

# RECOMENDAÇÕES PARA OS DECISORES POLÍTICOS



## Autores

### *Alzheimer Bulgaria Association*

Kalina Ekova  
Irina Ilieva

### *AGE Platform Europe*

Ilenia Gheno

### *SHINE 2Europe*

Juliana Louceiro  
Elton Correia  
Natália Machado  
Carina Dantas

### *AFEdemy, Academy on age-friendly environments in Europe BV*

Bart Borsje  
Jonas Bernitt  
Javier Ganzarain

### *Seniors Initiatives Centre*

Edita Šatienė  
Judita Leikienė

### *ISIS Institut für Soziale Infrastruktur*

Marcel Neumann  
Jesper Schulze

### *EAEA, European Association for the Education of Adults*

Christin Cieslak

## Autores da investigação:

Estas recomendações políticas baseiam-se nos relatórios nacionais dos países parceiros.

### *Alemanha | ISIS*

Marcel Neumann, Jesper Schulze

### *Países Baixos | AFEdemy*

Bart Borsje, Willeke van Staalduinen

### *Lituânia | Seniors Initiatives Centre*

Edita Šatienė, Judita Leikienė

### *Portugal | SHINE 2Europe*

Juliana Louceiro, Elton Correia, Carina Dantas

### *Bulgária*

Kalina Ekova, Bogomila Naydenova

## Parceiros e contactos:

O projeto Erasmus+ “Smart against Ageism” (SAA) (janeiro de 2022 - junho de 2024) visa sensibilizar para a discriminação em função da idade. O projeto envolve sete organizações parceiras de seis países europeus:

**ISIS Institut für Soziale Infrastruktur**, Alemanha  
Coordenação Europeia  
[www.isis-sozialforschung.de](http://www.isis-sozialforschung.de)

**AFEdemy, Academy on age-friendly environments in Europe BV**, Países Baixos  
[www.afedemy.eu](http://www.afedemy.eu)

**AGE Platform Europe**, Bélgica  
[www.age-platform.eu](http://www.age-platform.eu)

**Alzheimer Bulgaria Association**, Bulgária  
[alzheimer-bg.org](http://alzheimer-bg.org)

**Association Seniors Initiative Centre**, Lituânia  
[www.senjoru-centras.lt](http://www.senjoru-centras.lt)

**SHINE 2Europe, Lda**, Portugal  
[www.shine2.eu](http://www.shine2.eu)

**EAEA, European Association for the Education of Adults**, Bélgica  
[www.eaea.org](http://www.eaea.org)

## Website do projeto

[saa-game.eu](http://saa-game.eu)

Copyright (c) 2024 Smart Against Ageism Consortium



Esta publicação está licenciada sob uma [Licença Internacional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



**Cofinanciado pela União Europeia**

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelas mesmas.

# ÍNDICE





O Projeto SAA .....	5
Vamos falar de idadeismo! .....	6
Instrumentos políticos contra o idadeismo .....	8
Iniciativas de organizações e de adultos mais velhos contra o idadeismo .....	10
Boas práticas nos cuidados de saúde .....	12
Boas práticas no domínio social .....	14
Boas práticas no mercado de trabalho .....	16
Boas práticas de campanhas de sensibilização .....	18
Boas práticas no ambiente construído .....	20
Envelhecimento ativo e saudável .....	22
SAA - Experiências e recomendações .....	24
Inspire-se! .....	26







# O projeto “Smart Against Ageism” – SAA

O projeto Erasmus+ “Smart against Ageism” (SAA) (janeiro de 2022 - junho de 2024) visa sensibilizar para a discriminação em função da idade. O consórcio de sete organizações parceiras de seis países europeus fornece ao público ferramentas educativas para melhorar as atitudes em relação às pessoas mais velhas, como o jogo SAA, um jogo educativo que apresenta aos utilizadores as perspetivas das pessoas mais velhas afetadas ou em risco de discriminação e segregação.

## O nosso objetivo é:

-  Contribuir para uma melhor inclusão social dos adultos mais velhos.
-  Desenvolver a empatia, a tolerância à diversidade e as competências da sociedade civil nas sociedades.
-  Incentivar as pessoas a refletir sobre os seus próprios preconceitos em relação à velhice.
-  Proteger as pessoas mais velhas de atitudes e práticas condescendentes.

## Conseguimos isso fornecendo:

-  Um compêndio baseado em experiências pessoais de discriminação em função da idade, bem como em estratégias para lidar com a situação.
-  A plataforma de aprendizagem interativa da SAA com o jogo educativo no seu cerne e material para os alunos, educadores de adultos, decisores políticos, autoridades e associações, e para o público em geral.
-  Um conjunto de ferramentas para formadores com todo o material necessário para implementar o jogo em workshops (seminários), permitindo também que os membros dos grupos de lobby (pressão) dos adultos mais velhos ofereçam formação.
-  Recomendações para os decisores políticos, grupos de lobby e associações para resolver os problemas do idadismo.

Todos os materiais educativos e notícias sobre o projeto podem ser consultados em: [www.saa-game.eu](http://www.saa-game.eu)

## Recomendações para os decisores políticos

As recomendações para os responsáveis políticos têm como objetivo inspirar o leitor e fornecer uma abordagem prática para a luta contra o idadismo. Consistem em informação universal para combater o idadismo a nível estrutural. As boas práticas e as recomendações recolhidas a partir da investigação documental nos países parceiros e as experiências adquiridas ao longo do projeto estão na base destas recomendações.



**Smart  
Against  
Ageism**

## Vamos falar de idadeísmo!

“”

“O idadeísmo refere-se a estereótipos (como pensamos), preconceitos (como sentimos) e discriminação (como agimos) contra os outros ou contra nós próprios devido à idade” (Organização Mundial de Saúde, Relatório Global sobre o Idadismo, 2021).

“”

“Ninguém nos pergunta se nos sentimos discriminados ou não. Não há discussão pública”. (mulher, 80+)

“”

“Trabalho com 80 e tal anos e tive um contrato temporário durante dois anos. No final do meu contrato, o empregador queria que eu ficasse, mas não podia oferecer-me um emprego permanente devido à minha idade. As suas regras internas proibiam-me de me dar um emprego permanente. Agora trabalho para eles como consultora independente” (mulher, 80+).

“”

“Eu própria tenho inibições em ir a uma aula de dança porque acho que sou demasiado velha para isso” (mulher, 70).

O idadeísmo pode ser encontrado em várias situações do quotidiano - no médico, no trabalho, no supermercado, etc. Pode ser estrutural, interpessoal ou autodirigido. A combinação de medidas políticas (políticas e leis), intervenções educativas e intervenções de contacto intergeracional, tem-se revelado eficaz para reduzir o idadeísmo. Juntamente com iniciativas de sensibilização que promovam o envelhecimento ativo e saudável e a solidariedade, é possível reduzir a escala do idadeísmo e melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem.

No âmbito do projeto SAA, foram realizados vários tipos de investigação sobre o tema do idadeísmo. Foi efetuada uma pesquisa documental e entrevistas com pessoas que são alvo de discriminação em razão da idade. Estas entrevistas foram realizadas nos países parceiros. Estas partilharam as suas experiências pessoais relativamente ao idadeísmo. Aqui estão algumas das suas declarações:



Através das atividades de investigação, o consórcio SAA descobriu que as pessoas são discriminadas em função da idade principalmente nas cinco áreas seguintes:



### Cuidados de saúde

As pessoas mais velhas sentem-se frequentemente discriminadas no sistema de saúde. Por vezes, não beneficiam de opções de tratamento médico iguais ou de uma avaliação médica sem preconceitos. Os estereótipos levam muitas vezes a limitar a autonomia e a liberdade de escolha dos pacientes mais velhos.

### Interação social

Por vezes, as pessoas mais velhas não têm as mesmas oportunidades na esfera social. São muitas vezes excluídas, negligenciadas, condescendentes ou alvo de atitudes paternalistas nas diferentes situações sociais (cidadania ativa, festas, eventos, relações, etc.).

