



C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0

**RECOMENDAÇÕES
POLÍTICAS**



RECOMENDAÇÕES POLÍTICAS

Índice

1. Introdução

2. Contexto e antecedentes

2.1 Desafios para os idosos das zonas rurais

2.2 Alterações climáticas, pobreza energética e preocupações com a sustentabilidade

2.3 Importância da aprendizagem ao longo da vida e do envelhecimento ativo

3. Contexto político

3.1 Políticas relevantes da UE em matéria de educação de adultos e alterações climáticas

3.2 Políticas nacionais de apoio à sustentabilidade para os idosos e integração na iniciativa de sustentabilidade local e regional



4. Recomendações chave

- 4.1 Programas de tutoria para a sustentabilidade
- 4.2 Programas de voluntariado ecológico adaptados aos seniores
- 4.3 Literacia da sustentabilidade através da aprendizagem ao longo da vida
- 4.4 Planeamento urbano e infra-estruturas verdes inclusivos para os idosos
- 4.5 Incentivos financeiros para a reabilitação ecológica de casas para idosos
- 4.6 Educação ambiental intergeracional nas escolas
- 4.7 Prémios de sustentabilidade para iniciativas lideradas por idosos

5. Estratégias de implementação

- 5.1 Quadros de colaboração com as autarquias locais e as ONG
- 5.2 Parcerias com instituições de ensino e centros de formação
- 5.3 Monitorização e avaliação dos resultados da aprendizagem

6. Conclusões

7. Referências



1. Introdução

O projeto C.H.A.N.G.E.R.S. 2.0, financiado ao abrigo do programa Erasmus+, está estreitamente alinhado com as principais políticas da UE destinadas a promover a educação digital, a aprendizagem ao longo da vida, a sustentabilidade e a ação climática. O projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 é uma iniciativa inovadora que **visa responder aos desafios enfrentados pelos cidadãos seniores rurais e pelas partes interessadas da comunidade em geral**. Dá continuidade e reforça os esforços anteriores no âmbito do projeto C.H.A.N.G.E.R.S., centrando-se na capacitação de indivíduos em ambientes rurais através da educação, do envolvimento da comunidade e da integração de ferramentas e métodos modernos para melhorar a qualidade de vida e a participação. Este projeto foi concebido para colmatar o fosso entre os avanços tecnológicos e as comunidades tradicionalmente mal servidas, assegurando o progresso inclusivo e a sustentabilidade

O principal objetivo da iniciativa C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 é melhorar a inclusão dos cidadãos seniores na educação de adultos, oferecendo-lhes oportunidades de aprendizagem acessíveis e adaptáveis, centradas na energia verde, na sustentabilidade e na consciência ambiental. Este programa tem como objetivo capacitar os idosos através do desenvolvimento de materiais de formação especializados e de conjuntos de ferramentas abrangentes concebidos para responder às suas necessidades e preferências de aprendizagem únicas. Ao participar nesta iniciativa, espera-se que os idosos adquiram uma compreensão mais profunda das questões ambientais críticas, adotem práticas que influenciem positivamente o seu ambiente e adotem um estilo de vida que dê prioridade à sustentabilidade. Em última análise, **o projeto procura promover não só o crescimento pessoal e o envolvimento dos idosos, mas também a sua contribuição ativa para a construção de um futuro mais sustentável para as suas comunidades**.



Os principais beneficiários do projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 são cidadãos seniores das zonas rurais que, muitas vezes, enfrentam desafios únicos, incluindo o isolamento social, o acesso limitado à tecnologia e a falta de oportunidades de crescimento pessoal e profissional.

Estes factores podem prejudicar a sua capacidade de participar plenamente nas actividades sociais e económicas contemporâneas. Além disso, o projeto visa as partes interessadas da comunidade, incluindo organizações locais, decisores políticos e residentes mais jovens, promovendo uma rede de apoio mútuo e de partilha de conhecimentos. Esta abordagem inclusiva garante que as comunidades rurais sejam capacitadas de forma holística, criando um modelo sustentável de desenvolvimento e envolvimento. **A natureza inclusiva do projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 garante que ambos os grupos-alvo obtêm valor.** Os idosos ganham a confiança e as ferramentas necessárias para se envolverem novamente com as suas comunidades e com o mundo em geral, enquanto as partes interessadas beneficiam de uma população sénior mais ativa e informada. Em conjunto, estes esforços criam comunidades rurais mais fortes e resilientes, capazes de enfrentar desafios comuns através da ação colectiva.

