

RELATÓRIO DE ATIVIDADES DE 2019

Fotos: 8.ª Edição Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, 2019





AGRADECIMENTOS

A Presidente da direção da Associação Portuguesa de Psicogerontologia - APP agradece reconhecidamente:

- À Fundação D. Pedro IV, na pessoa do seu Presidente, Engenheiro Vasco Canto Moniz, pela cedência das instalações na Mansão de Santa Maria de Marvila e apoio logístico para a Sede da APP, desde 2012.
- À Diretora da Mansão de Santa Maria de Marvila, Dra. Adélia Marinho, pelo acolhimento tão caloroso e apoio que nos disponibilizou, bem como a todos quantos na Sede da Fundação D. Pedro IV e na Mansão colaboram connosco.
- À Fundação Montepio e à Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, entidades que apoiam a APP e, desde a 1ª. Edição, a realização do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, que em 2019, teve a sua 8ª. Edição.
- Aos Institutos de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa de Lisboa e do Porto, à Universidade Lusíada, Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia - SPGG, à Direção - Geral da Saúde, ao Instituto Universitário de Ciências Psicológicas Sociais e da Vida – ISPA, ao Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa - ISCSP, à Universidade do Minho, ao Instituto Politécnico de Castelo Branco, ao Instituto CRIAP, e a tantas outras entidades que nos convidam a participar nas suas realizações e ações de formação, por todo o país, e nos incluem nas suas atividades pedagógicas e congressos, a nível nacional.
- A todos os órgãos de comunicação social e à Fundação Francisco Manuel dos Santos que nos envolvem na emissão de pareceres, opiniões, artigos e programas sobre assuntos ligados ao envelhecimento, às pessoas idosas, e em geral à Gerontologia e Psicogerontologia.
- A todos quantos têm vindo a colaborar na APP e com a APP, nomeadamente, com propostas inovadoras, na elaboração de projetos e candidaturas, no espírito crítico e nos contributos, em reuniões de Direção e Assembleias Gerais, elaboração e pareceres dos Planos de Ação e Orçamentos, Relatórios de Atividades e Contas, colaboração com as entidades de tutela no cumprimento das normas e leis em vigor e em todo o envio e receção de mails e correspondência, organização de reuniões, manutenção de atividade do site e Redes sociais informáticas e na concretização do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro.
- A todos os Associados, voluntários, que, cada vez em maior número, se juntam a nós para a promoção de um Envelhecimento Ativo, Participativo e Saudável, sem estereótipos negativos face à idade, para fortalecer a Solidariedade entre as Gerações e uma Sociedade inclusiva para todas as idades.
- À Assessora Senhora D. Conceição Fernandes pelo contributo prestado. À Assessora Dra. Margarida Sarmento Guedes, que está com a APP desde abril de 2019, por apoiar a APP trazendo a sua iniciativa, a sua experiência, a sua disponibilidade e a sua alegria em colaborar nesta Associação.

Muito obrigada.

Maria João Quintela
Lisboa, APP, 7 de julho de 2020



INTRODUÇÃO

A Associação Portuguesa de Psicogerontologia-APP, Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos, de âmbito nacional, dedica-se, desde a sua constituição em 1998, às questões biopsicológicas e sociais inerentes ao envelhecimento e às pessoas idosas. A APP propõe-se promover a dignificação, respeito, saúde, autonomia, participação e segurança das pessoas idosas (com 65 ou mais anos de idade), num quadro de envelhecimento ativo e de solidariedade entre gerações, e de uma sociedade mais inclusiva para todas as idades, realçar exemplos de novas mentalidades e combater estereótipos negativos relativamente à idade e ao envelhecimento.

A Direção da APP tem-se empenhado na defesa da dignidade das pessoas idosas e tem vindo a fazer um esforço, cada vez maior, num contexto de contenção de despesas, recursos humanos e financeiros limitados. Tratando-se de uma entidade sem fins lucrativos, os Corpos Sociais da APP dão o seu contributo de forma voluntária no cumprimento dos estatutos da Associação.

