

Seminário Internacional
“Aldeias Lar: Um futuro para o
interior de Portugal”

Beja, 15 Junho

Transformações demográficas que se produzirão no Séc. XXI e e que vão influenciar o trabalho com a 3ª Idade

Pessoas com mais de 60 anos

Ano 2000

10%

Ano 2050

21%

(idêntico
à % de pop.
Jovem)

Esperança de Vida aumentou mais nos últimos 100 anos do que nos 2000 anos anteriores!

Pessoas com mais de 80 anos

Ano 2000

69 milhões
10% da pop.

Ano 2050

379 milhões
4% da pop.

Crescerá 5.5 vezes em meio século

Pessoas com mais de 1000 anos entre 2000 e 2050
crescerá 18 vezes

Problemas:

-Política Social – Colapso do sistema de pensões e de reformas

-Medicina - Como acrescentar anos à Vida?

-- **Acção Social** – Como acrescentar vida aos anos?

-- **Política** - 21% da população com mais de 60 anos

À parte do inevitável, a velhice não é boa
nem má:

Será como a construímos!

**A velhice não tem que
converter-se numa
caricatura da nossa
vida**

Uma visão conjunta de actividades e âmbitos de actuação com a 3ª idade

- Preparação para a reforma
- Turismo Socialférias
- Termalismo social

-
- Onde ir quando não se pode estar em casa
 - Residências
 - Residências Temporais
 - Casa de aluguer
 - Serviços de apoio no domicílio (serviços diurnos, serviços ao domicílio, comida ao domicílio)
 - Viver acompanhado: uma pessoa idosa acolhe um ou dois jovens
 - Tele- assistência

Formas de ocupação de tempos livres

- ⇒ **Centros de Dia para idosos**
- ⇒ **Clubes de reformados**
- ⇒ **Associações e federações de idosos**
- ⇒ **Participação em organizações (ecologistas, direitos humanos...)**
- ⇒ **Turismo Social**
- ⇒ **Universidades (Terceira Idade e da Experiência)**
- ⇒ **Encontros Inter - geracionais (com jovens e crianças)**
- ⇒ **Relacionamento social, falar com outros**
- ⇒ **Dançar, jogar, cantar**
- ⇒ **Fazer exercício e se possível, desporto**
- ⇒ **Praticar Terapias alternativas (saludoterapia, miradaterapia, sorrисoterapia, risoterapia, caricioterapia, alegroterapia e besoterapia)**