APRe!

AGE PLATFORM Europe

8

SETEMBRO 2025

NOTÍCIAS

EDITORIAL

Estamos de volta...

Depois de um mês sem *Notícias APRe!*, recomeçamos como se o verdadeiro início do ano fosse em Setembro e não em Janeiro! Mas a interrupção de Agosto, nesta publicação, não significa abstracção da realidade que respeita aos mais velhos. Assim, logo no dia 1 de Agosto, o Expresso escreve sobre a fiscalização de lares, denunciando que quase metade do número de lares fiscalizados estão ilegais. Em 1605 espaços ilegais entre Janeiro de 2020 e Junho de 2025, a Segurança Social fechou, de imediato, 128. Este problema, sempre denunciado pela APRe! em diferentes fóruns, deve-se não só à escassez de respostas em lares legais mas, sobretudo, à incapacidade financeira da população mais velha e das suas famílias, recorrendo a estruturas clandestinas, onde as condições de cuidados e segurança são muitas vezes precárias. A 7 de Agosto, num trabalho da CNN, afirmava-se que "Acesso à saúde está cada vez mais *on line*. Mas onde ficam os idosos?", "quando chegar aos 70 anos morri para a sociedade?". Num tempo em que tudo se faz *on line* há uma realidade complexa e pouco visível: aquela de quem não consegue acompanhar esta mudança e se sente a ficar para trás. O recurso à aplicação SNS24, a possibilidade de os utentes poderem marcar exames médicos através desta funcionalidade será compatível com um país onde quase um em cada quatro portugueses tem mais de 65 anos, onde existe muita iliteracia digital, onde nem todos os telemóveis são de modelos recentes? Há quem tente adaptar-se mas o esforço nem sempre é recompensado e o governo não assume que nem todos os utentes têm dispositivos actualizados ou competências digitais mínimas. Portugal, além de um país envelhecido, é um país info-excluído. No dia 26, foi noticiada a petição, promovida pela enfermeira Carmen Garcia, com mais de 13 000 assinaturas, a pedir a proibição de *contenção física a idosos*. É sabido que, para além de perturbações emocionais e comportamentais, esta prática induz a formação de úlceras por pressão, atrofia muscular ou lesões articulares. A 28 de Agosto, o jornal Público apresenta um trabalho sobre os vícios do jogo, salientando o da "raspadinha" e o modo como estes jogos impactam financeiramente na vida da população mais velha. A violência doméstica contra a população mais velha continua também a ser notícia - "Idosa obrigada a sair de casa para fugir a agressões do bisneto", 6 de Setembro, Lusa.

Os problemas levantados nestas notícias poderiam ser minimizados se houvesse uma política de proximidade das juntas de freguesia e das câmaras, através dos seus Conselhos Locais de Acção Social (CLAS), que promovesse, junto da população idosa, vigilância e acompanhamento adequados.

Por tudo isto, é muito importante o conhecimento dos programas das diferentes candidaturas às **Autárquicas de 12 de Outubro** de modo a escolhermos quem apresenta propostas que vão ao encontro das necessidades da população mais velha. O nosso voto nestas eleições é fundamental. Não só pela importância da nossa escolha mas também pela defesa da democracia!

Maria do Rosário Gama

Vemos, ouvimos e lemos...

Não é de agora a nossa grande preocupação com as políticas que estão a ser esboçadas e veladamente anunciadas pelos titulares de cargos ou "especialistas" no âmbito da Segurança Social e pensões.

E o que vamos conhecendo só contribui para reforçar o empenho com que defenderemos a manutenção da **Segurança Social pública e forte**, como pilar indispensável do Estado Social, e **pensões dignas** para quem já terminou a sua carreira contributiva. Destas exigências daremos conta nas reuniões que vamos realizar – com o Governo e na AR, no âmbito da discussão do Orçamento do Estado para 2026.

Há três semanas, com muitas pessoas ainda distraídas da leitura de notícias, o ECO-SEGUROS publicou uma extensa peça a propósito da audição de Gabriel Bernardino, futuro presidente da Autoridade de Supervisão de Seguros e Fundos de Pensões (ASF), na Comissão de Orçamento, Finanças e Administração Pública da Assembleia da República.