Tendo em atenção a diversidade de carências de atuação/informação/formação, a Direção, sem negligenciar intervenções pontuais noutros sectores, entendeu definir três áreas como prioritárias:

- A **Informação** cada vez mais frequente e procurando chegar progressivamente a mais pessoas de forma rigorosa e em linguagem acessível, utilizando os meios ao alcance da APP, nomeadamente e-mail, site, *Newsletter e Facebook*.
- A **Visibilidade** da APP através da emissão de pareceres, opiniões, artigos e programas televisivos sobre assuntos ligados ao envelhecimento, às pessoas idosas, e em geral à Gerontologia e Psicogerontologia, bem como da representação, participação e parceria na realização/organização periódica de conferências, palestras, para chamar a atenção quer da sociedade, quer das entidades oficiais e da comunicação social, sobre a necessidade de formação e preparação dos cuidadores formais e informais e da população em geral, para uma resposta adequada e eficaz.
- A **Representatividade** da APP, angariando novos associados como um instrumento para ajudar a dar respostas sempre mais inovadoras no âmbito das problemáticas ligadas ao envelhecimento e na promoção do envelhecimento ativo, fomentando o combate à dependência das pessoas idosas e a sua dignificação, respeito, saúde, autonomia, participação e segurança, num quadro de Solidariedade entre gerações.



1. Divulgar as iniciativas da APP, informação sobre eventos, promover a discussão sobre temas relacionados com o envelhecimento:

1.1 Site da APP



Atividade do Site: www.app.com.pt

O nosso site, tem mantido a sua estrutura, sendo enriquecido de conteúdos.

Tráfego Anual do Site da APP

Período Considerado 2019
 Primeira Visita 01/01/2019 00:00
 Última Visita 31/12/2019 23:59

	Visitantes Únicos	Número de Visitas	Páginas	Hits	Bytes
Tráfego Visualizado	39 044	104 111	678 425	1 053 572	67.84 GB
Tráfego não Visualizado*			984 534	1 138 188	77.34 GB

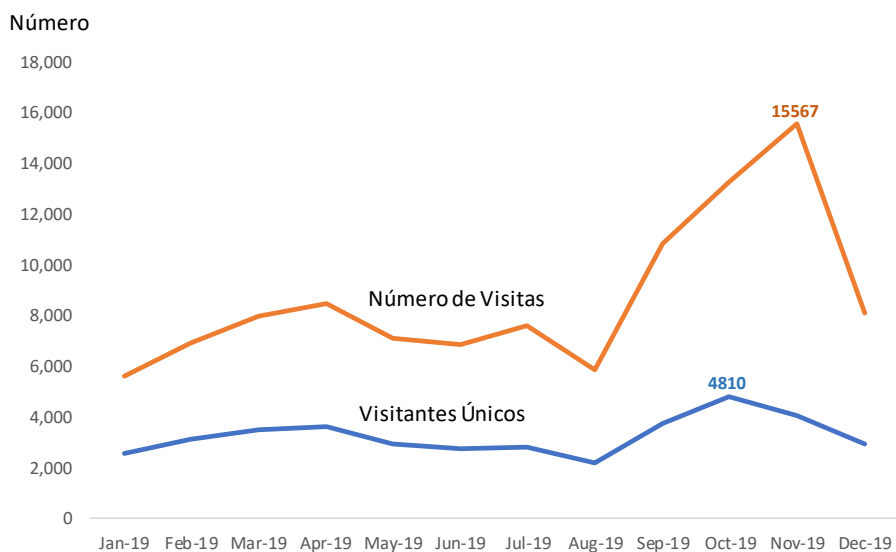
* "Tráfego não Visualizado" é tráfego gerado por robots, worms ou respostas a códigos de status HTTP especiais.

Tráfego Mensal do Site da APP em 2019

Mês	Visitantes Únicos	Número de Visitas	Páginas	Hits	Bytes
jan/19	2 568	5 597	35 644	65 248	3.23 GB
fev/19	3 131	6 905	67 071	106 899	5.39 GB
mar/19	3 498	7 980	70 241	110 701	5.50 GB
abr/19	3 603	8 449	83 532	134 584	5.87 GB
mai/19	2 945	7 090	55 634	89 809	6.75 GB
jun/19	2 744	6 828	28 503	52 316	4.59 GB
jul/19	2 795	7 585	37 876	56 125	3.62 GB
ago/19	2 209	5 871	23 272	37 733	2.43 GB
set/19	3 732	10 862	106 737	137 464	11.85 GB
out/19	4 810	13 251	68 162	112 357	12.55 GB
nov/19	4 048	15 567	64 871	90 190	3.90 GB
dez/19	2 961	8 126	36 882	60 146	3.15 GB
Total	39 044	104 111	678 425	1 053 572	67.84 GB
Média Anual		2,67 Visitas/visitante	6,52 Páginas/visita	1,55 Hits/visita	0,65 GB/visita

Em 2019, acederam 39 044 visitantes únicos ao site da APP registando-se 104 111 visitas e 678 425 páginas consultadas a que corresponde um número médio de 2,7 visitas por visitante e 6,5 páginas consultadas por visita. Os meses de novembro, outubro e setembro observaram o maior número de visitas.

