

24 JULHO 2014



O CINEMA COMO FERRAMENTA ANDRAGÓGICA PARA A TERCEIRA IDADE: O PROJETO CINAGE

FÁTIMA CHINITA E BÁRBARA JANICAS
AIDLEARN, LDA, PORTUGAL

O cinema como ferramenta andragógica para a terceira idade: o Projeto CINAGE

Fátima Chinita & Bárbara Janicas (AidLearn, Portugal)

Abstract

The demographics of the early 21st century in Europe point to a notorious ageing of the population of most countries. Consequently, elderly people tend to be considered a social burden for the national healthcare and social security systems and their desire to participate actively in the civic and cultural activities of their countries is ignored. The first response to demographic ageing should therefore be a change in mentalities, which is what the area of gerontology is all about.

It was in this context that the European Project CINAGE - European Cinema for Active Ageing was created. It is a transnational project, promoted by Portugal, and partnered by UK, Italy and Slovenia, oriented for the creation of a cinema course for elders and directly supported by filmic tools, within an andragogical self-reflexive approach. The modules of this course will be created on the basis of European cinematic examples and the input of focus groups consisting of experts in andragogy, active ageing, cinema and elders. In the end, twelve short films will be produced by senior members of the CINAGE course.

We aim to present the project CINAGE in all its characteristics and thus reveal a way in which cinema can positively contribute to a more active ageing and the maintenance of mental health in later stages of life. It is relevant to consider what films Europe has been lately producing on this subject. We will use some of them to explain and corroborate our point of view and the project itself.

Keywords

Andragogy, Active Ageing, Senior Citizenship, Cinema Course for Elders, CINAGE Project.

O envelhecimento populacional

Nas duas últimas décadas, sobretudo em grande parte dos países desenvolvidos da Europa, tem-se assistido a um marcante envelhecimento demográfico. Esta nova realidade resulta sobretudo de um aumento da longevidade individual e da esperança média de vida, fatores que podem indiciar o sucesso das políticas de saúde pública, dos avanços na medicina e do triunfo de estilos de vida cada vez mais saudáveis. Contudo, este grande aumento do número de pessoas idosas na população coloca também novos desafios às sociedades atuais, nomeadamente à capacidade de resposta dos sistemas nacionais de saúde e de segurança social, ao mesmo tempo que convida os Estados a desenvolverem políticas de proteção e integração dos indivíduos idosos nas várias dimensões das suas vidas.

Em situações de crise, porém, as manifestações de preconceitos sobre os idosos, considerados globalmente como uma faixa da população economicamente pouco produtiva e socialmente menos útil, bem como um fardo para os sistemas de saúde e de segurança social nacionais, tendem a reforçar-se. Por um lado, partilha-se uma certa ideia pré-concebida de que o início da reforma e dos problemas de saúde são sinónimo de afastamento da vida comunitária, política e cultural dos indivíduos; por outro, o seu desejo de participar em atividades cívicas ou de lazer, ou a pretensão de dar continuidade a um trabalho, ocupação ou formação, são muitas vezes ignorados e desvalorizados pela própria opinião pública e organismos estatais. Neste panorama, a mudança de mentalidades configura-se um dos primeiros passos a dar no sentido da valorização do envelhecimento ativo, procurando atenuar as diferenças geracionais e os estereótipos negativos sobre a terceira idade.

É neste quadro de envelhecimento demográfico que os vários estados da União Europeia têm levado a cabo uma série de iniciativas para promover, sensibilizar e criar condições para uma forma de envelhecimento que não se reduz ao bem-estar físico, saúde e segurança, mas abrange também as esferas social e económica, o exercício de uma cidadania plena (dando um novo fôlego ao conceito de *senior citizen*), bem como a valorização das esferas cognitiva e emotiva, das relações interpessoais e da autorrealização dos indivíduos. Parte-se do princípio de que uma participação ativa em atividades cognitivamente estimulantes irá reforçar as funções da memória, diminuir os estados depressivos e aumentar a satisfação com a vida. A ideia de envelhecimento *ativo* é o conceito central nesta reflexão.

