

I Oficina Idosos



Fundação O Século
22 novembro 2021



**Plano Estratégico de Desenvolvimento Social
2020-2030**



Alguns dados sobre este grupo:

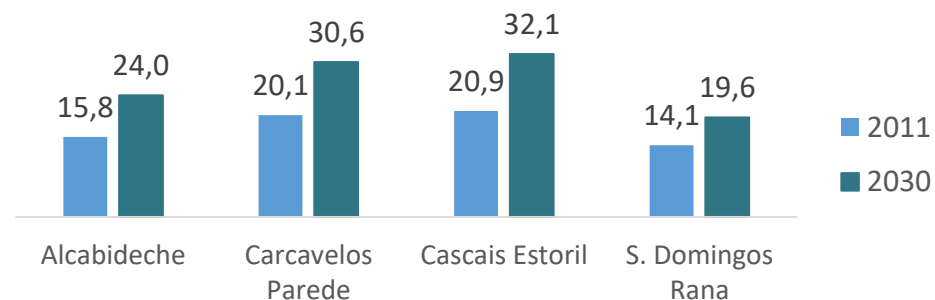
5 principais problemas que afetam os seniores na opinião dos atores locais (2016):

- Doenças Crónicas
- Ausência de vagas em ERPI
- Demências
- Baixos Rendimentos
- Desgaste do/a cuidador/a

42.199 seniores
INE, 2017

20% da população
INE, 2017

Proporção de idosos (65 e mais anos) no total da população da freguesia



Entre 2001 e 2017, duplicou o número de idosos com mais de 80 anos



247 €

Valor médio mensal das pensões do regime não contributivo (Cascais, 2015)

548 €

Valor médio mensal das pensões do regime contributivo (Cascais, 2015)

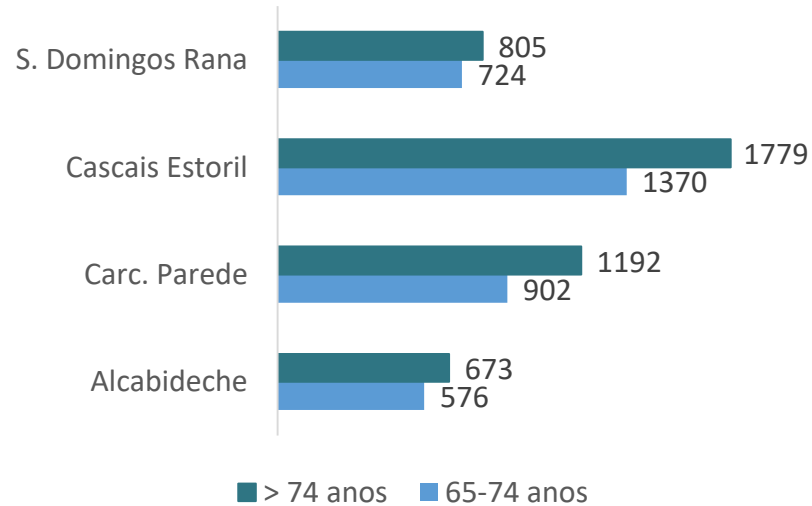
1850
Idosos recebem CSI (Cascais 2015)

95€
Valor médio mensal CSI (Cascais 2015)

14%
dos idosos não consegue fazer face às despesas mensais (Inquérito municipais, 2016)

8.021

Nº de pessoas idosas a residir sozinhas (INE, 2011)



18%

dos idosos não tem ninguém com quem partilhar questões da vida privada

48%

dos idosos ajudam a cuidar dos netos

64%

partilham conhecimento e experiência de vida com os mais novos.

