade de aumentos reais das pensões, eliminação das injustiças geradas pela legislação em vigor para a sua atualização, à urgência da criação de um "Serviço Nacional de Cuidados" e à necessidade de uma política de Habitação respeitadora dos mais velhos. Falou sobre imagens repetidas na Comunicação Social que são veículos de estereótipos redutores da velhice e do combate da APRe! a todas as formas de discriminação bem como na necessidade de as pessoas mais velhas serem ouvidas através das suas associações sobre todas as decisões que lhes digam respeito.

Teresa Martins, coordenadora nacional do projeto, fez a apresentação do SeFTI e destacou a harmonização do trabalho da APRe! na luta pela dignificação e valorização dos mais velhos com a ação da AGE que conduz essa luta no plano europeu. O Manifesto AGE, "A Europa que queremos é para Todas as Idades", divulgado por altura das Eleições para o Parlamento Europeu 2024, foi também comentado.

O convidado **Eduardo Paz Ferreira** começou por abordar a atual conjuntura marcada pelo incompreensível chumbo na AR da *Carta do Idoso* e pela demissão, pelo Governo, do Coordenador do Plano de Ação de Envelhecimento Ativo e Saudável.

Considerou que a percepção do fenómeno do idadismo é relativamente recente, mas tem vindo a acentuar-se e elogiou a ação da Apre! que considerou um exemplo de trabalho conjunto eficaz, que se reflete no bem-estar das pessoas.

Considerou ainda que o conceito negativo do idadismo suscita-lhe um outro valor bem mais positivo - a Felicidade, infelizmente pouco usado em política e que garantir a Felicidade exige que haja entendimento entre as gerações.

Antes do debate, tomaram ainda a palavra **Rosário Farmhouse**, Presidente da Assembleia Municipal de Lisboa, que referiu a importância de tratar de todos sem rótulos e de combater a "globalização da indiferença", e **Maria Emília Brederode Santos**, membro do Conselho Nacional de Educação, que lembrou a necessidade da educação/formação durante toda a vida para que os mais velhos não fiquem excluídos dos avanços tecnológicos.

Houve depois um debate alargado, bastante participado, em que foram sendo focadas diversas questões relevantes na vida dos reformados.

A finalizar houve ainda oportunidade para uma atuação do Coral de Reformados da Fidelidade, dirigido pela maestrina **Ana Paula Pina**, que nos trouxe canções de Manuel Freire, Zeca Afonso e do Cancioneiro Popular.

Semear um Futuro para Todas as Idades

SESSÃO PÚBLICA

COIMBRA

Decorreu em Coimbra, dia 28 de outubro, na Casa da Cultura, com início às 15 horas, a segunda sessão programada pela APRe! no âmbito do projeto SeFTI (cofinanciado pelo programa CERV da EU).

A sessão-debate foi aberta pela Presidente da Direcção da APRe!, **Maria do Rosário Gama** e teve a participação de **Teresa Martins**, especialista em Educação e Gerontologia, que apresentou o Manifesto da AGE Platform Europe sob o título com que abrimos esta notícia.

Teve como oradora principal **Margarida Pedroso Lima**, Professora da Faculdade de Psicologia da UC, que abordou os temas em discussão, especialmente o idadismo, a autonomia e a importância da participação. Desafiou os presentes a tomarem consciência da importância de cada pessoa na definição do futuro, descobrindo as suas imensas possibilidades quanto ao progresso e a qualidade de vida para todos. Um dos exemplos trazidos à conversa foi a diversidade de respostas quanto a políticas públicas entre os países do sul e do norte da europa no que se refere a apoios aos mais velhos. Cada pessoa é uma potência (no sentido de possuir muito poder) nesse processo de criação do futuro (citando Saramago).

Seguiu-se o debate com várias intervenções da assistência e os comentários da mesa.

Na sala e espaço próximo fora instalada uma exposição de fotografias cedidas pelo Gabinete de Gerontologia e Envelhecimento Ativo da Câmara Municipal de Coimbra, resultado de um projeto de trabalho junto de pessoas mais isoladas, sujeitas a maus tratos ou simplesmente abandonadas, intitulado “Silêncios Inquietantes”.

