

**Mecanismo de Protecção dos Idosos
e Plano Decenal de Acção para os Serviços
de Apoio a Idosos 2016 – 2025
da Região Administrativa Especial de Macau**

**Promover sentimentos
de segurança e de pertença,
valorizando os idosos.**

**Governo da Região Administrativa Especial de Macau
Abril de 2016**

Índice

PREFÁCIO.....	1
----------------------	----------

CAPÍTULO 1:

MECANISMO DE PROTECÇÃO DOS IDOSOS DA RAEM.....	3
---	----------

1.1 ANTECEDENTES DA FORMULAÇÃO DO MECANISMO.....	3
1.2 OBJECTIVO DO MECANISMO.....	4
1.3 DESTINATÁRIOS.....	4
1.4 ESTRUTURA DO MECANISMO.....	4
1.5 CONCEITOS E PRINCÍPIOS.....	5

CAPÍTULO 2: ENQUADRAMENTO DA POLÍTICA DO MECANISMO DE PROTECÇÃO DOS IDOSOS DA RAEM.....

2.1 ESTRUTURA DO ENQUADRAMENTO DA POLÍTICA.....	6
2.2 OBJECTIVOS DOS DIVERSOS ÂMBITOS.....	6

CAPÍTULO 3: PLANO DECENAL DE ACÇÃO PARA OS SERVIÇOS DE APOIO A IDOSOS 2016-2025.....

3.1 DURAÇÃO DO PLANO.....	8
3.2 ÂMBITO DOS SERVIÇOS MÉDICOS E DE ASSISTÊNCIA SOCIAL.....	8
3.2.1 <i>Prevenção das doenças e acções de sensibilização.....</i>	<i>8</i>
3.2.2 <i>Tratamento médico.....</i>	<i>14</i>
3.2.3 <i>Reabilitação e cuidados de longo prazo.....</i>	<i>18</i>
3.3 ÂMBITO DA GARANTIA DOS DIREITOS.....	26
3.3.1 <i>Garantia jurídica.....</i>	<i>26</i>
3.3.2 <i>Garantia da segurança económica.....</i>	<i>28</i>
3.3.3 <i>Ambiente social.....</i>	<i>32</i>



3.4	ÂMBITO DA PARTICIPAÇÃO SOCIAL.....	35
3.4.1	<i>Educação continuada.....</i>	35
3.4.2	<i>Trabalho voluntário.....</i>	38
3.4.3	<i>Capital social.....</i>	39
3.4.4	<i>Divulgação de informações.....</i>	42
3.4.5	<i>Recreio, lazer e desporto.....</i>	46
3.4.6	<i>Participação cívica.....</i>	48
3.5	ÂMBITO DO AMBIENTE DE VIDA.....	49
3.5.1	<i>Transportes e deslocações.....</i>	49
3.5.2	<i>Construção e habitação.....</i>	56
3.6	TEMAS PARA ACOMPANHAR MAIS PROFUNDAMENTE....	60

CAPÍTULO 4: COLABORAÇÃO, IMPLEMENTAÇÃO E AVALIAÇÃO.....61

4.1	SISTEMA DE PLANEAMENTO GERAL, COORDENAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO.....	61
4.1.1	<i>Chefe do Executivo.....</i>	61
4.1.2	<i>Grupo Director Interdepartamental do Mecanismo de Protecção dos Idosos.....</i>	61
4.1.3	<i>Grupo Executivo Interdepartamental.....</i>	62
4.1.4	<i>Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior.....</i>	62
4.2	MECANISMO DE MONITORAÇÃO, AVALIAÇÃO E REVISÃO.....	62
4.2.1	<i>Sistema de avaliação.....</i>	62
4.2.2	<i>Estrutura e operação.....</i>	63
4.3	PARTICIPAÇÃO DA POPULAÇÃO.....	64



Prefácio

De acordo com as projecções da população de Macau, o segmento populacional de 65 anos de idade atingirá 20,7% da população de Macau em 2036, contra os 8,4% em 2014, o que corresponderá a um idoso em cada cinco habitantes. Assim, nos próximos 20 anos, Macau irá enfrentar um rápido processo de envelhecimento demográfico.

Neste contexto, o Governo da RAEM criou, em finais de 2012, o Grupo Interdepartamental de Estudo do Mecanismo de Protecção dos Idosos de Macau, adiante designado por Grupo Interdepartamental de Estudo, constituído por 13 serviços públicos, destinado a proceder a um estudo integral sobre o estabelecimento de um mecanismo sistemático de protecção dos idosos e a apresentar sugestões e medidas concretas nessa matéria, com o objectivo de dar uma resposta global às oportunidades e aos desafios decorrentes do envelhecimento populacional. Assim, tendo em conta a experiência na comunidade internacional em matéria da implementação das políticas para fazer face ao envelhecimento demográfico e ainda a avaliação global efectuada sobre a realidade da sociedade de Macau, o Grupo Interdepartamental de Estudo elaborou, em Julho de 2015, o “Enquadramento da Política do Mecanismo de Protecção dos Idosos e Plano de Acção para o Desenvolvimento dos Serviços de Apoio a Idosos nos Próximos Dez Anos (2016-2025) da Região Administrativa Especial de Macau (Minuta)” e realizou o respectivo trabalho associado à consulta pública. Posteriormente, de acordo com as opiniões da população, o Governo da RAEM procedeu ao melhoramento e optimização do conteúdo do referido enquadramento e plano de acção e, com base nisso, elaborou o presente documento de política.

No presente documento, está expressamente definido o enquadramento da política como orientação para a definição da política relativa ao desenvolvimento dos serviços de protecção dos idosos, o qual assenta em quatro pilares, a saber: “serviços médicos e de assistência social”, “garantia dos direitos”, “participação social” e “ambiente de vida”, que, por seu turno, compreendem 14 subcategorias. O referido documento apresenta ainda o primeiro plano decanal de acção para os serviços de apoio a idosos, do qual constam mais de 400 projectos e medidas referentes aos anos de 2016 a 2025, relacionados intimamente com a vida quotidiana da população sénior.



O Governo da RAEM espera, através do estabelecimento do “Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM”, reforçar o conhecimento e a atenção da população quanto ao envelhecimento demográfico, bem como, conjugar esforços dos indivíduos, da família, da comunidade, da Administração e da própria sociedade, entre outros, no sentido de fazer face às necessidades decorrentes do envelhecimento populacional, em prol da criação de uma sociedade inclusiva que “promova sentimentos de segurança, de pertença e de valorização dos idosos”. De facto, construir, na RAEM, uma sociedade para todas as idades, é o desejo comum a todos nós. Como tal, o Governo da RAEM apela à população local para que esta colabore no sentido de, com antecedência, se preparar bem para a sua velhice, bem como, de assumir a responsabilidade de prestar cuidados aos membros séniores da família e de desenvolver o espírito de entreajuda entre vizinhos. O Governo da RAEM irá continuar a otimizar e desenvolver diversos serviços de apoio a idosos por forma a que estes possam permanecer no meio sócio-familiar que lhes é habitual, quando as circunstâncias assim o permitam, alcançando desta forma o objectivo da valorização da população sénior, em prol do envelhecimento activo.

Secretário para os Assuntos Sociais e Cultura

Alexis Tam Chon Weng

Nota: Por razões de protecção ambiental, o IAS disponibiliza ao público em pequenas quantidades o documento sobre o enquadramento da política e o plano de acção numa versão em papel e os interessados podem contactar a Divisão de Serviços para Idosos do IAS, através do telefone 83997705 para a sua obtenção, encontrando-se o referido documento também disponível na página electrónica do IAS (www.ias.gov.mo) e no portal informativo sobre os serviços de apoio a idosos (www.ageing.ias.gov.mo).



Capítulo 1: Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM

1.1 Antecedentes da formulação do Mecanismo

O envelhecimento da população tornou-se mais acentuado com as alterações demográficas registadas ao longo do século XX. Tal como definido pelas Nações Unidas (ONU), o envelhecimento da população refere-se ao aumento da proporção dos idosos na população de um país.

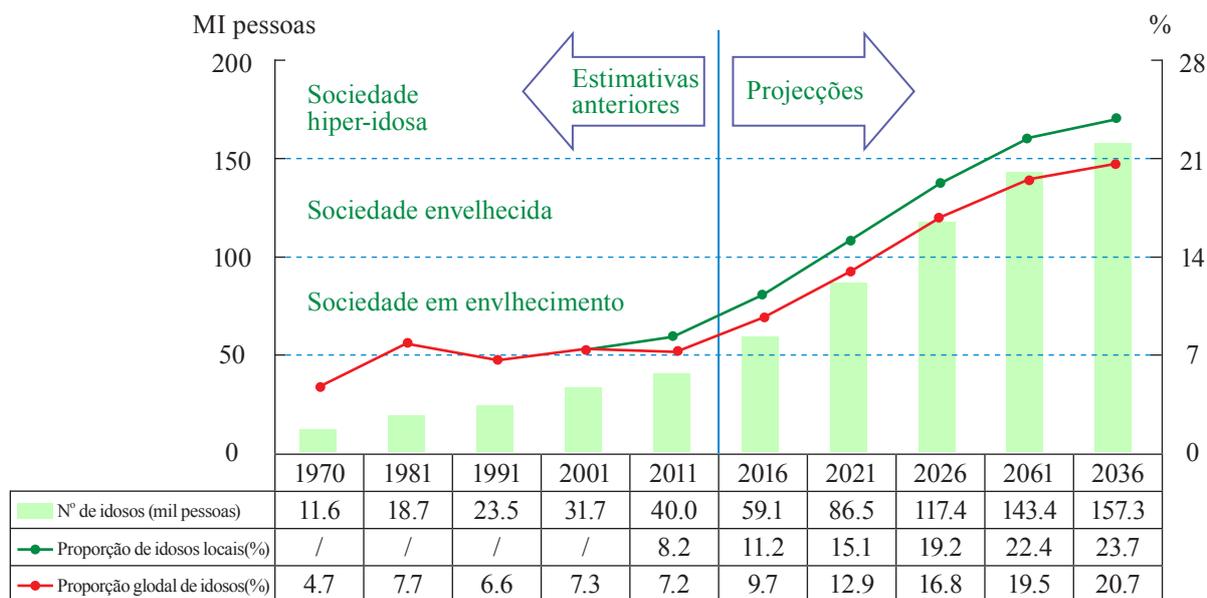
Segundo a ONU, considera-se uma sociedade em envelhecimento quando os maiores de 65 anos compõem 7% da população global. Quando a sua percentagem atinge 14% considera-se essa sociedade uma sociedade envelhecida e quando ultrapassa os 20% esta torna-se numa sociedade hiper-idosa.

Em finais de 2014, a população de Macau era de cerca de 636.200 pessoas, das quais 53.600 (8,4%) eram idosos, com idade igual ou superior a 65 anos. Segundo as mais recentes projecções demográficas, a população de Macau poderá atingir 759.900 pessoas em 2036, sendo 157.300 idosos, uma proporção de 20,7% (ver Gráfico 1). Assim, é altamente provável que a sociedade de Macau seja considerada hiper-idosa.

Nesta conformidade, o Governo da RAEM, através do Grupo Interdepartamental de Estudo do Mecanismo de Protecção dos Idosos de Macau, definiu o Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM e o Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos 2016-2025 contendo medidas concretas, no sentido de fazer face às oportunidades e desafios que o envelhecimento demográfico representa para a sociedade de Macau, em prol do bem-estar da população.



Gráfico 1. Evolução e projecções do envelhecimento da população



Fonte: “Tendências e Desafios do Envelhecimento da População”, publicada pela Direcção dos Serviços de Estatística e Censos

1.2 Objectivo do Mecanismo

O Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM tem como objectivo levar a cabo o programa das políticas de “prestação de cuidados pela família e manutenção dos idosos no domicílio; promoção da participação social e do envelhecimento activo”, procurando criar uma sociedade inclusiva que “promova sentimentos de segurança, de pertença e de valorização dos idosos” e assegurando, através da colaboração e partilha de responsabilidades entre indivíduos, famílias, comunidades, Governo e a sociedade em geral, que os idosos estejam totalmente protegidos e adequadamente apoiados em termos das suas necessidades biológicas, segurança física e mental, enquadramento social, dignidade pessoal e auto-realização.

1.3 Destinatários

Para efeitos do referido Mecanismo, entende-se por “idosos” os residentes de Macau com idade igual ou superior a 65 anos, sem prejuízo de uma definição especialmente adoptada por determinadas políticas ou projectos de serviços de acordo com as circunstâncias concretas.

1.4 Estrutura do Mecanismo

O Mecanismo é constituído por 4 elementos, nomeadamente, “Enquadramento da política”, “Plano de acção”, “Sistema de planeamento geral, coordenação e implementação” e “Mecanismo de monitoração, avaliação e revisão”.

Gráfico 2. Estrutura do Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM



1.5 Conceitos e princípios

O Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM observará os sete conceitos e princípios orientadores na planificação e implementação das diferentes políticas e planos de acção a elas associados:

1. Respeito e carinho para com os idosos:

Reconhecer e enaltecer a contribuição activa dos idosos para com as suas famílias e o desenvolvimento social no passado e no presente; defender e popularizar a noção de respeito pelos idosos; salvaguardar a sua independência, autonomia e possibilidade de levar uma vida digna;

2. Mainstreaming o envelhecimento:

Colocar em prática a noção de “Mainstreaming ageing” e integrar as questões relativas aos idosos no planeamento social geral e levar muito a sério e preocupar-se com as necessidades e opiniões dos idosos no decurso da administração de

políticas e, bem assim, com os impactos que neles têm as respectivas políticas e planos;

3. Partilhar das responsabilidades:

Colocar ênfase na cooperação entre indivíduos, família e comunidade, dando importância a valores fulcrais como a responsabilidade individual de cuidar dos mais velhos e o apoio familiar; alocar adequadamente os recursos públicos, no sentido de ajudar os residentes a prepararem-se para a sua vida de velhice, a apoiar as famílias a cuidar dos idosos em casa no sentido de lhes assegurar, tanto quanto possível, uma vida independente, bem como, a providenciar serviços de que necessitem os idosos com necessidades especiais, em particular, os mais fragilizados e idosos isolados ou casais de idosos, que carecem de apoio alheio;

4. Inclusão social:

Reforçar o contacto e comunicação entre as gerações, promover a ajuda mútua entre os idosos e os jovens, desenvolver uma relação prestável entre vizinhos e uma comunidade que cuida dos seus, criando um bom ambiente que permita aos idosos levar uma vida integrada na família e na sociedade;

5. Igualdade e justiça:

Assegurar que os idosos não sejam maltratados por questões de raça, nacionalidade, cor da pele, género, língua, antecedentes económicos, crenças religiosas, opções políticas ou ideológicas ou qualquer outra condição;

6. Bases em evidência:

No decurso da formulação e implementação de políticas, atribuir importância à utilização de estudos, investigações, consultas públicas e outras formas apropriadas de identificar, analisar e avaliar as opiniões e sugestões oferecidas pelas diversas partes interessadas, incluindo naturalmente os idosos; assegurar uma utilização efectiva dos recursos sociais e que a administração das diferentes políticas será capaz de dar resposta às necessidades práticas dos idosos e obter bons resultados;

7. Desenvolvimento sustentável:

Respeitar os princípios fundamentais da prudência financeira e manter as despesas dentro dos limites das receitas para garantir um desenvolvimento sustentável das políticas dos idosos e serviços afins, distribuindo equilibradamente os encargos entre as diferentes gerações e cuidando do seu bem-estar.



Capítulo 2: Enquadramento da política do mecanismo de protecção dos idosos da RAEM

2.1 Estrutura do enquadramento da política

O enquadramento da política é constituído por 4 âmbitos principais, a saber: “Serviços médicos e de assistência social”, “Garantia dos direitos”, “Participação social” e “Ambiente de vida”, que contemplam no total 14 sub-categorias, o qual servirá de guia orientador para coordenar o desenvolvimento futuro de serviços de apoio a idosos em Macau. Segue-se o quadro onde se descrevem os elementos constituintes do enquadramento da política:

Quadro 1. Quatro âmbitos principais e 14 sub-categorias do Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM

Âmbitos principais	Sub-categorias
Serviços médicos e de assistência social	Prevenção das doenças e acções de sensibilização
	Tratamento médico
	Reabilitação e cuidados de longo prazo
Garantia dos direitos	Garantia jurídica
	Garantia da segurança económica
	Ambiente social
Participação social	Educação continuada
	Trabalho voluntário
	Capital social
	Divulgação de informações
	Recreio, lazer e desporto
	Participação cívica
Ambiente de vida	Transportes e deslocações
	Construção e habitação

2.2 Objectivos dos diversos âmbitos

O enquadramento da política do mecanismo de protecção dos idosos da RAEM definiu os seguintes objectivos nos quatro âmbitos (“serviços médicos e de assistência social”, “garantia dos direitos”, “participação social” e “ambiente de vida”) para servirem de visão, a longo prazo, no desenvolvimento dos serviços de apoio a idosos.

1. Serviços médicos e de assistência social:

Ajudar os idosos a melhorarem a sua saúde física e mental, para poderem continuar a levar uma vida autónoma e independente. Para o efeito, há que lhes providenciar serviços adequados de prevenção, tratamento e reabilitação, com acção eficaz na prevenção das doenças e promoção, tratamento médico e reabilitação e cuidados de longo prazo, que permitam aos idosos levar uma vida saudável e uma 3ª idade agradável.

2. Garantia dos direitos:

Assegurar que os idosos tenham os mesmos direitos de outros grupos etários, sejam tratados em pé de igualdade e gozem do apoio e protecção necessários. Para o efeito, há que criar ambientes de vida justos e amigáveis para os idosos através de garantia jurídica, garantia de segurança económica e realização das perspectivas da população para que as suas necessidades básicas sejam satisfeitas e possam levar uma vida digna. Além disso, há que preparar atempadamente os mais novos para a sua vida de aposentados.