### Trabalho e mercado de trabalho

No mercado de trabalho, o idadismo contribui para tratar de forma diferente os trabalhadores mais velhos. O desempenho, a experiência e os conhecimentos das pessoas mais velhas são frequentemente avaliados com base em pressupostos estereotipados e, muitas vezes, os adultos mais velhos não beneficiam das mesmas oportunidades de aprendizagem ou de desenvolvimento profissional que os jovens.

### Defesa de Direitos

Por vezes, os direitos das pessoas mais velhas não são protegidos ou não são suficientemente respeitados. Por vezes, os casos de discriminação não são suficientemente apoiados e as suas necessidades não são legalmente satisfeitas em muitos setores.

### Ambiente construído e espaços públicos

Há muitos edifícios e instalações públicas, ruas, parques e outras construções que não são acessíveis às pessoas mais velhas. Este facto tem um impacto negativo na independência, acessibilidade e inclusão das pessoas mais velhas na sociedade.

*Estas cinco áreas estão no centro do jogo SAA e do seu Código de Conduta. Se pretender obter informações mais específicas sobre as áreas do jogo, pode aceder ao nosso Guia do Jogo na plataforma educativa do SAA: <https://>*

# Instrumentos políticos contra o idadismo

*A discriminação em razão da idade é uma das formas de discriminação mais frequentes na União Europeia (UE), de acordo com relatórios da UE e das Nações Unidas (ONU)<sup>1</sup>. O preconceito em razão da idade tem consequências graves tanto para os adultos mais velhos como para a sociedade em geral. Pode conduzir ao estigma, à segregação e ao abuso. Mas pode ser combatido e algumas iniciativas, medidas políticas e instrumentos podem fazer a diferença.*

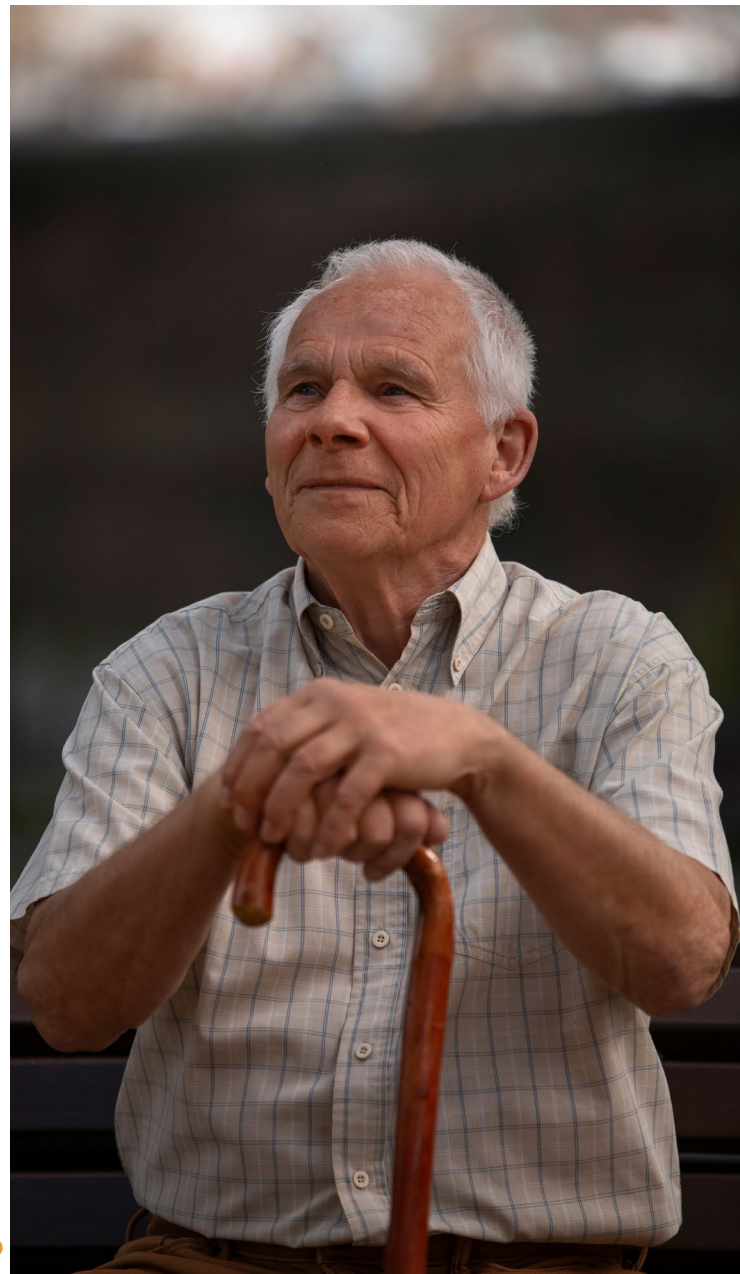
## Relatório Mundial das Nações Unidas sobre o Idadismo

Em 2021, as Nações Unidas publicaram o [Relatório Mundial sobre o Idadismo](#), que apresenta uma descrição e dados sobre o idadismo e as práticas de idadismo. Também descreve três estratégias para combater o idadismo (educação, legislação e políticas e atividades intergeracionais) e três recomendações para diferentes atores (governos, agências da ONU, ONG, setor privado) sobre a forma de o combater. As recomendações incluem a criação de movimentos para mudar a narrativa sobre a idade e o idadismo, o investimento nas três estratégias, a melhoria dos dados e a investigação sobre o idadismo. Para além do relatório, existe também um conjunto de ferramentas para aumentar a sensibilização para o tema.

O relatório exaustivo apresenta uma panorâmica dos principais desafios relacionados com o idadismo, bem como as estratégias para os ultrapassar.

## #AWorld4AllAges (Um mundo para todas as idades) - Campanha Mundial de Combate ao Idadismo da Organização Mundial de Saúde

Em 2021, a Organização Mundial de Saúde (OMS) lançou uma campanha global de dez anos para combater o idadismo. Até agora, a campanha tem-se centrado na visibilidade, na criação de redes e ligações e na partilha de estratégias contra o envelhecimento. A OMS publicou um kit de ferramentas, um guia para evitar o idadismo na comunicação, bem como um pacote de meios de comunicação social para a campanha. O guia da OMS desafia os pressupostos e estereótipos da idade através de uma conversa aberta. Desta forma, a campanha está a sensibilizar para o tema do preconceito da idade, dando início a uma conversa aberta a nível internacional.



<sup>1</sup> Com base no relatório Eurobarómetro de 2019 sobre a discriminação na UE15 e no primeiro relatório mundial das Nações Unidas sobre o idadismo





Várias políticas da UE são dirigidas às pessoas mais velhas nos domínios da saúde, dos cuidados, da segurança social e do emprego (artigos 10.º e 19.º do [Tratado sobre o Funcionamento da União Europeia](#), diretiva europeia relativa ao emprego, Pilar Europeu dos Direitos Sociais). Os direitos das pessoas mais velhas são também reconhecidos a nível da UE no artigo 25.º da [Carta dos Direitos Fundamentais da União Europeia](#).

### Conjunto de Recursos para Demografia da UE

Em 2023, a Comissão Europeia publicou um conjunto de recursos políticos - a [EU Demography Toolbox](#), com orientações sobre a forma de gerir os impactos sociais e económicos destas tendências. Este conjunto de ferramentas representa um primeiro passo abrangente, que inclui ações em quatro pilares destinados aos pais, aos jovens, aos adultos mais velhos e à migração. No terceiro pilar, as gerações mais velhas são apoiadas através da promoção da sua autonomia, participação e não discriminação.

No entanto, há ainda muitos domínios em que são necessárias melhorias a nível da UE, nacional e/ou local. É necessária uma abordagem integrada de medidas estruturais, comportamentais, legislativas e outras para combater a discriminação em função da idade.

## Quais são os próximos passos?

### Estratégia para a igualdade em relação à idade

A União Europeia necessita de uma estratégia para a igualdade em relação à idade. Esta estratégia complementar o acervo comunitário atual, em conformidade com a prioridade da UE de construir uma União da Igualdade. Permitiria igualmente à UE abordar melhor as desigualdades ao longo da vida e combater as formas intersectoriais de discriminação.

### Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas Mais velhas

Toda a Europa beneficiará de uma Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas Mais velhas (ou seja, um acordo juridicamente vinculativo entre os Estados membros da ONU). Este facto terá um efeito positivo para que as pessoas mais velhas possam contribuir e desfrutar de uma vida digna e próspera. A convenção garantirá também a igualdade e os direitos humanos das pessoas mais velhas.



# Iniciativas de organizações e de adultos mais velhos contra o idadismo

A necessidade de ação identificada nos relatórios da UE e da ONU reflete-se no número crescente de organizações e iniciativas para e pelas pessoas mais velhas. A missão destas organizações é defender a igualdade de direitos das pessoas mais velhas e o respeito pela sua qualidade de vida.

As iniciativas a favor dos adultos mais velhos são organizadas a nível local, nacional e internacional. Sensibilizam para a discriminação em razão da idade e para os direitos e necessidades dos adultos mais velhos. Algumas das iniciativas começam por ser locais, mas ganham popularidade a nível nacional ou mesmo internacional.

## AGE Platform Europe

[AGE Platform Europe](#) é uma organização de defesa na União Europeia que apoia o respeito pelos direitos das pessoas mais velhas e dá voz às suas necessidades e preocupações. A AGE trabalha para uma abordagem baseada nos direitos humanos das políticas relacionadas com a idade a nível europeu e oferece uma plataforma de intercâmbio de informações, práticas e experiências aos seus membros em toda a União Europeia.

Juntamente com os seus membros e outras ONG europeias e partes interessadas, a AGE defende políticas que abarquem todos os direitos humanos na velhice, que respeitem os princípios da igualdade e da não discriminação, que trabalhem com pessoas mais velhas e que monitorizem, meçam e avaliem o gozo dos direitos humanos ao longo do tempo em todos os processos, resultados e contributos, para garantir que haja uma melhoria gradual e não uma deterioração dos direitos e que os governos sejam responsabilizados quando não cumprem as suas obrigações.

A AGE Platform Europe faz a ponte entre os adultos mais velhos e os decisores políticos, transformando as experiências e ideias dos seus membros em propostas políticas, campanhas e projetos.

## #STOPIDADISMO – uma iniciativa global, Portugal

A campanha [#STOPIDADISMO](#) foi lançada em 2021, em onze países da América do Sul e da Europa: Portugal, Espanha, Brasil, México, Argentina, Cuba, Chile, Panamá, El Salvador, Colômbia e Venezuela. É um movimento internacional em crescimento que começou em Espanha. Os seus objetivos incluem:

- Sensibilização para o problema da discriminação com base na idade na sociedade
- Luta contra os preconceitos e a discriminação
- Promover a inclusão e a participação dos adultos mais velhos na sociedade
- Propor soluções eficazes.

Os objetivos do [#STOPIDADISMO](#) incluem também a prevenção e a intervenção para combater o envelhecimento, bem como a educação e as atividades intergeracionais. O movimento dirige-se tanto a pessoas mais jovens como a pessoas mais velhas. Uma das atividades da iniciativa é a definição do termo “idadismo”, das suas raízes e do seu impacto.



### Iniciativa “Oll Inklusiv”, Alemanha

“Oll Inklusiv” é uma iniciativa sem fins lucrativos, localizada em Hamburgo na Alemanha. O seu objetivo é incluir as pessoas com mais de 60 anos na sociedade através da organização de diferentes eventos para elas e da criação de uma rede para adultos mais velhos. Os participantes podem registrar-se através de um formulário de candidatura, o que lhes dá acesso a uma ferramenta de conversa através da qual podem comunicar uns com os outros.

Visitar clubes e concertos ou criar arte nas ruas são apenas algumas das atividades. Estas atividades estão normalmente ligadas apenas aos mais jovens, mas através de “Oll Inklusiv” os mais velhos também podem partilhar a alegria de as realizar. As atividades dão poder aos adultos mais velhos e ultrapassam os estereótipos relacionados com a imagem das pessoas mais velhas.

O financiamento da iniciativa assenta na cooperação com fundações e patrocinadores. O voluntariado é uma parte importante da realização das atividades da iniciativa.



### Sabia que?

Na Lituânia, existem cinco associações nacionais de adultos mais velhos que estão representadas no Conselho para os Cidadãos Sêniores do Ministério dos Assuntos Sociais e do Trabalho. Todas estas associações têm filiais em cidades e vilas regionais.

O seu trabalho inclui a análise e o feedback sobre projetos de legislação e estratégias para as pessoas mais velhas, a representação de interesses, a prestação de consultas e apoio, bem como a educação e o envolvimento social dos seus membros, a organização de eventos e atividades de lazer.

A maior parte das atividades implementadas por estas associações são financiadas por projetos a partir de dotações governamentais nas áreas estratégicas prioritárias.

### O que é necessário?

#### Apoio governamental

As associações e iniciativas para os adultos mais velhos devem receber apoio do governo para garantir a sua sustentabilidade. As organizações que defendem os direitos dos adultos mais velhos e lhes proporcionam igualdade de oportunidades precisam de financiamento, ferramentas e recursos. Estes recursos garantirão que as associações prestem serviços de qualidade às pessoas mais velhas.



## Boas práticas nos cuidados de saúde

*Os cuidados de saúde são um setor importante em que é necessário um acesso equitativo e serviços adequados para todos os cidadãos. A prevenção, o diagnóstico atempado e o tratamento são os três fatores cruciais para manter a qualidade de vida e a saúde da sociedade.*

*Para que os adultos mais velhos tenham uma vida digna e feliz, devem receber cuidados de saúde de qualidade. Infelizmente, nem sempre é esse o caso. Atitudes preconceituosas por parte dos médicos ou devido a questões administrativas e logísticas, dificultam o acesso dos adultos mais velhos aos serviços e tratamentos. Trata-se de uma questão que deve ser abordada a todos os níveis - estrutural (o próprio sistema) e individual (as atitudes dos prestadores de cuidados de saúde).*

### **Serviço de transporte de doentes na Lituânia**

Em agosto de 2023, o Ministério da Saúde deu início a um projeto-piloto relativo à acessibilidade dos cuidados de saúde para os doentes que têm dificuldade em deslocar-se a uma unidade de saúde devido a condições de saúde ou económicas, especialmente em zonas remotas e rurais. O serviço de transporte gratuito está disponível para doentes que necessitem de hemodiálise ou transplante, pessoas com 75 anos ou mais e pessoas com 55% de incapacidade. O serviço é prestado a nível municipal e é coordenado pelo Serviço Nacional de Emergência Médica. O projeto-piloto prolongar-se-á até ao final de julho de 2024, envolvendo gradualmente todos os municípios do país. Os municípios-piloto estão a testar o serviço para determinar as necessidades de transporte de doentes e preparar adequadamente a implementação do serviço a nível nacional. Os coordenadores do serviço nas regiões-piloto dão consultas aos doentes e aos médicos sobre a forma de utilizar o serviço.

Espera-se que o serviço resolva o problema da acessibilidade aos cuidados de saúde nas zonas rurais e resulte em melhores resultados clínicos, uma vez que os cuidados se estenderão desde a casa do doente até ao consultório médico.

A meio do projeto-piloto, o principal problema identificado até agora é a comunicação. Nem todos os doentes dos grupos-alvo conhecem ainda o serviço e são utilizados diferentes canais de comunicação para os contactar.

### **Caixa de informação**

**Ano de início:** 2023

**Estado:** Período de ensaio

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Lituânia)

**Tipo de auxílio:** Político

**Implementado por:** Financiado pelo Ministério da Saúde e coordenado pelo Serviço de Ambulâncias da Lituânia

**Grupos-alvo:** Doentes que necessitam de hemodiálise ou transplante, pessoas com problemas de mobilidade e condições de saúde especiais, pessoas com demência, pessoas com baixos rendimentos.