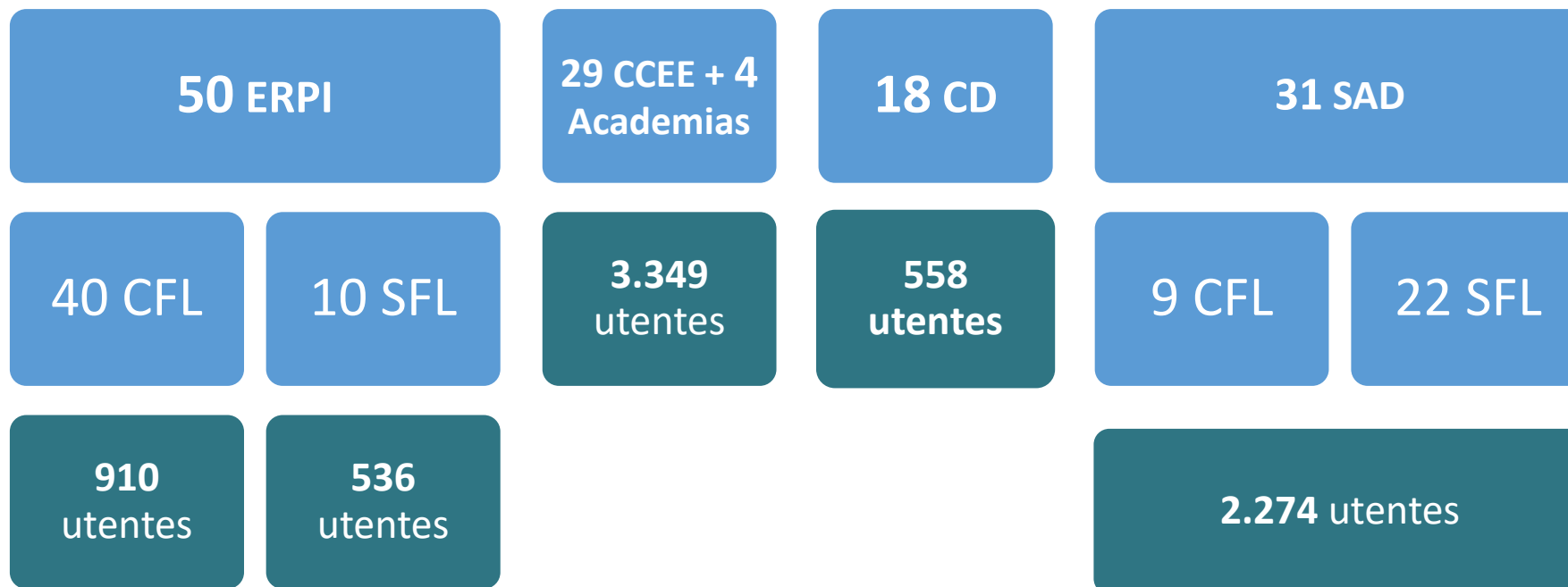
70%

dos idosos sente que não participa na vida social, cultural ou recreativa do concelho

(2016, inquérito a municipais, CEDRU)



Oferta de Respostas Sociais (2016)