3. Participação social:

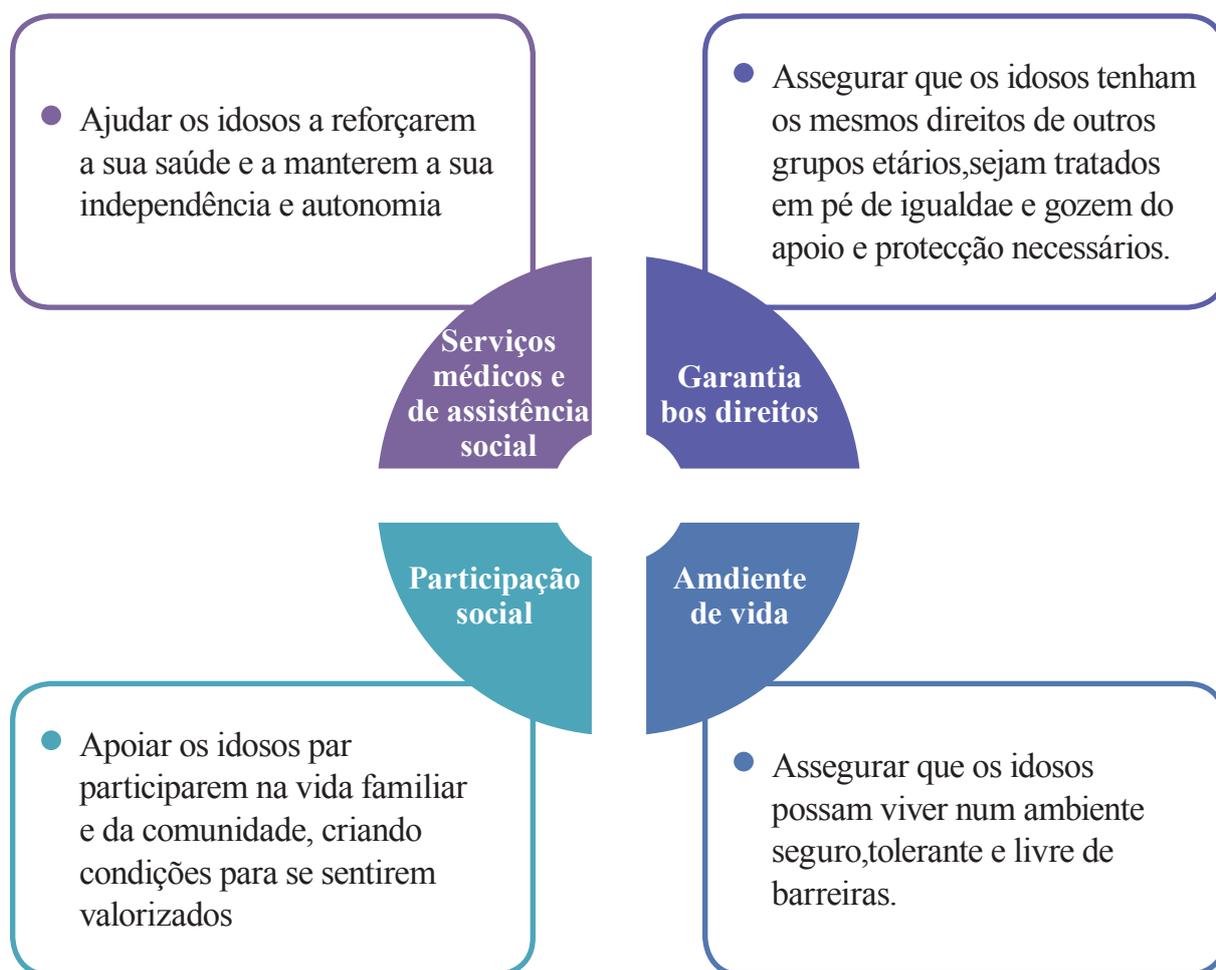
Apoiar os idosos para participarem na vida familiar e da comunidade, criando condições para se sentirem valorizados. Para o efeito, há que ajudar os idosos a manterem um estilo de vida activo, dando valor às suas contribuições sociais através de acções de educação continuada, trabalho voluntário, capital social, divulgação de informações, recreio, lazer e desporto e participação cívica.

4. Ambiente de vida:

Assegurar que os idosos possam viver num ambiente seguro, tolerante e livre de barreiras. Para o efeito, há que tornar mais convenientes as deslocações de idosos, através de iniciativas a nível de transportes e deslocações e construção e habitação para que eles possam interagir com os seus concidadãos em ambientes físicos e sociais seguros.



Gráfico 3. Objectivos dos quatro principais âmbitos do Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM



Capítulo 3: Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos 2016-2025

3.1 Duração do plano

O Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM é apoiado por um Plano Decenal (2016-2025) de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos, com vista a alcançar o objectivo definido para o enquadramento da política. O referido Plano de Acção irá ser desenvolvido através das medidas a ser realizadas em 3 fases, a saber: medidas de curto prazo (2016-2017), de médio prazo (2018-2020) e de longo prazo (2021-2025). Após o arranque oficial do Plano de Acção e consoante as situações concretas, ir-se-á iniciar de modo ordenado os trabalhos preparativos no sentido da implementação progressiva das medidas definidas para os três períodos atrás referidos.

3.2 Âmbito dos serviços médicos e de assistência social

3.2.1 Prevenção das doenças e acções de sensibilização

Objectivos: Ajudar os idosos a manterem e a melhorarem a sua condição de saúde; evitar ou reduzir, tanto quanto possível, os danos ou perdas de capacidade causados por doenças agudas e crónicas ou acidentes, tentando que estes problemas não afectem, de forma demasiado severa, a sua independência e autonomia de vida diária. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Reforçar a capacidade dos vários grupos etários (incluindo os idosos) de gerirem a sua saúde pessoal;
- Reduzir os factores de risco causadores de doenças e danos acidentais;
- Compreender as condições de saúde física e mental dos cidadãos.



Medidas vigentes/ de natureza continuada:

- Criação de “Posto de Atendimento e Informação sobre Desporto e Saúde” para facilitar aos cidadãos (incluindo os idosos) a participação em exercícios físicos, aprendizagem e conhecimento de diferentes modalidades desportivas, usufruir de serviços gratuitos de avaliação da condição física e obter aconselhamento profissional sobre prática desportiva e regime dietético saudável;
- Providenciar aos cidadãos (incluindo os idosos) aulas de recreação e manutenção sob a orientação do programa Desporto para Todos;
- Apoiar de forma consistente as instituições que prestam serviços aos idosos na organização, nas suas instalações, de palestras sobre temas de saúde variados que possam contribuir para melhorar a capacidade dos idosos de gerirem pessoalmente a sua saúde. A Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau oferece cursos de medicina tradicional chinesa, preservação da saúde e receitas de medicina tradicional, manutenção de saúde mental e massagem de manutenção;
- Criação do “Posto de Saúde para os Idosos da Taipa” para providenciar aos idosos da Taipa as medidas adequadas de cuidados médicos, incluindo consultas de aconselhamento psicológico, cuidados de enfermagem e serviços comunitários, exame geral de saúde (check-up), serviços de prevenção e tratamento de doenças comuns e crónicas, análises laboratoriais e exames complementares, serviços de consulta sobre medicamentos e de gestão de medicamentos, para além de palestras regulares, de base comunitária, sobre educação sanitária, destinadas à promoção da saúde dos idosos;
- Introdução nos Centros de Saúde de um ‘exame geral de enfermagem’ sobre a saúde física, mental, social e espiritual dos idosos e criar “Equipas de Cuidados de Saúde para os Idosos” para realizarem exames compreensivos às condições físicas e mentais dos idosos, e bem assim continuar a desenvolver de forma consistente os serviços de cuidados médicos para os idosos, melhorando a sua acessibilidade;



- Introdução nos Centros de Saúde de um “serviço de cuidados de saúde dos idosos” e de um “serviço de consulta sobre cuidados aos idosos” que aplique os programas de Controlo de Diabetes e de Hipertensão, com o objectivo de aumentar a sensibilização do público para estas doenças, sua prevenção e tratamento;
- Organização de “Cursos de Formação sobre Gestão Pessoal de Doenças Crónicas” e de “Programas de Formação para Chefes de Equipa de Gestão Pessoal de Doenças Crónicas” para ensinar, a idosos com doenças crónicas, técnicas de gerirem as suas afecções, a fim de minimizar a ocorrência de complicações;
- Com a Comissão de Prevenção e Controlo das Doenças Crónicas, e o enfoque publicitário na prevenção do cancro, das doenças cardiovasculares, diabetes e doenças respiratórias crónicas, enriquecer a base de dados e promover uma análise mais alargada sobre este tipo de doenças evitáveis, e bem assim melhorar a monitoração da sua prevalência e tendências de desenvolvimento;
- Com a tónica nas “Escolas Promotoras de Saúde” e “Edifícios Saudáveis”, a Comissão para a Cidade Saudável continuará a desenvolver os projectos “Cidade Saudável” e “Escolas Promotoras de Saúde”. Neste segundo caso, organizaram-se exames regulares de saúde a estudantes do ensino secundário, monitorou-se o peso de alunos do ensino primário e incentivou-se as escolas a criar um “snack-bar saudável” e a realizar uma “Festa da Fruta”. O objectivo é reduzir a incidência de doenças entre a população através de uma melhoria do ambiente a nível de edifícios, controlo do tabagismo e promoção de estilos de vida saudáveis;
- Criou-se no Centro Hospitalar Conde de São Januário o “Posto de Informações sobre Medicamentos” para facilitar o acesso do público à informação sobre medicamentos. Ao introduzir o nome do medicamento ou fazendo o scan das receitas médicas do Hospital, o utente pode aceder a informação sobre a composição do medicamento, a sua posologia e dose recomendada, indicações, possíveis efeitos secundários, formas de o administrar e como o guardar, além de outras



recomendações importantes. O Serviço de consulta sobre medicamentos está disponível na “Sala de Consulta sobre Farmácias e Medicamentos de Consulta Externa Especializada” para os utentes poderem obter informação correcta sobre aplicações do medicamento, como o guardar, interacção com outros medicamentos e com os alimentos, e como lidar com reacções adversas. O objectivo é melhorar os conhecimentos dos cidadãos (incluindo os idosos) sobre a utilização correcta e segura de medicamentos;

- Providenciar aos idosos vacinação gratuita contra a gripe e pneumococos, aumentar a taxa de vacinação dos idosos contra as doenças epidémicas, melhorar a sua resistência física e minimizar as possibilidades de contraírem doenças;
- Criar a função de Oficial de Prevenção de Epidemias nas instituições que oferecem serviços de cuidados de longo prazo, a fim de melhorar o seu trabalho interno na prevenção de doenças e no controlo infeccioso dos idosos;
- Aprofundar os conhecimentos da população sobre a demência através da educação e campanhas de publicidade;
- Melhorar os serviços dedicados às pessoas com demência e aprofundar os conhecimentos da população sobre esta doença, subsidiando iniciativas das ONGs; aperfeiçoar os conhecimentos e aptidões dos que cuidam das pessoas que sofrem de demência e bem assim dos técnicos de serviço social das instituições que prestam serviços a este tipo de doentes;
- Realizar estudos para compreender melhor as condições de saúde dos idosos que vivem na comunidade e dos que utilizam os serviços de cuidados de longo prazo;
- Continuar a ministrar o “Curso de Certificado em Segurança e Saúde Ocupacional” a pessoas de todas as idades, (incluindo os idosos) para aperfeiçoar a sua capacidade de gestão da segurança e da saúde no local de trabalho, e bem assim reforçar a sua consciência sobre segurança e saúde ocupacional, prevenção de acidentes e trabalho e de doenças ocupacionais;



- Providenciar a pessoas de todas as idades, (incluindo os idosos) informação sobre segurança e saúde ocupacional e orientações de segurança do trabalho através de suportes variados de publicidade;
- Manter as inspeções de segurança e saúde ocupacional nos diversos tipos de locais de trabalho e monitorar o seu cumprimento das normas de segurança e saúde ocupacional estipuladas na legislação em vigor;
- Realizar avaliações periódicas (por ex. Avaliação da Condição Física dos Residentes de Macau) e análise de dados (por ex. Estatísticas da Saúde) para avaliar o estado de saúde física e mental dos idosos. Os resultados podem ser utilizados para ajustamentos em tempo útil das políticas relacionadas com a saúde dos idosos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Introduzir serviços adicionais, consultas de saúde e testes de condição física, nos “Postos de Atendimento e Informação sobre Desporto e Saúde”, a fim de melhorar o entendimento dos idosos sobre a sua própria condição de saúde;
- Introduzir “Postos de Atendimento e Informação sobre Desporto e Saúde” nas unidades que prestam serviços aos idosos para facilitar as suas consultas de saúde e testes de condição física;
- Encorajar os idosos a desenvolver o bom hábito de praticar exercícios físicos através de campanhas de publicidade e acções promocionais. Expandir o âmbito do programa “ginástica de idosos para preservação de saúde”, integrado nas “Séries de Ginástica de Manutenção para Macau”, que foi concebido para promover a saúde física e mental da população idosa de Macau (maiores de 60 anos). Organizar aulas de recreação e manutenção ao abrigo do programa Desporto para Todos para encorajar os idosos a praticarem regularmente exercícios físicos de baixa intensidade para manter a flexibilidade das articulações;





- Facilitar mais cursos de formação sobre cuidados de saúde para idosos, utilizando por exemplo os cursos de temática de saúde organizados pela Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau e unidades que prestam serviços a idosos, além de proporcionar aos idosos consultas de saúde e conselhos de segurança sobre as drogas, nutrição, saúde mental e fisioterapia;
- Intensificar as acções de promoção sobre a vida saudável e a prevenção da doença, conselhos sobre dieta equilibrada, exercícios físicos e profilaxias adequadas através de uma variedade de canais, incluindo palestras e workshops organizadas pela Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau, escolas e unidades de serviço social;
- Introduzir “Cursos de Formação sobre Gestão Pessoal de Doenças Crónicas” e de “Programas de Formação para Chefes de Equipa de Gestão Pessoal de Doenças Crónicas” nas unidades que prestam serviços aos idosos para melhorar a capacidade dos seus utentes de cuidar da sua própria saúde;
- Recomendar doentes a participarem em programas de planificação de alta hospitalar, após terem sido avaliados pelos médicos ou enfermeiros dos Centros de Saúde ou de ONG subsidiadas, para depois poderem receber apoio domiciliário. Aperfeiçoar os conhecimentos dos idosos e dos que tratam deles sobre os diferentes tipos de medicamentos, para garantir uma maior segurança na sua utilização;
- Iniciar planos de trabalho orientados para os idosos baseados nas conclusões sobre a condição física de idosos, a partir da “Avaliação da Condição Física da População de Macau 2015”;
- Reforçar as inspecções aos locais de trabalho, monitorar a segurança dos edifícios e dos ambientes de trabalho para minimizar as probabilidades de acidentes de trabalho entre os idosos empregados e bem assim a ocorrência de doenças ocupacionais;

- Realizar estudos sobre o design de palestras e materiais promocionais sobre segurança e saúde ocupacional direccionados para os idosos empregados, aumentar o âmbito e a profundidade das actividades promocionais sobre segurança e saúde ocupacional para idosos, prestar apoio e incentivar os empregadores a criar ambientes de trabalho saudáveis e seguros para os seus trabalhadores idosos.

► **A médio prazo**

- Iniciar a monitoração de doenças crónicas e criar uma base de dados (incluindo dados dos idosos) sobre a incidência de doenças crónicas em Macau, sua taxa de prevalência e etiologia. Continuar a coligir todo o tipo de dados relevantes e a aperfeiçoar a base de dados, analisar e monitorizar os óbitos causados por doenças crónicas não transmissíveis, e determinar os principais factores de risco. Todos estes dados servirão de base para a formulação das políticas relevantes;
- Ajudar unidades que prestam serviços aos idosos a organizar actividades promocionais e educacionais conjuntas sobre a gestão pessoal da saúde e popularizar a informação relacionada entre o público em geral;
- Rever a eficácia da participação dos idosos em actividades recreativas e desportivas para obter uma base sólida para a concepção de futuras actividades recreativas e desportivas mais diversificadas e adequadas. O objectivo é proporcionar aos idosos oportunidades de se exercitarem fisicamente de forma regular, o que é um estilo de vida saudável;
- Lançar publicações sobre “Avaliação da Condição Física da População de Macau 2015” e carregar o seu conteúdo em páginas electrónicas relevantes. Para além da organização dos dados coligidos sobre a condição de saúde dos cidadãos, também há que os sensibilizar para a manutenção da sua própria condição física e saúde pessoal;
- Realizar a “Avaliação da Condição Física da População de



Macau 2020” para ficar a conhecer melhor a condição geral de saúde dos cidadãos;

- Realizar inquéritos ao domicílio, com base em amostragem de idosos que vivam em habitação social, para avaliar as suas condições sociais, económicas e de saúde;
- Iniciar campanhas de educação e publicidade sobre segurança e saúde ocupacional para pessoas que cuidam de idosos numa base domiciliária, providenciando-lhes formação sobre segurança e saúde ocupacional, para melhorar os seus conhecimentos e capacidade de cuidarem dos idosos;
- Analisar os dados sobre acidentes de trabalho entre todos os grupos etários em Macau para identificar as profissões de maior risco. Dar prioridade à compilação de orientações de trabalho para estas profissões mais afectadas pela sinistralidade para garantir uma maior segurança para os seus trabalhadores;
- Realizar estudos conducentes a ambientes de trabalho mais amigáveis para os idosos, com base nos dados coligidos sobre idosos que sofreram acidentes de trabalho e doenças ocupacionais. Formular orientações sobre ambientes de trabalho que façam cumprir os preceitos de segurança e saúde ocupacional para profissões que empreguem sobretudo idosos (por ex. gestão de propriedades) para minimizar as probabilidades de acidentes de trabalho;
- Compilar e analisar dados e informações sobre idosos que sofram de doenças ocupacionais ou tenham sido vítimas de acidentes de trabalho, com vista a actualizar o conteúdo das campanhas de educação e publicidade direccionadas para os idosos empregados, mantendo-os assim a par das condições sociais vigentes, mediante ajustamentos em tempo útil.

► **A longo prazo**

- Criar um mecanismo de informação para monitorar as doenças crónicas, facilitar a tomada de decisões, a promoção e as

avaliações associadas com os cuidados médicos e de saúde e bem assim contribuir para o avanço dos serviços médicos;

- Criar um “Projecto de Vida Saudável para os Idosos de Macau” e iniciar actividades de projecto e séries de planos para promover a vida saudável dos idosos através de colaboração interdepartamental;
- Criar sistemas e bases de dados eficazes que alertem o público para os factores comportamentais de risco nas doenças crónicas e doenças transmissíveis, e bem assim para os seus sintomas precoces. Aplicar novas medidas preventivas ou reforçar as existentes para minimizar a morte prematura dos cidadãos e aumentar a sua qualidade de vida, o que a longo prazo irá reduzir os encargos públicos com a saúde;
- Iniciar planos de trabalho orientados para os idosos baseados nas conclusões sobre a condição física de idosos, a partir da “Avaliação da Condição Física da População de Macau 2020”;
- Lançar publicações sobre “Avaliação da Condição Física da População de Macau 2020” e carregar o seu conteúdo em páginas electrónicas relevantes. Para além da organização dos dados coligidos sobre a condição de saúde dos cidadãos, também há que os sensibilizar para a manutenção da sua própria condição física e saúde pessoal;
- Coligir e analisar os dados sobre os idosos que sofrem de doenças ocupacionais e de acidentes de trabalho, os quais poderão ser utilizados como referência no planeamento e revisão crítica das políticas relacionadas com a segurança e saúde ocupacional direccionadas para os idosos empregados. Realizar actualizações atempadas da legislação e regulamentação relevante, a fim de minimizar as probabilidades de doenças ocupacionais e de acidentes de trabalho para os idosos que pretenderem continuar no mercado de trabalho.