**Recursos necessários:** Financiamento e recursos públicos

**Questão abordada:** Acessibilidade dos serviços de saúde nas zonas rurais



## Acesso dos adultos mais velhos a cuidados prolongados em casa e na sociedade - políticas e realidade, Bulgária

A iniciativa “[Acesso das pessoas mais velhas aos cuidados de longa duração no domicílio e na sociedade](#)” fornece investigação e análise das medidas mencionadas nos documentos políticos da Bulgária em matéria de cuidados de longa duração no domicílio e na sociedade. O projeto apresenta recomendações para melhores políticas de cuidados de longa duração e incentiva a inclusão de associações de defesa. Além disso, o objetivo do projeto é sensibilizar para este problema através de uma campanha nas redes sociais.

A necessidade deste projeto decorre da falta de acesso garantido a cuidados de saúde de qualidade para os adultos mais velhos, bem como da falta de uma abordagem integrada dos cuidados de longa duração que combine serviços sociais e de saúde. Tendo em conta as tendências negativas na Bulgária, é necessário um desenvolvimento acelerado dos setores social e da saúde.

Além disso, as necessidades das pessoas mais velhas serão introduzidas de forma clara e serão apresentadas estratégias específicas.

Através do projeto, as instituições, os decisores políticos, os peritos e as ONG locais receberão uma ferramenta para melhorar a qualidade dos cuidados de saúde a longo prazo.



## Caixa de informação

**Ano de início:** 2021

**Estado:** Em curso até 2024

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Bulgária)

**Tipo de auxílio:** Associativa

**Implementado por:** Caritas Bulgária com financiamento do Fundo para os Cidadãos Ativos

**Grupos-alvo:** Decisores políticos, instituições, ONG

**Recursos necessários:** Qualquer tipo de financiamento, profissionais no domínio da investigação



## O que pode ser feito?

As iniciativas na Lituânia e na Bulgária abordam o problema do idadismo nos cuidados de saúde. Definir o problema (Bulgária) e encontrar formas eficazes de o ultrapassar (Lituânia) são passos em frente no sentido de prestar cuidados de qualidade aos adultos mais velhos.

O apoio governamental é crucial para a sustentabilidade, uma vez que algumas das medidas exigem a utilização de bens públicos. Além disso, o financiamento público das próprias iniciativas ou das organizações que as executam garante a sustentabilidade.

Afinal, as políticas estão no centro da garantia dos direitos e das iniciativas sustentáveis para as pessoas mais velhas. As iniciativas podem ser transferidas e implementadas facilmente em todos os países europeus se houver vontade política e empatia social.



## Boas práticas no domínio social

*O aspeto social quando se trata de discriminação em razão da idade é muito importante, pois é fundamental para combater o idadismo em todas as esferas da vida. É importante que a sociedade seja empática e compreenda as necessidades das pessoas mais velhas. As personalidades e as emoções dos adultos mais velhos devem ser respeitadas e os seus direitos valorizados. Além disso, devem ser incluídos nas atividades da sociedade e as suas vozes devem ser ouvidas a nível político.*

*Assegurar uma sociedade empática significa que as pessoas em todos os domínios: médicos, operadores de caixa, responsáveis políticos, condutores, etc., não julgam, não são condescendentes nem impacientes para com os adultos mais velhos. A parte boa é que todos podem refletir sobre o seu próprio comportamento e melhorar a atitude para com os mais velhos.*

### Campanha #AgeingEqual, União Europeia

A campanha [#AgeingEqual](#) é a primeira campanha europeia de sensibilização para a igualdade de direitos das pessoas mais velhas e para as consequências negativas da discriminação em razão da idade.

A campanha teve início no 70º aniversário da Declaração Universal dos Direitos Humanos e, um ano mais tarde, foi concebida como um convite à tomada de medidas contra o idadismo.

Os objetivos de [#AgeingEqual](#) incluem a capacitação das pessoas mais velhas e a sensibilização para as consequências nefastas da discriminação com base na idade.

A plataforma [#AgeingEqual](#) disponibiliza um blogue com histórias pessoais sobre o envelhecimento e a idade avançada. O blogue apresenta vários contextos: compreensão do idadismo, idadismo e género, idadismo e sexualidade, etc.



### Caixa de informação

**Ano de início:** 2018

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Europeu

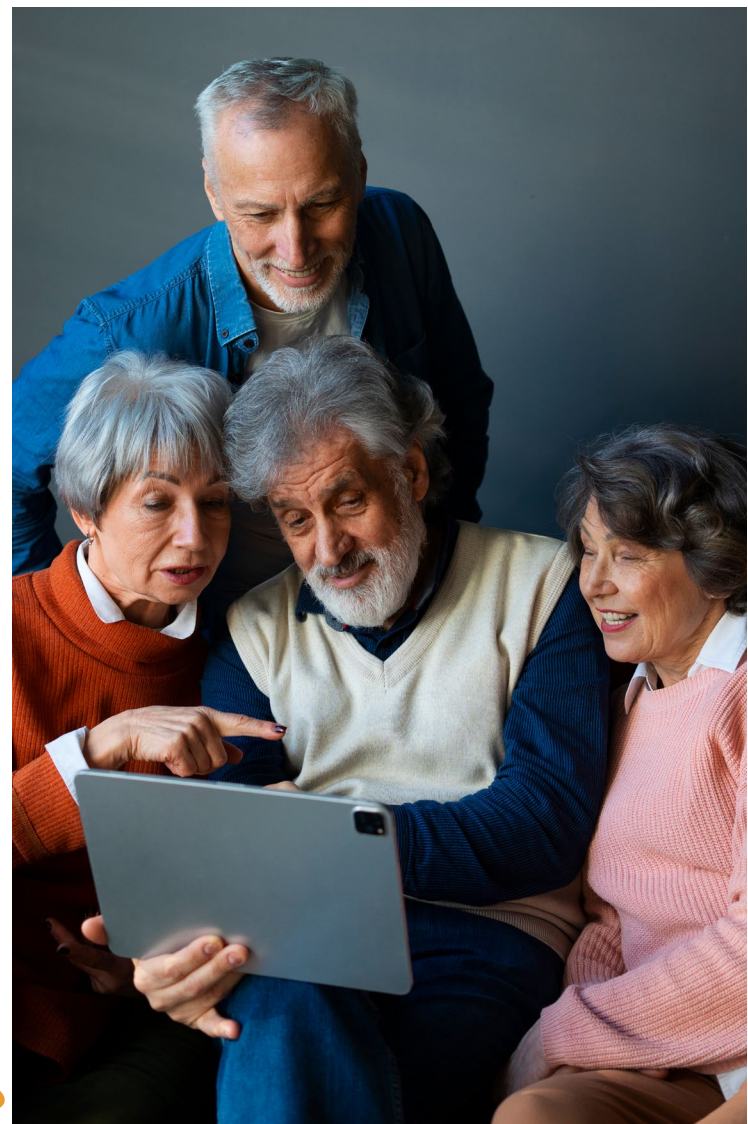
**Tipo de medida:** Associativa

**Implementado por:** Plataforma AGE Europa

**Grupos-alvo:** Sociedade

**Recursos necessários:** Boas redes e canais de comunicação

**Questão abordada:** O idadismo em diferentes



## Relatório governamental sobre as pessoas mais velhas e a iniciativa “Imagens da velhice”, Alemanha

Desde 1994, o Governo Federal alemão nomeia uma comissão independente de peritos de várias disciplinas para preparar [relatórios governamentais sobre os adultos mais velhos](#) para cada legislatura. Os relatórios fornecem informações sobre a situação das pessoas mais velhas, análises e recomendações de ação para apoiar o processo de decisão política.

O [Primeiro Relatório Governamental sobre os Adultos mais velhos](#) identificou a necessidade de uma ação sociopolítica em relação às alterações demográficas. Este facto levou a que as políticas se centrassem mais no idadismo e na integração social das pessoas mais velhas.

O [sexto relatório sobre a velhice](#) analisou as imagens dos adultos mais velhos na sociedade, que eram bastante negativas. Em consequência, foi lançada a iniciativa “[Imagens da Velhice](#)” pelo Ministério Federal da Família, da Terceira Idade, da Mulher e da Juventude. O objetivo da campanha é mostrar os efeitos de imagens específicas (por vezes negativas) da velhice e promover a diversidade da vida das gerações mais velhas. O público em geral é encorajado a examinar as suas próprias imagens da velhice e a tornar-se mais empático e sensível. Todos os grupos etários podem participar e, assim, ser ativados para refletir os seus próprios preconceitos e estereótipos. Também se centra nos pontos fortes das pessoas mais velhas e visa criar uma imagem nova e positiva da idade, em que os adultos mais velhos são participantes ativos na sociedade.