Tráfego Mensal do Site da APP em 2019

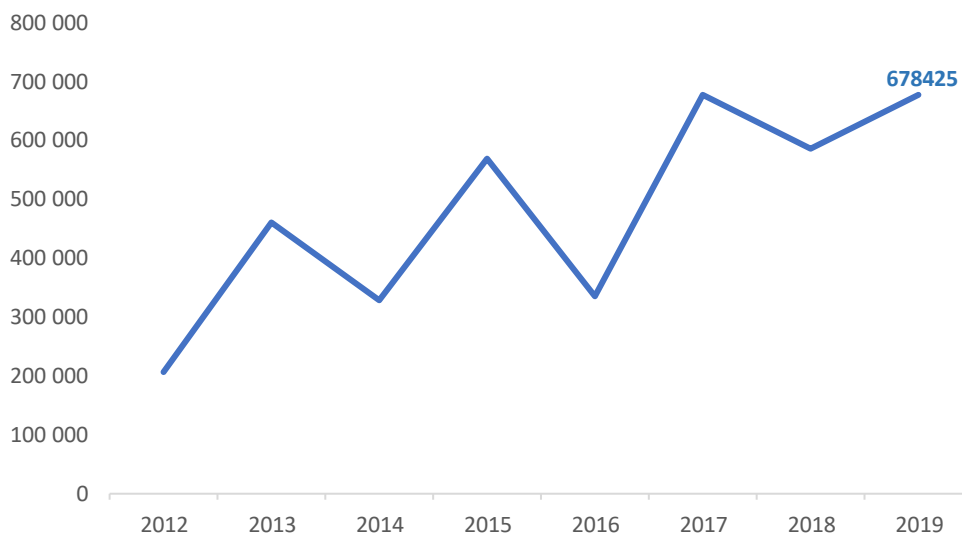


Evolução do Tráfego do Site da APP, 2012-2019

Anos	Visitantes únicos	Número de visitas	Número de Páginas
2012	26 224	43 652	206 304
2013	35 718	71 034	461 090
2014	34 488	78 735	327 256
2015	50 049	105 201	568 728
2016	39 513	94 603	335 978
2017	56 588	122 141	677 041
2018	41 772	84 415	587 362
2019	39 044	104 111	678 425
Média anual	40 425	87 987	480 273

Da análise feita pode concluir-se que no período de 2012-2019 o número de visitantes únicos do site aumentou 48,9%, o número de visitas cresceu 138,5% e o número de páginas consultadas mais do que triplicou. O ano de 2019 relativamente a 2018 evidencia um decréscimo de 6,5% no número de visitantes únicos, enquanto o número de visitas e o número de páginas consultadas registaram acréscimos de 23,3% e 15,5%, respetivamente, no mesmo período.

Evolução do Número de Páginas Consultadas no Site da APP, 2012-2019



O número de páginas consultadas mais elevado ocorreu em 2019 com mais de 91 000 consultadas do que no ano anterior.

O acesso às páginas do site é feito de forma direta inserindo o endereço www.app.com.pt