No final atuou o Coro APRe! Coimbra interpretando três canções de raiz popular harmonizadas para 4 vozes, dirigido pelo maestro e compositor Paulo Bernardino.

Foi encerrada a atividade com a partilha de um Porto de Honra.

A Delegação Centro e o Núcleo APRe! de Coimbra agradecem todo o apoio da Direção, da Coordenadora Nacional deste projeto, Teresa Martins, da Professora Margarida Pedroso Lima, da CMC e da AGE.

Semear um Futuro para Todas as Idades

SESSÃO PÚBLICA

PORTO

Realizou-se no dia 30 de outubro, entre as 15h00 e as 17h00, no Auditório da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto (IPP), a terceira sessão de debate inserida no Projeto "Semear um Futuro para Todas as Idades" (SeFTI), desenvolvido pela APRe! com apoio da AGE Platform Europe e cofinanciado pela Comissão Europeia. Estiveram presentes cerca de 90 pessoas, na sua maioria, pessoas mais velhas, muitas delas associadas da APRe!, mas também pessoas mais novas, predominantemente ligadas à área científica de Gerontologia/Geriatria e às autarquias. Tivemos também a colaboração de intérpretes de Língua Gestual Portuguesa.

Ouvimos, no início, a Secretária de Estado da Ação Social e da Inclusão, **Clara Marques Mendes**, em intervenção gravada em vídeo, que a APRe! convidara em recente reunião no Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social e que não pôde estar presencialmente. Apresentaram comunicações a Presidente da Direcção da APRe! **Maria do Rosário Gama**, **Teresa Martins**, docente da Escola Superior de Educação do IPP e coordenadora nacional deste projeto, e **Constança Paúl**, Professora Catedrática do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto. Todas as intervenções focaram a temática da inserção das pessoas mais velhas nas comunidades, as discriminações – por vezes pouco percetíveis – de que são vítimas e o que se pretende que seja uma sociedade para todas as idades, com os direitos humanos devidamente interiorizados e garantidos. O estigma do idadismo foi analisado de vários pontos de vista e a partir de várias situações concretas, designadamente, no âmbito da concepção e da concretização de propostas tecnológicas, que, frequentemente, ignoram a subjetividade e os contextos das pessoas a quem se dirigem. Também intervieram, valorizando esta iniciativa e saudando a APRe!, o Vereador da Câmara Municipal do Porto, com o Pelouro da Educação e da Coesão Social, **Fernando Paulo** e a presidente da Junta de Freguesia da União de Freguesias de Fânzeres e S. Pedro da Cova, **Rosalina Martins**.

No final, houve um "Porto de Honra", em que as pessoas presentes conviveram e interagiram num contexto da maior informalidade.

APRe! entrega Parecer sobre OE'25 a Grupos Parlamentares

A Direcção da APRe! tem já agendadas para os primeiros dias do mês de novembro algumas das reuniões que solicitou a Grupos Parlamentares da Assembleia da República. Nessa ocasião far-se-á a apresentação e entrega de **um documento** em que estão vertidas, em cinco pontos, as principais preocupações suscitadas pelo Orçamento do Estado para 2025 (OE'25), agora em discussão na especialidade.

Esses cinco pontos, cada um devidamente desenvolvido e fundamentado, contêm as nossas propostas para a melhoria das condições de vida de reformados e pensionistas e, em geral, das pessoas mais velhas.

1. **Aumento dos rendimentos das pessoas reformados**
2. **Justiça fiscal para quem trabalha e para quem trabalhou**
3. **Reforço do financiamento público do Serviço Nacional de Saúde (SNS) e do Serviço Nacional de Cuidados (SNC)**
4. **Direito à Habitação**
5. **Solidez financeira da Segurança Social**

Oportunamente divulgaremos a versão integral do documento a todos os associados e associadas.

Plenário do CES aprova pareceres sobre três importantes documentos

CONSELHO ECONÓMICO E SOCIAL

Realizou-se no passado dia 3 de outubro o plenário do CES - Conselho Económico e Social - que aprovou a acta do plenário anterior (de 7 de fevereiro) e discutiu e aprovou o parecer sobre as Grandes Opções para 2024 - 2028, o parecer sobre a Conta Geral do Estado de 2023 e o parecer sobre a Revisão do Plano Nacional de Energia e Clima- PNEC 2030.