Novo presidente da ASF defende que é preciso "limitar" ou "reduzir" as pensões

Francisco Botelho
9 Setembro 2025

Indigitado para novo presidente da ASF, Gabriel Bernardino diz que mesmo pessoas com "rendimentos mais baixos" têm de poupar "nem que seja uns quantos euros por mês" para terem pensões mais fortes.

Gabriel Bernardino na AR: "Talvez tenhamos que limitar de alguma maneira, ou reduzir de alguma maneira, as pensões que hoje estão a ser pagas para que consigamos ter um maior equilíbrio geracional".

Foto: Manuel de Almeida | Lusa

Não podemos ignorar!

Deixamos o *link* para quem pretenda ler, na íntegra, a notícia referida.

Comunicado de Imprensa

Ao OE o que é do OE

A APRe! defende o respeito pela autonomia da Segurança Social

Não são poucas as situações em que o poder executivo adota medidas cujos custos, independentemente dos seus objetivos, faz recair sobre a Segurança Social e não sobre o Orçamento do Estado, como seria justo.

Foi o que sucedeu recentemente, no âmbito dos graves incêndios que assolaram o país.

Com efeito:

De acordo com o Decreto-Lei nº 98-A/2025 de 24 de Agosto, aprovado pelo Governo, é estabelecida a "Isenção total do pagamento de contribuições para a Segurança Social, durante um período de até seis meses, prorrogável até ao máximo de igual período, mediante avaliação, para as empresas, cooperativas e trabalhadores independentes cuja atividade tenha sido diretamente afetada pelos incêndios;" e a "Isenção parcial de 50 % do pagamento de contribuições para a Segurança Social a cargo do empregador durante um período de um ano para as empresas e cooperativas que contratem trabalhadores em situação de desemprego diretamente causado pelos incêndios.", medidas com as quais a APRe! está plenamente de acordo. Deve, no entanto, ser salvaguardado que as contribuições devidas que não vão ser pagas à Segurança Social, sejam repostas no Orçamento da Segurança Social, através de transferência do Orçamento do Estado (OE).

É nosso entendimento que as medidas de apoio às empresas e aos trabalhadores independentes cuja actividade foi afetada pelos incêndios deverão ser suportadas pelo OE e não pelo Orçamento da Segurança Social.

Esperando a melhor atenção de V. Exa, subscrevemo-nos com os melhores cumprimentos

8 de setembro de 2025

A Presidente da Direção
Maria do Rosário Gama

Pedidos de reuniões

Quando se aproxima o período de divulgação e discussão da proposta de **Orçamento do Estado para 2026 (OE 2026)**, a Direção da APRe! tomou a decisão de enviar **pedidos de reunião** à Ministra do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social bem como a partidos com representação na Assembleia da República.

Pretende-se, assim, no presente contexto político e social, assinalar com clareza as principais preocupações no que diz respeito à salvaguarda, em sede de OE 2026, dos direitos de pensionistas ou reformados e, em geral, da população adulta mais velha.

Almoço Debate com Eurodeputados Portugueses – EAPN Portugal

UNIR VOZES, CONSTRUIR SOLUÇÕES

Um ano após as eleições europeias, a EAPN Portugal reuniu, a 12 de setembro, os eurodeputados portugueses Isilda Gomes (PS – Grupo da Aliança Progressista dos Socialistas e Democratas) e Joel Moriano, em representação do eurodeputado João Oliveira (PCP – Grupo da Esquerda), num almoço-debate moderado por Hélder Gomes (Jornal Expresso), para refletir sobre os desafios da pobreza e exclusão social na Europa e reforçar o compromisso com uma Europa Social mais justa e inclusiva.

Este encontro deu continuidade à iniciativa do almoço-debate de 2024 e teve como ponto de partida as Conclusões da Cimeira das Pessoas 2025, promovendo um diálogo direto entre representantes no Parlamento Europeu, organizações da sociedade civil e cidadãos em situação de pobreza.