1.2 - Outras organizações

Foram divulgadas, durante 2019, ações e informações de outras Organizações, entre as quais: Associação Portuguesa de Apoio à Vítima – APAV, Alzheimer Portugal, União Distrital das Instituições Particulares de Solidariedade Social de Lisboa – UDIPSS Lisboa, Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade – CNIS, Federação das Instituições de Terceira Idade – FITI, União das Mutualidades Portuguesas, Direção-Geral da Saúde e outros Serviços de Saúde e da Segurança Social, Associação Amigos da Grande Idade, Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida – ISPA, Instituto Universitário de Lisboa – ISCTE, Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica, Faculdade de Medicina de Lisboa, Instituto CRIAP, Fundação Montepio - Sector Social, Montepio Seguro Voluntariado - Soluções Sector Social, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa – SCML, Fundação Calouste Gulbenkian, Cáritas Portuguesa, Pastoral da Saúde, Confederação Portuguesa do Voluntariado, Rede Social de Lisboa, EAPN – Rede Europeia Anti Pobreza Portugal, Fundação Portuguesa de Cardiologia, Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia – SPGG, Sociedade Espanhola de Geriatria e Gerontologia, Cruz Vermelha Portuguesa, Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Confederação Nacional para a Deficiência Mental, Observatório Português dos Sistemas de Saúde, Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária, e muitas outras Instituições e Organizações Não Governamentais, Autarquias, Câmaras Municipais e Instituições Internacionais como a Organização Mundial de Saúde – OMS e Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico – OCDE.

1.3 – Temas e eventos

A Informação e divulgação da APP incidiu sobre: envelhecimento ativo, saúde e bem-estar, prevenção de acidentes, prevenção de doenças, segurança, alimentação e nutrição, atividade física, demências, prevenção na fase da reforma, proteção social e direitos, legislação, cuidados de qualidade e boas práticas em instituições de saúde e sociais, economia social, voluntariado, eventos como Congressos e Seminários, Pós-Graduações e outros Cursos, artigos, estudos, estatísticas, notícias, parcerias APP, atividades da APP como o Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, os Grupos de Ação-GAAPP, Assembleias e Planos de Ação e Relatórios de Atividade e Contas da Associação.

2. Promover as competências técnicas, para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas:

- 2.1. Divulgação do Folheto da APP, do Folheto sobre a Prevenção Rodoviária com as Pessoas Idosas.
- 2.2. Divulgação da Brochura do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro 2012-2019 no 40º Congresso Português de Geriatria e Gerontologia da SPGG.



Associação Portuguesa de Psicogerontologia - APP

**PRÉMIO ENVELHECIMENTO ATIVO
DRA. MARIA RAQUEL RIBEIRO**

Premiados 2012-2019

SANTA CASA
Misericórdia de Lisboa. Por boas causas.

Fundação Montepio
Valores que nos unem

APP
Associação Portuguesa de Psicogerontologia

COM O ALTO PATROCÍNIO
DE SUA EXCELÊNCIA

O Presidente da República

3. Difundir conhecimentos atualizados em Psicogerontologia

- 3.1 Curso Avançado em “ENVELHECIMENTO ACTIVO. Responsabilidades e Desafios” no ISPA, 30 de novembro e 7 de dezembro, tendo como formadora a Dra. Maria João Quintela.



4. Debates e divulgação de matérias referentes à Psicogerontologia e Gerontologia, nos media

- 4.1 Jornal Sol - Artigo: "Idosos - A Nossa Herança Afetiva" publicado no Jornal Sol a 1 de agosto de 2019 e elaborado pela Dra. Maria João Quintela;
- 4.2 Jornal Público: Artigo: "Ser Cuidador"- "Estatuto do Cuidador" publicado no - Impulso + (Público) a 19 de agosto de 2019 e elaborado pela Dra. Maria João Quintela;
- 4.3 Revista Sábado-Artigo: "Finalmente Reformados" - "Um Prémio que Destaca o Envelhecimento Ativo" - Revista Sábado, nº 788, 6-11/6/2019, Dra. Maria João Quintela.

5. Difundir conceitos positivos e de referência no âmbito da Psicogerontologia e valorizar a longevidade ativa: Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro (PMRR) - História e Significado.