O plenário teve ainda a particularidade de ser o último a realizar-se com a atual composição do CES e o primeiro realizado na presidência de Luís Pais Antunes que iniciou funções no passado dia 4 de junho.

Como se sabe, as eleições legislativas de 10 de março do corrente ano determinaram o início de novo mandato no Conselho Económico e Social com a eleição de novo Presidente e, em julho, a abertura de um processo de candidatura à qualidade de membro, a que a APRe! concorreu.

A nova composição do CES não foi ainda definida e anunciada, esperando-se que o seja em breve.

António Correia

A APRe! E A COMUNICAÇÃO SOCIAL

3 de outubro: O Expresso refere a posição da APRe! sobre a decisão de pagar a atualização das pensões a quem se reformou em 2024 mas não antes.

https://expresso.pt/economia/seguranca-social/2024-10-02-so-as-pensoes-atribuidas-este-ano-vao-ser-atualizadas-pelas-novas-regras-as-de-anos-anteriores-ficam-de-fora-8e3bb9e2

7 e 9 de outubro: Maria do Rosário Gama foi convidada em duas edições do Fórum TSF, sobre as declarações do Presidente da República no 5 de outubro e sobre uma entrevista dada pelo Primeiro Ministro.

https://www.tsf.pt/programa/forum-tsf/21/p/2/ (selecionar o dia pretendido)

8 de outubro: O tema era o pagamento do suplemento pontual para as pensões mais baixas. A Presidente da Direção da APRe! falou no Primeiro Jornal da SIC destacando que há um pequeno *bónus* pago em outubro para, em novembro, tudo voltar à penúria de sempre. Defendemos medidas que valorizem as pensões de forma permanente e não medidas pontuais. Na peça foram ouvidos significativos depoimentos de pensionistas com muito baixas pensões.

11 de outubro: O artigo "Filhos de um deus menor?", assinado por Maria do Rosário Gama enquanto Presidente da Direção da APRe!, é publicado pelo jornal Público, com chamada de capa.

O artigo pode ser lido aqui:

https://www.apre-associacaocivica.pt/filhos-de-um-deus-menor/

EXCLUSIVO OPINIÃO

Filhos de um deus menor?

Segundo o INE, 13,2% dos pensionistas continuam a trabalhar após o recebimento da primeira pensão.

Maria do Rosário Gama

16 de outubro: Declarações de Maria do Rosário Gama à RR e à RTP sobre o anunciado pagamento da atualização das pensões no ano seguinte ao da reforma, publicadas nos respetivos sites.

Ler ou ouvir na íntegra, aqui:

https://rr.sapo.pt/noticia/pais/2024/10/16/pensoes-associacao-pede-que-aposentados-em-2023-nao-sejam-esquecidos/397724/

https://www.rtp.pt/noticias/economia/apre-meia-satisfeita-com-atualizacao-de-pensoes-no-ano-seguinte-a-atribuicao_a1608010

APOSENTADOS

Pensões. Associação pede que aposentados em 2023 não sejam esquecidos

16 out, 2024 - 15:32 • Jaime Dantas

Ainda assim, a presidente da Associação de Aposentados, Pensionistas e Reformados saúda as novas regras aprovadas esta quarta-feira pelo Presidente da República.

As regras aprovadas esta quarta-feira permitem a atualização das pensões já no próximo ano.Foto: Olímpia Marcos/RR

A presidente da Associação de Aposentados, Pensionistas e Reformados (Apre!) pede que seja "regularizada" a situação dos pensionistas que se aposentaram em 2023.

ECONOMIA

atualizado 16 Outubro 2024, 13:17

APRe! meia satisfeita com atualização de pensões no ano seguinte à atribuição

por Antena 1

28 de outubro: Nova participação da Presidente da Direção da APRe! no Fórum TSF, desta vez, sobre "O Orçamento do Estado e o apoio aos mais velhos".

Procurar em:
https://www.tsf.pt/programa/forum-tsf/21/

29 de outubro: Maria do Rosário Gama falou à RR sobre a comparticipação a 100% nos medicamentos para beneficiários do CSI.

