

## ■ "Portugal no Coração": um programa que promove o envelhecimento ativo além-fronteiras

José Santos Braga\* e Vítor Ramalho\*\*

**Resumo** O Programa "Portugal na Coração", iniciado em 1996, promovido, organizado e financiado por entidades públicas e privadas, tem permitido, todos os anos, que emigrantes idosos portugueses de baixos recursos económicos radicados fora da Europa, e que não visitem Portugal há mais de 20 anos, revisitem o país para o redescobrir e para reencontrar familiares e amigos.

**Palavras-chave** emigrantes, envelhecimento ativo, visitas a Portugal

**Abstract** The Programme "Portugal no Coração" (Portugal in the Heart), initiated in 1996, is promoted, organized and financed by public and private entities Every year it has allowed Portuguese emigrant elders with low economic resources established outside of Europe, and that have not visited Portugal in over 20 years, to revisit the country and rediscover it and to reencounter friends and family members.

**Keywords** emigrants, active ageing, visits to Portugal

\* Direcção Geral dos Assuntos Consulares e Comunidades Portuguesas.

\*\* Fundação INATEL.

## ■ “Portugal no Coração”: um programa que promove o envelhecimento ativo além-fronteiras

José Santos Braga e Vítor Ramalho

O «Portugal no Coração» é um programa promovido pelo Ministério dos Negócios Estrangeiros, pelo Ministério da Solidariedade e da Segurança Social e pela TAP Portugal, organizado através da Direção-Geral dos Assuntos Consulares e Comunidades Portuguesas, da Fundação INATEL e também pela companhia aérea nacional.

Realizado desde 1996, possibilita aos cidadãos portugueses emigrantes com recursos financeiros escassos, com 65 ou mais anos de idade, residentes fora da Europa e que não visitem Portugal há mais de 20 anos, a oportunidade de (re) descobrirem o património humano, cultural, paisagístico e gastronómico nacional. Estando previsto pela organização o custeamento de todas as despesas relacionadas com transportes aéreos e rodoviários, alojamento em regime de pensão completa e o usufruto de um plano lúdico rico em experiências turísticas e culturais, trata-se de um momento único para rever familiares e amigos e visitar o país, o que, no caso de alguns participantes, não acontecia há mais de 50 anos.

**Quadro 1 – Participantes por edição**

Programa	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004
Maio	20	31	26	39	30	25	20	13	22
Outubro	25	29	39	23	29	31	24	26	21
Total	45	60	65	62	59	56	44	39	43

2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	TOTAIS	Programa
23	20	19	19	19	17	18	361	Maio
20	22	20	21	20	23	19	392	Outubro
43	42	39	40	39	40	37	753	Total

O programa é composto pelas viagens entre o país de acolhimento e Portugal e, neste, por uma estadia com a duração de 15 dias. Após este período, os participantes poderão ainda prolongar a sua permanência junto de familiares e/ou amigos que se responsabilizem pelo seu acolhimento. Na organização do programa são considerados fatores como a criação de sinergias entre as várias entidades que participam na sua organização e na execução, o perfil dos participantes e a adaptação

deste ao plano lúdico a realizar, definido tendo em conta as diferentes realidades culturais e turísticas das regiões visitadas.

**Quadro 2 – Participantes por sexos**

Participantes	Mulheres	Homens
753	358	395

Tratando-se de um programa que considera o envelhecimento ativo como um instrumento válido no combate ao isolamento e à exclusão social, propõe-se que os participantes tenham a possibilidade de viajar de um modo autónomo e plenamente integrado. O «Portugal no Coração» visa, sobretudo, a implementação e a prática de políticas de inclusão social, tendo como principal objetivo a melhoria da qualidade de vida e o bem-estar de quem participa, aspeto central que deve ser promovido, quer a nível individual quer a nível coletivo.

Este programa tem também como fio condutor o convívio e a valorização do tempo livre de um modo dinâmico e proveitoso. Pretende-se, sobretudo, a promoção do conhecimento e a diversidade de experiências, o aumento da qualidade de vida, a interação social e a diminuição das desigualdades, numa perspetiva que aborda o envelhecimento como parte integrante do percurso de vida e esta como uma importante conquista humana e social.

**Quadro 3 – Participantes por continentes e países**

<b>Continentes</b>	<b>Países</b>	<b>Participantes</b>
Ásia e Oceânia	Austrália	18
	Timor-Leste	2
<b>Sub -total</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
África	Angola	9
	Guiné-Bissau	1
	Marrocos	1
	Moçambique	25
	Namíbia	7
	RAS	79
	Rep. do Congo	2
	Rep. Dem. do Congo	4
	S. Tomé e Príncipe	8
	Suazilândia	2
	Zâmbia	1
	Zimbabwe	13
<b>Sub-total</b>	<b>12</b>	<b>152</b>
América do Norte	Canadá	11
	EUA	21
<b>Sub-total</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
América Central e do Sul	Argentina	181
	Brasil	268
	Cuba	4
	Chile	3
	México	1
	Panamá	1
	Paraguai	1
	Uruguai	20
Venezuela	70	
<b>Sub-total</b>	<b>9</b>	<b>549</b>
<b>TOTAL</b>	<b>25</b>	<b>753</b>