5.1. Com a 8.ª EDIÇÃO do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro a APP pretende continuar a promover uma imagem positiva e participativa, informando sobre o real contributo que as pessoas mais velhas dão à sociedade portuguesa e, não menos importante, dando-lhes voz ativa e visibilidade como exemplos. A Associação Portuguesa de Psicogerontologia, com a colaboração e apoio da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e da Fundação Montepio, instituiu, no dia 1 de outubro de 2012, Dia Internacional das Pessoas Idosas, o Prémio Envelhecimento Ativo Dr.ª. Maria Raquel Ribeiro. Este Prémio simboliza a luta pela dignificação do ENVELHECIMENTO ATIVO (conceito da Organização Mundial da Saúde), da longevidade e de tudo o que de positivo e de valor neles se encerra, com o duplo propósito de **homenagear a Senhora Dr.ª Maria Raquel Ribeiro**, figura ímpar da Segurança Social em Portugal, precursora de muitas das estratégias de intervenção ora consolidadas e que introduziu o tema do Envelhecimento no país, bem como **enaltecer exemplos de vida de pessoas longevas** que continuam ativas e participativas, influenciando de modo construtivo a sociedade portuguesa. Trata-se de um **Prémio anual**, dedicado às Pessoas Idosas Ativas e Participativas, que pretende homenagear cidadãos longevos, com 80 ou mais anos de idade, que se mantêm ativos e interventivos e, assim, contribuir para contrariar o idadismo. São selecionadas pessoas singulares, que residam em Portugal ou que sejam de nacionalidade portuguesa, e que se destaquem pela atividade profissional ou cívica de relevo que realizem, e também relacionada com a Família e/ou com a Comunidade onde se inserem, nas seguintes categorias: *Intervenção Social; Arte e Espetáculo; Ciência e Investigação; Política e Cidadania, Ética e Saúde; Família e Comunidade.*

Este Prémio é o único Prémio Português de Envelhecimento Ativo, dedicado a pessoas com 80 ou mais anos de idade, população tantas vezes esquecida e desvalorizada.

5.1.2. A 8.ª edição do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, contou com o Alto Patrocínio de Sua Excelência o Presidente da República, o que constituiu um



reconhecimento singular de especial importância para o Prémio e para a atividade da Associação Portuguesa de Psicogerontologia.

5.1.3. A 8ª. Edição do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, realizou-se no dia **1 de outubro de 2019** pelas 14h30, na sala do Brasão do Museu S. Roque, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, em Lisboa.

Foram homenageadas as seguintes ilustres personalidades:

Dra. Helena Aires Trindade da Sacadura Cabral – Categoria | Intervenção Social
Pintora Maria Paula Figueiroa Rego - Categoria | Arte e Espetáculo
Mestre Manuel Alves Cargaleiro - Categoria | Arte e Espetáculo
Professor Doutor Manuel Sérgio Vieira e Cunha - Categoria | Ciência e Investigação
Senhor Elísio Alexandre Soares dos Santos - Categoria | Política e Cidadania
Dr. Emílio Rui da Veiga Peixoto Vilar - Categoria | Política e Cidadania
Professor Doutor José António Rebocho Esperança Pina – Categoria | Ética e Saúde
Senhor José António Salgueiro - Categoria | Família e Comunidade

5.1.4. Cerca de 200 pessoas marcaram presença na 8.ª Edição da Entrega do Prémio.

5.1.5. Mesa principal do Prémio: Dra. Maria Raquel Ribeiro; Dr. Edmundo Martinho, Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa-SCML, Dr. Tomás Correia, Presidente da Fundação Montepio, Dra. Maria João Quintela, Presidente da Direção da APP e Monsenhor Feytor Pinto, Presidente da Assembleia Geral da APP.

5.1.6. Apoios: Este Prémio assenta num Protocolo com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e a Fundação Montepio que têm permitido a sua realização pelo apoio em recursos Financeiros, organização e disponibilidade de sala.

6. Identificar, desenvolver e difundir as boas práticas no setor social e da saúde/Atividades dos Grupos de Ação APP (GAAPP):

6.1. GAAPP Políticas Sociais para as Pessoas Idosas - Coordenação Técnica Operacional: Dra. Vanda Lourenço;

6.2. GAAPP Prevenção de Acidentes Rodoviários com as Pessoas Idosas - Distribuição do Folheto sobre a Prevenção Rodoviária com as Pessoas Idosas;