No contexto europeu da última década, destaca-se, no âmbito do *Lifelong Learning Programme*, o programa *Grundtvig*, desenvolvido entre 2007 e 2013 (e substituído, em 2014, pelo *Erasmus+*), que se dirige, precisamente, às necessidades de ensino, aprendizagem e formação contínua dos cidadãos adultos, e que tem vindo a apoiar muitas iniciativas e projetos no âmbito de uma abordagem andragógica, centrada nas pessoas idosas. Nesta ótica, as expressões artísticas e, em particular, o cinema, podem ser um dos pontos de encontro dos novos saberes e práticas tecnológicas com a partilha de experiências e memórias da idade, manifestando uma dupla dimensão autorreflexiva e pedagógica (ou, na verdade, andragógica): o Cinema já não apenas como montra da realidade vivida, mas verdadeiro ecrã onde se podem projetar e almejar as competências para o envelhecimento ativo.

O cinema como ferramenta andragógica para cidadãos seniores

Além de *workshops* e cursos livres em regime pós-laboral, o cinema pode ser utilizado como ferramenta pedagógica em muitas e variadas iniciativas sociais, na medida em que suscita o pensamento estético e crítico dos indivíduos sobre o mundo à sua volta, contribuindo para a formação integral dos cidadãos e podendo mesmo constituir-se como um meio de sensibilização, adaptação ou reação às mudanças sociais e avanços tecnológicos.

Pessoas em idade adulta procuram cada vez mais ofertas formativas que os tornem aptos a utilizar certas ferramentas informáticas e audiovisuais, no campo dos *media* e das Tecnologias da Informação e da Comunicação. É notória a procura crescente por *workshops* de fotografia ou vídeo, sendo que estes, além da dimensão formativa técnico-prática, complementada por fundamentos básicos teóricos e de terminologia específica, têm vindo a apostar numa vertente de expressão criativa muito pessoal. A possibilidade de utilizar as competências audiovisuais para expressão individual e partilha de ideias é um dos traços que mais alicia os adultos a participarem em cursos deste tipo.

No entanto, ao nível da educação de seniores o campo dos audiovisuais não tem ainda o peso que já adquiriu noutros cursos para adultos. Repare-se que, na Universidade de Lisboa Para a Terceira Idade, a imagem de base fotográfica ou digital não marca ainda presença nas quase 70 disciplinas em funcionamento. As artes limitam-se aos bordados (há três cursos destinados à feitura de tapetes de Arraiolos), pintura, música e danças de salão. Também na Universidade da Terceira Idade da Eslovénia, situada em Ljubljana, o panorama não é muito diverso em termos técnicos: esta instituição lecciona Caligrafia, Cerâmica e Pintura e providencia igualmente aulas de computadores, mas de cinema ou fotografia... nada. É uma lacuna curiosa, tanto mais que os cidadãos seniores são ávidos consumidores (e exímios contadores) de histórias e grandes apreciadores cinema, desde que possam identificar-se com as personagens. Por essa razão, o cinema norte-americano dos anos 20 a 50, de características profundamente comerciais, destinava-se a um público transversal em termos etários, englobando os espectadores mais idosos. A própria Universidade da Terceira Idade da Eslovénia tem consciência da propensão sénior para um mundo feito de narrativas. Do seu *curriculum* académico fazem parte disciplinas como *Storytelling*, Literatura e Escrita Criativa e [sic] Eu Gosto de Teatro.

O projeto CINAGE – *Cinema For Active Ageing* tem desde logo o mérito de vir preencher uma lacuna no atual panorama cultural europeu. Por um lado, permite aos cidadãos seniores um contacto privilegiado com uma forma artística que lhes é cara (pois é um veículo de narrativas e uma forma de evasão), mas que, por se encontrar ligada às tecnologias, é usualmente arredada do seu caminho letivo. Neste âmbito, a educação através do visionamento e reflexão sobre filmes específicos pode ser utilizada como forma de sensibilizar as pessoas idosas para questões relacionadas com as experiências da idade e alguns desafios diários ao lidar com o envelhecimento. Deste modo se fomenta um modo de apreciação cinematográfica diretamente relacionado com o fenómeno de identificação com personagens da mesma faixa etária.