## Caixa de informação

**Ano de início:** 1994 - primeiro relatório; 2015 - início da campanha “Imagens da Velhice”

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Nacional

**Tipo de medida:** Político

**Implementado por:** Ministério Federal da Família, Adultos mais velhos, Mulheres e Juventude, Alemanha

**Grupos-alvo:** Sociedade

**Recursos necessários:** Financiamento e recursos públicos (baixo custo)

**Questão abordada:** Imagens negativas das pessoas mais velhas



## O que pode ser feito?

As campanhas online e nas redes sociais são uma boa forma de utilizar as novas tecnologias para combater o idadismo. Embora sejam necessários bons mecanismos de ligação em rede e de divulgação, os custos reduzidos tornam a iniciativa facilmente transferível para outros países europeus.

As campanhas dão voz aos adultos mais velhos ou dão à sociedade a oportunidade de refletir sobre as suas próprias imagens da idade. As iniciativas sensibilizam para os aspetos sociais do idadismo de uma forma poderosa e geralmente artística.

A sustentabilidade é assegurada pela criação e divulgação de redes. Quanto mais a rede se expandir, maiores serão os benefícios.



## Boas práticas no mercado de trabalho

*A discriminação com base na idade ocorre frequentemente no mercado de trabalho, onde, devido a preconceitos, as pessoas mais velhas são consideradas menos capazes de desempenhar as tarefas necessárias. Os empregadores não tomam em consideração as competências e a experiência dos seus trabalhadores, concentrando-se sobretudo na sua idade.*

*Além disso, as pessoas capazes de realizar tarefas laborais não têm contratos de trabalho ou recebem salários mais baixos. As pessoas mais velhas não são incentivadas a desenvolver as suas competências através de formações e cursos e não têm as mesmas oportunidades de progressão na carreira.*

*Por outro lado, em alguns países europeus, as pensões são tão baixas que os adultos mais velhos estão no limiar da pobreza. Não podem dar-se ao luxo de viver uma vida de qualidade e são pressionados a continuar a trabalhar.*

### Lei da igualdade de tratamento , Alemanha

A [Lei da Igualdade de Tratamento](#) (AGG) é uma medida política que regula a igualdade de tratamento das pessoas na Alemanha. Aplica-se a vários domínios da vida, incluindo o mercado de trabalho, e proíbe várias formas de discriminação, incluindo a discriminação em razão da idade.

As principais declarações da lei incluem:

- Os anúncios de emprego não devem ser discriminatórios
- As decisões relativas ao processo de candidatura a um emprego não podem ser tomadas com base na idade
- As formações e ofertas educativas devem ter igual acesso para todas as idades
- Todas as empresas devem criar uma unidade de queixa onde os trabalhadores possam apresentar queixa por discriminação em razão da idade.

### Caixa de informação

**Ano de início:** 2006

**Estado:** Implementado, em curso

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Alemanha)

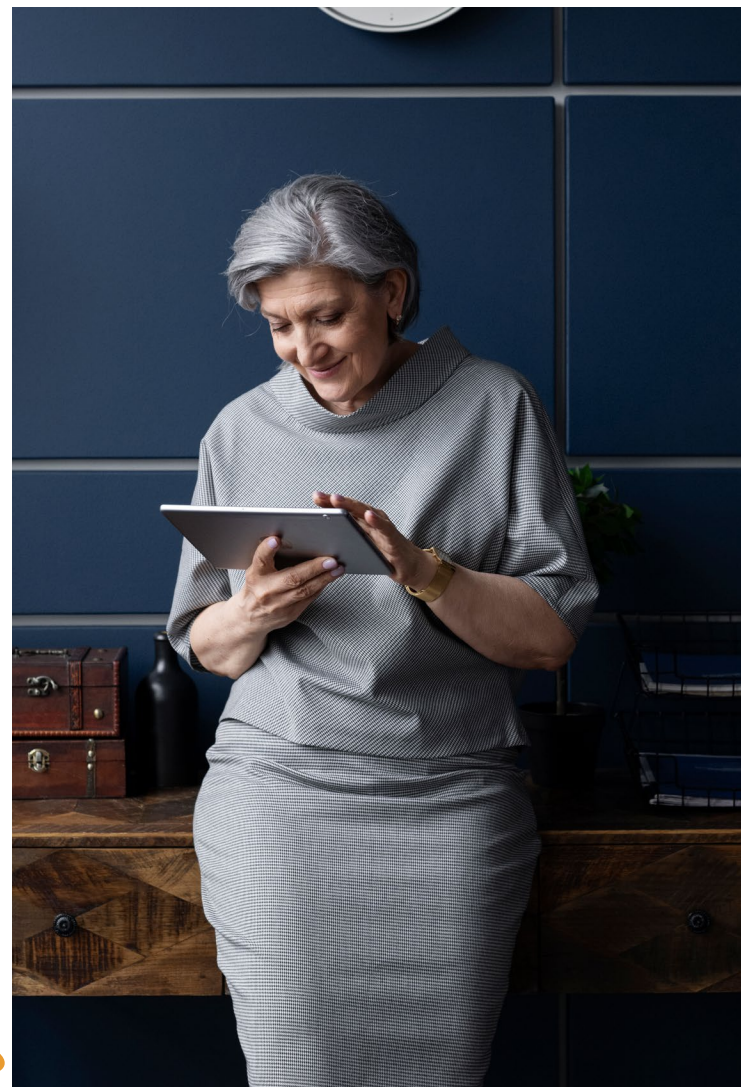
**Tipo de medida:** Político

**Implementado por:** Agência Federal Anti-Discriminação

**Grupos-alvo:** Sociedade

**Recursos necessários:** Decisão política

**Questão abordada:** Discriminação em razão da idade no trabalho





### Abrir-se em vez de se fechar, Áustria

A campanha “[Abrir-se em vez de se fechar](#)” aborda o problema de as empresas ignorarem frequentemente as pessoas mais velhas quando recrutam empregados. O Serviço Público de Emprego austríaco aborda este problema dando incentivos às empresas para que formem e contratem pessoas com mais de 50 anos.

Apoia as empresas no processo de emprego, fornecendo financiamento e ajuda (bolsas de integração e subsídio para os custos salariais do período de formação dos adultos mais velhos). Além disso, fornece apoio financeiro adicional para a formação de trabalhadores pouco qualificados e mais velhos.

A ideia da campanha é ultrapassar o preconceito de idade no emprego e promover o recrutamento aberto com base nas competências e não na idade. A campanha incentiva as empresas a procurar o maior número possível de candidatos aquando da contratação de novos funcionários.

### Caixa de informação

**Ano de início:** 2023

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Áustria)

**Tipo de medida:** Político

**Implementado por:** Serviço Público de Emprego da Áustria

**Grupos-alvo:** Empresas

**Recursos necessários:** Financiamento para as empresas

**Questão abordada:** Desemprego das pessoas mais velhas



### O que pode ser feito?

A regulamentação contra o idadismo no mercado de trabalho é uma medida importante para garantir que as pessoas mais velhas tenham as mesmas oportunidades. Para mudar as atitudes em relação à idade no setor do emprego, as associações, as instituições e o governo devem promover medidas positivas, como a luta contra o desemprego de longa duração das pessoas mais velhas, indo ao encontro tanto da procura de lucro por parte das empresas como da progressão na carreira por parte dos trabalhadores.

As medidas podem ser facilmente transferidas para todos os países europeus que partilham valores comuns e legislação europeia. Encontrar formas de oferecer incentivos às empresas é uma boa abordagem que pode ser adaptada aos recursos disponíveis.

A sustentabilidade é possível através da vontade política de aplicar a lei e da mudança gradual das atitudes dos empregadores em relação à idade (através de incentivos positivos).