6.3. GAAPP Envelhecimento Ativo – Coordenação Técnica operacional: Dra. Maria João Quintela;

6.4. GAAPP Formação: - Coordenação Técnica operacional: Dra. Maria João Quintela;



6.5. GAAPP Prevenção do Mau Trato - Coordenação Técnica operacional: Dr. José Ferreira Alves;

6.6. GAAPP Psicologia - Coordenação Técnica Operacional: Dr. José Ferreira Alves;

6.7. GAAPP Geriatria - Coordenação Técnica Operacional: Dra. Heidi Gruner;

6.8. GAAPP Demografia e Envelhecimento – Coordenação Técnica Operacional: Dra. Maria José Carrilho.

7. Participação em projetos de investigação na área do envelhecimento – articulação com instituições parceiras:

7.1. Passo Positivo – Projeto “Casa Sénior” – Desde 2018 que a Associação Portuguesa de Psicogerontologia (APP) integra a parceria do Projeto “Casa Sénior” (**7ª Edição do prémio BPI e da Fundação "la Caixa"**), a convite da Passo Positivo (Entidade Promotora), conjuntamente com a Associação Portuguesa de Enfermeiros de Reabilitação (APER). De um modo geral, este projeto promove a integração social e o envelhecimento ativo, saudável e em casa, de pessoas com idade superior a 65 anos em situação de vulnerabilidade social. Trata-se de um **projeto de Prevenção de Acidentes Domésticos em pessoas idosas**, que pretende aumentar a literacia em saúde para a identificação de fatores de risco e medidas de modificação ambiental, bem como promover um maior acesso da população sénior portuguesa à informação adequada sobre um ambiente habitacional seguro. De facto, facultando a esta população, às pessoas e famílias que prestam cuidados e a profissionais, informação adequada, tal permite uma avaliação autónoma e proativa da habitação e a realização de melhorias, importantes na criação de um ambiente mais seguro em casa. Para a concretização dos objetivos do projeto, ao longo de 2019, a APP analisou a produção dos conteúdos informativos (produzidos pela Passo Positivo), no âmbito da psicogerontologia, gerontologia e envelhecimento ativo adaptados à população sénior portuguesa, em relação aos seguintes pontos:

- a. Página *web* interativa específica sobre o tema prevenção de acidentes domésticos: www.casa-senior.pt;
- b. Vídeos temáticos, interpretados, narrados e legendados em português, sobre: acidentes por queda no Quarto, Casa de banho e em Áreas comuns, Confeção e Armazenamento de Alimentos, Polimedicação e Erro Medicamentoso, Envenenamento e Intoxicações, Exercício Físico e Mobilidade Ativa, Higiene, Uso de Sanitário e Vestuário, Manipulação de Cargas e Tarefas Domésticas;
- c. Material de apoio para atividades informativas e educativas destinadas a profissionais de diversas áreas, desde a saúde à intervenção social e habitação (IPSS e UCC, entre outros);

A APP prestou consultoria científica na produção dos vários conteúdos, tendo como principais objetivos promover a saúde e contribuir para a dignificação, o respeito e a



autonomia das pessoas idosas, contrariar estereótipos negativos e todas as formas de discriminação pela idade.

7.2. Universidade Católica – Programa Erasmus + - Projeto: (Re)Career - Let's work on retirement: Supporting the successful transition and adaptation to a post-career career. A APP foi convidada pela Universidade Católica a integrar a candidatura ao Programa Erasmus +, na vertente da preparação para a reforma, como entidade parceira, pela sua experiência em matérias da área gerontológica. O Programa Erasmus+ baseia-se nos resultados de mais de 25 anos de programas europeus nos domínios da educação, formação, juventude e desporto, abrangendo tanto uma dimensão intraeuropeia como uma dimensão de cooperação internacional. No seguimento da primeira reunião preparatória, entre a APP e Universidade Católica, em finais de 2018, após discutidos os objetivos/metodologia/parcerias nacionais e estrangeiras, com partilha da nossa experiência na área da Psicogerontologia, relacionada com as temáticas da candidatura, foi decidido submeter a mesma em 2019. No início deste ano, a APP inscreveu-se em Plataforma Europeia e apresentou um conjunto de contributos a serem integrados no projeto, nomeadamente a sua experiência (Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro, publicações, intervenções, participação em Eventos Científicos e Ações de Sensibilização, entre outros). A 15 de março de 2019 foi submetido o projeto (Re)Career - Let's work on retirement: Supporting the successful transition and adaptation to a post-career career, envolvendo seis parceiros europeus e três países (Portugal, Espanha e República Checa), sendo a APP um dos parceiros nacionais. Este projeto apresentou como objetivo reconceptualizar a adultez tardia, decorrente da reforma da atividade profissional, por meio da criação de metodologias de intervenção e formação de técnicos para futura intervenção neste domínio. Para o efeito, pretendia-se desenvolver um enquadramento concetual e realizar dois estudos empíricos junto de pessoas em fase de adultez tardia e técnicos de apoio social, criando-se ferramentas digitais, inovadoras e acessíveis a diferentes grupos.