A APRe! foi, novamente, uma das quinze organizações convidadas, sendo representada por Anabela Paixão.

Na União Europeia, mais de 93 milhões de pessoas vivem em situação de pobreza ou exclusão social; mais de 2 milhões em Portugal onde, em **2023**, a taxa de risco de pobreza para pessoas com **65 anos ou mais** atingiu **21,1 %**, o valor mais elevado desde 2007.

Nas conclusões, a EAPN Portugal reforçou a urgência de colocar o combate à pobreza no topo da agenda política europeia!

Reunião com o Banco de Portugal

No dia 19 de Setembro, uma delegação da direcção da APRe!, constituída por José João Lucas, Jorge Fernandes e Anabela Paixão, reuniu com um grupo de trabalho do Banco de Portugal, por videoconferência, para abordar o "Impacto da Digitalização no Acesso a Pagamentos de Retalho".

Foram avaliadas algumas dificuldades específicas, bem como propostas de soluções mais "amigáveis" para a população mais velha.

A APRe! teve a oportunidade de mencionar o seu trabalho a nível europeu, no âmbito da *Task Force* "Ambientes *Amigos* da Idade" da AGE Platform Europe, onde esta temática tem sido bastante aprofundada.

A equipa do Banco de Portugal manifestou disponibilidade para colaborar com a APRe! na divulgação de temas relacionados particularmente com a segurança nas transações digitais.

Enquanto, nos bastidores da vida pública, se foram estudando táticas eleitorais compensadoras e alterações ao quadro legal em áreas como o Trabalho, a Saúde ou a Habitação, a par da preparação do OE 2026, agosto também não foi mês de "descanso" para temas relacionados com as pessoas mais velhas, na Comunicação Social.

8 de agosto: São divulgados alguns dados chocantes sobre o "vício da raspadinha", quando este jogo atinge os 30 anos de existência.

Raspadinha: um dos jogos mais procurados, mas que para muitos é um vício

A raspadinha faz 30 anos e é, de longe, o jogo preferido dos portugueses. Representa quase 60% das receitas dos Jogos Santa Casa e para muita gente tornou-se um vício.

A Presidente da Direção da APRe! foi convidada pela Sic Notícias e participou num debate sobre o tema tendo transmitido as preocupações que a situação suscita, tanto quanto se sabe que, em muitos casos, a procura descontrolada resulta da tentativa de melhorar, por uma via aparentemente fácil, as condições de vida de quem é mais carenciado, nomeadamente, pensionistas com pensões muito baixas.

Reportagem SIC : RASPADINHA

11 de agosto: Maria do Rosário Gama esteve, mais uma vez, na Praça da Alegria (RTP1). O tema foi a redução na retenção de IRS a partir do mês de agosto e o suplemento que será pago no mês de setembro, aos pensionistas com pensões de valor até 1567,50 €.

A participação da Presidente da Direção pode ser vista no vídeo a partir do minuto 07:20min, aqui:

SUPLEMENTO DE PENSÕES

20 de agosto: Maria do Rosário Gama foi ouvida pela RR sobre o anunciado aumento do número de beneficiários do RSI.

Ler a notícia **aqui**

Número de beneficiários do CSI cresce 58% face a 2024. Reformados alertam para pensões baixas

20 ago, 2025 - 10:38 • Beatriz Lopes

APRe! considera "dramático" que tantos idosos ainda dependam do complemento solidário para garantir uma vida digna.

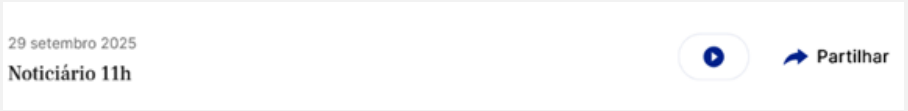
30 de agosto: A TVI solicitou a Maria do Rosário Gama um comentário à notícia do JN sobre o aumento do número de pessoas que recebem reformas acima de 5000 euros. São, naturalmente, pensões correspondentes à carreira contributiva das pessoas em causa.