3.2.2 Tratamento médico

Objectivos: Apoiar tanto quanto possível os idosos no controlo de danos e



perdas de capacidade por doença. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Assegurar que os idosos tenham acesso adequado a exame e tratamento médico em todo o tipo de situações;
- Melhorar os padrões de serviço médico aos idosos;
- Procurar um equilíbrio entre a prestação de serviços de saúde públicos e privados, tentando melhorar e desenvolver a medicina familiar, no quadro dos serviços de saúde prestados numa base comunitária.

Medidas vigentes/ de natureza continuada:

- Os centros de saúde implementaram, em Abril de 2015, o Plano experimental dos serviços de cuidados de saúde para os idosos e a equipa profissional, composta por enfermeiros-especialistas, médicos, farmacêuticos, psicoterapeutas, assistentes sociais médicos, oferece serviços como exame físico (checkup), consultas e análise geral para os idosos, assegura o acompanhamento e encaminhamento para os sectores de serviços médicos relacionados se necessário;
- Desenvolvimento progressivo de tratamento integrado criando consulta externa de geriatria, consulta externa para perda de memória dos idosos, zonas exclusivas para idosos internados, Unidade Associada de Cuidados Continuados e Grupo de Trabalho Interdepartamental em Geriatria;
- Na concepção das plantas das novas habitações públicas a planificar, mediante coordenação interdepartamental, reservar espaço para a prestação de serviços médicos correspondentes às necessidades, e ampliar o grau de cobertura de cuidados primários de saúde nas áreas de habitação pública para beneficiar os idosos aí residentes;
- Providenciar um serviço de cuidados domiciliários às pessoas necessitadas, incluindo os idosos, através da colaboração com



instituições não-lucrativas que prestem cuidados médicos, sujeitas a aprovação dos Serviços de Saúde;

- Implementação no Centro Hospitalar Conde de São Januário um “Esquema de Consulta Prioritária para Idosos” e cuidar para que os idosos mais necessitados possam ser atendidos tendo em atenção o seu estado de saúde, mas sempre numa base prioritária;
- Introdução de serviços amigos do utilizador idoso nos Centros de Saúde, incluindo máquina de senhas para inscrição, balcão de atendimento exclusivo para esclarecer os idosos sobre questões de medicação, prioridade na inscrição e levantamento de medicamentos, optimização do fluxo de consultas e redução dos tempos de espera, com filas organizadas. Além disso, cada médico nos Centros de Saúde deve realizar uma sessão adicional de consulta externa para idosos e os enfermeiros devem educá-los sobre questões de saúde através de prelecções;
- Colaboração com as ONGs para providenciar autocarros de reabilitação e serviço de transladação médica para pessoas com problemas de mobilidade se deslocarem entre as suas casas e o hospital ou Centro de Saúde ou durante o dia;
- Lançado a aplicação móvel da “Plataforma de Dados da Saúde de Macau” e criada a “Linha Aberta de Inquérito sobre o Tempo de Espera para a Consulta” para facilitar aos doentes, incluindo os idosos, o acesso imediato a informação sobre o número de doentes na lista de espera das diferentes instituições médicas registadas na rede. Os doentes poderão assim escolher a melhor altura para aceder à consulta das instituições médicas preferidas, reduzindo os tempos de espera para a consulta;
- Criado o regime de serviço médico no exterior para suplementar situações em que os recursos médicos locais não são suficientes para as necessidades dos doentes. As despesas médicas dos doentes sob este regime são pagas integralmente pelo governo da RAEM, que também providencia transporte adequado e subsídios de refeição;





- Contratação de serviços médicos providenciados pelas ONGs, alargar o horário das consultas regulares (sem urgência), introduzir serviços de consulta externa nocturna e providenciar aos idosos um maior número de opções de cuidados médicos, em termos de cuidados primários de saúde, para estes poderem ter acesso ao tratamento necessário no bairro em que residem;
- Instituir um mecanismo de “porta giratória” entre os hospitais públicos e privados para permitir que os doentes idosos com doenças não-urgentes recebam tratamento preliminar de unidades médicas ou de cuidados primários de saúde; só em casos de recaída ou agravamento seriam recomendados por médicos de base comunitária para tratamento especializado em hospitais. Tal sistema facilitaria uma utilização mais adequada e eficiente dos recursos médicos, ao mesmo tempo que reduziria as assimetrias em termos de recursos e distribuição de doentes;
- Reforçar a colaboração entre os sectores médicos públicos e privados e maximizar as funções dos recursos médicos comunitários através da elevação geral dos padrões de serviços médicos. Continuar a implementar o Programa de Participação nos Cuidados de Saúde, para subsidiar as despesas médicas dos cidadãos;
- Realizar actividades de intercâmbio internacional e seminários académicos sobre medicina familiar. Organizar a participação de pessoal médico e dos cuidados de saúde em cursos de formação e melhorar o nível de profissionalismo de todo o pessoal envolvido em cuidados médicos de base comunitária.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Executar as obras previstas no “Projecto de Melhoramento das Infra-estruturas do Sistema de Saúde” por ordem de prioridade, nomeadamente, o Complexo de Cuidados de Saúde das Ilhas, que será equipado com estruturas como Edifício de Urgências, Complexo Hospitalar e Hospital de Reabilitação, para dar

resposta à procura cada vez maior de serviços médicos e melhorar o seu futuro desenvolvimento;

- Reforçar o serviço de radioterapia providenciado pelo Complexo Hospitalar das Ilhas, projectado para dar resposta ao aumento gradual de idosos com doenças de foro oncológico, devido ao previsto aumento da expectativa de vida da população, para lhes proporcionar tratamento atempado e adequado;
- Convidar equipas de peritos para definir um plano de longo prazo para o desenvolvimento dos serviços de geriatria do Centro Hospitalar Conde de São Januário, bem como, as estratégias e linhas orientadoras para o desenvolvimento dos serviços médicos para idosos, com vista a responder as necessidades geradas pelo envelhecimento da população no futuro;
- Reforçar a capacidade do pessoal médico no diagnóstico e tratamento de doenças cardiovasculares. O foco deve ser no aperfeiçoamento das aptidões técnicas do pessoal médico para realizar complexas cirurgias cardiovasculares, para acelerar a recuperação deste tipo de doentes;
- Ampliar a cobertura da rede de cuidados primários de saúde. Os novos Centros de Saúde, no Complexo Municipal de Serviços Comunitários da Praia do Manduco, Seac Pai Van de Coloane e Bairro da Ilha Verde irão começar a operar em breve para oferecer aos residentes mais instalações de serviço médico comunitário, contribuindo assim para o desenvolvimento do sistema geral de cuidados médicos em Macau;
- A fim de salvaguardar a saúde dos residentes, continuar a garantir um nível suficiente de serviço de cuidados primários de saúde de base comunitária, providenciados pelos Centros de Saúde, bem como serviços de exame físico geral (checkup), diagnóstico, tratamento e controlo de doenças crónicas para todos os necessitados;
- Aumentar as quotas para consulta externa e exames/testes providenciados pelas ONGs, pelas instituições sem fins



lucrativos e pelos serviços de especialidades médicas dos hospitais. Aumentar as oportunidades para os idosos utilizarem os serviços médicos comunitários, encorajando-os a fazerem-no de forma sensata e eficaz;

- Ministar formação ao pessoal médico em especialidades directamente relacionadas com os idosos, incluindo geriatria, oncologia, cardiologia, psiquiatria, ortopedia, otorrinolaringologia e diabetes, a fim de dar resposta à crescente procura de assistência médica pelos idosos e também para aperfeiçoar os padrões gerais do serviço médico;
- Oferecer incentivos para atrair recém-diplomados em profissões médicas que estudaram no exterior, ou profissionais médicos exercendo no exterior, para virem trabalhar para Macau. Ministar formação aos diplomados de profissões médicas que não exerçam, a fim de aumentar a oferta de mão-de-obra médica;
- Melhorar as normas reguladoras das qualificações, ética profissional e regras de conduta do pessoal médico de base comunitária, a fim de reforçar os padrões de prestação de serviços médicos;

► **A médio prazo**

- Melhorar a consulta externa de geriatria e a consulta externa para perda de memória dos idosos e criar o Grupo de Trabalho Interdepartamental em Geriatria para desenvolver gradualmente o tratamento integrado dos idosos necessitados e bem assim aperfeiçoar a especialização dos serviços médicos geriátricos;
- Construção do Sistema de Registro Electrónico de Saúde de Macau para facilitar aos médicos o receituário dos idosos, ao mesmo tempo que alivia o stress destes terem de voltar a enunciar os seus problemas de saúde. Dar prioridade futura à integração dos registos de saúde das instituições médicas públicas, Hospital Kiang Wu e Hospital da Universidade de Ciência e Tecnologia para permitir que, cada vez mais, um maior número de idosos possa beneficiar da conveniência de troca de informações entre instituições médicas;



- Manter o “Programa de Participação nos Cuidados de Saúde” e rever a sua eficácia, no sentido de induzir os residentes a utilizarem o serviço médico comunitário;
- Coligir dados sobre os utentes do “Esquema de Consulta Prioritária para Idosos” para avaliar a sua eficácia, servindo assim de base para a implementação e direcção de desenvolvimento de planos futuros;
- Aumentar as quotas de formação dos vários tipos de pessoal médico, manter as acções de formação organizacional e atrair mais estudantes para as áreas de estudo (profissões) médica, de enfermagem e fisioterapia, a fim de aumentar a necessária oferta de mão-de-obra especializada;
- Maximizar as funções de apoio do pessoal de enfermagem de vários níveis hierárquicos, continuando a criar mais equipas de enfermagem para manter a necessária oferta de mão-de-obra;
- Manter a revisão da ética profissional e dos códigos de conduta do pessoal médico e providenciar subsídios de formação aos profissionais médicos de base comunitária, a fim de melhorar a monitoração da conduta profissional do pessoal médico e de enfermagem e bem assim aperfeiçoar as suas capacidades, o que providenciará aos doentes idosos uma melhor qualidade de serviço médico comunitário.

► **A longo prazo**

- Planear a criação de serviços de cuidados médicos integrados, de base comunitária, inspirados nos conceitos de “hospital sem paredes” e “cuidados comunitários fluídos”. Adotar modalidades de base domiciliária na prestação de serviços geriátricos, de enfermagem, de saúde comunitária e de fisioterapia geriátrica para reforçar a coordenação entre os recursos médicos públicos e privados e bem assim maximizar a flexibilidade das instituições médicas privadas. Procurar uma integração entre os serviços médicos públicos e privados para providenciar aos idosos um serviço médico mais sistemático e facilitado;



- Realizar estudos para a introdução da consulta externa nos serviços gerais de geriatria dos Centros de Saúde dos vários bairros, para que os idosos possam receber os necessários serviços médicos na sua área de residência;
- Realizar estudos para a introdução do Sistema de Registro Electrónico de Saúde de Macau nos centros médicos de clínica geral para permitir que os idosos beneficiem da conveniência de troca de informações entre instituições médicas.

3.2.3 Reabilitação e cuidados de longo prazo

Objectivos: Ajudar os idosos, o melhor possível, a recuperar, manter ou melhorar a sua capacidade de levarem uma vida autónoma e independente, providenciando aos idosos carecidos os serviços necessários e criando condições de apoio que lhes permitam ter uma vida estável, em termos familiares e comunitários. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Coordenação entre o sistema médico e de cuidados de saúde, assegurando uma articulação ágil que minimize as necessidades de hospitalização repetida;
- Aumentar a probabilidade de os idosos mais fragilizados receberem serviços de cuidados de longo prazo;
- Reforçar as funções da família e criar condições para os idosos envelhecerem em casa;
- Assegurar qualidade de vida aos idosos e um final de vida digno;
- Intensificar as acções de formação para o pessoal que cuida dos idosos e melhorar a sua capacidade e o profissionalismo desta carreira.

Medidas vigentes/ de natureza continuada:

- Devido às necessidades geradas pelo envelhecimento da sociedade, o Centro Hospitalar Conde de São Januário irá lançar o novo programa “Linha Aberta de Apoio na Saúde para

Idosos”, de modo a conhecer a real situação desta camada da população, e garantir um acompanhamento e encaminhamento mais adequado e oportuno, através do contacto directo com os idosos;

- Providenciar preparativos para os idosos que pretendam voltar a comunidade através do “Hospital de Reabilitação” e bem assim o acompanhamento da convalescença dos doentes que tiveram alta através do “Programa de Alta Hospitalar” e também do “Serviço de Acompanhamento pelo Telefone”;
- Criar um Centro de Recursos para Doentes Oncológicos para providenciar, aos doentes com cancro e às pessoas que cuidam deles, informação completa sobre tratamentos relevantes, enfermagem e cuidados de saúde;
- Através da adopção de um mecanismo de colaboração entre os sectores médicos e de assistência social, providenciar aos idosos vítimas de hipotermia e que vivem sozinhos um serviço de avaliação do seu estado de saúde e de recomendação, antes de terem alta do hospital, e providenciar aos idosos necessitados a possibilidade de admissão urgente nos lares para idosos ou no serviço de cuidados domiciliários integrados e de apoio no próprio dia em que sentirem essa necessidade;
- Subsidiar o “Centro Hong Ling do Hospital Kiang Wu” para providenciar aos doentes de cancro em fase terminal um tratamento paliativo baseado no hospital e bem assim serviços de hospício. Oferecer cuidados e apoio aos doentes com cancro e suas famílias, com vista ao seu bem-estar físico, mental, social e espiritual;
- Providenciar aos idosos mais frágeis adequados cuidados de longo prazo de base comunitária, através de um serviço de cuidados domiciliários integrados e de apoio e bem assim serviços de cuidados de dia;
- Melhorar a segurança no lar de idosos que vivem sozinhos ou com um cônjuge mais idoso, através da organização de



voluntários que lhes façam visitas ou telefonemas e também de serviços de teleassistência de 24 horas;

- Destacar assistentes sociais ou técnicos de aconselhamento psicológico para os Centros de Dia para Idosos e Centro de Cuidados Especiais para Idosos, para desenvolverem serviços direccionados para a saúde mental dos idosos e bem assim serviços de apoio às pessoas que cuidam dos idosos, providenciando também a estas a devida formação em cuidados de enfermagem e apoio emocional; criar uma equipa de apoio para as pessoas que cuidam dos idosos e melhorar a função da família nos cuidados aos idosos;
- Através de um mecanismo de avaliação estandardizada e o encaminhamento central, assegurar que os idosos que necessitem de cuidados de dia ou de serviço de lar sejam tratados de forma justa e igualitária na utilização destes serviços. No caso de idosos em lista de espera, se algum tiver urgência de ser admitido no lar mas não possuir os meios financeiros para tal, providenciar ajuda financeira de forma a eles poderem ter uma residência temporária como utentes do serviço de cuidados de lares privados para idosos;
- Definir padrões para o serviço de cuidados domiciliários integrados e de apoio, serviço de cuidados de dia e serviço de lar. No caso dos utentes idosos dos cuidados de longo prazo de base comunitária que sejam de novo hospitalizados (após utilizarem o serviço), monitorar a frequência das suas hospitalizações para melhorar os cuidados dispensados aos idosos mais frágeis;
- Aumentar a capacidade dos residentes e cuidadores dos idosos nos cuidados dos pacientes de Demência através da educação comunitária e formações;
- Estabelecer uma área especializada para os pacientes de Demência nas instalações dos serviços de cuidados diurnos ou dos lares;
- Criar serviço de cuidados diurnos para os pacientes de Demência



num lar de idosos, e ajudar um centro de cuidados especiais diurnos para a reconversão como um centro de cuidados especiais diurnos que presta apenas serviços para os pacientes de Demência e os seus familiares;

- Definir os requisitos operacionais para os diferentes tipos de serviços para idosos e alocar os necessários recursos físicos e humanos, incluindo orientações relativas ao guia de funcionamento dos serviços, rácio de número de trabalhadores/ utentes, planta do espaço, requisitos de performance do serviço e regime do subsídio, procurando elevar a sua eficácia geral;
- Encorajar as instituições de serviços aos idosos a organizarem actividades comunitárias que promovam o espírito de boa vizinhança e ajuda mútua através de acções de educação comunitária. Desenvolver e intensificar acções de trabalho no sentido de identificar ‘idosos anónimos’ e providenciar-lhes aconselhamento e serviços de apoio;
- Apoiar as instituições de serviços aos idosos a organizarem actividades e planificarem uma “Educação para a Vida e a Morte”;
- Familiarizar os idosos e o público com os serviços aos idosos através de relevante publicidade, bem como aperfeiçoar o serviço de recomendações praticado pelas instituições ou departamentos de solidariedade social, a fim de satisfazer as necessidades dos idosos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Intensificar a extensão e profundidade do “Programa de Apoio à Alta Hospitalar” através da manutenção do “Programa de Alta Hospitalar” e do “Serviço de Acompanhamento pelo Telefone”. Reforçar a colaboração com instituições sem fins lucrativos para providenciarem serviço de cuidados de saúde domiciliários gratuitos aos doentes que tiverem alta do Centro Hospitalar



Conde de São Januário e outros com problemas de mobilidade. Aumentar a oferta de instalações médicas, como o Hospital de Reabilitação, para oferecer acomodação transitória aos idosos que se preparam para voltar a viver no seio da comunidade, reduzindo assim as probabilidades da sua re-hospitalização;