Ao integrar estas actividades, o projeto **C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 comunicará eficazmente os objectivos do Erasmus+, reforçará as prioridades políticas a nível da UE e criará impactos duradouros na comunidade.** Esta estratégia sublinha o nosso empenhamento numa comunicação transparente, inclusiva e de alta qualidade, em conformidade com os valores do Erasmus+.



2. Contexto

2.1 desafios para os seniores das zonas rurais

Os idosos das zonas rurais enfrentam frequentemente o isolamento geográfico, o acesso limitado aos serviços públicos e menos oportunidades de educação. Este grupo demográfico é ainda mais limitado por dificuldades económicas e divisões digitais, que impedem a sua capacidade de se envolver em iniciativas de sustentabilidade contemporâneas. O projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 sublinhou que os idosos das zonas rurais carecem frequentemente das competências e recursos digitais necessários para participar em programas de educação ambiental, o que agrava ainda mais a sua exclusão dos esforços de sustentabilidade. Apesar destes desafios, os idosos detêm uma riqueza de conhecimentos tradicionais e de experiência comunitária que continua a ser subutilizada, muitas vezes marginalizada por estereótipos sociais

2.2 Preocupações com as alterações climáticas, pobreza energética e sustentabilidade

As ameaças duplas das alterações climáticas e da pobreza energética afectam desproporcionadamente as famílias rurais, onde as infra-estruturas e os sistemas de apoio podem ser inadequados. O aumento dos custos da energia e os padrões climáticos imprevisíveis tornam os idosos particularmente vulneráveis. O projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 abordou estas questões através do desenvolvimento de programas educativos personalizados que ensinam aos idosos abordagens práticas para a adoção de práticas sustentáveis, incluindo a adaptação da energia doméstica, a utilização de energias renováveis e a gestão da água. Capacitados por estas iniciativas, os idosos podem atuar como agentes de mudança nas suas comunidades, demonstrando a viabilidade de soluções de sustentabilidade de baixo custo e elevado impacto

2.3 Importância da Aprendizagem ao Longo da vida e do envelhecimento activo

A aprendizagem ao longo da vida é um poderoso fator de promoção da resiliência entre os seniores. Melhora o envolvimento cognitivo e social, equipando os indivíduos para se adaptarem à evolução dos desafios ambientais e sociais. Programas como os desenvolvidos no âmbito do projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 colmatam a lacuna de conhecimentos, capacitando os idosos para participarem ativamente na ação climática, ao mesmo tempo que promovem a coesão da comunidade. Ao combinar a educação com práticas participativas, estas iniciativas atenuam o isolamento e reforçam o tecido social das comunidades rurais, demonstrando o potencial transformador da integração dos idosos nos esforços de sustentabilidade.



3. Contexto Político

3.1 Políticas relevantes da UE em matéria de educação de adultos e alterações climáticas

A União Europeia estabeleceu um quadro abrangente para a integração da sustentabilidade e da aprendizagem ao longo da vida nas políticas que abordam as alterações climáticas e a inclusão social. As principais políticas e estratégias incluem:

O Pacto Ecológico Europeu: Esta iniciativa emblemática da UE estabelece objectivos ambiciosos para tornar a Europa neutra em termos de clima até 2050. Salienta o papel da educação e da formação para dotar os cidadãos, incluindo os idosos, das competências necessárias para as transições ecológicas. Promove também a eficiência energética, as energias renováveis e a redução da pobreza energética - áreas diretamente relevantes para os idosos das zonas rurais (Link).

Agenda de Competências para a Europa (2020): A agenda sublinha a importância de proporcionar oportunidades de melhoria de competências e de requalificação a todos os adultos, incluindo os idosos, garantindo que continuam a contribuir ativamente para a sociedade. Apoia o desenvolvimento de competências relacionadas com a sustentabilidade através de programas de formação específicos (Link).