*"Para Maria do Rosário Gama, da **Associação Portuguesa de Reformados e Pensionistas** (APRe!), a medida é muito positiva mas, infelizmente, não beneficia todos os idosos com necessidades.*

*"O número de pessoas que têm Complemento Solidário para Idosos anda entre os 150/160 mil e **abaixo do limiar da pobreza há mais de um milhão de idosos**". Portanto, defende Maria do Rosário Gama, "todos aqueles que têm pensões abaixo do limiar da pobreza deveriam ser contemplados com as mesmas medidas". E muitos não são, adianta, "ou porque ainda não se candidataram ao CSI ou porque nem sequer fazem a ideia de que podem ter acesso"*

A notícia pode ser lida na íntegra aqui:

https://rr.sapo.pt/noticia/pais/2024/10/30/beneficiarios-do-complemento-solidario-para-idosos-pouparam-42-milhoes-em-medicamentos/399491/

30 de outubro: É divulgada a decisão tomada pelas Misericórdias de cobrarem aos residentes pensionistas a percentagem de 45% do suplemento extraordinário que receberam em outubro. A Presidente da APRe! falou sobre o assunto à TVI, à RR e à SIC, denunciando a desumanidade de tal prática, visto que atinge pessoas que se situam abaixo do limiar da pobreza.

Ver o vídeo aqui:
https://sicnoticias.pt/pais/2024-10-30-video-misericordias-aumentam-mensalidade-ja-em-novembro-devido-ao-suplemento-extraordinario-de-pensoes-a4e915cf

Envelhecer com qualidade

No passado dia 1 de outubro, realizou-se na sede da Delegação Centro da APRe! (Associação de Aposentados, Pensionistas e Reformados), uma tertúlia para comemorar o **Dia Internacional da Pessoa Idosa**.

Após a projeção do documentário «*Como era viver antes da Democracia*», da autoria de António Barreto e, atendendo ao motivo do encontro, comecei a imaginar um tema que talvez valesse a pena abordar, numa das rubricas do Boletim mensal da associação.

Por que não, «***Como é ser Idoso, no séc. XXI***»?

Partindo da classificação da OMS, nos países desenvolvidos, ser «idoso» refere-se a qualquer pessoa, a partir dos 65 anos de idade. Mas este marco cronológico não limita, de forma absoluta, o início de uma nova fase de vida, havendo que reconhecer que, não só em Portugal como nos restantes países-membros da UE, a percentagem de pessoas abrangidas pelo termo cresceu, exponencialmente, nos últimos anos.

Sem elencar as condicionantes que levaram ao aumento da expectativa de vida da população, pareceu-me bastante mais relevante correlacionar dois conceitos – o de «idoso» com o de «envelhecimento», dado que este implica «*uma deterioração endógena das capacidades funcionais do organismo*».

Contudo, sendo o envelhecimento um processo contínuo, ele é também diferenciado e o facto de se ter constituído como objeto de estudo de vários ramos do conhecimento, os progressos científicos e tecnológicos vieram contribuir para uma melhoria da qualidade de vida das pessoas consideradas «idosas». Esta noção ampla e abrangente, que tem por base o material genético de cada indivíduo, diferencia-se consoante o género, a personalidade, o meio físico e social em que se vive, ou seja, depende não só de condicionalismos geográficos, mas também de condições financeiras e socioculturais.

Dado que a herança genética é, praticamente, inalterável, há certos riscos que podem ser evitados, levando não só a retardar o envelhecimento, mas contribuindo mesmo para o seu enriquecimento.

Poder-se-á dizer, efetivamente, que cada indivíduo, de acordo com a sua maneira de ser, o seu agregado familiar, o seu nível educacional e as condições ambientais em que viveu/vive, contribui, ainda que parcialmente, para o seu envelhecimento, quer pela forma como se vai dando conta dele, como pelas vias através das quais o vai controlando. Aceitar-se com algumas debilidades, com mais ou menos fragilidades, modificando alguns riscos, como sejam, os erros alimentares, o sedentarismo, o isolamento, o tabagismo, o consumo exagerado de álcool... poderão retardar um processo contínuo e inevitável mas tornando-o, simultaneamente, mais rico.

Quantas pessoas não realizam, após a aposentação, atividades que não concretizaram, quando mais novas, quer por falta de oportunidades ou, inclusive, pela inexistência delas?