- Aumentar, no Centro de Recursos para Doentes Oncológicos, o número de enfermeiros, assistentes sociais, nutricionistas, técnicos de aconselhamento psicológico, fisioterapeutas e outro pessoal de enfermagem, para poder dar resposta ao incremento das necessidades físicas e mentais com o aumento do número de doentes de cancro, sobretudo idosos;
- Providenciar educação sobre a saúde, oferecer apoio aos doentes e aos cuidadores comunitários, e acomodação transitória aos idosos que se preparam para voltar a viver no seio da comunidade, melhorando assim as condições de saúde dos idosos frágeis que aí vivem;
- Reforçar os serviços direccionados para as necessidades dos idosos frágeis que residem em edifícios antigos e eliminar as barreiras que os impedem de aceder a esses serviços, em especial providenciando serviços de apoio, como gestão de casos e extensão ao exterior, aos idosos frágeis que vivem sozinhos;
- Realizar estudos para desenvolver serviços de teleassistência para prevenir ocorrências de ‘idosos que se perdem’, comum em pessoas que sofrem de demência, e melhorar os serviços de apoio a estes e suas famílias;
- Formular planos para serviços de apoio à demência e para a criação de instalações de serviço especiais para idosos com demência. Providenciar os serviços de apoio e de cuidados necessários a estes e suas famílias;
- Cuidar da saúde emocional e do desenvolvimento da saúde mental dos idosos, melhorar a sua condição mental, aconselhamento psicológico e Educação para a Vida e a Morte;



- Rever os padrões de serviço, alocação de pessoal e planeamento dos espaços para os diferentes tipos de instalações de serviço aos idosos, em particular o planeamento e a alocação de recursos das unidades recém-construídas;
- Criação do mecanismo de avaliação da qualidade de serviço dos cuidados de longo prazo para os idosos;
- Desenvolver cuidados de hospício nos lares para idosos através da concessão do subsídios às instituições para realizarem acções de formação para o seu pessoal, aquisição de equipamentos e melhoria do seu ambiente de vida e bem assim para promover a Educação para a Vida e a Morte, cuidados de hospício e aconselhamento sobre luto e perda na comunidade;
- Melhorar os conhecimentos do público sobre os cuidados de hospício e cuidados paliativos, através de acções de educação comunitária e actividades promocionais;
- Introduzir vagas para reabilitação e cuidados temporários, em lares de idosos já existentes ou recém-construídas para dar resposta à necessidade de idosos frágeis serem admitidos, por curto-prazo, em lares para receberem serviços de cuidados, potenciando assim as probabilidades de uma recuperação saudável e reduzindo a necessidade de serviços de cuidados de longo prazo;
- Realizar estudos sobre a optimização permanente da coordenação e divisão de tarefas entre os diversos tipos de serviços de cuidados de longo prazo de base comunitária, a fim de reforçar as funções de apoio pós-alta e dos serviços de cuidados domiciliários para idosos frágeis;
- Acompanhar os diversos preparativos para a construção de lares para idosos na China Continental;
- Realizar o primeiro “Estudo sobre as Condições de Vida dos Idosos e Suas Necessidades de Serviços”;





- Desenvolver e introduzir novos pontos de recolha e largada no serviço de autocarros de reabilitação para satisfazer as necessidades de deslocação dos idosos mais frágeis;
- Definir os standards, orientações e mecanismos de avaliação para o serviço de autocarros de reabilitação para melhorar a qualidade do serviço;
- Providenciar ao pessoal dos serviços de cuidados, de longo prazo, oportunidades regulares de formação para melhorar as suas capacidades;
- Providenciar ao pessoal das instituições de serviços aos idosos e cuidadores domiciliários formação ocasional, a fim de melhorar os seus conhecimentos sobre cuidados e enfermagem;
- Alocar mais recursos para poder alocar mais pessoal às instituições de serviços aos idosos, tendo em vista a crescente procura de mão-de-obra exigida pelo desenvolvimento deste tipo de serviços;
- Apoiar as ONGs de serviços aos idosos para realizarem acções de formação, publicidade e educativas sobre cuidados aos idosos destinadas a cuidadores de idosos, a fim de melhorar a capacidade das famílias cuidarem dos seus membros mais idosos;

► **A médio prazo**

- Criar um Sistema de Cuidados intermédios Step-down e também unidades associadas de cuidados continuados equipados com serviços de fisioterapia amigos do utente para ajudar os doentes a recuperar a condição de saúde que lhes permita voltar mais depressa para a vida em comunidade;
- Realizar o primeiro “Estudo sobre a situação de vida dos idosos e a sua procura quanto aos serviços”;
- Após a conclusão do Hospital de Reabilitação do Complexo de Cuidados de Saúde das Ilhas, este poderá providenciar serviços

hospitalares a doentes que já receberam tratamento hospitalar mas ainda carecem de tratamento de reabilitação;

- Expandir o âmbito do serviço de hospício. Manter o subsídio ao “Centro Hong Ling do Hospital Kiang Wu” para gerir o serviço de hospício e aperfeiçoar a qualidade e variedade de serviços do Centro;
- Criar mecanismos de notificação de base comunitária para as pessoas que se perdem. Discutir estes mecanismos com os departamentos relevantes e também o tipo de assistência que poderá ser prestada para encontrar as pessoas que se perdem;
- Treinar profissionais das unidades vocacionadas para os serviços de cuidados de longo prazo para realizarem despistagem de casos de demência e fornecer aos idosos visados, de forma atempada, os serviços adequados;
- Criar um Centro de Dia para cuidar de casos de demência e um centro de serviço de apoio para cuidados aos idosos;
- Com base na planificação dos serviços de cuidados de longo prazo aos idosos, aumentar, de forma gradual, vagas nos lares de idosos, centros de cuidados especiais e serviços de cuidados domiciliários e de apoio, e rever, de forma atempada, a respectiva planificação, dependente da situação real;
- Implementação total e completa do mecanismo de avaliação estandardizada e de encaminhamento central nas unidades que prestam serviços de cuidados de longo prazo. Reduzir os tempos de espera dos idosos frágeis nos serviços de cuidados de longo prazo através do mecanismo central do serviço de triagem;
- Analisar os dados dos candidatos a admissão aos lares para serviços de cuidados de longo prazo e para utilização dos serviços de cuidados de longo prazo através de uma avaliação estandardizada. Rever e avaliar as necessidades de serviço de reabilitação e de serviços de cuidados de longo prazo para os idosos frágeis;





- Criar uma plataforma de informação sobre o tempo de espera de serviço, ao abrigo do mecanismo de avaliação estandardizada e do encaminhamento central;
- Implementação total e completa do mecanismo de controlo de qualidade de gestão e de avaliação dos serviços de cuidados de longo prazo para garantir que os seus utentes recebem os serviços adequados;
- Optimizar o mecanismo de elogios e reclamações para as instalações de serviços aos idosos. Fazer progredir e melhorar a qualidade e padrão de performance dos serviços aos idosos através de feedbacks e opiniões dos seus utentes;
- Coordenar e integrar os cuidados domiciliários com outros serviços relacionados, a fim de criar uma rede de apoio fluída de base comunitária, para os serviços de cuidados de longo prazo aos idosos, que seja capaz de providenciar a totalidade de serviços de cuidados que estes necessitem;
- Realizar estudos sobre a atribuição de subsídios aos cuidadores de idosos para apoiar e permitir que os idosos possam envelhecer em família;
- Realizar estudos sobre a introdução de um inovador sistema de serviço urgente de teleassistência para melhorar o apoio de emergência no exterior aos idosos;
- Realizar o primeiro estudo sobre o Planeamento de Serviços de Cuidados de Longo Prazo aos Idosos para melhorar a qualidade de serviço dos cuidados domiciliários e do apoio comunitário. Ajustar de forma adequada as metas a atingir e a alocação de recursos humanos necessários para criar os diferentes serviços de cuidados de longo prazo e rever as metas definidas para o serviço de cuidados domiciliários integrados e de apoio, o serviço de cuidados de dia e os serviços de lar;
- Executar as diferentes tarefas específicas em consonância com o progresso dos preparativos para a construção dos lares para idosos na China continental;

- Conectar os autocarros de reabilitação com as redes de transporte público, para facilitar as deslocações dos idosos mais frágeis;
- Analisar as actuais modalidades de transporte utilizadas pelos idosos nas suas deslocações, a partir de suas casas, às unidades de serviço, ou às unidades de reabilitação de base comunitária e sugerir mais percursos de autocarros de reabilitação para facilitar as deslocações dos idosos;
- Procurar compreender as condições de procura e oferta de mão-de-obra de cuidadores através da cooperação interdepartamental, da avaliação e previsão de recursos humanos necessários para os futuros serviços aos idosos, a fim de adoptar em tempo útil as medidas complementares que possam assegurar um suprimento cabal de pessoal de cuidados;
- Intensificar a formação dos profissionais médicos, de modo a melhorar continuamente os seus conhecimentos e o profissionalismo do serviço de hospício. Reforçar o apoio físico e psicológico prestado por estes aos doentes e suas famílias;
- Melhorar a capacidade de gestão de casos de demência por parte dos profissionais, ministrando-lhes a adequada formação técnica.

► **A longo prazo**

- Subsidiar as instituições sem fins lucrativos para desenvolverem serviços de reabilitação que ajudem os idosos que recuperaram de doenças graves a readquirir a sua saúde física e mental;
- Realizar estudos para introduzir o serviço de tratamentos de reabilitação em todos os Centros de Saúde, a fim de os idosos poderem receber os necessários serviços de reabilitação na zona em que residem;
- Realizar estudos para ampliar a aplicabilidade do Registro Electrónico de Saúde aos lares para idosos subsidiados pelo governo, considerando que isso facilita a troca de informação



entre as unidades médicas e as unidades de cuidados residenciais a longo prazo, o que permitirá providenciar melhores serviços de saúde aos idosos;

- Compreender a situação dos serviços para idosos que sofrem de demência e as respectivas necessidades do serviço através da criação de uma base de dados de idosos com demência. A análise dos dados servirá para definir políticas e planos de serviços de cuidados a este tipo de doentes idosos;
- Criar um sistema de gestão de casos e um regime de revisão para cuidados de longo prazo para gerir de forma eficaz os recursos dos serviços;
- Reforçar os conhecimentos do público sobre o serviço de hospício e sensibilizar a comunidade para prestar atenção e ajuda a pessoas em fase terminal, sobretudo idosos. Ampliar o âmbito de serviço de hospício de forma a abranger maior número de idosos;
- Realizar estudo sobre o “Plano Decenal sobre as Políticas dos Serviços de Demência 2026 -2035”;
- Rever a qualidade dos serviços de cuidados de longo prazo aos idosos e o respectivo mecanismo de avaliação;
- Avaliar a eficácia dos cuidados temporários e dos serviços de reabilitação;
- Realizar o segundo “Estudo sobre as Condições de Vida dos Idosos e Suas Necessidades de Serviços” e o segundo “Estudo sobre Planeamento de Serviços de Cuidados de Longo Prazo aos Idosos”;
- Investigar o desenvolvimento e as necessidades dos serviços aos idosos para os próximos dez anos 2026 - 2035 com base nos dados dos Censos, tendo em conta a actual situação de Macau.



3.3 Âmbito da garantia dos direitos

3.3.1 Garantia jurídica

Objectivos: Para além dos direitos especiais dos idosos consagrados na lei, assegurar que eles disfrutem em condições de igualdade de todos os demais direitos de cidadania previstos na legislação da RAEM. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Assegurar que os idosos sejam justamente tratados em todos os tipos de procedimentos jurídicos.

Medidas vigentes/ de natureza continuada:

- O Centro de Informações ao Público providencia aos cidadãos, incluindo os idosos, consultas jurídicas gratuitas para os ajudar a resolver os seus problemas;
- No decurso de actos processuais, oferecer apoio judiciário aos cidadãos com fraca capacidade económica;
- Legislar no sentido da salvaguarda dos direitos e garantias dos idosos para assegurar o seu bem-estar em vida;
- Popularizar conhecimentos gerais sobre a lei através de vários métodos e canais e de forma regular para que o público tenha um melhor conhecimento dos direitos e deveres que a lei concede aos cidadãos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Popularizar e lançar campanhas de publicidade sobre a legislação que salvaguarda os direitos e garantias dos idosos. Incentivar o público e os diferentes sectores sociais para continuarem a prestar atenção e respeitarem os direitos e garantias dos idosos;
- Implementação progressiva de medidas complementar referentes



às leis que salvaguardam os direitos e garantias dos idosos, incluindo a criação de um sistema de gestão de casos; melhorar as medidas de protecção destinadas aos idosos; criar um Esquema de Reconhecimento dos Idosos Notáveis; propor idosos para membros da Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior e criação de uma base de dados dos idosos;

- Definir uma “Lista de verificação para o mainstreaming do envelhecimento”, a qual servirá de guia para a definição de políticas / serviços por parte dos serviços públicos;
- Criar balcões de atendimento prioritário para atender as consultas sobre legislação laboral por parte dos idosos e bem assim as respectivas reclamações, organizar sessões de esclarecimento sobre legislação laboral e melhorar os seus conhecimentos nesta matéria a fim de melhor proteger os seus direitos e garantias laborais;
- Criar balcões de atendimento prioritário para atender casos de discriminação contra os idosos, reduzir o tempo de processamento de casos dos idosos que foram injustamente tratados nos seus locais de trabalho e apoiá-los na sua procura de liberdade de trabalho e regalias a que têm direito;
- Providenciar, ao pessoal que presta serviço aos idosos, formação profissional sobre a prevenção de negligência de cuidados e de casos de abuso de idosos. Reforçar as medidas de protecção para os idosos sujeitos a abuso.

► **A médio prazo**

- Realizar a implementação de medidas complementares concretas relativas às leis que salvaguardam os direitos e garantias dos idosos;
- Criar um mecanismo para tratar com prioridade os acidentes de trabalho e doenças ocupacionais dos idosos, e para dar resposta ao prolongamento da vida activa dos cidadãos, no futuro, bem como às relações laborais de uma população cada vez mais idosa;

- Reforçar a monitoração da situação de emprego e remuneração dos idosos para evitar que os seus direitos e remunerações devidas não sejam alvo de exploração por parte do empregador;
- Lançar medidas de prevenção para evitar que os idosos sejam tratados de forma imprópria e coligir os respectivos dados para realizar estudos de forma a sugerir propostas para o seu futuro reforço;

► **A longo prazo**

- Rever e otimizar a popularização e as campanhas de publicidade sobre as leis que salvaguardam os direitos e garantias dos idosos;
- Avaliar a eficácia das medidas complementares relativas às leis que salvaguardam os direitos e garantias dos idosos, a fim de as melhorar;
- Com base nos resultados de avaliação, aperfeiçoar as diferentes medidas no sentido da prevenção da negligência de cuidados e abusos dos idosos.

3.3.2 Garantia da segurança económica

Objectivos: Apoiar o emprego e o reemprego dos idosos, oferecendo-lhes uma protecção de vida básica. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Melhorar a empregabilidade dos idosos e a capacidade de realizarem as suas intenções de emprego;
- Optimização contínua do Regime da Segurança Social, para salvaguardar um nível de subsistência mínimo para os idosos e utilizar judiciosamente a modalidade múltipla da segurança social para reduzir os possíveis riscos enfrentados pelos idosos na manutenção da protecção de vida;
- Incentivar entidades públicas e privadas para concederem descontos, tarifas especiais e outros benefícios aos idosos;



- Sensibilizar os cidadãos para se prepararem para a sua vida de aposentados, incentivando-os a planearem atempadamente as suas carreiras profissionais.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Providenciar diversos tipos de apoio financeiro aos idosos e suas famílias cujo rendimento do agregado familiar seja inferior ao índice mínimo de subsistência;
- Implementar Medidas Provisórias do Subsídio Complementar aos Rendimentos do Trabalho para apoiar os empregados de fracos rendimentos, incluindo os idosos;
- Fazer aplicar a “Lei das Relações de Trabalho” para proteger os idosos de discriminação enquanto procuram emprego;
- Providenciar serviços de colocação profissional, conselhos para procura de emprego e cursos de formação profissional aos cidadãos, incluindo os idosos;
- Realizar regularmente palestras sobre gestão financeira para os cidadãos, incluindo os idosos, para melhorar a sua preparação para a fase de aposentadoria;
- Providenciar informação promocional sobre como melhorar a preparação dos cidadãos, incluindo os idosos, para a sua vida de aposentados através de vários métodos e canais, a fim de estes ganharem os conhecimentos e capacidade de gestão das suas finanças e bem assim do planeamento das suas carreiras;
- Providenciar às crianças e aos jovens educação sobre a vida e sobre o planeamento das suas carreiras;
- Encorajar as entidades públicas e privadas a oferecerem benefícios de serviços para idosos através do Cartão de Benefícios Especiais para Idosos;
- Incentivar as operadoras de telecomunicações para lançarem Programas de Benefícios de Serviços de Telecomunicações para idosos;



- Oferecer aos idosos a utilização gratuita, ou com descontos especiais de serviços públicos, de lazer, instalações culturais e desportivas e outros serviços.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Criar balcões de atendimento prioritário para o serviço de emprego para idosos, oferecendo-lhes serviços de informação e orientação. Encorajar as empresas, parceiros sociais e instituições orientadas para a prestação de serviços para apoiarem o emprego dos idosos realizando palestras e workshops para o efeito;
- Introduzir cursos de formação profissional para idosos. Encorajar as organizações, mediante a atribuição de subsídios, a realizarem cursos de formação profissional direccionados para os idosos, a fim de estes terem mais oportunidades de reconversão profissional;
- Com base nos princípios da Educação para a Vida, intensificar as acções de promoção da ideia de planeamento de carreira desde o nível infantil até ao ensino secundário-complementar. Iniciar programas de aconselhamento direccionados para as necessidades dos estudantes de vários níveis de ensino (desenvolvimento). Fazer compreender aos estudantes que devem começar a planear a sua vida enquanto são ainda jovens;
- Realizar cursos de formação em gestão financeira direccionados para os idosos, para melhorar a sua capacidade de planificação das finanças pessoais;
- Organizar palestras e outras actividades e distribuir folhetos promocionais sobre o planeamento de carreiras profissionais para aumentar os conhecimentos e a consciência dos cidadãos nesta área. Oferecer serviços de apoio de planeamento de carreiras profissionais a pessoas maiores de 50 anos que estejam em fase de pré-aposentação, providenciando-lhes serviços de consulta



e orientação para se prepararem para essa nova fase das suas vidas;

- Realizar estudo temático sobre a preparação da vida dos idosos de Macau e o permanente desenvolvimento pessoal;
- Realizar estudos para ajustar o limite máximo de património líquido dos idosos para facilitar os seus pedidos de habitação social. O objectivo é evitar que tenham um valor total de activos fixos que seja ligeiramente superior ao montante exigido para os pedidos de habitação social, que oferece rendas baixas. Desta forma se poderão reduzir os seus encargos com rendas e aliviar o stress financeiro durante a aposentação;
- Manter as ofertas de benefícios na utilização de diferentes tipos de serviços públicos aos idosos, incluindo as piscinas da Rede das Instalações Desportivas Públicas. Organizar diversas classes de desporto gratuitas para os idosos nos centros de serviços comunitários aos idosos. Oferecer entradas gratuitas para actividades culturais, (p. ex. visitas a galerias e museus), ou descontos especiais na compra de produtos culturais, (p. ex. publicações do Instituto Cultural);
- Oferecer inscrição gratuita ou descontos especiais aos idosos que participem em cursos de formação profissional ou curso de formação em segurança e saúde ocupacional;
- Continuar a encorajar as operadoras de telecomunicações para oferecerem descontos especiais nos serviços de telecomunicações, em especial na utilização de dados móveis.