8 de setembro: A Presidente da Direção da APRe! foi solicitada pela SIC e pela RTP para comentar o pagamento, neste mesmo dia, do suplemento extraordinário (200, 150 ou 100 €) para as pensões mais baixas do regime geral.

Veja a intervenção com início cerca dos 28 minutos, no vídeo, **aqui**

29 de setembro: A presidente da Direção da APRe! falou para o Fórum TSF cujo tema era "Marcelo, as autárquicas e as promessas de Montenegro". A intervenção tem início aos 23 min e pode ouvir-se **aqui**

A TSF deu destaque a estas declarações no noticiário seguinte.



Para ouvir, pode selecionar "**Noticiário 11h**" neste ***link***

3 (três) factos reais – puro idadismo

Tenho 81 anos de idade cronológica. 66 de idade metabólica.

Sou muito cuidadoso com a **saúde** – Medicina preventiva, alimentação, exercício físico, sono.

Procuro manter uma **boa qualidade de vida**. Independência, autonomia, mobilidade, relacionamento, encontrar, continuamente, um sentimento de **alegria na vida**. Dito isto:

Primeiro facto – Em Julho fui alugar uma viatura por dois dias. Paguei 104,00€. (52,00€/dia)

Em Agosto fui pôr a minha viatura na revisão. Tenho visto na TV uma publicidade a uma viatura com o custo de cerca de 100,00€/mês! e como a situação me despertou interesse, fui falar com um funcionário a fim de me explicar como funciona verdadeiramente este "negócio". Explicou-me que teria de pagar de início um determinado montante, depois, durante 72 meses 100,00€ e no final teria três opções – Ou devolvia a viatura, ou renovava o contrato ou pagaria determinada importância e a viatura seria minha. Decidi aderir. Entretanto perguntou-me a idade cronológica (81).

Lamentaram, mas este contrato **tem a idade limite de 75 anos**. Não pude aderir.

Segundo facto – Vou começar por confessar que este facto tem muito da minha interpretação. Não posso demonstrar. Mas vou contar.

Marquei consulta com médico num Hospital privado. Consulta marcada para as 19h30 mas só fui atendido às 22h00!!!

Fui, especialmente, para ouvir a opinião do médico sobre o resultado de uma análise que tinha realizado. Disse-me que não iria morrer por aquele resultado. O que "li" nas palavras do médico: "Tens 81 anos, a esperança de vida actual é de 80 – as estatísticas! – podes/deves estar por cá já poucos anos e esse problema já não te irá afetar." Pura conjectura minha!

Terceiro facto – No dia 24/08/2025 fui à Worten, no CC Vasco da Gama em Lisboa, para comprar cartuchos para a minha impressora. Fui olhar para a parede da *Informática* mas não encontrei o número do pacote dos meus tinteiros. Dirigi-me a um funcionário que, depois de visualizar o computador, me disse que a Worten (aquela que "Tem tudo e mais não sei quê") já não tinha nem vendia aqueles cartuchos!? Perguntei-lhe então o que poderia fazer. Vá à FNAC. E foi isso que fiz. Encontrei os tinteiros e como tinha cartão FNAC decidi pagar em 3 vezes. Perguntei se era possível e, como a resposta foi afirmativa, disponibilizei todos os dados para tal efeito. Nome, morada, idade, reforma, NIF, IBAN, etc. Qual não foi o meu espanto quando me disseram que o pedido tinha sido recusado! Perguntei qual a razão para tal decisão, que me indignou.

Não souberam responder porque a financiadora, a CETELEM, não os informa. Segredo total!!! Voltei à Worten para pedir livro de reclamações.

Apareceu a Gerente da loja para tentar saber o que se estava a passar. Quis confirmar. Viu o computador e respondeu-me que os cartuchos existem na Worten. Só teria de os encomendar! Pessoal "barato"...

No dia seguinte fui à CETELEM, no Edifício Ocidente, no CC Colombo em Lisboa. Fiz a pergunta e deram-me a resposta. Sem qualquer segredo ou dificuldade. **É só até aos 80 anos**!!!