## Boas práticas de campanhas de sensibilização

*As campanhas de sensibilização referem-se a ações que apoiam, defendem, argumentam a favor de uma causa, defendem ou alegam em nome de outros. A discriminação em razão da idade ocorre também no setor da defesa de direitos, onde, muitas vezes, as vozes das pessoas mais velhas não estão presentes. Nalguns países, não existem leis específicas que proíbam a discriminação com base na idade ou que reconheçam os direitos das pessoas mais velhas. Além disso, não existem estratégias para melhorar a vida das pessoas mais velhas e ultrapassar o preconceito de idade.*

*A capacitação dos adultos mais velhos dá-lhes a oportunidade de partilhar e insistir nas suas necessidades e direitos específicos. Assegurar a sua participação ativa na vida política e fomentar a cidadania ativa dota os indivíduos da capacidade de alterar eficazmente os ambientes que habitam.*

### Conselho das pessoas mais velhas (Raad van Ouderen), Países Baixos

O [Conselho das Pessoas Mais Velhas](#) (Raad van Ouderen) aconselha o Ministério da Saúde, do Bem-Estar e do Desporto (VWS) e outras partes interessadas envolvidas nos cuidados às pessoas mais velhas, destacando questões importantes. O conselho é composto por 20 pessoas mais velhas que participam ativamente em redes regionais e nacionais para pessoas mais velhas. Desta forma, os adultos mais velhos têm a possibilidade de participar nos assuntos que lhes dizem respeito.

A ideia do Conselho é fornecer conselhos solicitados ou não solicitados sobre o apoio e os cuidados às pessoas mais velhas, bem como colocar na ordem do dia temas relevantes para os adultos mais velhos. Outra tarefa do Conselho é desenvolver o Pacto de Cuidados para as Pessoas Mais velhas e, por último, estabelecer ligações com apoiantes regionais.

Até à data, o Conselho emitiu recomendações ao Ministério sobre 18 questões diferentes, como por exemplo: uma campanha para a reavaliação dos adultos mais velhos, informações sobre a seleção de lares e uma campanha sobre como envelhecer.

### Caixa de informação

**Ano de início:** 2018

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Países Baixos)

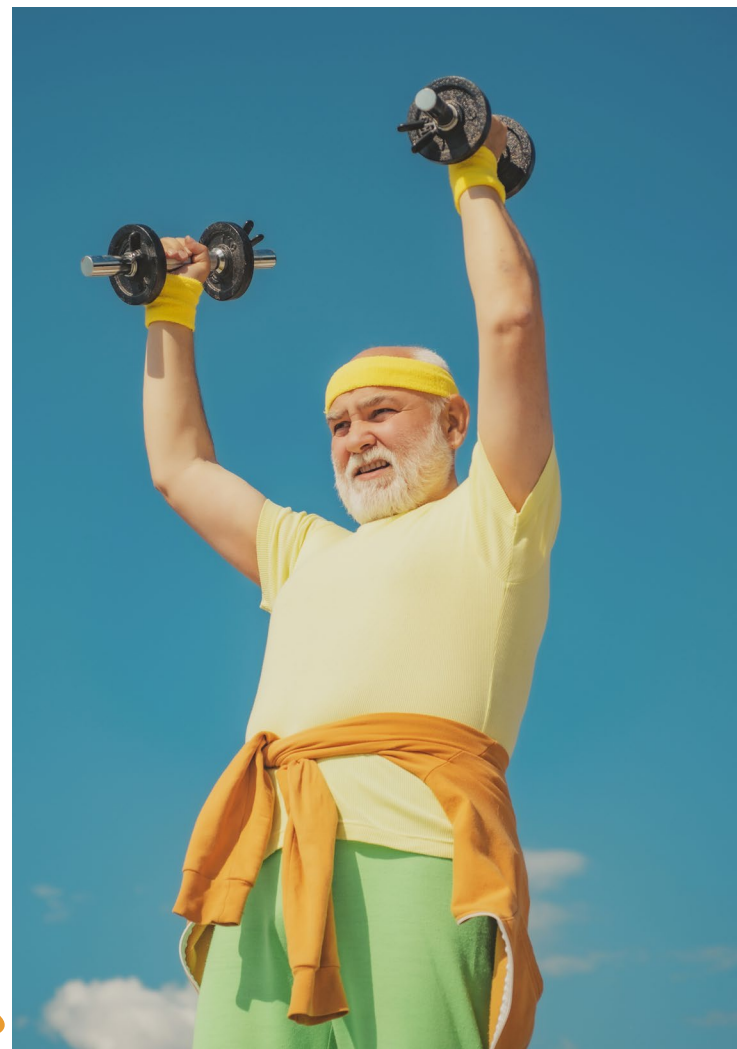
**Tipo de medida:** Político

**Implementado por:** Ministério da Saúde, do Bem-Estar e do Desporto

**Grupos-alvo:** Cidadãos adultos mais velhos

**Recursos necessários:** Financiamento público e vontade política

**Questão abordada:** Inclusão política dos cidadãos mais velhos



<sup>2</sup> Alliance for Justice, s.d. Disponível em: [https://mffh.org/wp-content/uploads/2016/04/AFJ\\_what-is-advocacy.pdf](https://mffh.org/wp-content/uploads/2016/04/AFJ_what-is-advocacy.pdf)



## BAGSO

A **BAGSO** é uma associação federal de organizações de cidadãos adultos mais velhos. Defende, a nível político, social e empresarial, os direitos das pessoas mais velhas, a sua segurança social e o envelhecimento ativo. Algumas das suas atividades incluem: colocar temas sobre a qualidade de vida das pessoas mais velhas na agenda política, identificar os passos para proporcionar uma vida melhor aos adultos mais velhos e estimular a ação política a todos os níveis.

Trata-se de uma organização de cúpula com mais de 120 membros - clubes e associações que apoiam ou defendem os direitos dos adultos mais velhos. O objetivo da sua criação é a construção de uma rede de organizações de adultos mais velhos, a criação de um fórum para temas relacionados com os adultos mais velhos e fazer com que as vozes dos adultos mais velhos sejam ouvidas a nível político.

Para além do seu trabalho político, a BAGSO promove o trabalho científico no domínio do envelhecimento e publica regularmente informações sobre temas relevantes. Participa também em vários projetos de aplicação e apoia projetos de investigação no domínio do envelhecimento da sociedade. Para além disso, o BAGSO organiza diferentes eventos centrados em diferentes questões relacionadas com o envelhecimento.



## Caixa de informação

**Ano de início:** 1989

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Nacional (Alemanha)

**Tipo de medida:** Associativa

**Implementado por:** Onze organizações de adultos mais velhos

**Grupos-alvo:** Cidadãos adultos mais velhos

**Recursos necessários:** Trabalho em rede

**Questão abordada:** Inclusão política dos cidadãos mais velhos



## O que pode ser feito?

Na maioria dos países europeus, existem diferentes locais onde os adultos mais velhos podem apresentar uma queixa por discriminação, como o gabinete do Provedor de Justiça ou o Gabinete da Agência para a Não Discriminação. Embora, as suas decisões sejam juridicamente válidas, muitas vezes não dispõem de mandato nem de recursos para levar a cabo ações.

No que respeita à inclusão política e social das pessoas mais velhas, é importante garantir que elas possam falar e ter o poder de mudar o ambiente em que vivem. As organizações de pessoas mais velhas que defendem ou aconselham os seus próprios direitos devem ser encorajadas e apoiadas. Deve ser desenvolvido um sistema de apoio para as pessoas que apresentam queixas, a fim de proporcionar ajuda e aconselhamento jurídico e/ou pessoal.

A sustentabilidade pode ser alcançada através do alargamento da rede de organizações de adultos mais velhos, da disponibilização de financiamento e de recursos para as mesmas e da garantia de que as necessidades dos adultos mais velhos são abordadas a nível político e legislativo.