Temas relacionados com Idosos



Natalidade

Conciliação Vida Familiar, Profissional e Pessoal

Envelhecimento, dependência e incapacidades



Pessoas em situação de Pobreza e Vulnerabilidade

Crianças e jovens em Risco e Perigo

Pessoas migrantes

Pessoas com problemas de Saúde Mental

Pessoas com Comportamentos Aditivos



Garantir Direitos

Igualdade de Oportunidades

Participação e Cidadania



Cobertura Territorial e Requalificação de Respostas

Habitação

Mobilidade

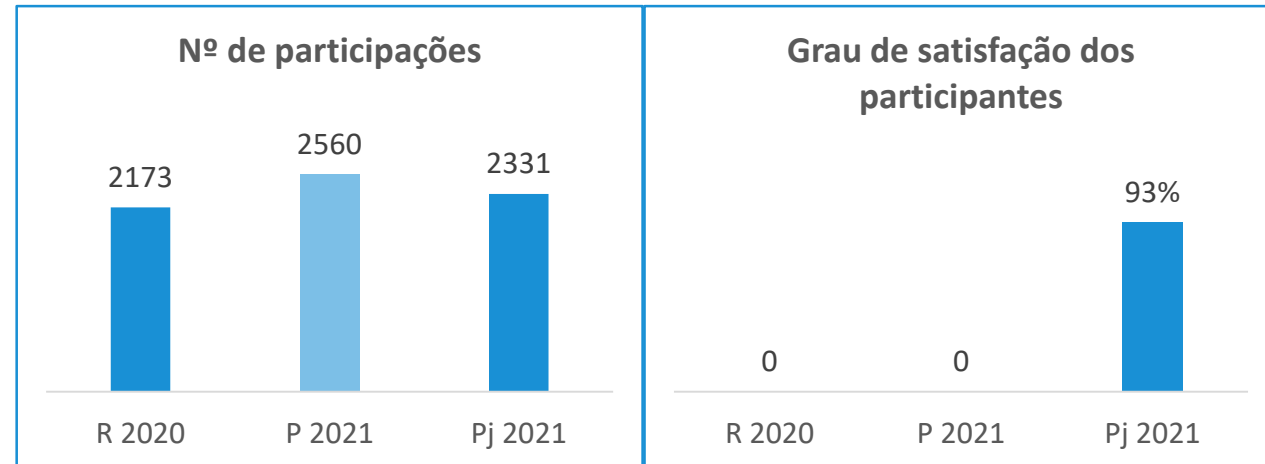


Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.6 Promoção de **respostas flexíveis** para o envelhecimento ativo e saudável acautelando a **diversidade de perfis**

Incorporar uma perspetiva atenta à heterogeneidade de perfis das pessoas com mais de 65 anos (diversidade social, económica, cultural, de género, etc.) na conceção e implementação de serviços, projetos, iniciativas, sustentada no conhecimento das expectativas e motivações face ao futuro das pessoas que atualmente têm entre os 50 e 65 anos.

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF Alc	Cascais Open Café
CSF CE	Caminhadas com Afectos
	Espaços Sénior
	Oficina de Teatro
FCPS	Programa Mais Saúde todos os dias
PCCES	Sê-lo
	Palco da Vida
	Ir e Ver, Olhar e Descobrir
	Nós e os Outros
	Laboratórios OHFICINA



Desafios:

- Iniciativas muito centradas nos Centros de Convívio? Como chegar a outros públicos?
- Diversidade de perfis está a ser tida em conta? Como ter informação sobre a diversidade de perfis abrangidos?
- Construção e aplicação de **instrumento comum de medição de satisfação**

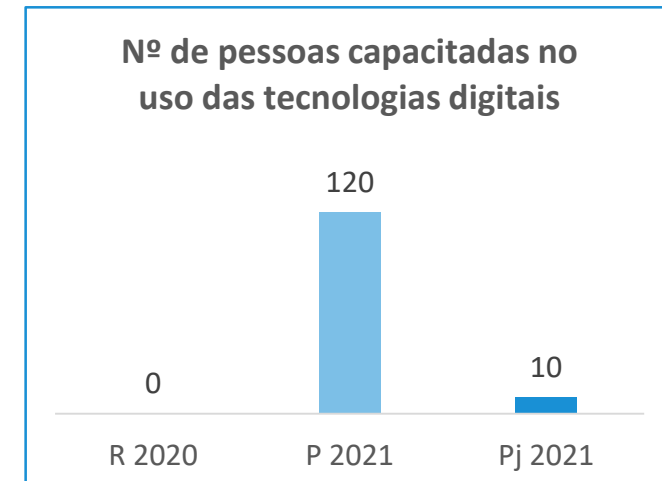
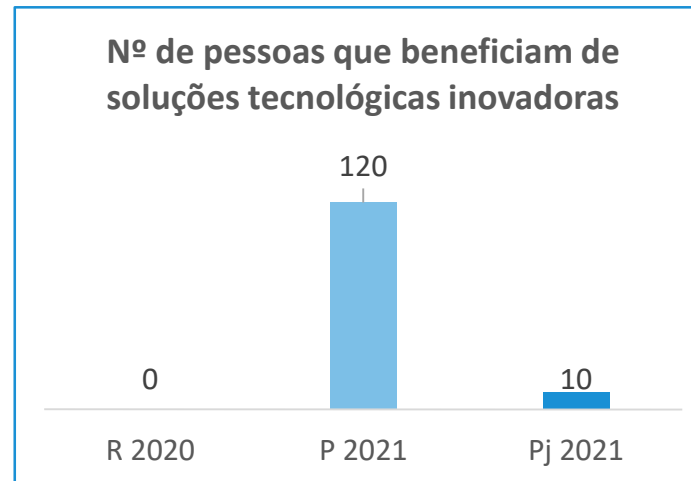


Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.7. Introdução de **soluções tecnológicas** com grupos específicos da população, nomeadamente idosos, pessoas com incapacidade e/ou dependência

Aumentar o número de soluções tecnológicas adotadas pelas organizações com potencial gerador de maior inovação e eficácia dos serviços prestados junto dos cidadãos com mais de 65 anos e/ou em situação de dependência ou incapacidade, bem como dotar estes grupos de uma maior literacia digital.