► **A médio prazo**

- Envidar esforços para a formulação da proposta de “Regime de Trabalho a Tempo Parcial” que regulamenta o trabalho a tempo parcial, que poderá ajudar os idosos, aposentados ou em vias de o serem, a manterem-se activos através de modalidades de trabalho mais flexíveis;

- Rever as medidas e regulamentos existentes que incentivam os idosos a prolongar a sua vida activa e realizar estudos temáticos sobre medidas para a viabilizar e bem assim políticas de aposentadoria flexíveis, de modo a facilitar a vontade dos idosos de continuarem a trabalhar, procurando eliminar as barreiras existentes;
- Realizar estudos sobre os principais factores que afectam a participação dos idosos em trabalho remunerado, e qual o seu nível de participação, a fim de realizar ajustamentos, em tempo útil, nas medidas que apoiam os idosos que querem continuar a trabalhar, ou instituir tais medida de apoio;
- Realizar estudos sobre a criação de subsídios a empregadores/empresas que contratem idosos. Avaliar a viabilidade de utilizar tais subsídios para aumentar a vontade daqueles de contratarem idosos, optimizando assim o serviço de apoio ao emprego dos idosos;
- Realizar estudos sobre a criação de empresas sociais que contratem idosos, para maximizar a probabilidade de estes fazerem o que melhor sabem;
- Realizar estudos de viabilidade sobre a definição do montante afecto ao Fundo de Segurança Social para ser indexado ao valor dos saldos financeiros positivos e elaborar o plano-mestre para a sua execução. Optimizar o primeiro nível do Regime da Segurança Social através de legislação e estabelecer um mecanismo de dotação para assegurar a sustentabilidade do sistema de segurança social;
- Criar e implementar um Regime de Previdência Central não Obrigatório. Continuar a incentivar os cidadãos na participação no Regime para uma preparação antecipada, a fim de se prepararem financeiramente para a sua vida de aposentação;
- Realizar estudos sobre a criação de um mecanismo para o ajustamento global do Regime da Segurança Social e bem assim do seu plano-mestre de execução. O objectivo é cobrir os



parâmetros de ajustamento e a revisão periódica da proporção de contribuições (pagas pelas partes laboral e patronal), montante (mensal) das contribuições e o montante de prestação, de forma a manter a estabilidade do regime;

- Realizar um estudo para a identificação da viabilidade de criar o plano de hipoteca inversa;
- Conceber e implementar programas educativos para uma preparação, ao longo da vida, para a 3ª idade, com o objectivo de promover a sua importância e ensinar os cidadãos a conceber o planeamento das suas carreiras para reforçar a responsabilidade social e individual em relação à protecção na vida pós-aposentação;
- De acordo com o resultado obtido no estudo temático sobre a preparação da vida dos idosos de Macau e o permanente desenvolvimento pessoal, desenvolver e melhorar plano de promoção sobre a preparação para a aposentação e a educação relacionada;
- Rever e actualizar o Programa do Cartão de Benefícios Especiais para Idosos;
- Planificar e melhorar os diferentes esquemas de incentivos direccionados para o público e as instituições privadas e sugerir mais planos promocionais para oferecer benefícios aos idosos.

► **A longo prazo**

- Realizar estudos para incentivar as instituições a criarem postos de trabalho adequados aos idosos, a fim de melhorar a sua empregabilidade e proporcionar um rendimento a um maior número de idosos;
- Optimizar a legislação relevante e os serviços de apoio ao emprego dos idosos, incluindo a melhoria do aconselhamento pré-emprego e pós-emprego, a formação profissional e o serviço de emparelhamento de empregos. Procurar aumentar a sua

empregabilidade, oportunidades de emprego e apoiá-los para que possam continuar a dar um contributo laboral activo;

- Considerar a optimização de leis e regulamentos relacionados com a participação dos idosos em trabalho remunerado, de forma a garantir integralmente os seus direitos e interesses laborais;
- Optimizar o mecanismo de dotação do Fundo de Segurança Social, para assegurar que os sistemas de assistência social poderão continuar a operar de forma eficiente, apesar do aumento do número de possíveis beneficiários, devido ao envelhecimento da população;
- Legislar no sentido de criar e implementar um mecanismo de ajustamento do Regime da Segurança Social que possa fazer frente ao aumento de preço dos produtos básicos devido a flutuações económicas. Segundo a premissa de encorajar os cidadãos a serem responsáveis pela sua vida de aposentação, criar um sistema de protecção para operar de forma independente e de uma maneira progressista;
- Optimizar o Regime da Segurança Social de dois níveis e ampliar o seu âmbito de cobertura para facilitar a realização de “protecções básicas”, um dos cinco pilares da protecção da aposentação defendidos pelo Banco Mundial. Encorajar os cidadãos a responsabilizarem-se mais pela sua vida na fase de aposentação;
- Implementação integral do ensino de planeamento de carreira em todas as escolas de Macau.

3.3.3 Ambiente social

Objectivos: Reconhecer e enaltecer a contribuição activa dos idosos para com as suas famílias e o desenvolvimento social no passado e no presente, promover a sua imagem positiva e inculcar o valor social da piedade filial. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Criar um ambiente no qual os idosos são respeitados e acarinhados.



Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Atribuição de um subsídio para idosos a todos os residentes permanentes maiores de 65 anos, como expressão de respeito e carinho pelos idosos;
- Colaboração com as ONGs na realização de acções variadas de educação comunitária e de planos promocionais para popularizar o respeito pelos idosos, fomentando assim o cultivo do respeito e cuidado pelos idosos;
- Atribuição de benefícios aos idosos através do Cartão de Benefícios Especiais para Idosos;
- Organização de uma série de actividades intitulada “Dia Internacional para Idosos”, com o objectivo de divulgar a mensagem do respeito pelos idosos, a toda a cidade.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Instituir o “Dia dos Idosos de Macau” para assinalar as suas contribuições e reforçar a sua imagem positiva;
- Desenvolver esquemas de incentivos para homenagear empregados idosos ou empregadores amigos dos idosos, com o objectivo de enaltecer a prática do respeito pelos idosos e encorajar outras instituições a seguirem o exemplo;
- Continuar a promover o respeito pelos idosos através de educação comunitária, planos promocionais e publicidade nos media (TV e cartazes). Publicação de livros de história oral, a partir de testemunhos prestados pelos idosos, como forma de reconhecimento das suas contribuições e capacidades. Enaltecer os valores do respeito e dos cuidados aos idosos fomentando assim o seu cultivo pela sociedade;



- Incentivar as equipas de Educação Moral e Cívica nas escolas, através de actividades e exposições temáticas, para reforçar o respeito pelos idosos nos campus. Encorajar as associações dos estudantes a organizar sessões de aprendizagem prática sobre os cuidados aos idosos, para que os alunos possam combinar o ensinamento teórico com experiência prática por via do serviço prestado;
- Revisão progressiva dos materiais didácticos sobre “Educação Moral e Cívica”. Inculcar nos estudantes as noções de harmonia familiar, respeito pelos idosos e cuidados com as crianças, tomar conta dos idosos e respeitar a vida através da Educação, a fim de cultivar estes valores entre os estudantes;
- Introduzir acções de formação sobre como lidar com idosos nos programas de formação de recepcionistas destinados ao pessoal de recepção e de linha da frente dos serviços públicos, a fim de melhorar a sua sensibilidade em relação às necessidades específicas daqueles e desenvolver o seu respeito pelos mesmos;
- Incentivar os departamentos do governo, ONGs e empresas privadas a providenciarem serviços de recepção prioritários ou exclusivos para idosos;
- Incentivar as operadoras de telecomunicações a criarem balcões de serviço exclusivamente para idosos e ministrar ao pessoal de linha da frente formação especializada para lidar com os idosos, a fim de fomentar um espírito de respeito por estes.

► **A médio prazo**

- Promover e aprofundar o conteúdo do “Dia dos Idosos de Macau”, encorajar mais serviços públicos, instituições particulares e empreendimentos privados a participar e lançar mais medidas para promover a cultura de respeito pelos idosos;
- Organizar acções sob o tema “Cultura da piedade filial” para pessoas de todas as idades e de todos os sectores, com destaque para os programas de intercâmbio, de diálogo e de actividades conjuntas, tendo como finalidade promover e consolidar o



desenvolvimento sustentável da tradição da piedade filial na sociedade nos dias de hoje;

- Completar a revisão dos materiais didáticos de “Educação Moral e Cívica” desde o ensino primário até ao ensino secundário-complementar e implementar integralmente a versão revista em todas as escolas. Conceber projectos pedagógicos com cenários e temáticas realistas sobre o respeito e os cuidados a prestar aos idosos destinados aos educadores, com vista a melhorar a qualidade do ensino;
- Através da organização das sessões da partilha do resultado das actividades temáticas, mostrar que as escolas realizaram as actividades relacionadas com “respeitar e proteger os idosos” e plano da aprendizagem dos serviços destinados aos idosos, a fim de promover aos jovens e escolas para participar nas actividades voluntárias para dar carinhos aos idosos;
- Ter como referência as indicações das políticas da Organização Mundial da Saúde, rever de forma completa medidas para criar um ambiente social no respeito e protecção aos idosos, com vista a melhorar o desenvolvimento da promoção da cultura do respeito pelos idosos.

► **A longo prazo**

- Estimar a conclusão em 2020 dos diplomas legais para a reforma curricular, o valor do ambiente social sobre “respeitar e proteger os idosos” que será criado, a difundir nas fases diferentes da educação, construirá um requisito de competências académicas básicas na aprendizagem;
- O conteúdo dos materiais pedagógicos “Educação Moral e Cívica” deverá ser revisto e actualizado regularmente, de acordo com o desenvolvimento dos diplomas legais e das necessidades evolutivas da educação moral;
- Com base nos resultados obtidos a médio prazo, integrar e melhorar as políticas afins, promover em diversos aspectos a cultura filial, assim como consolidar e desenvolver mais o ambiente social de “respeitar e proteger os idosos”.



3.4 Âmbito da participação social

3.4.1 Educação continuada

Objectivos: Atender às necessidades de aprendizagem dos idosos e apoiar a sua contínua melhoria de conhecimentos. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Assegurar que os idosos não serão impedidos de participar nas várias actividades sociais por mera falta de conhecimentos ou aptidões;
- Promover a consistência, continuidade e aplicabilidade prática da educação para os idosos.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Apoiar as ONGs na organização de diversos tipos de cursos adequados aos idosos;
- O “Programa de Desenvolvimento e Aperfeiçoamento Contínuo” atribui aos residentes maiores de 15 anos um montante fixo de subsídio para o seu aperfeiçoamento;
- Instituições educativas particulares e associações têm sido subsidiadas para organizarem cursos relacionados com desporto e cuidados de saúde, através do “Subsídio para a Aprendizagem dos Idosos e Deficientes”, para ajudar os idosos a melhorarem a sua condição física;
- Alocação contínua de recursos para ajudar os idosos, que não concluíram o ensino primário e o ensino secundário, para participarem no ensino recorrente, sem limite de idade para participação;
- Organização de diferentes tipos de cursos de aprendizagem para idosos, através de unidades que prestam serviço aos idosos, e apoio a instituições especializadas para realizarem acções de educação continuada que incluem vários tipos de programas para o aperfeiçoamento contínuo dos idosos;



- Incentivar, nomeadamente, através de apoio financeiro, as instituições para idosos a promover diversos cursos e actividades de aprendizagem para os seus utentes, através do “Programa de Formação para Monitores Idosos”;
- Implementação do “Projecto do Prémio para a Aprendizagem Contínua” para encorajar os cidadãos, incluindo os idosos, a dedicarem-se à aprendizagem activa;
- Contratação de idosos qualificados para serem instrutores e assistentes na Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau, permitindo que idosos com talentos especiais os possam empregar em trabalho remunerado;
- Incentivo e apoio prestado a instituições para contratarem idosos, como instrutores remunerados, para darem aulas sobre matérias e interesses diversos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Criar uma norma de “Orientações para um Currículo para os Idosos” a fim de melhorar a sua qualidade. Este documento irá regulamentar os tipos de cursos, qualificação dos professores e equipamentos utilizados para os cursos, e servirá de guia orientador para as ONGs que pretendam organizar cursos para os idosos;
- Para além de continuar com o “Programa de Desenvolvimento e Aperfeiçoamento Contínuo”, que subsidia os residentes de Macau com idade igual ou superior a 15 anos na participação de cursos, deverá apresentar-se uma proposta para o subsídio para a aprendizagem dos idosos, com o objectivo de apoiar e incentivar estes a dedicarem-se ao aperfeiçoamento contínuo;
- Criar um ambiente de aprendizagem diversificado e estratificado para os idosos, através da organização dos cursos para idosos e actividades do aperfeiçoamento profissional pela Academia



do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau e pelas instituições particulares, nomeadamente, melhorar os equipamentos e a planificação dos cursos da Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau, a fim de proporcionar aos idosos melhores e mais confortáveis condições de aprendizagem. Além disso, estabelecer instituições da educação contínua para os idosos, com o objectivo de aumentar a oportunidade de os idosos participarem na aprendizagem;

- Rever a eficácia do “Subsídio para a Aprendizagem dos Idosos e Deficientes” e continuar a incentivar as instituições educativas particulares na organização de cursos, de forma sistemática e com continuidade. Proporcionar aos idosos um maior leque de opções de aprendizagem, para melhorar a sua qualidade de vida através do estudo;
- Optimizar o “Projecto do Prémio para a Aprendizagem Contínua” mediante a simplificação do processo de inscrição e ajustamento dos prémios. Introduzir prémios para “áreas específicas da aprendizagem contínua” – homenageando os idosos que participem em cursos nas quatro áreas, a saber, língua, cuidados pessoais, trabalho voluntário e tecnologia da informação, a fim de encorajar o estudo ao longo de toda a vida;
- Optimizar o “Esquema de Formação para Professores mais Velhos” e encorajar os idosos com conhecimentos adquiridos a tornarem-se professores ou instrutores, por exemplo, recomendar os idosos com formação adequada formados pela Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau para ser instrutores de idosos noutras ONGs;
- Providenciar aos idosos oportunidades para mostrarem os seus dotes e colocarem em prática os conhecimentos adquiridos através da organização de actividades temáticas, incluindo exposições regulares e colectivas de trabalhos artísticos como caligrafia e pintura;
- Apoiar, em termos de coordenação, as operadoras de telecomunicações na realização de workshops ou palestras, nas



instituições que prestam serviço aos idosos, para os familiarizar com a utilização dos serviços de telecomunicações.

► **A médio prazo**

- Rever as “Orientações para um Currículo para os Idosos”, no sentido de as manter a par do desenvolvimento social e melhorar a sua aplicabilidade e adaptabilidade e alargar o seu âmbito de cobertura para garantir uma melhor qualidade de educação continuada para os idosos;
- Rever regularmente as áreas específicas de aprendizagem as quais se aplica o “Prémio para Áreas Específicas da Aprendizagem Contínua” e ajustar o Plano do Prémio com base na situação e necessidades correntes;
- Optimizar o esquema de “Subsídio para a Aprendizagem dos Idosos e Deficientes”, através da realização de estudos sobre a ampliação da sua cobertura, para proporcionar aos idosos um maior leque de opções de aprendizagem;
- Criar uma base de dados dos professores e instrutores idosos, com vista a uma utilização mais eficaz dos recursos oferecidos pelos idosos.

► **A longo prazo**

- Reformular as “Orientações para um Currículo para os Idosos” com base nas conclusões derivadas da sua revisão periódica e da situação no momento, para acompanhar o desenvolvimento social;
- Continuar a implementar a nova fase do “Programa de Desenvolvimento e Aperfeiçoamento Contínuo” e fazer avaliação periódica para acompanhar o resultado deste Programa, a fim de providenciar subsídios e plataforma diversificada para a aprendizagem aos idosos, e assim elevar as suas qualidades e competências individuais.



3.4.2 Trabalho voluntário

Objectivos: Apoiar os idosos para utilizarem de maneira contínua os seus conhecimentos, experiência e capacidade na participação social. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Capacitar os idosos para continuarem a contribuir para a sociedade através de trabalho voluntário;
- Salvar o direito e a liberdade de os idosos contribuírem para a sociedade, oferecendo serviços em regime de voluntariado.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Apoio às instituições de serviço aos idosos na organização e formação aos idosos para participarem em trabalho voluntário, a fim de poderem continuar a dar o seu contributo à sociedade. Estas instituições e outras que oferecem educação continuada para os idosos têm encorajado idosos, com ou sem preparação específica, a participarem em diferentes tipos de trabalho voluntário, incluindo visitas a casais idosos e a idosos que vivem sozinhos, além de participarem em serviços comunitários;
- As instituições de educação continuada para idosos, como a Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau e o Centro de Educação Permanente, têm organizado ou optimizado equipas de voluntários idosos, encorajando-os a participarem em trabalho voluntário;
- Através de homenagens e subsídios, tem-se enaltecido o espírito altruísta destes voluntários idosos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo:

- Providenciar formação profissional para o pessoal das instituições dos serviços a idosos, elevar a capacidade



profissional do respectivo pessoal na organização e promoção do plano de serviços voluntários dos idosos;

- Providenciar serviços de apoio para ajudar o funcionamento das organizações de voluntários idosos sem fins lucrativos, propiciando melhores condições para ampliarem o âmbito dos seus serviços de voluntariado.

► **A médio prazo:**

- Promover um plano de intercâmbio entre os voluntários interinstitucionais e intersectoriais para elevar a qualidade dos serviços voluntários de idosos;
- Criar uma plataforma de informação sobre o trabalho de voluntários idosos na RAEM;
- Apoiar as instituições de serviço aos idosos para desenvolverem o seu serviço voluntário de idosos, a fim de consolidar o desejo, oportunidades e confiança destes participarem em serviços de voluntariado;
- Realizar estudos sobre o Mecanismo de formação e desenvolvimento das actividades de voluntariado de idosos, apoiar e encorajar melhor os idosos a participarem nos serviços de voluntários.