Partindo do princípio de que os filmes sobre envelhecimento ativo podem conduzir as pessoas idosas a adotarem as competências que lhes permitam envelhecer bem e proativamente, a proposta do projeto CINAGE consiste precisamente em proporcionar aos idosos experiências integradas de educação para o envelhecimento ativo em simultâneo com educação cinematográfica. Aliás, o projeto CINAGE traz também para a ribalta um tipo de cinema minoritário baseado em experiências pessoais e situações narrativas protagonizadas por um naipe de atores mais envelhecido, situado nos antípodas dos produtos comerciais que invadem os multiplexes de exibição cinematográfica. Ao interpelar um tipo de público de determinada faixa etária, estes filmes também conseguem entrar em diálogo com algumas das prementes questões sociais que acima indicámos, tornando-se deste modo uma importante ferramenta indicativa e ilustrativa de um determinado *status quo* social.

O Projeto CINAGE: objetivos e metodologia

O consórcio do projeto CINAGE – *European Cinema for Active Ageing*, apoiado pelo subprograma *Grundtvig* do *Lifelong Learning Programme* da União Europeia, é formado por quatro entidades: a AidLearn – Consultoria em Recursos Humanos, Lda., empresa promotora e coordenadora do projeto (Portugal); os parceiros Centro Studi Città di Foligno (Itália), Leeds Metropolitan University (Reino Unido) e Universidade Eslovena da Terceira Idade/Slovenska univerza za tretje življensko obdobje (Eslovénia). O projeto tem a duração de dois anos, desenvolvendo-se entre Outubro de 2013 e Setembro de 2015. Por se tratar de um projeto de interface entre cinema e terceira idade, faz todo o sentido que, entre os parceiros do consórcio, se encontre uma Universidade Sénior (Eslovénia) e uma Escola de Cinema (A Northern Film School da Leeds University, em Inglaterra), às quais se vêm acrescentar a longa experiência das entidades portuguesa e italiana em projetos europeus direcionados para a aprendizagem ao longo da vida. A aposta na diversidade também é um dos vetores do projeto, desde logo presente na composição do consórcio, uma vez que os quatro países se reportam a áreas geográficas, realidades socioeconómicas e tradições cinematográficas muito distintas entre si.

Tal como o nome indica (*cinema + age*), o projeto CINAGE visa oferecer novas oportunidades de aprendizagem aos indivíduos idosos, capacitando-os para o envelhecimento ativo, mas tem a particularidade de centrar a sua abordagem em ferramentas, metodologias, práticas e experiências eminentemente cinematográficas. O carácter inovador desta proposta reside no uso de instrumentos audiovisuais que pretendem ajudar à transformação de mentalidades e à mudança de comportamentos, tanto das gerações mais idosas como daquelas que lidam diariamente com elas. Por um lado, o projeto CINAGE procura desenvolver ferramentas didáticas úteis a educadores de adultos na promoção das competências para o envelhecimento ativo entre os aprendentes e o público interessado; por outro, visa estimular os idosos a darem continuidade à sua aprendizagem e adquirirem novas capacidades, fomentando metodologias de autorreflexão e narrativização de vivências pessoais. Através da partilha de experiências e conhecimentos entre educandos e educadores se percorre um caminho social dirigido para o combate dos estereótipos relativos à terceira idade e para o diálogo entre gerações. Nesse sentido, o projeto CINAGE destina-se primeiramente a cidadãos idosos com mais de 65 anos, mas expande também o seu público-alvo a entidades formadoras e educadores de adultos, especialistas em envelhecimento ativo e em cinema europeu, bem como outros agentes e indivíduos interessados nas questões relacionadas com a idade, que possam vir a aplicar e posteriormente usufruir dos resultados e produtos do CINAGE.

Cada um dos oito pacotes de trabalho previstos no projeto CINAGE é liderado por um dos parceiros do consórcio, de acordo com a sua experiência e *know-how* específicos. Assim, a coordenação e gestão geral do projeto cabem a Portugal (WP1); a pesquisa sobre cinema europeu e envelhecimento ativo é da responsabilidade do Reino Unido (WP2); a produção do Manual do Curso compete a Portugal, encontrando-se a produção dos conteúdos específicos distribuída pelos quatro parceiros, incluindo o nosso país (WP3); as ações-piloto para teste e validação do curso e seus instrumentos serão supervisionadas pela Eslovénia (WP4); a produção do *package* CINAGE será assegurada pelo Reino Unido (WP5); a avaliação interna do projeto é da responsabilidade da Itália (WP6); e, por fim, a disseminação (WP7) e a exploração (WP8) encontram-se distribuídas ao nível da supervisão, respetivamente, por Portugal e pela Eslovénia.