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF Alc	Rede + Próxima
PCCES	Academia Móvel
	Fórum Digital



Nº de pessoas com dependência	10
Nº de pessoas com incapacidade	2
Nº de pessoas idosas	10

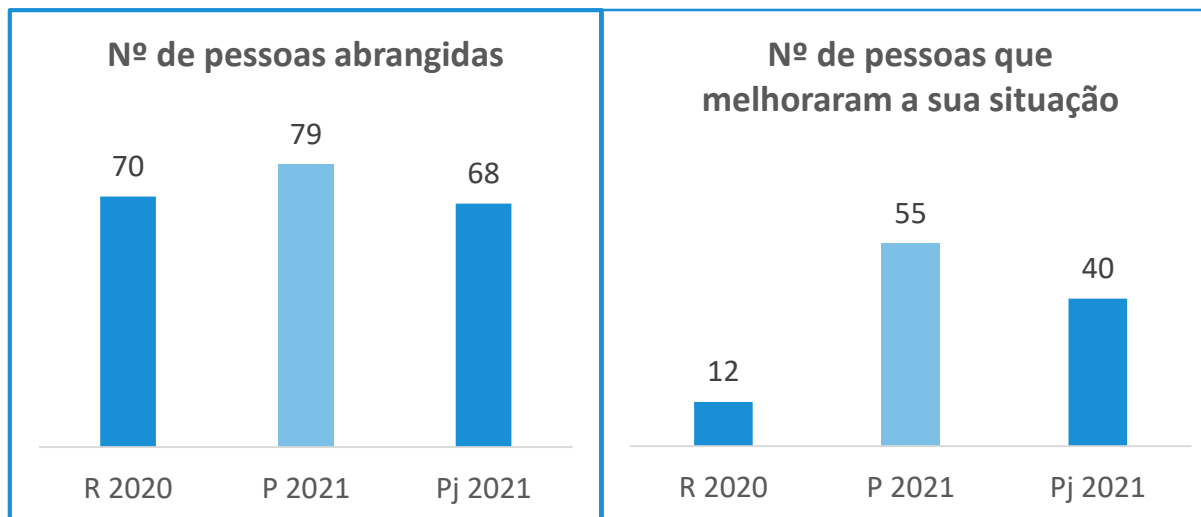


1.8. Combate ao isolamento e solidão dos idosos

Identificar pessoas com mais de 65 anos que vivem em situação de isolamento e/ou solidão e implementar medidas dirigidas ao combate desta situação.

Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF CE	Projeto Mãos Dadas
	Conhecer para Intervir
CSF CP	Mais próximo menos só
CSF SDR	Porta a Porta
	Tem Companhia
PEM	Solidão e Isolamento nas Resposta Sociais
RODA	MOVE.@LC



Desafios:

- Construção e aplicação de **instrumento comum de medição** de melhoria da situação
- Que relação com a medida 4.13: Alargamento da proteção de idosos pelas forças de segurança e proteção civil



Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.8. Combate ao **isolamento** e **solidão** dos idosos

Identificar pessoas com mais de 65 anos que vivem em situação de isolamento e/ou solidão e implementar medidas dirigidas ao combate desta situação.

Reflexão

- Como chegar a pessoas que não estão nas instituições?
- Como saber quem está a intervir nos casos? Criar plataforma? Que iniciativas existem?
- Importante medir a auto-perceção do isolamento/solidão
- Pandemia – agravamento do isolamento
- Importante atuar ao nível da prevenção do isolamento e preparação para a reforma
- Importância da ocupação

Levantamentos

- Pandemia – desencadeou o levantamento de idosos isolados por parte das Juntas de Freguesia
- Plataforma Privação – têm idosos “monitorizados” na BD
- Forças de segurança – levantamento de idosos isolados?
- Saúde (ex. SDR) – identificação de idosos sem médico de família, sem acompanhamento

SAD

- Junta Freguesia Carcavelos Parede referiu ter dificuldade em obter vaga em SAD
- É uma resposta pontual (não resolve o problema do isolamento) e tipificada



Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.9 Reconfiguração/Flexibilização de respostas sociais dirigidas a pessoas em situação de dependência no domicílio e respostas institucionais de dia

Identificar a diversidade de necessidades e interesses das pessoas em situação de dependência; reconfigurar e qualificar os serviços existentes (ex. apoio domiciliário) em serviços de cuidados de saúde e bem estar mais flexíveis e personalizados para as pessoas que se encontram dependentes no domicílio ou em contexto de uma resposta institucional (centro de dia, centro de convívio, etc.)