Luísa Correia

Associada nº 3140

Nota da Direcção: As opiniões emitidas nos artigos da rubrica "TEM A PALAVRA..." são da exclusiva responsabilidade de quem os assina.

DELEGAÇÃO NORTE

Núcleo de Braga

Clube de Leitura

No ano em que se comemoram os 500 anos do nascimento de **Luís Vaz de Camões**, o Clube de Leitura não podia deixar de o revisitar, o que fez no passado dia **17 de outubro**, no local habitual, a Biblioteca Lúcio Craveiro da Silva.

O poeta foi lembrado como homem de estudo, com engenho e experiência, qualidades que fizeram dele o maior representante da Renascença Portuguesa cujos ideais projetou no seu poema épico «Os Lusíadas». O poeta lírico foi também invocado com a leitura de éclogas e sonetos.

Foram ainda lidos alguns textos relacionados com episódios da sua vida, bem como textos de autores consagrados alusivos à obra camoniana e à sua intemporalidade e centralidade.

Núcleo do Grande Porto

Clube de Leitores APRe!

74.ª sessão, dia **2 de outubro**. Livro debatido: "Os segredos de Juvenal Papisco», do escritor Bruno Paixão.

«…um romance inspirado no realismo mágico, uma corrente literária que procura o bizarro que há na vida real…», «um livro que cria um universo imaginado, que nos remete para um clima da América do Sul, passado no século XIX e que procura fazer uma crítica social dos tempos contemporâneos. Expõe, sem rodeios, a crueza da vida, a bondade e a maldade, procurando mostrar que ninguém é bom ou mau a vida toda, o que torna as personagens muito próximas daquilo que nós somos", palavras do próprio autor. A personagem principal Juvenal Papisco, um padre que, se lhe compete dar o perdão dos pecados na confissão, também ele parece pecar bastante. Os seus segredos. Mas, na verdade, o que pretenderá ele conseguir? Aqui fica o desafio para que o descubram porque é um prazer ler este livro. Não só pelo tema, mas pela escrita, pelo uso metafórico que faz de muitas expressões de uso corrente, os próprios títulos dos vários capítulos. E tente-se, sempre, descobrir, no capítulo, a frase que justifica o seu título.

M. Eugénia Faria

Actuação do APRe! Coro - GP

A convite da AUSM (Associação Universitária Sénior de Matosinhos), o nosso Coro esteve presente na abertura solene do ano lectivo daquela instituição, no **dia 3** do corrente mês, tendo cantado alguns dos temas do repertório, ensaiados pelo Maestro Miguel Fernandes que dirigiu o Coro.

Seguiu-se a conferência "Cultura e Ciência no Tandem Longevidade/ Envelhecimento", cujo orador foi o Prof. Dr. Sobrinho Simões.

De realçar a referência feita pelo conferencista ao nosso Coro em concreto, para referir a vantagem da linguagem musical/coral como elemento importante no envelhecimento saudável.

A Coordenação: Conceição Lopes; Elisa Lopes; Zélia Tello Almeida

Exposição "Os telefones falam"

A convite dos Serviços Sociais da Câmara Municipal do Porto e no Âmbito do Programa «O Porto é Lindo», realizou-se no dia **10 de Outubro** uma visita guiada às instalações da Associação de Trabalhadores e Reformados da Portugal Telecom (ATRPT), para uma visita à Exposição de Telefones no Centro Histórico, sob o lema «OS TELEFONES FALAM», onde foi possível fazer uma viagem pela história dos telefones em Portugal, e em especial no Norte, desde o seu nascimento até aos tempos modernos, com detalhadas e muito cuidadas explicações dos guias que nos acompanharam.

Núcleo do Grande Porto (cont..)

Dalí: Uma experiência imersiva

O Núcleo do Grande Porto propôs uma ida à Alfândega do Porto, no passado **dia 23**, para mergulhar no universo surrealista do catalão Salvador Dalí. Primeiro, através duma experiência visual imersiva, recorrendo, por vezes, a imagens 3D.

Depois, uma sala com informação sobre a vida e sobre este artista genial, muito à frente do seu tempo, instalações interativas, hologramas e realidade virtual, a qual nos faz percorrer e entrar, ao lado de Dalí, nalgumas das suas obras mais icónicas.