Ao nível nacional, cada país do consórcio conta com a colaboração de representantes dos grupos-alvo, que são convidados a participar ativa e construtivamente em dois momentos fundamentais do projeto: (a) na fase de pesquisa (enquanto membros de um *focus group* nacional), para analisar criticamente um conjunto de doze filmes europeus pré-selecionados, com vista a eleger um *corpus* dos seis filmes mais representativos das competências para o envelhecimento ativo; (b) nas ações-piloto (como parte de grupos de formação), em que os participantes seniores do curso de cinema serão convidados a produzir as suas próprias curtas-metragens, com base na autorreflexão e na identificação de estratégias adequadas para o envelhecimento ativo.

Do longo processo deste projeto faz ainda parte a produção cinematográfica de curtas-metragens de cerca de três minutos, as quais serão escritas, interpretadas, realizadas, produzidas no terreno (incluindo adereços, guarda-roupa e decoração) e montadas por cidadãos seniores que se candidatem a fazer parte de um grupo piloto para testar as metodologias concebidas e validar dos conteúdos selecionados. Em cada um dos países membros do consórcio serão feitas três destas curtas-metragens, num total de doze.

Assim, para além do visionamento e reflexão sobre alguns dos filmes escolhidos pelos membros dos grupos de consulta, estes cidadãos ativos de idade mais avançada irão assimilar e aplicar as bases de um *workshop* de cinema num processo que se quer dialógico e inter-relacional: uma verdadeira aprendizagem em ato no interior de uma pequena comunidade de pessoas, todas diferentes entre si mas interligadas por um gosto comum pela novidade e pelo desejo da atividade cultural. Trata-se, portanto, da “vida a acontecer” dentro e fora dos filmes.

O *package* final do projeto (o curso), a ser produzido nas quatro línguas da parceria, disponibilizará um curso de cinema para idosos, desenvolvido numa perspetiva andragógica, e com um conjunto de recursos diversos: um guia para os formadores, um manual para os aprendentes idosos (composto por cinco módulos relativos aos passos de criação e produção cinematográfica), as curtas-metragens produzidas no âmbito do curso-piloto e a seleção dos seis filmes europeus que melhor ilustram as competências para o envelhecimento ativo.

O modelo de competências para o envelhecimento ativo

Sob coordenação da Leeds Metropolitan University, foram definidas as *guidelines* para a fase de pesquisa, relativas às condições de seleção dos filmes. Estes seriam, impreterivelmente, longas-metragens de ficção (incluindo animações, mas não documentários) com data de estreia posterior a 2000, e teriam de ter produção ou coprodução europeia. Com base nestas premissas, as equipas de investigação dos parceiros CINAGE levaram a cabo uma profunda análise do estado da arte e da cultura cinematográfica europeia na relação com o envelhecimento ativo e a representação da velhice no cinema dos últimos anos.

Os filmes considerados fornecem vasto material de estudo das tendências de representação dos indivíduos idosos no cinema e do modo como os estereótipos sobre a velhice são transformados em material narrativo e ficcional. As imagens de idosos fragilizados, vulneráveis, passivos, dependentes, que correspondem a grande parte dos estereótipos partilhados pela sociedade, são substituídas por outras imagens “rejuvenescidas” e revalorizadas, mais em sintonia com a ideia de envelhecimento ativo que se pretende realçar. Isto pode acontecer ao longo das narrativas, quando os arcos dos personagens correspondem a uma evolução proactiva e combativa dos preconceitos, no sentido de se adaptarem aos desafios da idade e provarem que são capazes de mudar os seus comportamentos e adquirir competências para o envelhecimento ativo, ou logo à partida, quando as personagens são apresentadas como idosos ativos, com personalidades muito marcadas ou menos convencionais, e é a sua ação sobre os outros e o meio à sua volta que impulsiona a narrativa.