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF CP	Um novo caminho na Demência

Métricas:

- Nº de pessoas abrangidas por tipo de resposta (novas)
- Nº de pessoas muito satisfeitas com as novas respostas

Sem alvos

Desafios:

- Promover a partilha de boas-práticas; projetos piloto; benchmarking
- Construção e aplicação de **instrumento comum de medição** de satisfação

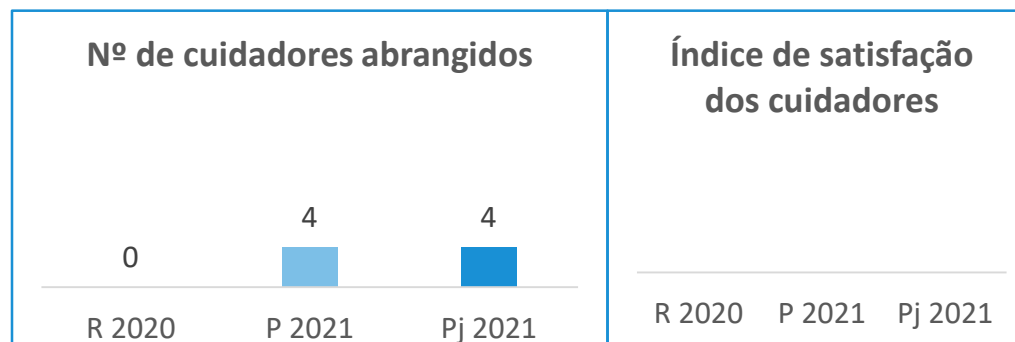


Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.10 Implementação de medidas de apoio ao descanso do cuidador informal

Implementar medidas de apoio ao descanso do cuidador informal e outros mecanismos de suporte tais como a criação de uma bolsa de cuidadores formais para prestação de serviços no âmbito do reforço do apoio ao Programa "Cascais Cuida".

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF Alc	Descanso do Cuidador
CSF CP	Apoio Psicológico Individual para Cuidadores Informais



Desafios:

- O que já se faz e contribui para esta medida?
- Construção e aplicação de **instrumento comum de medição** de satisfação



Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.11 Valorização e aumento do reconhecimento social da profissão de cuidador/a

Valorizar e aumentar o reconhecimento social da profissão de cuidador/a formal, nomeadamente através da qualificação (formação), de ações de advocacy e outras medidas que estimulem a captação de trabalhadores para esta área.

Reflexão

- Necessidade de flexibilizar o SAD
- Necessário criar respostas conjuntas (social + saúde)
- É difícil chegar aos cuidadores : não se revêm nos apoios existentes; sentimentos de culpa; barreiras
- Que respostas são necessárias, independentemente das que já existem? Como ir ao encontro das necessidades das pessoas?
- Caracterizar os cuidadores existentes (Estudo) e identifica-los/as.
- Fazer um balanço do Cascais Cuida e qual a sua relação com a área da saúde.
- Sensibilizar para o papel de cuidar nas gerações mais jovens

