

EDITORIAL

O envelhecimento e as ciências que hoje se dedicam especificamente ao seu estudo é demasiado recente para podermos ter conceitos e evidências claras e profundas.

De facto a preocupação com o envelhecimento é muito jovem e as disciplinas que hoje se dedicam aos eu estudo nasceram há muito poucos anos.

É estranho que tanta gente tenha convicções sobre assuntos relacionados com o envelhecimento, que as defenda de forma vigorosa e que não se tenha em atenção que de envelhecimento pouco ou nada sabemos.

O que sabemos sobre o que sentem as pessoas ao envelhecerem? Quais os seus sentimentos mais profundos? Quais as suas dificuldades e os seus desejos? Qual a sua felicidade? E como encaram a passagem dos anos e as transformações que obrigatoriamente vão sentindo?

Será que lhes perguntamos com a frequência desejada? Que respeitamos aquilo que nos dizem? Ou será que todos nós andamos a fazer coisas como se fossemos nós próprios as pessoas idosas e pensamos que isso é o indicado porque gostávamos que nos fizessem exactamente essas coisas? Ainda que não tivéssemos passado por esse processo.

Assalta-me permanentemente uma dúvida: como se ensina a envelhecer? Como podemos nós dizer que é melhor fazer isto do que aquilo porque isso faz-nos envelhecer melhor?

Nesta newsletter pode ler um texto de uma pessoa idosa, que diz exactamente como está a envelhecer e o que entende sobre isso. E ela sabe o que diz e nós temos que saber aprender, sem passar por esse processo, mas perguntando a quem vai passado por ele.

Rui Fontes
Presidente da AAGI



Congresso internacional do envelhecimento Simpósio Médico Reunião Científica

A Associação recebeu os primeiros apoios para a realização do Congresso Internacional do Envelhecimento, que se vai realizar a 8 e 9 de Junho e integra um Simpósio Médico e uma Reunião Científica.

A Direcção Geral da Saúde, O TAGUS PARK e Global Medical Development, Inc., vão apoiar este evento da Associação que já tem o programa modelo, determinando os tempos e espaços dos diversos momentos que vão ocorrer durante os dois dias.

Mais uma vez foram ultrapassadas todas as expectativas iniciais, existindo já um envolvimento muito significativo de muitos dos nossos amigos e colaboradores.

O Congresso vai ter 5 mesas de debate e 3 conferências, realizando-se em simultâneo o simpósio médico com 4 debates e ainda uma reunião científica com intervenções de representantes de diversos países que apresentam a produção do seu trabalho científico e que será aberta a assistentes que desejem acompanhar esta reunião.

Teremos ainda um espaço próprio para as comunicações livres e para a exposição de pósteres que concorram ao concurso que já se encontra aberto.

Este evento ocupará todo o espaço do Centro de Congressos do TAGUS PARK.



Direcção-Geral da Saúde
www.dgs.pt



Ministério da Saúde



QUINTAS DE FORMAÇÃO

SESSÃO DE FORMAÇÃO PARA AS COMPETÊNCIAS

PROCESSO DE INSCRIÇÃO, AVALIAÇÃO E ADMISSÃO EM LARES DE IDOSOS

Formador: Rui Fontes (director técnico de lar)

QUINTA-FEIRA, 9 DE FEVEREIRO DE 2011

17.30 HORAS – 21.30 HORAS

SEDE DA ASSOCIAÇÃO: RUA DUARTE GOMES

NUMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 15

25,00 € INSCRIÇÃO

CONFERE CERTIFICAÇÃO CREDITADA DE 4 HORAS

PRÓXIMA SESSÃO

23 DE FEVEREIRO 2012

PAPEL DO ENFERMEIRO EM
LARES DE IDOSOS

Enfermeiro Pedro Ferro

Inscrições para as QUINTAS DE
FORMAÇÃO em:



Ano Europeu do **Envelhecimento Activo**
e da **Solidariedade entre Gerações 2012**



<http://ec.europa.eu/social/ey2012main.jsp?catId=970&langId=pt>

2012 é o *Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações*. Uma oportunidade para todos de reflectir sobre o facto de os europeus viverem agora mais tempo e com mais saúde do que nunca e aproveitar as oportunidades que se oferecem.

O **envelhecimento activo** pode dar à geração do *baby-boom* e aos idosos do futuro a oportunidade de:

- Permanecerem no mercado do trabalho e partilharem a sua experiência,
- Continuarem a desempenhar um papel activo na sociedade,
- Viverem uma vida o mais saudável e gratificante possível.