Políticas de aprendizagem ao longo da vida (LLL): A Recomendação do Conselho sobre Percursos de Melhoria de Competências salienta a criação de oportunidades de aprendizagem acessíveis e flexíveis, adaptadas a grupos desfavorecidos, como os idosos das zonas rurais, que frequentemente enfrentam obstáculos à educação (Link).

Estratégia de adaptação às alterações climáticas (2021): Esta estratégia sublinha a necessidade de resiliência climática a nível comunitário através da educação e de iniciativas participativas. Reconhece o papel das comunidades rurais, onde os idosos podem contribuir ativamente para as medidas de adaptação (Link).

Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável: O alinhamento da UE com os Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, em particular o Objetivo 4 (Educação de Qualidade) e o Objetivo 13 (Ação Climática), fornece um quadro abrangente para a integração de práticas sustentáveis na educação de adultos (Link).

Estas políticas reflectem um forte empenho em alavancar a educação como instrumento de promoção da sustentabilidade e da participação ativa em todos os grupos etários..



3.2 Políticas nacionais de apoio à sustentabilidade para os idosos e integração com iniciativas locais

As políticas nacionais em toda a Europa complementam os quadros da UE, adaptando as estratégias aos desafios e oportunidades locais. Estes esforços promovem soluções baseadas na comunidade que envolvem ativamente os idosos em iniciativas de sustentabilidade.

Hungria: A Estratégia Nacional de Energia da Hungria visa a pobreza energética através da promoção da adaptação eficiente da energia e da adoção de energias renováveis, especialmente nas zonas rurais. Os programas de formação para idosos centram-se em práticas de vida sustentável e de conservação de energia.

Itália: O Plano Nacional Integrado para a Energia e o Clima (NECP) de Itália dá ênfase ao desenvolvimento urbano sustentável e inclui medidas específicas para apoiar os idosos na adaptação aos desafios climáticos. Iniciativas como workshops intergeracionais promovem a colaboração na conservação da biodiversidade e nas práticas de poupança de energia.

Eslovénia: A iniciativa Green Gorenjska da Eslovénia integra os idosos em projectos de revitalização rural. Os programas incluem workshops comunitários em que os idosos e os jovens colaboram em tópicos de sustentabilidade, como a adoção de energias renováveis e a agricultura sustentável.

Portugal: A Estratégia Nacional para a Inclusão das Pessoas Idosas em Portugal combina a inclusão social com a sustentabilidade ambiental. Os municípios e as ONG estabelecem parcerias para implementar sessões de formação sobre redução de resíduos e vida ecológica, dirigidas aos idosos das zonas rurais.

Malta: Malta integra a sustentabilidade e a aprendizagem intergeracional através de políticas como a Estratégia de Envelhecimento Ativo e a Visão de Desenvolvimento Sustentável 2050, promovendo a colaboração entre idosos e jovens. Iniciativas como o projeto LEAP! financiado pela UE, e o Plano de Infraestruturas Verdes envolvem ambos os grupos na ecologização urbana e na biodiversidade. A Estratégia de Aprendizagem ao Longo da Vida e a Iniciativa GreenSkills Malta apoiam a educação para a sustentabilidade e o intercâmbio de conhecimentos, enquanto os conselhos locais promovem projectos comunitários de reciclagem e ecologia



4. Recomendações

4.1. Programas de mentoria em Sustentabilidade

Estabelecer programas formais de tutoria em que os idosos com experiência em práticas sustentáveis tradicionais (por exemplo, agricultura, técnicas de poupança de energia) partilhem os seus conhecimentos com as gerações mais jovens. Muitos idosos possuem conhecimentos valiosos sobre conservação de recursos e práticas amigas da natureza que podem ser adaptados aos esforços modernos de sustentabilidade. O projeto **C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0** enfatizou o valor do conhecimento tradicional dos idosos, particularmente nas áreas rurais, onde a sua experiência em agricultura, conservação de recursos e técnicas de poupança de energia pode informar as práticas sustentáveis. O projeto demonstrou que os programas de tutoria podem facilitar a troca de conhecimentos, promovendo a colaboração entre os idosos e as gerações mais jovens para construir comunidades mais sustentáveis