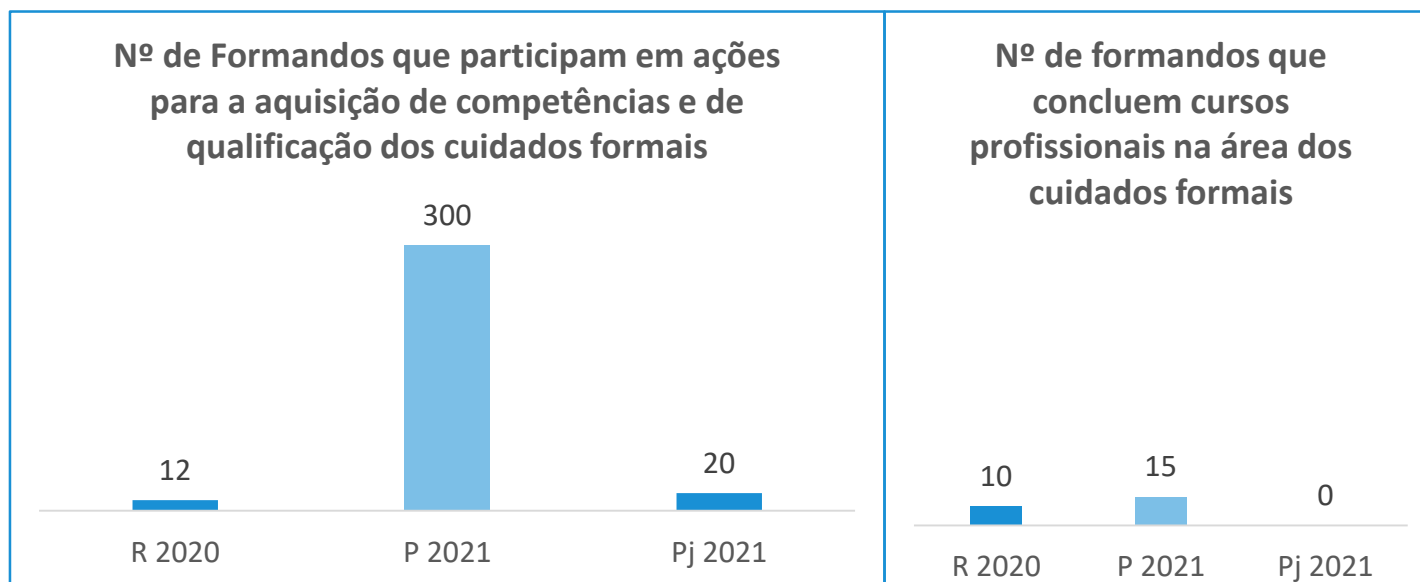


Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

1.11 Valorização e aumento do reconhecimento social da profissão de cuidador/a

Valorizar e aumentar o reconhecimento social da profissão de cuidador/a formal, nomeadamente através da qualificação (formação), de ações de advocacy e outras medidas que estimulem a captação de trabalhadores para esta área.

Rede de Parceria	Iniciativas
GEMTE	Formação em Geriatria
PEM	Projeto Formativo destinado a Ajudantes de Ação Direta (AAD)
	Espaços de Partilha de boas práticas



Desafios:

- Como se valoriza a profissão (formação, condições de trabalho, ações de advocacy...)?
- Que problemas/entraves se colocam? Porque é difícil conseguir candidatas/os? O que precisa de mudar?



Envelhecimento,
dependência e
incapacidades

Desafios:

- Iniciativas a desenvolver pelas Redes ou por organizações “isoladas”?
- Atualizar Carta Social – necessidades atuais
- Que relação entre medida 1.13 e 1.16?
- Medida 1.16 – como acautelar que os idosos com baixos recursos têm acesso?

Sem iniciativas!

1.12 Criação de EAD's (Saúde Mental) e **reforço das respostas de SAD**

Criar Equipas de Apoio Domiciliário na área da Saúde Mental e reforço das respostas Serviço de Apoio Domiciliário

1.13 Aumento das **respostas residenciais para pessoas com demência**

Criar uma nova resposta residencial para pessoas com demência (lar)

1.15 Alargamento e reforço dos **cuidados continuados integrados**

Alargar a RNCC, nomeadamente através do aumento da capacidade das equipas de cuidados continuados integrados (ECCI) quer em termos do nº de equipas; do número e diversidade de competências dos profissionais afetos; do número de camas e do ajustamento das condições de acesso a esta resposta.

1.16 Alargamento e qualificação das **respostas residenciais para idosos (ERPI)**

Aumentar a capacidade da resposta e qualificar as Estruturas Residencial para Idosos (ERPI), garantindo o acesso de idosos com baixos recursos financeiros. Criar novos equipamentos (ERPI), qualificar os existentes e aumentar os acordos de cooperação para esta resposta.



Pobreza e
Vulnerabilidade
Social

Sem iniciativas!

2.4 Promoção de medidas dirigidas a **idosos em situação de pobreza**, incluindo idosos imigrantes

Desenvolver uma ação focada nas pessoas com mais de 65 anos a viver em situação de pobreza com o propósito de colmatar o deficit do seu rendimento. Na identificação das pessoas a serem abrangidas por estas medidas deverá ser dado especial atenção à sua nacionalidade e à sua localização geográfica.