## Boas práticas no ambiente construído

*As instalações inadequadas dos edifícios impedem frequentemente os adultos mais velhos de realizar tarefas essenciais ou de participar em atividades de que gostam. Esta falta de acessibilidade restringe a sua mobilidade e independência, prejudicando a sua capacidade de participar plenamente na vida quotidiana. Desde entradas inacessíveis à falta de corrimãos e elevadores, estas barreiras colocam desafios significativos às pessoas mais velhas.*

*Além disso, as infraestruturas das cidades carecem frequentemente de uma organização acessível das ruas, dos edifícios e dos transportes. Isto limita a deslocação sem problemas e, por conseguinte, de uma vida ativa e do envelhecimento.*

*A melhoria das infraestruturas é essencial para resolver estas questões, garantindo que os edifícios estão equipados com as características necessárias, tais como rampas, barras de apoio e portas mais largas, para acomodar as necessidades dos adultos mais velhos, e ligando perfeitamente o ambiente construído. Ao dar prioridade à acessibilidade nas cidades e nos edifícios, podemos melhorar a qualidade de vida e a inclusão dos membros mais velhos das nossas comunidades.*

### Envelhecer e a cidade: fazer com que os espaços urbanos funcionem para as pessoas mais velhas

O relatório da HelpAge International “Envelhecer e a Cidade” apresenta os principais problemas relacionados com as infraestruturas das cidades, que as tornam inacessíveis às pessoas mais velhas.

O relatório centra-se nos espaços, na saúde e na segurança e apresenta as realidades da vida das pessoas mais velhas na cidade (especialmente nos países de baixo e médio rendimento). Os principais tópicos incluem:

- Recuperar os espaços urbanos para todos, tornando as ruas mais fáceis de percorrer, os transportes públicos mais acessíveis e os meios de subsistência mais baseados na rua.
- Envelhecimento saudável nas cidades através de um apoio de base comunitária, combatendo o impacto da poluição atmosférica e o número crescente de incidências de doenças não transmissíveis.
- A segurança das pessoas mais velhas nas cidades em períodos de tensão social, económica ou política; os crimes e a insegurança que afetam as

peças mais velhas; os desafios enfrentados pelas pessoas mais velhas nas crises humanitárias e nas crises de refugiados.

O relatório sugere que, através de medidas políticas e incentivos económicos, as cidades podem ser um local muito mais acolhedor para as pessoas mais velhas.

### Caixa de informação

**Ano de início:** 2016

**Estado:** Concluído

**Âmbito de aplicação:** Internacional

**Tipo de auxílio:** Associativa

**Implementado por:** HelpAge International

**Grupos-alvo:** Cidadãos adultos mais velhos

**Recursos necessários:** Vontade política e financiamento público

**Questão abordada:** Cidades acessíveis para os adultos mais velhos



## Fundação Voorall, Países Baixos

**Voorall** é um grupo de interesse que trabalha a nível local em Haia. A fundação realiza testes sobre a acessibilidade do ambiente construído para pessoas com doenças físicas, mentais, sensoriais e/ou crónicas. A ideia é permitir que todas as pessoas se desloquem livremente na cidade, tendo pleno controlo e capacidade de participar na sociedade.

A Fundação Voorall aconselha a Câmara Municipal com base nos seus conhecimentos e testes das instalações da cidade. Além disso, há workshops na Academia Voorall e informações sobre espaços acessíveis para pessoas com diferentes deficiências.

Os princípios fundamentais da fundação são a inclusão e a acessibilidade, reduzindo o número de obstáculos para o grupo-alvo. Além disso, as pessoas com deficiência são capacitadas para encontrarem e denunciarem elas próprias esses obstáculos e ajudarem a melhorar o ambiente construído.

Embora a iniciativa se destine a pessoas com deficiência, os adultos mais velhos com deficiências ou doenças crónicas também beneficiam das atividades da Voorall. Além disso, facilita o envelhecimento ativo da população ao tornar o ambiente urbano facilmente acessível a todos.



## Caixa de informação

**Ano de início:** 2006

**Estado:** Em curso

**Âmbito de aplicação:** Local (Haia)

**Tipo de auxílio:** Associativa

**Implementado por:** Voorall

**Grupos-alvo:** Pessoas com deficiência

**Recursos necessários:** Coordenação, cooperação com o município e organizações sociais, empresas e prestadores de cuidados de saúde

**Questão abordada:** Infraestruturas acessíveis para os adultos mais velhos



## O que pode ser feito?

O ambiente construído deve ser organizado de forma a permitir uma vida ativa e saudável não só para os adultos mais velhos, mas para toda a sociedade. Para além dos edifícios acessíveis, dos espaços urbanos organizados e dos transportes públicos acessíveis e atempados, é também necessário concentrar-se no desenvolvimento dos espaços locais. Os municípios devem fornecer todos os serviços necessários à vida quotidiana das pessoas mais velhas, para que possam ser ativas e independentes.

As autarquias devem trabalhar em conjunto com as associações e o governo para prestar melhores serviços locais às pessoas mais velhas. A sustentabilidade pode ser alcançada através de uma abordagem integrada e do esforço mútuo de todas as partes.



## Envelhecimento ativo e saudável

O envelhecimento ativo e saudável é crucial para manter a saúde, o bem-estar e a ligação social à medida que as pessoas envelhecem. A criação de ambientes adequados às pessoas mais velhas implica a conceção de infraestruturas acessíveis, a aplicação de políticas favoráveis a todas as idades, a prestação de serviços sociais e de saúde e a promoção da aprendizagem ao longo da vida.

A maioria dos países da UE já dispõe de estratégias nacionais para um envelhecimento ativo e saudável. Ao apoiá-lo, as nações podem reduzir os custos dos cuidados de saúde, combater o isolamento social e defender os direitos humanos dos adultos mais velhos a viver com dignidade e autonomia.

As associações também estão ativas na implementação de novas abordagens em relação às pessoas mais velhas. Algumas delas incluem:

- Construir pontes através da solidariedade entre diferentes gerações
- Incluir a arte como ferramenta de comunicação (especialmente para pessoas com demência e outras doenças cognitivas),
- Utilizar o desporto para a prevenção de doenças,
- Melhorar as competências informáticas e as aptidões e conhecimentos das pessoas mais velhas.

Todas estas ações garantem que os adultos mais velhos possam continuar a contribuir para a sociedade em termos económicos, sociais e intelectuais.

### Festival da Idade de Ouro

O [Festival da Idade de Ouro](#) é o festival europeu de ginástica para pessoas com mais de cinquenta anos. Oferece aos participantes a possibilidade de melhorarem e mostrarem as suas capacidades, experimentarem novas atividades, culturas e desportos e fazerem novas amizades com pessoas de toda a Europa. Para além do festival propriamente dito, durante toda a semana, estão previstas apresentações de grupos e atividades de lazer.

Esta iniciativa é um excelente exemplo de como proporcionar experiências valiosas e divertidas aos adultos mais velhos. O evento também sensibiliza para a importância das atividades desportivas para a prevenção e promove este tipo de competições como uma forma de aprender coisas novas, conhecer novas pessoas e... simplesmente divertir-se.

### Aconchego (Casa partilhada), Portugal

[Aconchego](#) é um programa que visa promover o bem-estar dos adultos mais velhos e das suas famílias. Os estudantes universitários são alojados em residências de adultos mais velhos como forma de estabelecer pontes entre gerações. A ideia é ultrapassar a solidão dos adultos mais velhos, alojando gratuitamente estudantes com idades até aos 35 anos. Os adultos mais velhos e os estudantes ficam ligados e têm a oportunidade de partilhar experiências e construir amizades. Desta forma, Aconchego não só proporciona benefícios mútuos para ambas as partes, como também altera as perceções sociais do envelhecimento a nível da sociedade.



### Linha de prata (Sidabrinė linija), Lituânia

A [Linha de Prata](#) é uma iniciativa que tem por objetivo ultrapassar a solidão dos adultos mais velhos através de uma linha de amizade e apoio emocional. Voluntários formados fazem chamadas regulares para os adultos mais velhos a uma hora específica. Cada voluntário comunica com a mesma pessoa, de modo a criar uma ligação e uma amizade. Desta forma, as necessidades de comunicação dos adultos mais velhos são satisfeitas.

A iniciativa pode ser alargada ao envio de cartas ou e-mails, à conversa em rede e a outras formas de comunicação.