4.2. Programas de voluntariado ecológico adaptados aos seniores

Criar programas especializados de “**voluntariado verde**” destinados a idosos e jovens, centrados em actividades como a jardinagem comunitária, a monitorização da biodiversidade e projectos de conservação. Através de iniciativas como workshops intergeracionais e actividades de base comunitária, o Projeto **C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0** demonstrou o potencial dos programas de “voluntariado verde”. Actividades como a jardinagem comunitária, a monitorização da biodiversidade e os projectos de conservação foram concebidas para envolver os idosos, encorajando a sua participação ativa e fomentando os laços intergeracionais.

4.3. Literacia em matéria de sustentabilidade através da aprendizagem ao longo da vida

Muitos idosos podem não ter tido uma educação formal sobre tópicos de sustentabilidade, especialmente porque estas são áreas de foco relativamente recentes. Introduzir módulos de literacia em sustentabilidade adaptados aos idosos como parte dos programas de aprendizagem ao longo da vida. Estes poderiam centrar-se em temas como as alterações climáticas, a gestão de resíduos e as energias renováveis. O projeto desenvolveu recursos educativos adaptados para os idosos sobre temas como as alterações climáticas, a gestão de resíduos e as energias renováveis. Estes recursos realçaram a importância da aprendizagem ao longo da vida para colmatar as lacunas de conhecimento dos idosos e capacitá-los para contribuírem significativamente para o esforço de sustentabilidade



4.4. Planeamento urbano inclusivo para idosos e infra-estruturas verdes

Assegurar que os projectos de sustentabilidade urbana, como os espaços verdes, são concebidos tendo em conta os idosos.

Isto inclui percursos pedonais acessíveis, assentos e áreas sombreadas que incentivem a atividade ao ar livre e a interação com a natureza. O envolvimento no processo de planeamento garante que os espaços são adequados para todas as idades, promovendo um sentido de propriedade da comunidade e o envolvimento na sustentabilidade. O projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 realçou a importância do planeamento inclusivo para seniores, assegurando que os projectos de sustentabilidade urbana são acessíveis e envolventes para todas as idades.

4.5. Incentivos financeiros para a reabilitação ecológica de lares de idosos

Muitos idosos vivem em casas mais antigas que são menos eficientes em termos energéticos. Fornecer assistência financeira ou reduções fiscais para que os idosos possam fazer melhoramentos ecológicos nas suas casas, tais como instalar painéis solares, melhorar o isolamento ou mudar para electrodomésticos energeticamente eficientes. O projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 sublinhou a necessidade de apoio financeiro para ajudar os idosos a modernizarem as suas casas com soluções ecológicas, como painéis solares e aparelhos energeticamente eficientes, eliminando as barreiras à eficiência energética.

4.6. Educação ambiental intergeracional nas escolas

Implementar iniciativas de aprendizagem intergeracional nas escolas, em que os idosos são convidados a ensinar ou orientar os alunos sobre temas de sustentabilidade. Esta iniciativa poderá tirar partido das experiências vividas pelos idosos e criar uma cultura de respeito mútuo entre gerações. O projeto demonstrou o valor dos idosos como mentores de estudantes sobre sustentabilidade, promovendo o respeito mútuo e partilhando conhecimentos tradicionais através de iniciativas de aprendizagem intergeracional.

4.7. Prémios de sustentabilidade para iniciativas lideradas por seniores

Os programas de reconhecimento podem inspirar a liderança e o envolvimento da comunidade. Introduzir prémios de sustentabilidade que reconheçam especificamente iniciativas comunitárias lideradas por seniores, encorajando os adultos mais velhos a liderar projectos e inovações ambientais locais. C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 destacou a importância de reconhecer projectos de sustentabilidade liderados por idosos para inspirar a liderança e o envolvimento da comunidade na inovação ambiental.