Métrica:

- Nº de pessoas idosas beneficiárias de apoios, por nacionalidade e freguesia

Desafios:

- Identificar o que já se faz e concorre para a medida



Garantir
Direitos

3.17 Promoção de medidas que assegurem os **direitos** das pessoas idosas e/ou com dependência

Assumir os direitos das pessoas idosas e/ou com dependência como o referencial orientador da ação, explicitando os direitos que estão a ser contemplados na ação implementada. Aumentar a consciência para os direitos que estão a ser contemplados e para os direitos que possam estar a ser negligenciados. Assegurar a equidade no acesso aos recursos e às respostas sociais.

Rede de Parceria	Iniciativas
CSF CE	Observatório do Idoso

Métricas:

- Nº de iniciativas que são objeto de avaliação pelos utentes relativamente à garantia dos seus direitos
- Grau de satisfação dos idosos pelo respeito para com os seus direitos

Sem alvos

Desafios:

- O que já se faz e contribui para esta medida?
- Construção e aplicação de **instrumento comum de medição** de satisfação



Participação e
Cidadania

3.18 Criação de oportunidades de **participação** das pessoas com mais de 65 anos na comunidade

Desenvolver dinâmicas e iniciativas que promovam a participação de cidadãos com mais de 65 anos, nomeadamente através da dinamização de fóruns de discussão sobre as políticas locais; da promoção da sua participação nas organizações; da promoção do voluntariado sénior; assegurando que os mecanismos já existentes de participação cívica e política integrem este grupo etário, garantindo assim a representação da diversidade populacional; etc.

Rede de Parceria	Iniciativas
PCCES	Sê-lo em Comunidade

Métricas:

- Nº de pessoas com mais de 65 anos que participam em fora locais
- Nº de pessoas com mais de 65 anos que exercem voluntariado ou participam em ações cívicas ou políticas

Sem alvos

Desafios:

- O que já se faz e contribui para esta medida?
- O que se pode fazer de novo?



Participação e
Cidadania

3.18 Criação de oportunidades de **participação** das pessoas com mais de 65 anos na comunidade

Desenvolver dinâmicas e iniciativas que promovam a participação de cidadãos com mais de 65 anos, nomeadamente através da dinamização de fóruns de discussão sobre as políticas locais; da promoção da sua participação nas organizações; da promoção do voluntariado sénior; assegurando que os mecanismos já existentes de participação cívica e política integrem este grupo etário, garantindo assim a representação da diversidade populacional; etc.

Reflexão

- Importante auscultar o que pretendem os seniores – onde e em quê querem participar
- Faltam respostas adequadas a idosos com níveis de instrução mais elevados
- Combate ao Idadismo e às “caixinhas”
- Participação dos idosos em atividades culturais e desportivas
- Inserir idosos nas estruturas de governança e na Rede Social
- Abertura para a flexibilização das respostas e repensar o seu financiamento
- Os conceitos usados podem condicionar a abrangência das respostas/soluções
- Promover o contacto entre pessoas de idades diferentes