Não quero avançar mais nos pormenores.

Agora concluo. **Puro idadismo**. **Ou aceitamos ou nos indignamos**.

E pergunto: Estas regras estão na Lei?

Nós não somos *estatísticas*, somos *pessoas*.

Estamos a caminho de, aos 70 anos, uma pessoa viver como vive agora uma de 50. E já não falta muito!

Carlos Vaz

Associado n.º 329

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

A influência do Bridge na longevidade

Bridge é um jogo de cartas, sendo necessário um mínimo de quatro pessoas, dois pares que se defrontam, alinhados um em Norte-Sul e outro em Este-Oeste.

Tipicamente este é um jogo que se pratica em grupos e torneios promovidos pelos Clubes de Bridge nas suas instalações ou em outros espaços, por exemplo em hotéis. Claro que também pode ser jogado em casa com amigos.

O jogo do Bridge é muitas vezes associado a efeitos positivos na saúde cognitiva e na longevidade, em particular nas pessoas de mais idade.

Eis algumas das razões pelas quais jogar Bridge pode contribuir para a longevidade e bem-estar geral:

- **Benefícios cognitivos** - Sendo o Bridge um complexo jogo de cartas que envolve memória, planeamento, tomada de decisão e pensamento estratégico, a sua prática regular em actividades mentalmente estimulantes pode ajudar a manter as funções cognitivas e a reduzir os riscos de declínio e demência.

  Por outro lado, o jogo envolve também memorizar as cartas que foram jogadas e antecipar a estratégia e jogadas dos oponentes, melhorando assim a memória e a concentração.

- **Socialização -** A interacção social resultante da prática deste jogo – parceiros, equipas, grupos, torneios – é um factor fundamental na promoção da saúde mental e pode contribuir para uma vida mais longa e saudável ao reduzir eventuais sentimentos de solidão ou isolamento.

  A participação regular dos jogadores nos torneios no seu clube desenvolve um sentimento de comunidade e de pertença, acompanhado de um desenvolvimento emocional de bem-estar.

- **Benefícios psicológicos -** Participar em actividades lúdicas, como o Bridge, pode ajudar a reduzir o stress e promover o relaxamento. Baixos níveis de stress estão associados a um melhor bem-estar geral e vida mais longa.

  Ganhar um jogo ou torneio, dominar novas técnicas ou estratégias, pode transportar um sentimento de realização e fazer disparar a autoestima, contribuindo deste modo para uma atitude mental positiva.

Claro que, só por si, jogar Bridge com regularidade, duas ou três vezes por semana, não é uma garantia de aumento da longevidade, mas é certamente uma componente muito válida de um estilo de vida que tendencialmente promove a saúde cognitiva, social e emocional. Como acontece com qualquer outra actividade, a chave é complementar com outros hábitos saudáveis, tais como exercício físico (caminhar, por ex.), dieta alimentar equilibrada e acompanhamento médico com regularidade.

Por último, gostaria de referir o meu caso pessoal. Os primeiros contactos com este jogo remontam à minha já longínqua juventude. Fui jogando ocasionalmente com amigos e também em clubes, mas a vida profissional não me permitiu uma prática regular. Só por volta dos meus sessenta anos, já em preparação para a reforma, me voltei a dedicar a este jogo, o qual tenho vindo a praticar nos quase últimos vinte anos com entusiasmo, satisfação e prazer.

Uma grande parte dos praticantes são seniores, mulheres e homens com mais de sessenta e cinco anos, sendo cada vez mais comum encontrarmos praticantes com oitenta e mais anos, todos eles demonstrando estar em boa forma e com excelentes capacidades.

Em quase todas as grandes cidades – Lisboa, Porto, Coimbra – existe uma Associação Regional de Bridge (ARB), bem como nas capitais das duas regiões autónomas – Funchal e Ponta Delgada - onde se encontram agregados os clubes da região. É nos clubes que se joga e onde existem jogadores experientes que organizam cursos para aprendizagem do jogo, tanto para iniciados como para jogadores que pretendam evoluir. Caso alguém esteja interessado em participar nesses cursos, terei todo o gosto em promover o contacto com um desses professores da região de Lisboa.