► **A longo prazo:**

- Apoiar as instituições de serviço aos idosos no planeamento de actividades de voluntariado de idosos, incluindo definição de políticas, alocação de recursos, formação, acções de intercâmbio, promoção e incentivo, de forma a elevar o desejo, as oportunidades e a confiança destes participarem em serviços de voluntariado;
- Elaborar as estratégias de longo prazo para o desenvolvimento das actividades de voluntariado de idosos.



3.4.3 Capital social

Objectivos: Apoiar os idosos para desenvolverem cabalmente as suas redes interpessoais e gerar apoio intergeracional e bem assim apoio mútuo entre os idosos e seus pares através de contactos e interações. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Ajudar os idosos a desenvolverem as suas redes sociais e de apoio comunitário;
- Encorajar a solidariedade intergeracional.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Organizar actividades diversas para os idosos nos centros comunitários, nas instalações desportivas e nos recintos culturais, a fim de oferecer mais oportunidades para a sua participação social e bem assim para ampliar os seus círculos sociais;
- Localizar e contactar idosos que vivam sozinhos, através de diferentes tipos de programas de serviço para este efeito, a fim de os ajudar a reintegrarem-se na vida comunitária, de modo a evitar que se tornem em idosos anónimos;
- Apoiar as ONGs que ajudam os idosos a conceber e organizar diferentes tipos de actividades relacionadas com questões comunitárias, a fim de elevar o seu nível de participação comunitária. Apoiar igualmente as ONGs que ajudem a organizar ‘grupos de desenvolvimento’ para realizar actividades temáticas sobre diversas questões sociais, com o objectivo de melhorar as suas aptidões de participação social;
- Incentivar as organizações de juventude e as escolas a conceber actividades que facilitem a interacção entre os jovens e os idosos através de programas de subsídio, com base em projectos apresentados, que promovam o entendimento inter ou multigeracional e contribuam para reforçar a solidariedade intergeracional;



- Organizar, dar formação apropriada e encorajar a participação dos jovens em trabalho voluntário, incluindo visitas aos idosos, actividades que facilitem o intercâmbio intergeracional e reforcem o sentimento de respeito pelos idosos entre os jovens, através de um “Plano de Incentivo aos Jovens Voluntários” e de um “Programa de Serviço de Voluntariado em Férias”.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Reforçar os serviços de apoio e serviços complementares para os idosos frágeis ou que vivem sozinhos, em especial os que residem em edifícios de 5 andares e que não tenham o apoio dos filhos (familiares);
- Criar um “Banco de dados relativos aos idosos isolados” para a obtenção das informações sobre a situação actual de vida dos idosos isolados e a procura destes quanto aos serviços, o qual servirá de referência na definição das políticas e dos projectos relativos aos serviços para idosos isolados;
- Facilitar o entendimento e a tolerância intergeracionais, procurando transmitir a cultura e o conhecimento de uma geração para a seguinte, como por exemplo, através da compilação de livros de história oral com testemunhos dos idosos e assim fazer com que os jovens ensinem aos mais velhos as técnicas modernas, como as das redes sociais;
- Convidar os idosos a partilhar com os jovens os seus conhecimentos da vida e experiência do trabalho, a fim de ajudar os mais novos no planeamento das suas carreiras;
- Encorajar os jovens a participarem no trabalho voluntário para idosos, através de “Planos de Desenvolvimento Escolar” que deverão incluir formação para os mais novos melhor servirem e comunicarem com os idosos;



- Melhorar o conteúdo do “Programa de Serviço de Voluntariado em Férias” para que os seus participantes jovens possam aplicar os conhecimentos adquiridos na prestação de serviços aos idosos, ficando a saber como melhorar a comunicação e como cuidar dos mais velhos de forma mais adequada;
- Encorajar as associações de estudantes a desenvolverem um “Programa Intergeneracional de Aprendizagem da Solidariedade entre as três Gerações” a fim de proporcionar mais oportunidades de aprendizagem mútua e comunicação entre os jovens e os idosos;
- Através da colaboração entre instituições de serviço aos idosos, instituições de educação continuada para idosos e organizações de juventude e escolas, convidar idosos com o perfil apropriado para encontros com estudantes do ensino primário e secundário e bem assim procurar reforçar o entendimento mútuo entre estudantes e idosos através da realização de actividades que requeiram algum tipo de colaboração intergeracional, a fim de fomentar um maior contacto, comunicação e intercâmbio entre eles. Expor trabalhos de arte dos idosos em escolas primárias e secundárias, revelando assim os seus talentos e suscitando a apreciação dos alunos, o que contribuirá para criar uma imagem positiva dos idosos entre os mais novos;
- Organizar os alunos para visitarem lares de idosos e instituições relacionadas, onde poderão dar espectáculos, facilitando assim o intercâmbio cultural entre as gerações;
- Desenvolver plano de actividades temáticas nos centros de serviços a idosos, apoiar activamente na melhoria das relações interpessoais e no alargamento do âmbito social;
- Criar recintos orientados para o convívio familiar, a fim de providenciar locais seguros e confortáveis onde os avós possam fazer jogos e outras actividades lúdicas com os seus netos, facilitando assim o desenvolvimento de interacções positivas, base fundamental para a solidariedade intergeracional;



► A médio prazo

- Realizar estudos sobre as condições de vida dos idosos e desenvolver as adequadas actividades comunitárias para incrementar a sua participação social e construir uma rede de apoio comunitário;
- Nos programas de formação sobre o trabalho voluntário dos jovens, incluir formação específica sobre os serviços voluntários para os idosos, procurando rever periodicamente os seus conteúdos para melhorar a qualidade deste tipo de serviços;
- Encorajar as associações de estudantes a organizar o “Plano de aprendizagem entre 3 gerações”, fortalecer a aprendizagem mútua e a comunicação entre jovens e idosos;
- Através de um plano de subsídios para a solidariedade intergeracional, reforçar os laços entre as escolas e as instituições de serviço aos idosos para facilitar a interacção e o intercâmbio entre estudantes e idosos.

► A longo prazo

- Iniciar uma série de planos para facilitar a criação de um ambiente cultural e social conducente à solidariedade intergeracional, incluindo a organização de actividades com a participação de estudantes jovens e menos jovens, através da colaboração entre a Academia do Cidadão Sénior do Instituto Politécnico de Macau e as suas várias unidades académicas, departamentos e união de estudantes, para desenvolver a harmonia no campus;
- Rever a operação de subsídios através dos “Planos de Desenvolvimento Escolar”, realizar estudo sobre as medidas e o aumento do montante do subsídio, ao mesmo tempo, realizar estudo sobre a revisão do estatuto de subsídios, com vista a sensibilizar os trabalhos de educação moral nas escolas, promover a organização das actividades com o tema “respeitar e proteger os idosos” nas escolas, incluindo encorajar os jovens a

participar nos trabalhos voluntários para dar carinho aos idosos, com o objectivo de fortalecer o conceito do respeito pelos idosos.

3.4.4 Divulgação de informações

Objectivos: Ajudar os idosos a aceder prontamente à necessária informação sobre recursos, serviços e actividades sociais. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Ajudar os idosos a melhorar as suas aptidões de utilização da tecnologia de informação;
- Criar canais diversificados para a divulgação de informações sem barreiras.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Providenciar aos cidadãos, incluindo os idosos, um serviço one-stop no âmbito das informações da Administração, através do Centro de Informações ao Público, para consulta aos processos administrativos e distribuição de vários tipos de informação e publicidade do governo;
- Através das instituições da educação contínua para os idosos organizar cursos sobre as informações e tecnologia de vários níveis;
- Encorajar e apoiar ONGs na organização de diferentes tipos de cursos sobre tecnologia da informação, incluindo a utilização de computadores e telefones móveis, a fim de melhorar os conhecimentos práticos dos idosos neste campo. Apoio às ONGs para a aquisição dos equipamentos necessários para ministrar estes cursos;
- Implementar o “Plano de Formação das Tecnologias de Aplicação de Software Móvel” para formar talentos locais neste campo, de forma a fomentar o desenvolvimento sustentável de pessoal qualificado que possa desenvolver mais aplicativos adequados para os idosos e pessoas com deficiências;





- Lançar a aplicação para telemóvel da “Plataforma de Dados da Saúde de Macau”, a webpage dos Serviços de Saúde de Macau sobre tempo de espera para a consulta, inquirição sobre tempo de espera para a consulta disponível nos monitores electrónicos colocados nas instituições médicas e através de linha aberta 24-horas. Estes canais permitem aos cidadãos, incluindo os idosos, o acesso imediato a informação sobre o número de pessoas em lista de espera nas diferentes instituições médicas registadas na rede;
- Introduzir a função de consulta sobre a situação da ordem de atendimento médico na “Plataforma de Dados da Saúde de Macau”. Os cidadãos podem aceder a informação sobre a situação da ordem de atendimento dos Serviços de Urgência, das Consultas Externas e da Farmácia do Hospital, bem como sobre o respectivo receituário através do scan do código QR dos recibos emitidos pelos Serviços de Saúde. A Plataforma também divulga as últimas notícias dos Serviços de Saúde, para manter os cidadãos devidamente informados sobre questões médicas e de saúde, e bem assim sobre assuntos farmacêuticos e profissões privadas de prestação de cuidados de saúde.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Providenciar serviços e equipamentos de fácil utilização pelos idosos nos recintos culturais, disponibilizando pessoal para ajudar os idosos no manejo de computadores, aquisição de equipamentos que possam aumentar o tipo de letra (função zoom), leitores de microfimes/microfichas, e outros dispositivos de apoio, aparelhos de guia áudio, e bem assim materiais publicitários relativos a visitas guiadas impressos em fontes maiores para facilitar a sua leitura pelos idosos. O objectivo destas optimizações é o de criar instalações e serviços culturais facilmente acessíveis aos idosos;
- Organizar cursos de tecnologia da informação sobre Plataformas das redes sociais, manejo de dispositivos móveis (tabletes e

telefones inteligentes) e bem assim o uso das suas diversas aplicações, a fim de permitir aos idosos manter contacto e intercâmbio com os amigos e a família através dos novos media, além de os encorajar a aprender mais sobre os serviços públicos e outros recursos online;

- Introduzir módulos sobre ‘web design sem barreiras’ nos cursos de tecnologia da informação, a fim de se obterem websites e aplicações mais fáceis de utilizar por parte dos idosos e de pessoas com deficiências. Por exemplo, introduzir módulos sobre ‘web design sem barreiras’ no Plano de Formação das Tecnologias de Aplicação de Software Móvel;
- Organizar diferentes tipos de cursos, grupos de interesse e actividades sobre tecnologia da informação nas diversas instituições sem fins lucrativos, que possam facultar mais oportunidades e opções para os idosos aprenderem tecnologia da informação;
- Coordenar as operadoras de telecomunicações na realização de programas de formação, nas unidades que prestam serviço aos idosos, sobre a utilização de aplicações;
- Introduzir cursos subsidiados de informática no Plano de “Subsídio para a Aprendizagem dos Idosos e Deficientes”;
- Apoiar as instituições que prestam serviço aos idosos para melhorarem o conhecimento destes sobre tecnologia da informação e tecnologia informática através de acções de formação e aquisição de equipamentos técnicos;
- Realizar estudos sobre a possibilidade de subsidiar idosos de fracos recursos económicos para a compra de equipamento tecnológico básico;
- Introduzir máquinas electrónicas de serviço online e de auto-serviço para o Sistema de Protecção na 3ª Idade, para facilitar aos cidadãos, incluindo os idosos, descarregar os conteúdos para protecção na 3ª idade;



- Criar uma plataforma de informação integrada para o serviço de assistência social aos idosos, a fim de estes melhorarem os seus conhecimentos sobre a assistência social;
- Desenvolver design livre de barreiras para o “Sistema de Consulta sobre a Espera de Atribuição de Habitação Social” para facilitar aos idosos o acesso à respectiva informação;
- Promover web design livre de barreiras (por ex. através de palestras e workshops), inclusive no seio da indústria de tecnologia da informação, para que sejam desenvolvidos websites e aplicações mais fáceis de utilizar pelos idosos e pelas pessoas com deficiências;
- Fazer com que o portal web e os websites temáticos de todos os departamentos do governo respeitem os requisitos das “Instruções Normativas para as Páginas Electrónicas dos Serviços Públicos”. Introduzir também neles funções adequadas livres de barreiras e analisar o seu cumprimento por todos os departamentos do governo. O objectivo é facilitar o acesso online dos idosos às informações da Administração e à utilização da tecnologia da informação, suavizando assim a sua vida.

► **A médio prazo**

- Rever a eficácia dos cursos sobre tecnologia da informação para melhorar a capacidade dos idosos, de modo a conceber cursos de informática que melhor se adequam às suas reais necessidades;
- Rever a eficácia do “Plano de Subsídios para a Instalação de Produtos de Tecnologia da Informação”, a fim de garantir que os idosos desfrutem de oportunidades de aprendizagem e utilização de dispositivos electrónicos;
- Rever e melhorar os equipamentos e condições para o acesso livre de barreiras à informação nas unidades que prestam serviço aos idosos;

- Rever a eficácia funcional do “Sistema de Consulta livre de barreiras sobre a Espera de Atribuição de Habitação Social”, no sentido de melhorar a circulação de informação, procurando aperfeiçoar continuamente o sistema para tornar a sua utilização mais fácil para os idosos;
- Realizar estudos sobre as necessidades e a utilização que os idosos fazem da informação, os seus conhecimentos, as carências e dificuldades na utilização das tecnologias de informação;
- Realizar estudos sobre a criação de programas de incentivo para motivar as empresas privadas a construir páginas web livres de barreiras ou a desenvolver aplicações de tecnologia da informação que facilitem o acesso dos cidadãos, incluindo os idosos e as pessoas com deficiências, aos seus serviços e informações relevantes;
- Fazer com que o portal web e os websites temáticos de todos os departamentos do governo respeitem os requisitos exigidos pela versão 2.0 das “Instruções Normativas para as Páginas Electrónicas dos Serviços Públicos”, que será formulada de acordo com as directrizes providenciadas pelo World Wide Web Consortium (W3C);
- Formular “Guias de Orientação para web design livre de barreiras”, aplicáveis a Macau através da cooperação interdepartamental.

► **A longo prazo**

- Formular políticas e medidas que facilitem o bem-estar dos idosos, com base nas conclusões dos estudos efectuados sobre as necessidades e a utilização que os idosos fazem da informação;
- Optimizar os diferentes canais de e-informação e integrar os seus serviços e funções, nomeadamente para dar resposta ao E-PASS, telefonia móvel e ferramentas digitais móveis. O objectivo é providenciar aos cidadãos, incluindo os idosos,



informação e serviços móveis que são seguros e personalizados e bem assim melhorar a disseminação eficaz da informação sobre a protecção na 3ª idade através de toda a comunidade;

- Para além de criar mais canais de e-informação, organizar campanhas de publicidade e actividades promocionais regulares sobre novos ou melhorados serviços de e-informação relacionados com a protecção na 3ª idade, a fim de os idosos poderem ter acesso e fazerem bom uso da informação. Desta forma se proverá o avanço do desenvolvimento dos e-serviços e uma circulação de informação livre de barreiras;
- Incentivar as ONGs subsidiadas pelo governo e os diferentes sectores sociais para utilizarem web designs livres de barreiras mais fáceis, para que os cidadãos, incluindo os idosos e pessoas com deficiências, possam acederem melhor às informações e serviços da Administração no website do Governo.

3.4.5 Recreio, lazer e desporto

Objectivos: Providenciar aos idosos as mais diversas actividades culturais e recreativas, ajudando-os a animar os seus tempos livres e incentivando o seu desenvolvimento físico e mental. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Desenvolver actividades culturais, recreativas e desportivas apropriadas para os idosos.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Organização mensal do “Dia do Desporto para Todos”, sempre em bairros diferentes, como uma iniciativa aberta a toda a comunidade para encorajar os cidadãos, incluindo os idosos, a praticarem desporto;
- Co-organização do “Dia do Desporto para Idosos” sob o lema - desporto para todos, em parceria com agremiações desportivas da 3ª idade e ONGs. Organizar os idosos para participarem em actividades desportivas, a fim de incrementar a sua participação

nestas actividades e bem assim alargar o seu leque de opções desportivas. Optimizar as condições para que outras actividades sob o lema -desporto para todos - possam suscitar uma maior participação dos idosos. Tem-se revelado, ao público em geral, uma imagem de participação activa dos idosos em actividades desportivas;

- Providenciar o serviço de renovação automática das classes de recreação e manutenção ao abrigo do lema - desporto para todos - a todos os idosos participantes com mais de 65 anos;
- Criar o Programa de Extensão para a participação dos idosos nos principais eventos culturais;
- Organizar espectáculos de orquestras e grupos de teatro nas instituições de serviço aos idosos, para tornar mais conveniente a estes assistirem aos eventos artísticos e culturais;
- Os idosos ficaram mais conhecedores deste tipo de actividades, através do apoio dado às ONGs para organizarem cursos de animação cultural, recreativa e desportiva, formação de instrutores e realização de concursos. Também foram dados apoios às ONGs para organizarem intercâmbios culturais e competições desportivas.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo:

- Subsidiar as ONGs na organização de mais actividades culturais, recreativas e desportivas destinadas aos idosos, segundo o enquadramento dos Regulamentos do Desporto Para Todos;
- Apoiar as unidades que prestam serviço aos idosos para optimizarem os seus ambientes e equipamentos de serviço, a fim de poderem satisfazer as necessidades dos idosos em termos de recreio, lazer e desporto;
- Organizar anualmente cursos e palestras em recintos culturais



para incrementar o interesse e apreciação dos idosos pelas artes e a cultura;

- Providenciar sessões destinadas aos idosos em recintos culturais adequados. Com base na sua participação em eventos de arte e cultura, oferecer-lhes entrada e visita guiada gratuita, e bem assim outras regalias ou medidas de apoio para reforçar o seu interesse em participar em tais eventos;
- Organizar actividades de arte e cultura abrangentes nos centros de serviços aos idosos. Realizar programas de espectáculo para idosos durante o dia para incentivar o seu interesse em participar em actividades de carácter social e cultural;
- Considerar a possibilidade de subsidiar grupos de arte para organizarem actividades ou serviços de índole cultural dedicados aos idosos com base nos seus interesses específicos, a fim de os atrair mais para este tipo de actividades recreativas e culturais.