É também essencial para manter a solidariedade intergeracional em sociedades em que o número de pessoas idosas aumenta rapidamente.

O desafio para os políticos e todos os que se interessam por estas questões será melhorar as oportunidades do envelhecimento activo em geral e de levar uma vida autónoma, intervindo em áreas tão diversas como o emprego, os cuidados de saúde, os serviços sociais, a educação de adultos, o voluntariado, a habitação, a informática e os transportes.

O Ano Europeu pretende sensibilizar para estas questões e para a melhor forma de as abordar, mas acima de tudo procura incentivar os responsáveis a estabelecerem objectivos e a tomar medidas para os alcançar. O ano de 2012 deverá ir além do debate e começar a produzir resultados palpáveis.

In portal <http://ec.europa.eu>

A Associação Amigos da Grande Idade emitiu um documento colectivo que resume a vontade de um conjunto significativo de pessoas em relação ao Ano Europeu do Envelhecimento Activo. Chamámos ao documento Declaração de Princípios e pode ser consultado na íntegra em

Os 10 Princípios que pretendemos ver como preocupação durante este ano são:

1. Declaramos que queremos a promoção da preservação dos laços de vizinhança de e outras redes sociais de suporte.
2. Declaramos que é importante que as escolas, desde o primeiro ciclo, incluam nos seus programas e preocupações educativas, as questões relacionadas com o envelhecimento numa perspectiva moderna de intercâmbio intergeracional.
3. Declaramos que queremos que haja divulgação e intercâmbio de boas práticas entre os países da União Europeia para que se multipliquem, atendendo às especificidades nacionais, regionais e locais.
4. Declaramos que queremos uma alteração no modelo de financiamento e apoio, participando directamente as pessoas e não as Instituições e invertendo o valor participado entre cuidados domiciliários e institucionalização, beneficiando a primeira situação.
5. Declaramos que queremos que todos os apoios a cuidados e serviços a pessoas idosas sejam dados em função de indicadores e objectivos, com especial destaque para a manutenção da funcionalidade e utilidade.
6. Declaramos que gostaríamos de obter facilidades no acesso à cultura, nomeadamente na compra de livros, música, teatro, cinema e outros espectáculos.
7. Declaramos que queremos que se tenha em atenção os riscos da padronização excessiva na intervenção das instituições dirigidas às pessoas idosas.
8. Declaramos que queremos espaços urbanos mais adequados ao nosso envelhecimento com base em recomendações feitas pela OMS (Cidades Amigas das Pessoas Idosas e Cidades Saudáveis) e que se isso se estenda a todas as regiões do País, desde as pequenas aldeias aos Grandes Centros Urbanos
9. Declaramos que queremos uma Liderança Nacional específica para as questões do envelhecimento em todas as suas vertentes, centralizando os recursos e determinando as prioridades.
10. Declaramos que estamos disponíveis para colaborar com os serviços públicos e privados no sentido de desempenharmos funções de utilidade em escolas, bibliotecas, autarquias, repartições de atendimento público, hospitais, museus e outros locais.

ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA GRANDE IDADE – INOVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO

Newsletter Informativa

Janeiro 2012

ENVELHECIMENTO

Como podemos analisar e definir com propriedade o que é o envelhecimento? Quanto a mim, desde o momento em que nascemos, começamos a caminhar, dia a dia, quantos anos poderão ser? – para aquele em que começam a aparecer as rugas, os cabelos brancos nuns, ver a queda dos mesmos noutros, na curvatura mais acentuada da coluna vertebral, na diminuição da velocidade com que caminhamos, na diminuição auditiva ou visual, na perda gradual da memória, eu sei lá? Chegou o envelhecer? Mas nem em todos os indivíduos tudo isto se processa em igualdade e no mais cedo ou mais tarde. Ninguém é igual a ninguém. Apenas todos somos os mesmos, quando chega a nossa vez. E normalmente temos a acompanhar-nos nestas diferentes etapas da vida e muito principalmente naquela em que nos toca, o começarmos a envelhecer, uma personagem sempre pronta a atormentar-nos a que apelidamos de dor. Essa não tem data marcada para se manifestar. Quanto sofrimento por esse mundo e a dor, para nos bater à porta, não escolhe idades... e entra sem pedir licença! Apesar desta pequena ironia, apraz-me lembrar que não são os cremes nem as novas colorações dos cabelos que travam o envelhecimento. O que ajuda a envelhecer é sabermos compreender as maiores ou menores potencialidades que ainda reconhecemos em nós e nos capacitam a utilizá-las para algo de bom. Aproveitar tudo o que nos rodeia, quanto a afectos, às mãos que se nos estendem desinteressadamente e, acima de tudo, compreensão e resignação e não revolta por estar já muito longe no tempo, tudo o que havia sido a beleza ou a fortaleza da nossa juventude... Tudo isto é vida e envelhecer é viver!