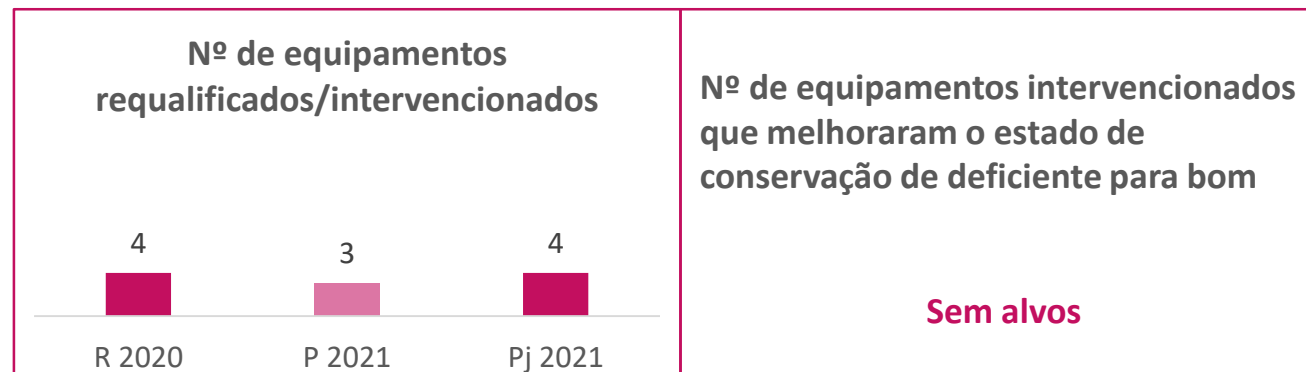


Cobertura
Territorial de
Respostas
Sociais

Medida 4.9 Qualificação das **condições de operacionalidade** dos equipamentos e reabilitar os que apresentam problemas de **conservação e adequação**

Efetuar intervenções de melhoria do estado de conservação dos equipamentos sociais e de qualificação das suas condições de operacionalidade, nomeadamente ao nível do conforto, acessibilidades da segurança e da sustentabilidade ambiental.

Rede de Parceria	Iniciativas
PCA	Que Casas de Acolhimento temos, que Casas de Acolhimento queremos
PCM	Projetos de qualificação das creches Crescer Melhor



Desafios:

- Incluir iniciativas dirigidas aos equipamentos de respostas para idosos
- Cruzar com medida 1.16 - Alargamento e qualificação das **respostas residenciais para idosos** (ERPI)



Cobertura
Territorial de
Respostas
Sociais

Sem iniciativas!

Medida 4.12 **Combate à assimetria** de respostas sociais para idosos entre o Norte e Sul da A5

Melhorar a cobertura territorial da oferta de Academias Sénior (nomeadamente em São Domingos de Rana no eixo Tires/Abóboda e no eixo central da freguesia de Alcabideche); dos Centros de Convívio e dos Centros de Dia (criando novas respostas nos espaços intersticiais a descoberto) e de ERPI, designadamente fora do principal sistema urbano localizado entre Cascais Estoril e Carcavelos Parede (com relevância acrescida para o setor norte de São Domingos de Rana).

Métrica:

- Nº lugares criados por localidade geográfica e por tipo (Academia Sénior/ Centro de convívio e Espaço Sénior/ Centro de dia / ERPI)

Sem alvos

Desafios:

- Atualizar Carta Social – necessidades atuais para cada uma das respostas



Cobertura
Territorial de
Respostas
Sociais

Sem iniciativas!

Medida 4.13 Alargamento da **proteção de idosos** pelas forças de segurança e proteção civil

Reforçar o papel das forças de segurança (PSP, GNR e Polícia Municipal) e da Proteção Civil na proteção dos idosos e fortalecer a sua articulação com os serviços sociais, de forma sistemática e em todo o território concelhio.

Métricas:

- Nº de idosos abrangidos, por freguesia
- % de idosos que concorda totalmente e concorda com “sinto-me em segurança”

Sem alvos

Desafios:

- Cruzar com medida 1.8: Combate ao isolamento e solidão dos idosos
- Prevê aplicação de **instrumento** para medir sentimento de segurança



Habitação

Sem iniciativas!

4.5 Criação de soluções habitacionais **alternativas** para idosos

Criar respostas residenciais inovadoras, alternativas aos lares, dirigidas a idosos, assentes em práticas inclusivas e não estigmatizantes (ex. coabitação, intergeracionalidade, etc.)

Métricas:

- Nº de pessoas abrangidas por resposta criada

Sem alvos

Desafios:

- Promover a partilha de boas-práticas; projetos piloto; benchmarking



**Criação de grupo
de trabalho inter-
redes?**

Medidas que carecem de instrumentos comuns de avaliação

- ✓ Medida 1.6 Promoção de **respostas flexíveis** para o envelhecimento ativo e saudável acautelando a **diversidade de perfis**
- ✓ Medida 1.8. Combate ao **isolamento** e **solidão** dos idosos
- ✓ Medida 1.9 **Reconfiguração/Flexibilização** de respostas sociais dirigidas a pessoas em situação de dependência no domicílio e respostas institucionais de dia
- ✓ Medida 1.10 Implementação de medidas de apoio ao descanso do **cuidador informal**
- ✓ Medida 3.17 Promoção de medidas que assegurem os **direitos** das pessoas idosas e/ou com dependência
- ✓ Medida 4.13 Alargamento da **proteção de idosos** pelas forças de segurança e proteção civil