Venham jogar Bridge! Não tenham receio de praticar este jogo fantástico e mesmo que não gostem de matemática isso não importa, porque a sua base é mesmo o raciocínio lógico!

Manuel Estêvão

Associado n.º 1941

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

DELEGAÇÃO NORTE

Nova Sede da Delegação

Em face do agravamento galopante da renda da nossa sede, procedeu-se à busca de soluções alternativas tendo-se logrado a cedência, por parte da Câmara Municipal do Porto, de um espaço em condições consideravelmente menos onerosas para a Associação.

O espaço situa-se na zona ocidental da cidade, no bairro da Pasteleira.

Nesta conformidade, procedeu-se ao cancelamento do anterior contrato de arrendamento por mútuo acordo em Julho. A transferência para as novas instalações efectuou-se durante o mês de Agosto, tendo-se realizado já uma reunião da Delegação, no dia 16 de Setembro, na nossa nova Sede.

Por dificuldades várias, não foi possível ainda instalar o telefone e a internet, pelo que não é possível ainda retomar os contactos presenciais, como antes praticado.

Conforme já difundido e registado na página oficial da APRe! o **novo endereço** é:
Rua de António Mariz Carneiro, bloco 25, nº 124
Pasteleira
4150 – 096 Porto

Clube de Leitura

«Fahrenheit 451» foi a obra escolhida para a sessão do **Clube de Leitura** do **Núcleo de Braga**, que se realizou no dia 18 de setembro, como sempre na Biblioteca Lúcio Craveiro de Silva. O autor, Ray Bradbury, é um dos autores norte-americanos mais célebres do sec. XX. Talentoso contador de histórias, autor de ficção científica e fantasia.
Esta obra, como alguém disse, mais do que na ficção científica enquadra-se na antevisão científica.

Montag é um bombeiro cujo emprego, à semelhança de todos os outros bombeiros, consiste em destruir livros proibidos e as casas onde eles estão escondidos. No final do dia regressa à sua vida com a esposa, que passa o dia imersa na televisão. Ela, que, tal como os cidadãos comuns, não lia livros, está alienada pela televisão e por uma espécie de redes sociais tridimensionais que a todos fornecem famílias fictícias e lhes preenchem o dia a dia com companhias virtuais. A palavra «intelectual» transformara-se em palavrão.
Um dia Montag conhece uma jovem e irreverente vizinha que lhe mostra um passado onde as pessoas viviam sem medo e lhe dá a conhecer ideias expressas em livros. Um pouco mais tarde conhece também um professor que lhe fala de um futuro em que as pessoas podem pensar. Então, tudo se precipita…
Em suma, em evidência é posto o discurso politicamente correto e higienizado contra a objetividade científica e a verdade.
Uma obra com cerca de 70 anos e cada vez mais atual.

DELEGAÇÃO CENTRO

Ida à Expofacic - Cantanhede

No final do dia 5 de Agosto, por iniciativa do **Núcleo de Coimbra**, o destino foi a Expofacic em Cantanhede, para um jantar saboroso na Tasquinha da ACAP (Associação Cívica dos Amigos da Pocariça) a que se seguiu assistir ao espetáculo de Mariza que, como diz o povo, "cantou e encantou".

Reunião com o Departamento de Arquitectura da FCTUC

No dia 9 de Setembro teve lugar uma reunião do **Núcleo de Coimbra** da APRe! com quatro dirigentes do **DARQ** (Departamento de Arquitectura) da FCTUC, para analisar a questão pertinente de se projectar e concretizar espaços para os mais velhos, que permitam a sua autonomia relativa, em convivência e partilha, em paralelo com a independência possível. Foi um encontro profícuo donde saíram ideias a concretizar, como a integração desta temática na lista de estudos das opções dos alunos da licenciatura (nos atelieres de dois anos), bem como colóquios/conferências e outras iniciativas DARQ/APRe! em parceria com autarquias e centros de investigação académica, numa sensibilização para o problema (com apresentação de soluções viáveis) e valorização da interdisciplinaridade, intergeracionalidade e multifuncionalidades. Sentiu-se ainda a necessidade de pesquisar linhas de financiamento da EU.