7.3. Apresentação de Candidaturas ao Prémio Maria José Nogueira Pinto 2019. A 10 de maio de 2019, a APP submeteu duas candidaturas a este prémio. Numa primeira candidatura, foi descrito o trabalho desenvolvido no âmbito do Prémio Dra. Maria Raquel Ribeiro, desde 2012 até 2019. Na segunda candidatura, apresentou-se o projeto "Formar para Unir Gerações", o qual tinha como objetivo dar continuidade à realização voluntariamente de um maior número de palestras, designadas " Conversas com famílias" dirigidas às famílias de pessoas idosas institucionalizadas em Estrutura de Apoio Residencial e Centro de Dia, Cuidadores Informais e Profissionais na Mansão de Marvila da Fundação D. Pedro IV, sobre temas no âmbito da Gerontologia e psicogerontologia.



7.4. 40.º Congresso Português de Geriatria e Gerontologia – 4, 5 e 6 de dezembro de 2019, Centro Ismail em Lisboa.

7.5. Livro: "2ª ed. do livro «Jogos de intervenção terapêutica para adultos e idosos» Editora PAPA-LETRA - Colaboração com revisão e patrocínio científico, 1 de outubro de 2019, Dra. Maria João Quintela

8. Em 2019 continuou-se a prática antiga de anteceder as Assembleias Gerais da APP de uma **Palestra**. Contudo, a realização de duas Assembleias no primeiro trimestre, uma das quais um ato eleitoral, só permitiu a concretização de uma Palestra em 2019.

- ✓ 29 de novembro de 2019 - *“A perceção dos 55+ sobre oportunidades de participação (também no desporto).*
 - *Literacia e Espírito Crítico - Desafio para futuras gerações?*
 - *Diversidade, esclarecimento e adaptação da oferta pelo lado da Sociedade?”*sendo oradora a Dra. Teresa Ramilo.

9. Assembleias Gerais da APP

- ✓ Assembleia Geral de 25 de janeiro 2019, ato eleitoral;
- ✓ Assembleia Geral de 29 de março 2019, que aprovou o Relatório de Atividades e contas de 2018;
- ✓ Assembleia Geral de 29 de novembro 2019, que aprovou o Plano de Ação e Orçamento para 2020 e a proposta de ajustamento redação para os artigos 17º e 19º, feita na observância das recomendações da Direção Geral da Segurança social, 23 de abril de 2019.

10. Em 2019, fruto de uma parceria com a Fundação D. Pedro IV - Mansão de Santa Maria de Marvila, a APP deu continuidade ao ciclo de sessões de sensibilização destinado às famílias dos utentes da Fundação, a estender, posteriormente, com um carácter mais formativo, aos profissionais que nela trabalham. Estas sessões são de curta duração e gratuitas.

- ✓ 6 de fevereiro de 2019 – *“As Famílias e as Novas Realidades Demográficas em Portugal,”* sendo oradora a Dr.ª Maria José Carrilho.

11. Presenças da APP em congressos e eventos realizados em 2019

- ✓ Seminário: *“As mudanças demográficas e o modo de viver”*: apresentação no Seminário *“As novas faces do cuidar”*, Inválidos do Comércio, Lisboa – Oradora, 04/04/2019, Dra. Maria José Carrilho;