### Residência Baba, Bulgária

A “[Residência Baba](#)” é uma excelente demonstração de uma iniciativa destinada a proporcionar um rendimento adicional aos adultos mais velhos. As pensões dos adultos mais velhos são normalmente muito baixas, o que os coloca no limiar da pobreza. Por conseguinte, este tipo de campanhas para proporcionar oportunidades de lucro adicional são muito benéficas.

A “Residência da Avó” junta pessoas mais velhas das aldeias com pessoas mais novas das cidades, **construindo pontes entre gerações**. Os voluntários permanecem na aldeia durante um mês para desenvolver as suas ideias. Desta forma, colaboram com os habitantes locais para criar um produto rentável. Por exemplo, foi lançado um CD de música tradicional local e foram vendidos produtos artesanais. A iniciativa é positiva não só para proporcionar oportunidades de trabalho às pessoas mais velhas, mas também para combater o isolamento, especialmente nas pequenas aldeias da Bulgária.



## SAA – Experiências e recomendações

*Dado que as tendências demográficas preveem uma redução da população e um aumento do número de pessoas com 65 anos ou mais na União Europeia (8.º Relatório de Coesão, 2022), são necessárias medidas correspondentes e uma mudança cultural. Proporcionar igualdade de oportunidades e qualidade de vida aos adultos mais velhos deve estar no centro das medidas. Mudar as imagens negativas dos adultos mais velhos na sociedade é importante para combater o idadismo de uma forma sustentável.*

### O Idadismo é uma questão de Direitos Humanos

“”

“As respostas políticas centradas na perda de capacidades físicas e mentais das pessoas à medida que envelhecem e na satisfação de “vulnerabilidades” e “necessidades” contribuem para uma narrativa negativa do envelhecimento, que negligencia a experiência dos adultos mais velhos, o seu potencial e a sua contribuição para a sociedade”.

Para alterar esta construção negativa do envelhecimento, a AGE apoia a abordagem da Agência dos Direitos Fundamentais e sugere que as reformas políticas devem afastar-se das abordagens baseadas nas necessidades, destinadas a responder aos “problemas” do envelhecimento, e passem a centrar-se no indivíduo, um ser humano com direitos fundamentais e dignidade humana inerente”.

AGE Platform Europe, EU

### Uma abordagem combinada a nível vertical e horizontal é uma forma de garantir os direitos das pessoas mais velhas

“”

“As políticas para as pessoas mais velhas devem prever uma abordagem combinada a nível vertical e horizontal. Os ministérios devem trabalhar em conjunto para proporcionar igualdade de oportunidades a todas as idades nos domínios social, laboral, da saúde, da defesa de direitos e estrutural. Além disso, as instituições nacionais devem trabalhar em estreita colaboração com os municípios para prestar melhores serviços a nível local. As iniciativas a nível local tendem a ser as mais benéficas para os adultos mais velhos, uma vez que reconhecem as necessidades específicas deste grupo.”

Associação Alzheimer Bulgária, Bulgária

### Muitos casos de discriminação com base na idade não são comunicados devido à normalização de imagens negativas

“”

“Na sociedade, existem muitas imagens negativas da velhice, que têm uma grande influência na nossa maneira de pensar sobre o envelhecimento. As atitudes negativas e os estereótipos estão generalizados e são também interiorizados pelos adultos mais velhos. Por conseguinte, é de supor que exista um grande número de casos de discriminação não registados. São necessárias medidas educativas e de sensibilização para aumentar a sensibilidade das pessoas e, assim, promover a igualdade.”

ISIS - Institut für Soziale Infrastruktur, Alemanha



**As iniciativas em prol de um envelhecimento ativo e saudável e as medidas destinadas a garantir a qualidade de vida dos adultos mais velhos são importantes para proporcionar igualdade de oportunidades a todas as idades.**

“Aumentar o apoio financeiro obtido pelos adultos mais velhos em situação de pobreza permite ao beneficiário melhorar a sua qualidade de vida e aceder a bens elementares como a alimentação, a higiene ou mesmo permitir pagar a renda. Esta forma de apoio é conseguida através dos impostos pagos no país, o que pode implicar o aumento dos impostos noutros países, no entanto, os resultados a curto e longo prazo são positivos”.

As iniciativas que promovem o contacto intergeracional, como a partilha de casa, permitem reduzir os estereótipos contra o envelhecimento e diminuir a solidão a que muitos adultos mais velhos estão expostos. As campanhas internacionais que sensibilizam para a discriminação podem permitir abordagens europeias para combater o envelhecimento.”

SHINE2Europe, Portugal

**A proteção contra a discriminação em razão da idade deve ser assegurada em todos os domínios da sociedade. Não deve ser apenas uma questão de políticas, mas uma questão de mudança cultural da sociedade.**

“A discriminação com base na idade só é proibida por lei em alguns domínios, como o mercado de trabalho. Em muitos domínios, não existem leis e regulamentos específicos. Isto significa que as sanções ou a assistência juridicamente vinculativa para as pessoas afetadas pela discriminação com base na idade continuam a ser uma raridade. Muitas vezes, os infratores são apenas repreendidos e instados a alterar o seu comportamento e as suas políticas, sem que as vítimas possam tomar qualquer outra medida. Uma regulamentação mais clara e uma maior sensibilização para os estereótipos são importantes para levar a sério as queixas das pessoas mais velhas e para defender uma mudança cultural na sociedade.”

AFEdemy, Países Baixos

**É necessário financiamento e empenhamento político para a implementação bem-sucedida de estratégias para um envelhecimento ativo e saudável e contra a discriminação em razão da idade**

“A Estratégia Nacional para a Demografia, Migração e Integração para 2018-2030 tem como objetivo, entre outros, proporcionar oportunidades para que os adultos mais velhos se integrem na sociedade, participem na vida social e política e no mercado de trabalho e reforcem as relações intergeracionais. Estas estratégias devem ser dotadas de recursos e apoiadas por um compromisso político de alto nível para atingir os objetivos pretendidos.”

SIC, Lituânia

# Inspire-se!

## Medidas políticas

- [Relatório Mundial sobre o Idadismo](#) das Nações Unidas
- [#AWorld4AllAges](#) (um mundo para todas as idades)
- [Caixa de ferramentas demográficas da UE](#)

## Medidas associativas

- [Plataforma AGE Europa](#)
- [#STOPIDADISMO](#), Portugal
- [Iniciativa “Oll Inklusiv”](#), Alemanha

## Saúde

- [Acesso dos adultos mais velhos a cuidados prolongados em casa e na sociedade - políticas e realidade](#), Bulgária
- [Transporte de doentes com problemas de mobilidade, condições de saúde especiais, demência, baixos rendimentos](#), Lituânia

## Social

- [#Igualdade de idade](#)
- [Imagens da velhice](#), Alemanha
- [Outubro - o mês dos adultos mais velhos](#), Lituânia
- [Iniciativa Zeitentausch](#), Alemanha
- [Centro de informação anti-envelhecimento](#)

## Trabalho

- [Campanha: “Abrir-se em vez de se fechar”](#), Áustria
- [Lei da Igualdade de Tratamento](#), Alemanha

## Construção

- [Voorall](#) Países Baixos
- [Envelhecer e a cidade: “fazer com que os espaços urbanos funcionem para as pessoas mais velhas”](#)

## Defesa de Direitos

- [Conselho de Anciãos](#), Países Baixos
- [BAGSO](#), Alemanha
- [Declaração de Glasgow da Alzheimer Europe](#)
- [Projetos e Publicações | Melhoria da inclusão e da discriminação na Stichting iDb](#)
- [Discriminatie.nl](#), Países Baixos (com Google Translate disponível)

## Envelhecimento ativo

- [Festival da Idade de Ouro](#)
- [Linha de prata](#), Lituânia
- [A RUTIS](#), Universidade da Terceira Idade, Portugal
- [Juntos vamos vencer a demência](#), Bulgária
- [Residência Baba](#), Bulgária
- [Partilha de casa Aconchego](#), Portugal
- [Complemento Solidário para Adultos mais velhos](#), Portugal







# Smart Against Ageism



Cofinanciado pela  
União Europeia