



# Capacitar as pessoas idosas para a ação climática

## Alterações climáticas como ameaça às populações idosas

As pessoas idosas são simultaneamente vulneráveis aos impactos das alterações climáticas e estão numa posição única para contribuir para a ação climática. Para garantir inclusão, as políticas climáticas devem refletir estas diferenças e capacitar as pessoas idosas a participar de forma eficaz.

## Reforçar conhecimento e awareness

Programas educativos sobre questões climáticas, com partilha de conhecimento e formações adaptadas ao público idoso, ministradas através de uma combinação de meios digitais e não digitais.

## Benefícios para as pessoas idosas

O benefício mais óbvio para as pessoas idosas da ação climática e ambiental é a perspectiva de que, se for bem-sucedida, irá abrandar o processo e proteger as populações vulneráveis.



### Benefícios para a saúde

O envolvimento em atividades pró-ambientais promove tanto a saúde física como a saúde mental nas pessoas idosas.



### Benefícios psicológicos

Um mecanismo importante dos efeitos positivos da ação para resolver problemas ambientais locais é que pode melhorar o bem-estar psicológico das pessoas idosas.



### Promover a generatividade

Em diferentes países e culturas, estudos mostram que as pessoas idosas beneficiam de atividades focadas em melhorar o mundo e deixar um legado para as gerações futuras.



### Promover a resiliência

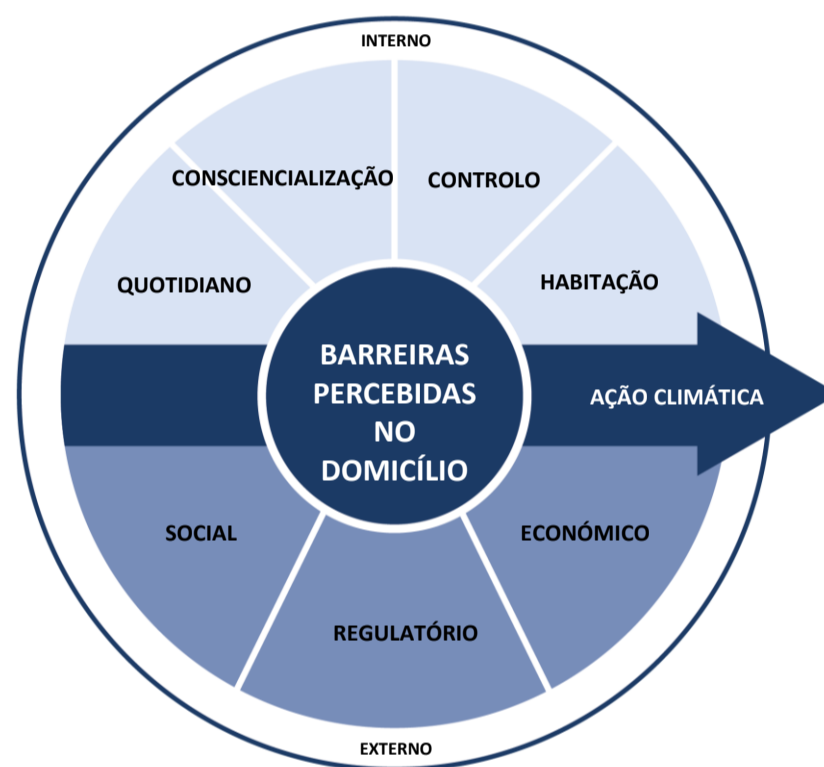
As pessoas idosas podem ser exemplos de resiliência em situações adversas, o que pode contribuir para a sua liderança na ação climática.

## Envolver as pessoas idosas no diálogo sobre a ação climática

As pessoas idosas enfrentam simultaneamente oportunidades e desafios no âmbito da ação climática. Por um lado, muitos idosos mostram-se dispostos a fazer sacrifícios importantes para assegurar um clima saudável para as gerações futuras. Por outro, partilham uma compreensão coletiva sobre a forma de se adaptarem a contextos em mudança.

## Existem barreiras relevantes à participação das pessoas idosas em ações climáticas:

1. Falta de inclusão
2. Lacunas de conhecimento
3. Oportunidades limitadas de participação
4. Falta de adaptação à fase de vida das pessoas idosas
5. Barreiras sistémicas à ação climática das pessoas idosas
6. Barreiras múltiplas e sobrepostas na participação climática



## Recomendações para mobilizar pessoas idosas

Com base em investigação e boas práticas, são propostas várias recomendações para aumentar a participação das pessoas idosas.

- Fornecer uma base essencial de conhecimento para facilitar o envolvimento das pessoas idosas na ação ambiental.
- Oferecer formação a cidadãos mais velhos para serem ativistas ambientais eficazes.
- Adaptar atividades aos diferentes níveis de capacidade das pessoas idosas.
- Incluir alternativas a estratégias baseadas na internet.
- Criar ligações entre organizações sobre alterações climáticas e Associações de Pessoas Idosas.

## Referências

1. UNEP, University of Oxford; People's Climate Vote [https://unfccc.int/sites/default/files/resource/OlderPeople\\_inClimateAction\\_briefing\\_18032021.pdf](https://unfccc.int/sites/default/files/resource/OlderPeople_inClimateAction_briefing_18032021.pdf)
2. Luke J. Harrington; Reviewing the links between an ageing population and a changing climate
3. Filiberto D., Wethington E., Pillemer K., Wells N., Wysocki M., Parise J.T. Older people and climate change: Vulnerability and health effects. Generations. 2009
4. Dietz T., Shworm R.L., Whitley C.T. Climate change and society. Annu. Rev. Sociol. 2020 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11855690/>
5. Simon Fraser University post 05/03/202025 <https://www.sfu.ca/gerontology/news-events/faculty/mei-fang-cihr-funding-climate-change.html>



VISITE O  
NOSSO WEBSITE