- ✓ Jornadas de Saúde Sénior: “O Envelhecimento Saudável: Estratégias para o bem-estar”, Cinema Teatro Joaquim de Almeida, Montijo – Oradora, 08/05/2019, Dra. Vanda Lourenço;
- ✓ Seminário: “III DIA DO CUIDADOR” - “A SEGURANÇA DO CUIDADOR INFORMAL” Associação Fraternal de Prevenção e Ajuda – Moderadora, 18/05/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Reunião: "Estratégia da Saúde na Área das Demências" Conselho Nacional de Saúde Mental - Participação, 30/05/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Conferência: "COMO É QUE O PLURALISMO PROMOVE A AGENDA DO DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL?" GlobalCentre for Pluralism – Presença, junho/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Jornadas: Envelhe(SER) Ativo "Envelhecimento Ativo: um Conceito Amigo de Todas as Idades" Instituto Politécnico da Guarda - 27 e 28/6/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Ciclo de Debates de Verão da APER: “Curiosidades em Enfermagem de Reabilitação: Enquadramento e Apresentação do contributo da APP no Projeto Casa Sénior”, Associação Nacional de Farmácias, Porto, Dra. Vanda Lourenço;
- ✓ Painel: “II Jornadas Gerontológicas do HDMA” - “Envelhecimentos, velhices. Como atuar?” – Oradora, 26/09/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Mesa: "SER+", "Ser + com os outros” Centro Cultural Franciscano, em Carnide – Participação, 11/10/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Mesa Redonda: "Regime do Maior Acompanhado - Perspetiva legal e desafios técnicos", "Estatuto de apoio a cuidadores - O que se perspetiva?" Santa Casa da Misericórdia de Almada – Oradora, 18/10/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Reunião: “Apresentação do trabalho desenvolvido pela APP e do Prémio Envelhecimento Ativo Dra. Maria Raquel Ribeiro”, realizada a 23/10/2019, Junta de Freguesia de Marvila, Dra. Maria João Quintela e Dra. Vanda Lourenço;
- ✓ Congresso: "Envelhecer nos Eixos...Autonomia, Tecnologias e Cuidados!", “Polimedicação nos Idosos” Unidade de Cuidados na Comunidade Cubo Mágico da Saúde, Santa Casa da Misericórdia de Oliveira do Bairro e a Câmara Municipal de Oliveira do Bairro - Oradora (SPGG), 25 e 29/10/2019, Dra. Maria João Quintela;
- ✓ Painel-Conferência: "Longevidade com Felicidade" Impulso + - Participação, 21/11/2019, Dra. Rita Valadas Marques;
- ✓ Encontro: “XVII Encontro sobre Envelhecimento”, “Novos contextos... novas respostas” Associação dos Lares Ferroviários – Participação, 29/11/2019, Dra. Rita Valadas Marques;
- ✓ Conferência: "Quanto valem os mais velhos portugueses?" apresentação no 40º Congresso Português de Geriatria e Gerontologia - Oradora, 04/12/2019, Maria José Carrilho.

12. Sócios – A APP tem procurado aumentar o número de sócios de acordo com as recomendações emanadas da Assembleia Geral. No final de 2019 a APP conta com 180 Sócios.



Conclusão:

1. Continuar com a atribuição do Prémio Envelhecimento Ativo Dr.^a Maria Raquel Ribeiro (PMRR);
2. Manter a parceria com a Fundação Montepio e a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa;
3. Reforçar a articulação com a Universidade e diversas instituições na área da geriatria e da gerontologia;
4. Fortalecer a colaboração com a CNIS – Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade Social, UDIPSS Lisboa – União Distrital das Instituições Particulares de Solidariedade Social e a FITI - Federação das Instituições de Terceira Idade, sendo a Presidente da Direção da APP – Associação Portuguesa de Psicogerontologia, respetivamente Vogal da Direção da CNIS, Vogal da Direção da UDIPSS Lisboa, Presidente da Assembleia Geral da FITI;
5. Dar continuidade à parceria com a Fundação D. Pedro IV - Mansão de Santa Maria de Marvila, na realização do ciclo de sessões de sensibilização;
6. Colaborar com Junta de Freguesia de Marvila no âmbito de ações de sensibilização/palestras dirigidas à população idosa desta freguesia, onde a APP tem a sua sede.

Pretendemos intensificar todas estas ações e criar novas atividades com a participação dos sócios, bem como dinamizar os Grupos de Ação APP e melhorar o Site da Associação.



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE PSICOGERONTOLOGIA

Aprovado pela Direção em 2020.

Levado à apreciação da Assembleia Geral de 7 de julho de 2020.

A Direção:

Presidente da Direção da APP, Dra. Maria João Quintela _____

Vice-Presidente da Direção da APP, Dr. Wolfgang Gruner _____

Secretária-Geral, da Direção da APP, Dra. Vanda Lourenço _____

1.ª Vogal da Direção da APP, Dra. Maria José Carrilho _____

Em Assembleia Geral de 7 de julho de 2020.

Presidente da Assembleia Geral – Rev.º Monsenhor Feytor _____

1.º Secretário da Assembleia Geral da APP, Dr. Acácio Catarino _____

2.º Secretário da Assembleia Geral da APP, Dra. Virgínia Brás Gomes _____