Salvador Dalí "viveu num período revolucionário para a ciência e tecnologia… e a sua biblioteca contém centenas de livros sobre física, mecânica quântica, biologia, ótica e matemática…. Destacou-se na pintura, escultura, cinema, fotografia, encenação, ilustração, design gráfico, joalharia, design de moda, de mobiliário e de montras… embora se orgulhasse particularmente da sua faceta de escritor." (Texto da exposição)

Para conhecer melhor este homem, que pintou a primeira coca-cola vinte anos antes de Andy Warhol, entre nesta surpreendente aventura!

DELEGAÇÃO CENTRO

Núcleo de Coimbra

Caminhando pelo Choupal

"Caminhando pelo Choupal" foi o nome encontrado para uma atividade dinamizada pelo Núcleo APRe! de Coimbra, que sensibilizou para o *caminhar pela nossa saúde* e para a necessidade da *partilha de encontros de socialização*.

A reforçar esta última ideia, surgiu o desafio para um concurso de fotografias, que culminou num lanche, no dia **16 de Outubro**, com o pretexto da entrega de prémios. O primeiro prémio foi um livro de fotografias: "Um por Cem - um olhar sobre as Repúblicas de Coimbra", oferta e autoria da associada Margarida Madeira.

As palavras não conseguem descrever o ambiente afetuoso, de saudável convívio, de alegria e de vida. "Cinco estrelas", foi assim rotulado!

Viagem ao Douro

A **22 de Outubro** festejaram-se os doze anos da reunião fundadora da APRe! de um modo peculiar: uma viagem ao Douro, de comboio, com um almoço digno do evento, no Restaurante Cais da Ferradosa (São João da Pesqueira). Este fica na antiga estação da Ferradosa e aposta em ganhar clientes pela simpatia, comida e vinhos (incluindo o delicioso vinho do Porto com que terminou a refeição).

O local tranquilo, sem turismo de massas, justifica o encanto que se sentiu ao espraiar o olhar pela deslumbrante Região Demarcada do Douro (a mais antiga região vitícola do mundo), um dos locais que, em Portugal, é Património da Unesco.

DELEGAÇÃO DE LISBOA

Ida ao Teatro

No dia **6 de Outubro**, um grupo de 40 associados da APRe!, numa organização da Delegação de Lisboa ao abrigo de protocolo com o Teatro Aberto, reuniram-se numa ida ao teatro para ver a peça "**Heinsenberg – O Princípio da Incerteza**", de Simon Stephens.
Óptimas encenação de João Lourenço e dramaturgia de Vera San Payo de Lemos. Interpretações fabulosas dos actores, Ana Guiomar e Virgílio Castelo.
Espectáculo em que são abordados temas que nos fazem pensar e em que o desenvolver da acção muitas vezes nos surpreende.
No fim do espectáculo tivemos o privilégio de poder conversar com os criadores do espectáculo e com os actores, de dar as nossas opiniões e colocar questões. Foi muito interessante e enriquecedor.

Tertúlias das Quintas na Sede da APRe!

Neste mês de Outubro, iniciou-se um novo ciclo de **Tertúlias, às quintas-feiras,** que se vão realizar todas as primeiras e terceiras quintas-feiras de cada mês, das 15h30 às 17h00, na Sede da Delegação de Lisboa, na Av. D. Carlos I n.º 98 Loja.

Todos os associados da APRe! estão convidados a participar.

O objectivo é debater temas e que todos possam participar, dando a sua opinião e partilhando as suas ideias e reflexões.

Realizaram-se já duas tertúlias deste novo ciclo, nos dias **3 e 17 de Outubro**, tendo como moderador o associado da APRe! Carlos Vaz, que é professor em Universidades Sénior. Nestas primeiras sessões os temas foram **"Momentos Marcantes da Vida"** e **"Vivemos Mais, Mas Vivemos Mal. Porquê?"** que proporcionaram que todos falassem e participassem com testemunhos muito interessantes. Seguiram-se agradáveis lanches/convívio.

"Canções de Abril"

No âmbito da "**Semana dos Maiores**" na freguesia de Carnide, em Lisboa, o Núcleo Lisboa Norte da Delegação de Lisboa, organizou, no dia **14 de Outubro**, em parceria com a referida Junta de Freguesia e inserida nas Comemorações Oficiais dos 50 anos do 25 de Abril, a sessão "**Canções de Abril" com Vítor Sarmento,** reconhecido cantor e associado da APRe! que graciosamente acedeu a cantar nesta iniciativa..