► **A médio prazo:**

- Com base nos dados do relatório “Avaliação da Condição Física da População de Macau 2015” sobre as condições físicas dos idosos, organizar pontualmente actividades que são adequadas para os idosos sob o tema - desporto para todos - para os cidadãos;
- Optimizar o ambiente e as instalações de apoio das instituições de serviços aos idosos para criar melhores condições para as práticas de recreio, lazer e desporto;
- Providenciar formação profissional ao pessoal que presta serviços aos idosos a fim de melhorar os seus conhecimentos e aptidões para a concepção e realização de actividades para esse grupo de cidadãos.

► **A longo prazo**

- Co-organizar, ajudar a organizar e subsidiar as ONGs a realizar mais actividades sob o tema - desporto para todos - para os



cidadãos, incluindo os idosos. O objectivo do Governo é dar mais oportunidades e escolhas aos idosos na participação das actividades desportivas, enriquecer os tempos de lazer dos cidadãos e aumentar a sua qualidade da vida.

3.4.6 Participação cívica

Objectivos: Apoiar os idosos para que expressem as suas opiniões sobre as políticas para a 3.^a idade e as questões públicas que os afectem, para que sejam parte interessada activa. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Assegurar a participação equilibrada dos idosos no decurso da formulação de políticas, dando importância às suas opiniões e sugestões.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Através das instituições de serviços aos idosos, explicar, nas suas instalações, as questões e problemas sociais correntes aos idosos;
- Encorajar às instituições de serviços aos idosos para que organizem a participação dos idosos nas questões sociais;
- Realizar sessões de recolha de opiniões e sessões de consulta para auscultar as opiniões e sugestões dos idosos sobre as políticas e serviços que a eles dizem respeito;
- Providenciar o encaminhamento das queixas e sugestões apresentadas pelos cidadãos e prestar ajuda aos cidadãos na canalização das suas opiniões e reclamações para os respectivos departamentos do governo da RAEM, através do Centro de Informações ao Público;
- Colaboração com organizações sem fins lucrativos na marcação prévia para inscrição colectiva dos idosos para o recenseamento eleitoral. Criação de Postos Móveis de Recenseamento por toda a cidade para facilitar o processo de recenseamento dos idosos na área em que residem.



Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Propor idosos que se notabilizaram para membros da Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior, a fim de participarem no planeamento das políticas de serviços aos idosos;
- Criar um mecanismo, com funcionamento nas instituições de serviços aos idosos, para a recolha regular de opiniões dos idosos, em especial sobre os seus direitos e interesses, e políticas e serviços a si destinados;
- Durante as consultas para a formulação da política de habitação pública, recolher as opiniões da Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior sobre a matéria e levar em linha de conta os seus interesses;
- Encorajar as instituições de serviços aos idosos para criarem ‘grupos de assessoria de utentes’ para saber as opiniões dos idosos sobre as condições do serviço que elas prestam e formas de o otimizar;
- Apoiar as instituições de serviços aos idosos na promoção de actividades cívicas;
- Utilizar as redes de serviços aos idosos para disseminar, em tempo útil, informação sobre as acções governativas e questões sociais.

► A médio prazo

- Realizar estudos com vista à criação de canais e mecanismos mais eficazes para recolher mais opiniões dos idosos em relação às acções governativas, em especial sobre os seus direitos e interesses, e políticas e serviços a si destinados, a fim de rever periodicamente e ajustar as políticas e serviços.



► **A longo prazo**

- Reforçar as acções educativas e de publicidade sobre a importância da participação dos idosos na formulação de políticas. Encorajar os idosos a exprimir as suas opiniões e a participar activamente nos respectivos debates.

3.5 Âmbito do ambiente de vida

3.5.1 Transportes e deslocações

Objectivos: Providenciar meios convenientes para as deslocações dos idosos, para que estes possam alargar o âmbito das suas actividades e vida social. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Assegurar que as deslocações dos idosos se façam com segurança;
- Assegurar que as suas deslocações sejam convenientes, para que saiam mais vezes de casa;
- Sensibilizar os cidadãos para utilizarem mais os transportes públicos;
- Optimizar a instalação e a utilização de estruturas de transporte sem barreiras.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- Utilizando diversos média, como o evento mensal “Palestra sobre a Segurança no Trânsito” e o anual “Arraial sobre Segurança Rodoviária” para popularizar a segurança rodoviária e disseminar publicamente informação sobre questões de transporte, continuando a encorajar os cidadãos para respeitarem as leis da estrada e fomentar o civismo nas suas deslocações;
- Continuar a aumentar o número de autocarros com pisos baixos e espaço para cadeiras de rodas. Substituição gradual dos



veículos antigos por modernos de piso baixo e baixo nível de emissão, numa política assumida de melhorar as instalações na cabina e a qualidade geral dos transportes públicos. De 2013 a 2014, as companhias de autocarros já colocaram ao serviço do público mais de 180 autocarros com pisos baixos e espaço para cadeiras de rodas, a fim de facilitar a locomoção aos diferentes tipos de utentes. Em Dezembro de 2014, cerca de 30% dos autocarros em circulação possuía espaço para cadeiras de rodas e 40% pisos baixos;

- Todos os autocarros em circulação têm 4 lugares reservados para grávidas, deficientes ou passageiros necessitados, estando também equipados com sistema de paragem visual e anúncio sonoro para conveniência dos passageiros idosos;
- Continuar a otimizar-se as instalações das paragens para dar resposta às necessidades dos passageiros idosos e melhorar-se o sistema de rede de carreiras de autocarros através da ampliação de rotas;
- Tem-se encorajado a deslocação dos idosos através do “Programa de Benefícios das Tarifas para Idosos”;
- Foi revisto o número de táxis em circulação. Entre finais de 2014 e inícios de 2015 entraram na praça mais 200 táxis. Segundo estimativas de meados de 2015, o número total de táxis aumentou para 1.280, para satisfazer as necessidades de transporte de vários tipos de utentes;
- Preparativos para a abertura do concurso para serviços especiais de táxis e melhorias do regime do licenciamento para que tais serviços respondam atempadamente ao desenvolvimento social e necessidades reais de transporte da população. Dar enfoque na introdução de táxis livres de barreiras e equipados com dispositivos de apoio (por ex. taxímetro falante) para atender às necessidades especiais dos idosos e pessoas com deficiências;
- Optimizar o transporte lento e construir uma rede pedonal caracterizada por segurança, conforto e sem barreiras. De 2011



a 2014, o Governo da RAEM iniciou ou completou 26 obras de melhoria de passagens superiores pedonais, equipamentos pedonais e ambiente pedonal;

- Introduzir instalações livres de barreiras em viadutos, túneis e passeios para peões e instalado um sistema de sinal sonoro nas passadeiras e ainda instalações de guia para orientação de deficientes visuais nos locais necessários;
- O Governo da RAEM passou a incluir requisitos de design livre de barreiras nos concursos públicos para obras e serviços públicos, em especial nas obras de passagens superiores pedonais, túneis e parques de estacionamento públicos;
- Continuação da planificação e construção de sistemas pedonais para proporcionar mais conveniência aos moradores (incluindo idosos) nas suas deslocações, a pé. Com base na actual situação da península de Macau e ilhas adjacentes, foram optimizadas e construídas novas instalações para atravessamento. Na península, completou-se o “Embelezamento da Rua da Encosta e Acesso Pedonal entre ZAPE e Guia – Obra da Zonas 1 e 2” e iniciou-se a Obra da Zona 3, estando a ser planeada a “Construção das Escadas Rolantes na Rua da Surpresa”. Nas ilhas, já entrou em funcionamento o “Sistema Automático de Circulação Pedonal em Ligação entre o Bairro Antigo da Taipa e o Cotai” e estão a ser construídos outros dois sistemas pedonais, a saber, o Circuito Pedonal de Ligação entre o Jardim do Lago e a Casa-Museu da Taipa e Circuito Pedonal de Ligação entre o Jardim do Lago e o Miradouro da Colina da Taipa Pequena, que irão criar formas de deslocação mais rápidas, confortáveis e seguras para os cidadãos;
- Supervisão regular da instalação e utilização dos lugares reservados nos autocarros e promoção continuada do lema ‘ceder o lugar aos idosos nos autocarros’;
- Instar as empresas de autocarros e táxis a realizar formação regular para os seus condutores, a fim de reforçar os seus conhecimentos e aptidões para poderem utilizar plenamente as instalações livres de barreiras.



Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Realizar estudos sobre o possível aumento do número de lugares reservados nos transportes públicos para pessoas necessitadas. Sensibilizar a população utente para ceder seu lugar e assegurar que as pessoas com deficiências físicas ou mentais, os idosos, as pessoas fragilizadas e as mulheres e crianças possam utilizar os transportes públicos de forma cómoda e conveniente, evitando danos pessoais devido à instabilidade natural deste meio de transporte;
- Em consonância com a política de trânsito e as medidas de tráfego, incentivar as instituições de serviço aos idosos a proporcionarem a estes informação de tráfego de forma atempada, a fim de aumentar a sua segurança rodoviária através do conhecimento da situação do trânsito;
- Encorajar os idosos a participarem em actividades dos “Amigos dos Autocarros” a fim de melhor perceberem o funcionamento deste meio de transporte e chamando a sua atenção para os assuntos de trânsito;
- Substituição gradual dos veículos antigos por modernos de piso baixo e baixo nível de emissão, numa política assumida de melhorar as instalações da cabina e a qualidade geral dos transportes públicos;
- Analisar a utilização dos transportes públicos pelos idosos e procurar melhorar as instalações livres de barreiras, interiores e exteriores, das paragens e dos terminais. Melhorar as zonas de espera (paragens) com prioridade para a substituição das mais antiquadas nas ilhas. Equipar as paragens com assentos, sempre que tal for possível, para facilitar a vida a pessoas com problemas de mobilidade. O objectivo é tornar a utilização dos transportes públicos o mais cómoda possível para os idosos;



- Melhoria contínua das rotas de autocarros. Ajustar de forma atempada ou aumentar a frequência do serviço de transporte para satisfazer as necessidades de deslocação diária dos idosos, em especial as idas a consulta médica, adequando os trajectos às áreas com maior concentração de residentes idosos. Tal poderá ser feito criando novas rotas para os bairros mais recentes, além de alargar o âmbito da rede de cobertura;
- Aumentar gradualmente o número de autocarros e a frequência de partida dos mesmos com base nas necessidades reais de transporte público e concretizar a fiscalização e controlo de circulação dos autocarros, melhorando a sua pontualidade, a fim de reduzir os tempos de espera dos idosos e do público em geral;
- Realizar revisões regulares de ajustamento, para ter sempre um número razoável de táxis disponíveis. Iniciar o estudo sobre os princípios de ajustamento do número dos táxis, revendo o seu número, do ponto de vista das percentagens do crescimento demográfico e do crescimento dos turistas que visitam Macau e da sua taxa de circulação sem passageiros, resolvendo gradualmente o problema da dificuldade dos idosos em apanhar táxi;
- No caso das passagens superiores pedonais e passagens inferiores pedonais já livres de barreiras mas com condições de serem melhoradas, modificá-las gradualmente para melhorar a segurança no atravessamento dos idosos com problemas de mobilidade;
- Dar prioridade ao alargamento dos passeios de peões situados na periferia das principais paragens com maior afluência de peões, e junto de escolas, hospitais e parques e jardins principais e remodelá-los no sentido da melhoria do acesso livre de barreiras. Optimizar a segregação de veículos e peões a fim de melhorar a segurança e conveniência na deslocação dos idosos;
- Todos os sinais luminosos de trânsito da cidade deverão ser equipados com sinais sonoros e adequadas instalações de guia para orientação de deficientes visuais e instalados ao longo da



superfície dos passeios de peões, para assegurar a segurança no atravessamento aos idosos e pessoas com deficiências;

- Instar as empresas de autocarros e táxis a realizar formação regular para os seus condutores, a fim de reforçar os seus conhecimentos e aptidões para poderem utilizar plenamente as instalações livres de barreiras e também incrementar o seu respeito aos idosos. Melhorar a sua atitude de condução e incentivá-los a serem mais solícitos para com as necessidades de deslocação dos idosos;
- Sensibilizar o público, através de acções educativas e campanhas de publicidade, para as necessidades de deslocação dos idosos e pessoas com deficiência;
- Realizar todos os meses uma “Palestra sobre a Segurança no Trânsito” para os idosos. Utilizar fórmulas explicativas e lúdicas interessantes, como peças de teatro, concursos de perguntas com prémios e outros media interactivos a fim de promover a segurança de trânsito entre a população idosa;
- Organizar os idosos para realizar visitas e digressões relevantes sobre o tema. Planear a construção de uma galeria sobre transportes, a fim de os idosos, e bem assim o público em geral, ganharem um melhor entendimento da problemática do transporte e do trânsito em Macau;
- Continuar a realizar acções educativas e promocionais para divulgar a segurança de trânsito através de todas as camadas sociais e etárias, incluindo os idosos. Utilizar para estas acções de sensibilização slogans, cartazes e video clips associados à segurança de trânsito, de pronta divulgação no dia a dia. Continuar a utilizar uma diversidade de canais, incluindo jornais, revistas, internet, TV e rádio para sensibilizar a população sobre a segurança de trânsito e transmitir informação específica sobre transportes a todas as camadas de público, incluindo os idosos, de uma forma bem planeada e sistemática. Reformular e melhorar os conteúdos-chave das campanhas de publicidade e educação sobre a segurança de trânsito, com base em alterações



da rede viária ou nas rotinas de transporte dos cidadãos. O objectivo é manter as promoções e acções educativas a par dos tempos e uma sempre elevada sensibilização sobre a segurança de trânsito.

► **A médio prazo**

- Melhorar e aplicar o sistema inteligente de gestão e reforçar a fiscalização e controlo do serviço de transporte público através de tecnologia científica para facilitar a sua contínua optimização;
- Para acompanhar, futuramente, o funcionamento do metro ligeiro, promover a utilização comum do “PASSE Inteligente” nos autocarros e metro ligeiro. Em articulação com o desenvolvimento regional integrado, promover a utilização dos PASSES electrónicos nos transportes públicos das regiões integradas. Implementação gradual do benefício de tarifa para o transporte intermodal (metro e autocarro);
- Rever a eficácia do “Programa de Benefícios das Tarifas para Idosos” a fim de oferecer conveniência para as deslocações dos idosos e ajustar em tempo útil as suas provisões, a fim de beneficiar um número maior de idosos;
- Procurar melhorar a qualidade dos serviços de táxi através de legislação e adopção de novas tecnologias. Continuar a optimizar a qualidade e o aumento da oferta de serviços de táxi a fim de facultar à população serviços de táxi seguros e fiáveis;
- Realizar estudos para definir as respectivas normas de gestão da exploração dos táxis, que deverão ter em conta a viabilidade de introduzir um sistema inteligente de gestão e a adopção de tecnologia científica nos serviços de despacho e gestão dos táxis. Dar prioridade à correcção dos desequilíbrios da presença dos táxis nas diversas zonas e concretizar o controlo de qualidade dos serviços de táxi, a fim de melhorar a experiência dos idosos na utilização dos serviços de táxi;





- Melhoria das instalações de transporte intermodal nas paragens, para que os cidadãos, incluindo os idosos, possam usufruir de transportes públicos mais seguros, eficientes e convenientes;
- Em consonância com o desenvolvimento do metro ligeiro, proceder à melhoria gradual da rede de transportes públicos, tendo em particular atenção as necessidades dos idosos. Rever o número de autocarros em circulação, bem como a sua frequência do serviço para proporcionar aos idosos um melhor e mais conveniente ambiente de transporte;
- Rever os critérios para a aquisição de autocarros. Considerar como critério a observar o design de piso baixo na compra de novos autocarros de médio e de grande porte, de forma a aumentar o número deste tipo de veículos para facilitar as deslocações dos idosos;
- Revisão integral do número de táxis livres de barreiras e da sua utilização. Realizar estudos sobre o aumento do número destes, de forma a alargar o seu âmbito de cobertura e circulação e permitir melhor acesso aos idosos e a pessoas com necessidades especiais;
- Revisão permanente do design livre de barreiras do sistema pedonal para facilitar a vida aos idosos, pessoas com deficiências e todos aqueles com problemas de mobilidade, dando assim respostas às necessidades dos vários tipos de utentes da via pública;
- Realizar estudos sobre as modalidades de deslocação dos idosos e bem assim dos potenciais riscos envolvidos, a fim de garantir a estes uma maior segurança nas suas deslocações ao providenciarem serviços mais adequados;
- Supervisionar e rever a utilização dos lugares reservados nos autocarros, redefinindo ou revendo os seus termos de uso. Promover a cultura do respeito pelos idosos através de campanhas para cedência de lugar aos mais velhos.

► A longo prazo

- Criar um ambiente de transporte mais amigável e seguro para os idosos para garantir a segurança das suas deslocações;
- Promoção contínua da política da “primazia dos transportes públicos”. Formular medidas relativas ao transporte intermodal para os passageiros idosos, de forma a encorajar as suas deslocações ao oferecer-lhes serviços de transporte mais convenientes;
- Aumentar o número das instalações livres de barreiras nos serviços de transporte público e bem assim instituir o design livre de barreiras em todas as paragens. Alargar o âmbito de utilização dos autocarros de piso baixo, a fim de efectivar uma verdadeira acessibilidade livre de barreiras;
- Testar a viabilidade de se aplicarem tecnologias inovadoras livres de barreiras no sistema pedonal, através da coordenação e cooperação interdepartamentais. Considerar a instalação de mais equipamentos de apoio livres de barreiras para os peões e melhorar a eficácia das instalações para atravessamento existentes através de dispositivos livres de barreiras, a fim de melhorar a segurança e a conveniência da sua utilização pelos cidadãos, incluindo os idosos;
- Integrar e ajustar as carreiras de autocarros para poder dar resposta ao futuro desenvolvimento decorrente do metro ligeiro e das novas zonas de aterro. Rever o número de autocarros em circulação, bem como a sua frequência do serviço com base nas necessidades de transporte público dos idosos. Optimizar o sistema de transporte público através da expansão da sua cobertura e da construção de infra-estruturas de transporte modal, de modo a prover à sua diversificação. O objectivo é criar serviços de transporte integrados e fluídos que facilitem as deslocações dos idosos;
- Criar um sistema de transporte público integrado, com o metro ligeiro como “coluna vertebral” e os autocarros e táxis como



sistema de base, e o sistema pedonal como auxiliar. Facilitar as conexões entre o metro ligeiro e o serviço de táxis, para proporcionar aos cidadãos diversos modos de deslocação e construir uma cidade verde onde a população e os turistas possam deslocar com agrado;

- Rever regularmente a utilização do PASSE electrónico. Optimizar de forma contínua os serviços de transporte intermodal (entre metro ligeiro e autocarro). Realizar gradualmente um passe integrado para os transportes públicos da RAEM, para evitar que os idosos tenham de pagar com moedas ou outro sistema menos prático, oferecendo assim aos idosos mais opções de transporte para as suas deslocações;
- Completar a instalação de dispositivos livres de barreiras nas instalações para atravessamento que ainda possam ser melhoradas. Melhorar a segurança e conveniência dos cidadãos, incluindo os idosos, na utilização das ditas instalações para atravessamento;
- Construir um sistema pedonal bem apetrechado nas novas zonas e criar um sistema pedonal bem concebido nas novas zonas e novos aterros urbanos, em consonância com o planeamento urbanístico, a fim de construir um sistema de transporte global amigo do ambiente e de baixo teor de carbono. O objectivo é, mais uma vez, facilitar a deslocação dos idosos;
- Criar uma consciência social respeitadora dos idosos e uma prática de ceder o seu lugar às pessoas mais velhas.