Ensaios do Coro APRe! Coimbra

Às terças-feiras, à tarde, o **Coro APRe! Coimbra** reiniciou em Setembro os seus ensaios sob a orientação atenta, profissional e por vezes alegre (há que aliar a música à boa disposição) do maestro Paulo Bernardino. O empenho de todos é notório até porque há que preparar as vozes para Bruxelas (Bélgica), para a apresentação, no Parlamento Europeu, entre os dias 13 e 15 de Outubro, com um repertório representativo de diversas regiões do nosso país.

Caminhando pela nossa saúde

Nas quartas-feiras, à tarde, entre caminhar sorrindo ou tirando fotografias, assim vai acontecendo o "Caminhando pela nossa saúde", que resulta numa agradável prática de exercício físico, num saudável momento de convívio, de socialização, de encontro, em nome da vida, que com um grupo menor (Agosto) ou maior (Setembro) não deixa de acontecer.

DELEGAÇÃO DE LISBOA

Atendimento aos Associados e Público em geral na Sede

Após o período de férias de Verão, o atendimento aos associados e público em geral nas instalações da Delegação de Lisboa na Av. D. Carlos I, nº 98 loja, **passou a ser às segundas-feiras das 15h às 17h.**

Também poderemos receber o pagamento de quotas e entregar o cartão actualizado de associado(a) da APRe! a quem eventualmente não o tenha.

Venha ter connosco para falarmos sobre as actividades da APRe!, dar-nos as suas sugestões, trocar ideias, pedir alguma informação ou simplesmente para tomar um café.

Teremos muito gosto em receber a sua visita!

Congresso "Os seniores no Século XXI – Compromisso de Futuro"

A APRe! participou no Congresso **"Os seniores no Século XXI – Compromisso de Futuro"**, representada pelos coordenadores da Delegação de Lisboa.

O congresso realizou-se no dia 25 de Setembro nas instalações da Fundação Cidade de Lisboa, tendo como oradores um conjunto de decisores políticos e especialistas de Portugal e Espanha, com o objectivo de promover a reflexão e acção em torno dos direitos das pessoas seniores e, nomeadamente:

- promover o debate sobre as políticas públicas europeias, nacionais e regionais relativas ao envelhecimento digno, activo e saudável;
- refletir sobre a promoção da qualidade de vida das pessoas idosas, assegurando a sua autonomia, participação social, saúde e segurança;
- analisar os desafios que os seniores enfrentam no século XXI;
- explorar o papel da inteligência artificial ao serviço da população senior;
- discutir a importância dos animais de companhia na vida dos seniores;

Participaram no Congresso o Secretário de Estado para a Simplificação, vereadoras das Câmaras Municipais de Lisboa e do Porto e vários responsáveis a nível central e local de Espanha, nomeadamente a Conselheira de Famíla, Juventude e Assuntos Sociais de Madrid, a Conselheira de Direitos e Inclusão da Generalitat e vários responsáveis da Galicia e Castilla e Leon.

Estiveram ainda presentes alguns dos candidatos presidenciais a apresentar a sua visão para o envelhecimento activo e saudável.

DELEGAÇÃO DO ALGARVE

Convívio e visita a S. Brás de Alportel - "À descoberta do centro histórico"

A Comissão Coordenadora do Algarve da APRe!, em colaboração com o Departamento de Turismo da Câmara Municipal de São Brás de Alportel, organizou um convívio com visita a S. Brás, antes do período de férias, para o qual convidou os associados e amigos da APRe! do Algarve. Responderam a este convite onze participantes.

Após o encontro, pelas 10 horas, no Largo de São Sebastião, visitámos a Casa Memória da Estrada N2 onde nos foi apresentada a história desta via e a interessante vida dos cantoneiros que faziam a sua manutenção.