O público presente, que encheu a sala, vibrou com as canções, tendo cantado em conjunto muitos dos temas

Conselho Municipal para a Pessoa Idosa na Cidade de Lisboa

A APRe! participou, no dia **25 de Outubro**, nos Paços do Concelho, na **1ª Reunião Plenária** do **Conselho Municipal para a Pessoa Idosa na Cidade de Lisboa,** a convite da sua presidente, Dra. Sofia Athayde, vereadora dos Direitos Humanos e Sociais da CML.
Esteve também presente o Presidente da Câmara Municipal de Lisboa, Eng. Carlos Moedas, que abriu a sessão e deu as boas vindas a todas as instituições presentes e seus representantes, reafirmando a importância deste Conselho para a cidade de Lisboa.
Nesta sessão foi formalizada a constituição do Conselho, tendo a APRe! ficado, desde logo, com o estatuto de **membro efectivo** deste Conselho.

Outubro 2024

Artigo Especial

Dia Internacional das Pessoas Mais Velhas: Vamos reescrever a história do envelhecimento!

No dia 1 de outubro, Dia Internacional das Pessoas Mais Velhas, convidámos todos a juntarem-se a nós e a reescreverem a história do envelhecimento, para que todos possamos envelhecer com direitos. Apelámos também à União Europeia para liderar a mudança através da adoção de uma Estratégia da UE para a Igualdade em Todas as Idades e da criação de um Intergrupo específico no Parlamento Europeu.
Leia o nosso artigo especial em : https://www.age-platform.eu/international-day-of-older-persons-lets-rewrite-the-story-on-ageing/

Últimas Notícias

Porque é que não existe um Comissário autónomo para a Igualdade?

A AGE está profundamente preocupada com a falta de um pelouro específico para a igualdade, o que vai contra os compromissos e valores fundamentais da UE. Apelamos aos deputados do Parlamento Europeu para que actuem rapidamente para retificar esta questão.
Leia o nosso comunicado:
https://www.age-platform.eu/why-is-there-no-commissioner-on-equality/

Defesa da Igualdade em Todas as Idades na Europa: Apoie o nosso apelo à criação de um Intergrupo

No dia 2 de outubro, para assinalar o Dia Internacional das Pessoas Mais Velhas 2024, os deputados do Parlamento Europeu participaram num debate com representantes da AGE Platform Europe, do Fórum Europeu da Juventude e da Eurocarers.
Leia mais em: https://www.age-platform.eu/advocating-for-age-equality-in-europe-support-our-call-for-an-intergroup/

A AGE debateu a forma de promover a solidariedade intergeracional na UE

A AGE foi convidada para uma conferência no Conselho Económico e Social Europeu (EECS) para debater os desafios e as oportunidades da promoção da solidariedade entre os jovens e os mais velhos na UE. Foram realizados alguns debates interessantes, embora se esperasse uma visão mais ampla, baseada nos direitos humanos e no ciclo de vida.
Leia o nosso artigo em:
https://www.age-platform.eu/age-discussed-how-to-promote-intergenerational-solidarity-in-the-eu/

VISITE O NOSSO SITE

APRe!
Associação de Aposentados, Pensionistas e Reformados

INÍCIO SOBRE NÓS ASSOCIADOS NOTÍCIAS ATIVIDADES ARQUIVO

https://www.apre-associacaocivica.pt/

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 – Membro Efectivo
2. OEWGA – Grupo de Trabalho para o Envelhecimento da ONU – ONG acreditada
3. ECOSOC – Conselho Económico e Social das Nações Unidas – ONG com estatuto consultivo na área do envelhecimento

MAIS INFORMAÇÕES

https://m.facebook.com/groups/apreassociados/ (Grupo de Associados no Facebook)

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

(Página Institucional no Facebook)

Propriedade/Editor: Direção da APRe!
APRe! Associação de Aposentados Pensionistas e Reformados
NIPC510435564
R. Jorge Mendes, Lote 1, nº 5 - r/c esq.| 3000-561 Coimbra
Tel. 239704072 | Tlm. 926254700
apre2012@gmail.com