3.5.2 Construção e habitação

Objectivos: Garantir a segurança e acessibilidade da construção e habitação e melhorar as suas instalações complementares para que os idosos possam envelhecer em casa. Entre as estratégias a aplicar destacam-se:

- Garantir a segurança doméstica dos idosos;

- Aumentar a oferta de habitação, pública e privada, adequada para os idosos;
- Criar ambientes habitacionais que facilitem o cuidado e o apoio familiar aos idosos;
- Melhorar os laços sociais das residências dos idosos;
- Reforçar a capacidade dos idosos de levarem uma vida independente em casa;
- Optimização de equipamentos de apoio sem barreiras e de um ambiente de vida livre de barreiras.

Medidas vigentes / de natureza continuada:

- No caso de pedidos de habitação social por agregados familiares com membros idosos, têm sido atribuídos pontos extra na avaliação para prioridade na atribuição de habitação social, a fim de facilitar a sua candidatura;
- Encorajar as famílias a viverem com membros idosos, oferecendo prioridade na atribuição de habitação económica destinada aos agregados familiares dispostos a coabitarem com membros idosos;
- Com base nas situações concretas, atribuíram-se ou mudaram-se idosos que viviam sozinhos em unidades de habitação social para outras unidades habitacionais mais adequadas, a fim de reduzir as probabilidades de acidentes domésticos devido ao ambiente impróprio e apoios insuficientes nas unidades de habitação social;
- Garantir a segurança doméstica dos idosos através de ONGs de apoio que avaliaram as condições ambientais de idosos a viverem sozinhos e procederam aos respectivos ajustamentos;
- Melhorar a segurança doméstica dos idosos através do incremento dos seus contactos com a sociedade através dos serviços de teleassistência “Peng On Tung”;





- Através de cooperação interdepartamental, reservar espaços na concepção dos novos projectos de habitação pública para as instituições de serviço aos idosos instalarem centros de dia para estes, a fim de se melhorar a prestação de cuidados aos idosos nas novas unidades de habitação pública;
- Para além da construção em geral de habitação social e económica, têm-se construído habitações sociais para os idosos com casa de banho e portas maiores, equipadas com piso antiderrapante e cadeira para chuveiro, interruptores com botões grandes, ausência de limiar nas portas no interior dos apartamentos, detectores de fumo e sistemas de serviços de teleassistência 24-hr “Peng On Tung”, para além de serviços de Centro de Dia. Todos estes dispositivos facilitam a vida diária dos idosos, que passam a ter um ambiente mais seguro e confortável;
- Construção de habitação pública que respeita o estipulado nas “Instruções para a Concepção e Construção de Habitação Pública”, determinando que os espaços públicos no interior e exterior das unidades de habitação pública devem estar providos de instalações livres de barreiras, incluindo acessos inclinados equipados com corrimões e pavimento táctil;
- Introduzir o princípio de design livre de barreiras nos planos de construção do governo para as novas instalações de serviço aos idosos. Por outro lado, nos casos em que tal foi possível, otimizar através de subsídios do governo, espaços livres de barreiras nas instalações de serviço aos idosos;
- Organizar anualmente workshops e acções de promoção nas unidades de habitação social para informar os residentes, incluindo os idosos, sobre a disponibilidade de instalações e serviços complementares, incluindo dispositivos livres de barreiras, menus de serviços das unidades de serviço aos idosos, avaliações de segurança doméstica e formas de a melhorar e ainda de instalações de protecção contra o vento e contra incêndios, e de requisitos de higiene alimentar e segurança pública. Uma vez que os residentes se sintam familiarizados

com o seu ambiente habitacional, podem deslocar-se mais facilmente e bem assim ajudar outros a fazê-lo. Também se tem incrementado a consciência de segurança doméstica, a fim de reduzir as probabilidades de acidentes domésticos.

Medidas contempladas no plano de acção:

► A curto prazo

- Completar as “Normas para a Conceção de Design Universal e Livre de Barreiras em Macau”;
- Depois do período regulado, a concepção e construção de todas as novas obras públicas do governo subsidiadas terão de cumprir as “Normas para a Conceção de Design Universal e Livre de Barreiras em Macau”. Ao mesmo tempo, todos os departamentos públicos de Macau irão proceder a revisão das suas áreas e instalações de recepção de modo a confirmar se estas cumprem o estipulado nas ditas “Normas”, melhorar progressivamente o ambiente físico e equipamentos de apoio das áreas de recepção públicas, no sentido de uma melhoria gradual do Design Universal e Livre de Barreiras em todas as dependências de departamentos governamentais;
- Melhorar os dispositivos livres de barreiras nas unidades de serviços aos idosos, a fim de lhes facultar maior acessibilidade e conveniência;
- Instalação gradual de dispositivos livres de barreiras nas instalações e recintos geridos pelo Instituto Cultural, incluindo maior número de elevadores, serviço de aluguer de cadeira de rodas e acesso livre de barreiras, para facilitar aos idosos a visita e a sua utilização;
- Revisão do regime de habitação social e revisão da legislação e regulamentos que gerem os pedidos de atribuição da habitação social. Realizar estudos sobre a viabilidade de oferecer pontos extra aos agregados familiares candidatos a pedidos de atribuição da habitação social que possuam membros idosos



em linha directa e estejam dispostos a cuidar deles, de modo a priorizar a sua entrega;

- Melhorar e promover o “Esquema de Avaliação sobre Segurança Doméstica dos Idosos e Melhoria do seu Ambiente Doméstico”, realizar avaliações sobre a segurança doméstica para lares de idosos desfavorecidos, que vivam sozinhos ou sejam casal de idosos e subsidiar os idosos na melhoria do seu ambiente habitacional;
- Melhorar e reforçar o serviço urgente de assistência para dar cuidado e apoio a vida dos idosos em casa;
- Desenvolver e aprofundar o conteúdo do serviço de cuidados domiciliários integrados e de apoio, reforçar o apoio aos idosos que vivem sozinhos;
- Melhorar a adjudicação e a apreciação dos serviços de gestão de propriedades para unidades de habitação social e supervisionar os seus serviços de limpeza. No processo de adjudicação de concursos públicos, as empresas que tencionam concorrer à prestação de serviços de gestão de propriedades para unidades de habitação social ficam obrigadas a cuidar da limpeza e higiene dos respectivos espaços públicos, tal como estipulado no caderno de encargos, para se evitar a proliferação de bactérias, vírus e pragas, sendo estritamente monitoradas a este respeito. O objectivo é reduzir as probabilidades dos residentes contraírem doenças devido à deficiente higiene ambiental;
- Reelaboração das “Instruções para a Concepção e Construção de Habitação Pública” a fim de assegurar a acessibilidade dos espaços públicos dos edifícios, melhorar a facilidade de modificação dos interiores das fracções de habitação económica e introduzir dispositivos livres de barreiras nos diversos níveis do interior das fracções de habitação social para facilitar a disposição (lay out) da habitação pública, de forma a responder às necessidades dos idosos com perda de capacidades;
- Retirar referências das “Instruções para a Concepção e



Construção de Habitação Pública” para elaborar as “Instruções para Obras de Renovação da Habitação Social”, aplicável à renovação de antigas fracções de habitação social, em particular as que carecem de instalações livres de barreiras, para serem instalados equipamentos de apoio, incluindo a remoção de antigas banheiras e a instalação de barras de apoio na casa de banho e aplicar piso antiderrapante, para aumentar a habitabilidade das ditas fracções para os idosos;

- Criar uma base de dados de residentes das unidades de habitação social para rastrear as tendências de habitação dos idosos, as suas fontes de financiamento e bem assim a sua situação familiar, para avaliar e ajustar de forma mais eficaz o número da oferta das fracções da habitação social equipadas com diferentes tipos de dispositivos livres de barreiras;
- Reforçar a consciência do público sobre a segurança doméstica dos idosos através de campanhas de publicidade e acções educativas;
- Apoiar as unidades que prestam serviços aos idosos na organização de actividades comunitárias, com o fim de melhorar a percepção do público sobre a “comunidade amiga de todas as idades”;
- Providenciar formação ao pessoal que presta serviços aos idosos, para melhorar os seus conhecimentos sobre ambientes livres de barreiras e a capacidade de executar tarefas com eles relacionados;
- Promover a educação comunitária e campanhas de publicidade sobre o tema ‘ambiente livre de barreiras’. Através de exposições e palestras, instruir o público, incluindo os idosos, sobre os dispositivos livres de barreiras instalados na sua zona residencial. Encorajar os vizinhos dos idosos a ajudá-los na utilização destes dispositivos.



► A médio prazo

- Promover as “Normas para a Concepção de Design Universal e Livre de Barreiras em Macau” nos sectores relevantes e encorajar o seu cumprimento no design e construção de edifícios particulares. Encorajar os sectores relevantes a realizar melhorias nas instalações existentes e a adicionar equipamentos de apoio no sentido de melhorar progressivamente o ambiente livre de barreiras por toda a cidade e bem assim a adopção dos princípios de design universal (2018);
- Rever a eficácia dos existentes serviços de apoio aos idosos que vivem sozinhos e realizar estudos sobre o reforço da sua capacidade de apoio. Ampliar a variedade dos serviços prestados a fim de melhorar a qualidade de vida dos idosos que vivem sozinhos;
- Rever as “Instruções para a Concepção e Construção de Habitação Pública” e as “Instruções para Obras de Renovação de Habitação Social” a fim de manter uma avaliação constante da sua aplicabilidade e eficácia. Revê-los em função da situação vigente, a fim de se manterem a par de futuras concepções de casas para os idosos;
- Coligir dados e informação sobre os idosos residentes em habitação social para objecto de análise e enriquecimento da sua base de dados, e bem assim poder fazer avaliações mais apuradas sobre as suas necessidades, ajustar o suprimento de fracções de habitação social equipadas com diferentes tipos de dispositivos livres de barreiras.

► A longo prazo

- Continuar a incorporar instalações livres de barreiras nas obras de construção pública ou obras de modificação planeadas, a fim de proporcionar aos idosos um ambiente seguro, conveniente e de fácil acessibilidade;

- Retirar experiência da implementação das diferentes instruções de orientação. Realizar estudos sobre a viabilidade de tornar obrigatórias para todos os tipos de obras, desde a concepção à construção, as “Normas para a Concepção de Design Universal e Livre de Barreiras em Macau” através de processos legislativos, de alteração da lei ou outros meios (2021);
- No planeamento de novas unidades de habitação social, as suas fracções deverão ser sujeitas a avaliação, a fim de serem equipadas interiormente com as adequadas instalações livres de barreiras, para melhor corresponderem às necessidades dos idosos e de pessoas com problemas de mobilidade;
- Consultar de forma exaustiva as opiniões dos diversos sectores sobre o planeamento na utilização de terrenos. Reservar espaços adequados para a construção de diversos tipos de instalações, em coordenação com o planeamento e desenvolvimento de serviços periféricos instalados em redor das residências dos idosos.

3.6 Temas para acompanhar mais profundamente

Para além das iniciativas planeadas nos âmbitos referidos, outras questões mais complexas sobre serviços aos idosos e com impactos mais significativos, como sejam o apoio a prestar aos idosos que vivem nos bairros antigos e as alterações a fazer para melhorar ambientes livres de barreiras em edifícios privados ou no sector privado, serão submetidos a discussão pelo governo da RAEM no decurso da implementação dos planos de acção aqui anunciados. Além disso, em função das situações concretas, serão apresentadas, de forma progressiva, mais propostas de soluções viáveis.



Capítulo 4:

Colaboração, implementação e avaliação

4.1 Sistema de planeamento geral, coordenação e implementação

Para uma implementação eficaz e ajustamentos atempados do mecanismo de protecção dos idosos e plano decenal de acção para desenvolvimento dos serviços aos idosos da RAEM, o governo da RAEM deverá fazer avançar os trabalhos, accionando os seguintes mecanismos:

4.1.1 Chefe do Executivo:

Responsável pela liderança e monitoração da implementação do plano decenal de acção.

4.1.2 Grupo Director Interdepartamental do Mecanismo de Protecção dos Idosos, adiante designado por Grupo Director:

Incumbido de organizar, coordenar e promover as acções visando concretizar as metas da política do mecanismo de protecção dos idosos da RAEM, bem como, de se empenhar na promoção das medidas associadas ao plano decenal de acção dos serviços de apoio a idosos.

Além disso, em função das necessidades de trabalho, o Grupo Director pode apresentar sugestões ao órgão superior da hierarquia para adicionar novos membros ao grupo ou convidar revelantes serviços públicos, entidades privadas, académicos e especialistas para participar nas suas reuniões e nos trabalhos afins.

4.1.3 Grupo Executivo Interdepartamental

É criado junto do Grupo Director e composto por pessoal de direcção e/ou chefia dos serviços que integram o Grupo Director. É responsável por coordenar a planificação das tarefas concretas baseadas nas deliberações tomadas pelo Grupo

Director e realizar projectos de colaboração interdepartamental. Em função das necessidades resultantes dos trabalhos, o Grupo Executivo pode criar grupos de trabalhos específicos para acompanhar os respectivos trabalhos.

4.1.4 Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior

É responsável por supervisionar a concretização e execução do Plano Decenal de Acção, dar opiniões sobre o seu progresso e apresentar propostas de melhorias e revisão do Plano em função das situações. Quando a Comissão realizar reuniões para discutir questões do Plano, todos os departamentos governamentais componentes do “Grupo Director Interdepartamental” têm de participar nelas, a fim de dar feedback e acompanhar as opiniões dadas pela Comissão.

4.2 Mecanismo de monitoração, avaliação e revisão

No decurso da implementação do Plano Decenal de Acção de Mecanismo de Protecção dos Idosos da RAEM, o Grupo Director Interdepartamental irá efectuar avaliações aos trabalhos em fases diferentes, para monitorar de forma constante o progresso dos diferentes projectos, avaliando a sua eficácia e revendo as suas disposições. O objectivo é incrementar a eficácia do Plano Decenal de Acção, a fim de poder dar resposta às necessidades dos idosos e ao desenvolvimento social através de avaliações objectivas.

4.2.1 Sistema de avaliação:

A fim de assegurar uma execução dos projectos sem sobressaltos, o Mecanismo de Protecção dos Idosos conta com um sistema de avaliação, para proceder à avaliação periódica dos progressos efectuados aos vários níveis, de acordo com o cronograma definido pelo Plano Decenal de Acção. O público, e bem assim os idosos e as pessoas que tratam deles, serão consultados para darem as suas opiniões, feedbacks e comentários, a fim de congregar a sabedoria dos vários sectores, necessária para aperfeiçoar o planeamento para o desenvolvimento dos serviços aos idosos e melhorar a capacidade de execução das autoridades envolvidas.



4.2.2 Estrutura e operação:

O sistema de avaliação consiste de uma avaliação anual, uma avaliação intermédia e um sumário de dez anos, que serão realizados anualmente, respectivamente durante o 5º e o 10º ano, no decurso do Plano Decenal de Acção. Uma vez apurados, serão anunciados publicamente os resultados de todas estas avaliações, que constituirão dados empíricos e objectivos para o governo da RAEM ajustar e actualizar o enquadramento da política do Mecanismo de Protecção dos Idosos e bem assim o conteúdo do Plano Decenal de Acção em consonância com as necessidades dos idosos e o desenvolvimento social.

4.2.2.1 Avaliação anual:

Todos os serviços públicos que participam no Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos e na sua implementação terão de, no final de cada ano do Plano Decenal de Acção, reportar ao Grupo Director Interdepartamental sobre o progresso dos trabalhos, consequências e opiniões resultantes das revisões efectuadas nesse ano e bem assim os planos de acção para os dois anos seguintes. O Grupo Director informará a Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior sobre o conteúdo no primeiro trimestre do ano seguinte, registando as suas opiniões e submetendo então o Relatório de avaliação anual ao Chefe Executivo.

4.2.2.2 Avaliação intermédia:

No 5.º ano da implementação do Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos, o Grupo Director Interdepartamental realizará uma avaliação intermédia do Plano, através de uma avaliação geral dos progressos realizados, com base nos inquéritos de opinião às partes interessadas, avaliações dos serviços públicos e outros métodos de análise. O Grupo procederá então a ajustamentos dos Planos de Acção para os cinco anos seguintes, em consonância com as necessidades dos idosos e o desenvolvimento social. Uma vez completadas estas tarefas, o Grupo Director informará então a Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior sobre a avaliação intermédia no primeiro trimestre do ano seguinte, registando as suas opiniões e submetendo então o Relatório de avaliação intermédia ao Chefe Executivo.

4.2.2.3 Sumário de 10 anos:

Uma vez concluído o Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos, o Grupo Director Interdepartamental fará um apuramento dos diversos projectos do Plano e informará a Comissão para os Assuntos do Cidadão Sénior sobre o balanço final, submetendo a seguir o relatório sumário de 10 anos ao Chefe Executivo. Além disso, no decurso do 8º ano, ou seja 2023, da implementação do Plano, o Grupo Director terá de iniciar a redacção de um novo Plano Decenal de Acção (2026-2035) para garantir uma transição fluída entre os dois Planos Decenais.

4.3 Participação da população

No decurso da implementação do Plano Decenal de Acção para os Serviços de Apoio a Idosos, em especial durante a realização das avaliações periódicas, o governo da RAEM deverá utilizar vários métodos apropriados, nomeadamente feedback dos utilizadores, entrevistas pessoais, grupos-foco, análises da opinião pública, estudos e pesquisas, a fim de obter sugestões, da forma mais abrangente possível, dos diversos sectores sociais e principais partes interessadas, o que por sua vez permitirá ao público monitorar a implementação do Plano, garantindo a sua execução eficaz e o desenvolvimento aperfeiçoado.





editado

Instituto de Acção Social do Governo da Região Administrativa Especial de Macau