Em seguida, visitámos os Paços do Concelho, onde fomos recebidos pelo presidente da autarquia, de onde seguimos para a Igreja Matriz e para o Centro de Artes e Ofícios (Antigo Palácio Episcopal). Aqui assistimos a uma apresentação bem ilustrada sobre a "Escola Antes de Abril". Recordámos os nossos tempos de juventude.

Pelas 13 horas fomos almoçar ao *Luís dos Frangos*, uma boa refeição que todos apreciámos.

De volta ao Centro de Artes e Ofícios, assistimos a uma apresentação sobre a recolha e tratamento da cortiça e encontrámo-nos com uma artesã que utilizava folhas de palma para fazer chapéus e outros objetos. Seguiu-se uma muito agradável visita ao Museu do Traje e ao Jardim da Verbena.

Pelas 17 h, no final de um dia cheio de novidades, voltámos ao ponto de partida, onde nos refrescámos numa esplanada antes da despedida.

DIA INTERNACIONAL DA PESSOA IDOSA 2025: PROPOSTA DA AGE PARA UM PLANO DE ACÇÃO DA UE PARA COMBATER O IDADISMO

A AGE celebra o *Dia Internacional da Pessoa Idosa* de 2025, no dia 1 de outubro, com o lançamento da sua Proposta para um Plano de Ação da UE de Combate ao Idadismo. Juntamente com os nossos membros, estamos a amplificar as vozes das pessoas mais velhas e a apelar à UE para que se comprometa a promover a igualdade em todas as idades.

Sobre a Proposta de um Plano de Ação da UE para Combater o Idadismo

Este documento apresenta um conjunto de **9 iniciativas emblemáticas, práticas e de alto impacto,** que visam **acabar com o preconceito de idade e incorporar a igualdade de idade** em todas as políticas da UE.
Embora enraizada nas realidades vividas por pessoas mais velhas, ela adota uma abordagem interseccional e de percurso de vida, projetada para complementar as estratégias de igualdade existentes na UE e reforçar a protecção de todas as gerações.

LEIA A NOSSA PROPOSTA

A AGE PARTICIPA NA COLIGAÇÃO PARA UMA ESTRATÉGIA ANTI-POBREZA DA UE

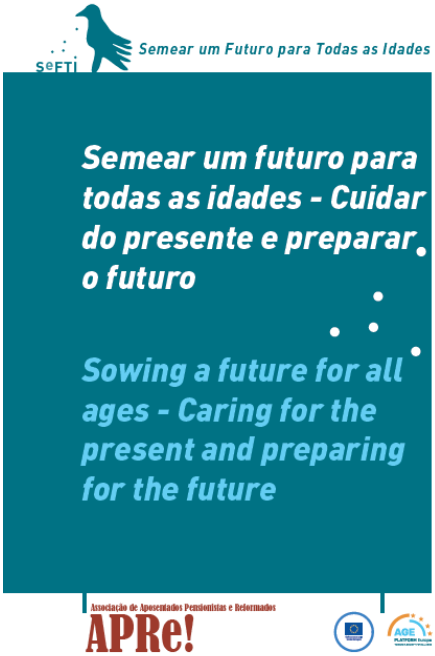
A pobreza é uma violação dos direitos humanos e uma ameaça aos princípios fundadores da União Europeia: democracia, direitos fundamentais, igualdade, não discriminação, inclusão, dignidade humana e liberdade. Apesar de afetar mais de 95 milhões de pessoas na UE, a pobreza continua a ser abordada de forma isolada, comprometendo a eficácia dos instrumentos e medidas.

A formação desta coligação responde a duas necessidades principais:

- Apresentar uma **frente unificada da sociedade civil** , representando os interesses das pessoas em toda a Europa.
- Abordar a **natureza multidimensional da pobreza** com soluções coerentes e interseccionais.

Leia mais **aqui**

VISITE O NOSSO SITE



Já está disponível a publicação do projeto **SeFTI - Semear um futuro para todas as idades -** em formato digital.

Leia ou descarregue o documento neste *link*

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://www.apre-associacaocivica.pt/ (site da APRe!)

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