5. Estratégias de implementação recomendadas

5.1 Quadros de colaboração com Conselhos Locais e ONGs

O Projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 demonstrou a importância de promover parcerias entre as autarquias locais, as ONG e as instituições de ensino para implementar iniciativas de sustentabilidade para os idosos. Estas parcerias permitem a partilha de recursos, a co-conceção de programas e o alcance dos idosos rurais. Programas-piloto bem sucedidos no âmbito do projeto demonstraram como as partes interessadas locais podem organizar actividades baseadas na comunidade, tais como workshops intergeracionais e programas de voluntariado verde, para envolver os idosos nos esforços de sustentabilidade

5.2 Parcerias com instituições de ensino e centros de formação

O projeto destacou o papel dos centros de educação profissional e de adultos na oferta de formação orientada para a sustentabilidade e adaptada aos idosos. Ao colaborar com estas instituições, os alunos seniores podem beneficiar de programas estruturados sobre energias renováveis, gestão de resíduos e adaptação às alterações climáticas. Os **resultados do C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0**, tais como kits de ferramentas e materiais educativos, foram desenvolvidos para apoiar formadores e instituições na conceção de sessões de aprendizagem impactantes e acessíveis para idosos rurais

5.3 Acompanhamento e avaliação dos resultados da aprendizagem

O Projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 enfatizou a necessidade de métricas robustas para avaliar a eficácia da educação em sustentabilidade para idosos. Os programas-piloto utilizaram ferramentas de avaliação, incluindo avaliações pré e pós-formação, para medir as mudanças no conhecimento, envolvimento e aplicação prática de práticas sustentáveis. Estas avaliações não só informaram o aperfeiçoamento dos materiais de formação, como também demonstraram o impacto transformador destas iniciativas na capacitação dos idosos e na participação da comunidade



6. Conclusão

As recomendações e estratégias neste documento enfatizam o papel vital que os idosos podem desempenhar nos esforços de sustentabilidade. **O Projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0** demonstrou que os idosos, particularmente nas zonas rurais, detêm conhecimentos e experiências valiosos que podem ser aproveitados para impulsionar práticas sustentáveis e reforçar a resiliência da comunidade. Ao promover a aprendizagem intergeracional, reforçar a literacia em matéria de sustentabilidade e implementar medidas de apoio, como incentivos financeiros e planeamento urbano inclusivo, os idosos podem tornar-se contribuintes activos para a sustentabilidade ambiental e a coesão social.

Os esforços de colaboração com as autarquias locais, as ONG e as instituições de ensino são fundamentais para garantir que estas iniciativas sejam bem concebidas e tenham impacto. Programas de formação personalizados e sistemas de monitorização robustos ajudam a adaptar estas estratégias às necessidades locais e a medir a sua eficácia. O reconhecimento e a celebração de iniciativas lideradas por seniores não só fomentam um sentido de propósito, como também inspiram uma maior participação e liderança da comunidade em projectos de sustentabilidade.

Estas estratégias vão para além da abordagem de desafios como a pobreza energética e a adaptação climática - também reforçam os laços intergeracionais, constroem a coesão social e capacitam os idosos para assumirem um papel ativo na definição de futuros sustentáveis.

O sucesso do Projeto C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 demonstra o poder destas abordagens, fornecendo um roteiro comprovado para a expansão de tais esforços em toda a Europa e não só.

Envolver os seniores na sustentabilidade não é apenas uma oportunidade, é uma necessidade. A sua integração assegura a criação de comunidades resilientes, inclusivas e ambientalmente conscientes, capazes de enfrentar os desafios prementes do nosso tempo.



7. Referências

- European Green Deal: [Link](#)
- European Skills Agenda (2020): [Link](#)
- Lifelong Learning Policies (LLL): [Link](#)
- Climate Adaptation Strategy (2021): [Link](#)
- Agenda 2030 for Sustainable Development: [Link](#)
- C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 Methodology development for teaching on sustainable and green household topics to seniors locally: [Link](#)
- C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 Methodology development for teaching on sustainable and green household topics seniors from transgenerational aspect: [Link](#)
- C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 Training material on sustainable and green domestic topics: [Link](#)
- C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 Toolkit 1: [Link](#)
- C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 Toolkit 2: [Link](#)