Maria da Conceição Taurino, Residente no Lar de Idosos dos SAMS/SBSI. 80 Anos

LIVRO VIDAS RARAS

O Director Geral da Saúde ofereceu à Associação Amigos da Grande Idade 250 exemplares do livro “Vidas Raras” com o objectivo de os podermos distribuir junto dos nossos amigos e colaboradores. A Associação foi mais longe abrindo inscrições para pedido do livro no seu site, que rapidamente esgotaram os livros que tínhamos. Registamos que recebemos pedidos de todo o território nacional, incluindo as Ilhas e que muitos dos pedidos foram feitos por Associações e Entidades colectivas. A Associação iniciou o envio por correio postal dos livros que irão chegar na próxima semana a todos os que tiveram a simpatia de os pedir. Trata-se de um livro editado pela Associação Raríssimas que descreve a vida de algumas mães com filhos portadores de doenças raras. É um hino à felicidade, amor e paixão, servindo para todos nós reflectirmos sobre estas questões e sobre a vida. Não tendo a ver com envelhecimento tem a ver com a dádiva da vida e da vontade com que todos, em momentos mais frágeis e difíceis, temos de viver e de procurar a felicidade que pode ser representada por pequeníssimos pormenores, por pequeníssimas coisas. A Associação congratula-se com a publicação deste livro e solidariza-se com todas as mães que se expõem, passando uma mensagem de enorme convicção e motivação.

OFERTA DE BILHETES PARA A PEÇA DE TEATRO “O CERCO DE LENINEGRADO

Este mês tivemos a oportunidade de oferecer bilhetes para a peça de teatro “O Cerco de Leninegrado”, que homenageou a extraordinária actriz Eunice Munoz. A Associação distribuiu mais de duas centenas de bilhetes a diversas entidades sociais e privadas e ainda a muitas pessoas que seguem o nosso trabalho e solicitaram os bilhetes através do nosso site.

Esta foi mais uma iniciativa que se integra no trabalho que a Associação vai desenvolvendo com diversas parcerias de várias áreas.

Convite

Lançamento do livro

PROCESSOS E ESTRATEGIAS DO ENVELHECIMENTO

Apresentação do livro por Professor Doutor Salvato Trigo Reitor da Universidade Fernando Pessoa

31 Janeiro.2012

19h00 na **Fundação Engenheiro António de Almeida**
Rua Tenente Valadim n. 231 / 325 (Avenida da Boavista - frente ao SHERATON HOTEL)
Disponibiliza parque de estacionamento.

autores

António Pacheco PALHA - António PROENÇA - Alda MARQUES - Arthur M. Silva NETO - Assunção NOGUEIRA - António VINHAL - Carolina Almeida GARRETT
Carla RIBEIRINHO - Cláudia MOURA - Daniel SERRÃO - Daniela FIGUEIREDO - Eugénio Viassa MONTEIRO - Isabel DIAS - J. Pinto da COSTA - João BARRETO
João CARVALHO - José LOBO PEREIRA - João AMADO - J. Laranja PONTES - José Carlos ANDRADE - Luís JACOB - Luís CAPUCHA - Margarida Sotto MAYOR
Pedro CARVALHO - Raquel SILVA - Rui FONTES - Stella ANTÓNIO - Vítor FRAGOSO - Zaida AZEREDO

FUNDAÇÃO
Rua Tenente Valadim, 325
4100-478 Porto
Telf: 224967410 - Fax: 224984314
Email: fundacao@fem.pt
www.fem.pt

ULTIMA
HORA

Vai ser apresentado o Livro “Processos e Estratégias do Envelhecimento” no qual o Presidente da Associação, Rui Fontes, participa, escrevendo dois capítulos do livro. Este livro contém o registo de opiniões de um conjunto de personalidades que reflectem sobre o envelhecimento em Portugal, sendo um dos primeiros guiões para todos os profissionais desta área.