Logo no filme de Manoel de Oliveira, *Je Rentre à la Maison* (2001), o teatro, como atividade cultural de natureza coletiva, tem um papel central. Neste filme, o protagonista acaba por desistir da sua carreira como prestigiado ator quando toma consciência de que a sua avançada idade já não lhe permite acompanhar a passagem dos palcos para o meio televisivo. Esta personagem pode não ser o melhor exemplo de um idoso ativo, mas sem dúvida o é o próprio Manoel de Oliveira que, depois desta obra, realizou cerca de mais duas dezenas de filmes, entre curtas e longas-metragens, e o qual já vai com 105 anos de existência produtiva. O filme torna-se particularmente relevante neste contexto e Oliveira é certamente a melhor motivação para qualquer cidadão sénior de propensões artísticas confirmadas ou para um mero estreante nesta atividade, como é o caso dos membros das equipas piloto do CINAGE. Aliás, *Je Rentre à la Maison* aborda diretamente a questão da idade desde a primeira cena do filme, quando a personagem do ator Gilbert Valence (Michel Piccoli) declama em palco o texto dramático *Le Roi se Meurt*, de Eugène Ionesco, sobre um rei que recusa a morte e teme o esquecimento. Esta preocupação com o fim é natural em cineastas de uma idade avançada, mas o que é mais interessante nesta obra é a afinidade entre o protagonista e a personagem que nesta peça de Ionesco ele interpreta, o rei Berenger. Gilbert é retratado como um sobrevivente, alguém que se recusa a morrer mesmo após ter perdido a mulher, a filha e o genro num acidente de automóvel. Esta concertação entre realidades é já uma forma de vida, ainda que impregnada de melancolia e solidão (“*solitude*”, como lhe chama o ator). Está lançado o mote para uma análise mais aprofundada das seis competências do envelhecimento ativo (site CINAGE 2014).

Aprendizagem

A aprendizagem é fundamental para estimular as capacidades cognitivas e de memória dos indivíduos adultos e idosos, bem como para facilitar a sua adaptação às alterações do mundo em que vivem. As oportunidades de aprendizagem numa idade mais avançada ultrapassam o contexto educativo formal, podendo incluir o autodidatismo, o desenvolvimento de capacidades para adaptação às novas realidades, a formação com novas tecnologias e a experimentação criativo-artística.

De uma maneira geral, os filmes que têm protagonistas idosos apresentam sempre algum tipo de aprendizagem por parte dos mesmos: uma forma de autorreconhecimento, como a consciência obtida, *in extremis* - e, para falar verdade, de modo muito forçado - pela idosa emigrante estónia Frida (Jeanne Moreau) em *Une Estonienne à Paris* (2012) que, finalmente, reconhece depender de terceiros, adquirindo com isso uma benevolência que antes não detinha; ou o (re)adquirir de competências parentais em idade avançada, cuidando, porventura, de alguém mais novo (*Je rentre à la maison* 2001 e *Amanecer de um sueño* 2008). Com frequência, a principal aprendizagem reside no reconhecimento do simples gosto pela vida, como sucede em *Elsa y Fred* (2005). Este filme trata de uma relação amorosa emergente entre dois vizinhos idosos, que se conhecem porque Elsa (China Zorrilla) bate no carro da filha de Fred (Manuel Alexandre) e esta exige que lhe seja paga uma indemnização pelos danos causados. A ideia de aprendizagem comportamental é sublinhada, na medida em que os personagens se ajudam mutuamente a ultrapassar os seus receios para enfrentarem, juntos, o envelhecimento. Com efeito, Elsa e Fred encontram um no outro a companhia que lhes faltava, apesar das suas personalidades se oporem em muitos aspetos: Elsa é enérgica e despreocupada, querendo acima de tudo aproveitar o tempo que lhe resta para viver um grande amor (pois, descobrimo-lo mais tarde, sofre de uma doença terminal); Fred é inseguro, hipocondríaco e resignado a uma vida solitária e gerida pela filha. Deitados na sanita os comprimidos do hipocondríaco, resta saborear cada momento da existência: Fred acaba por abraçar o fascínio que Elsa tem pelo icónico filme italiano, *La Dolce Vita*, e o filme culmina, como num conto de fadas – ou na realidade falseada tão cara a Fellini, que assina a obra-mestra - com a reencenação da emblemática cena na Fontana di Trevi, como se eles fossem Anita Ekberg e Marcello Mastroianni.

O filme *Vratné lahve* (em inglês: *Empties* 2007) constitui o melhor dos exemplos no campo da aprendizagem de novas competências ao longo da vida. O professor Josef (Zdenek Sverák), cansado dos seus jovens alunos, decide reformar-se de uma vez por todas desta sua atividade profissional, buscando outra forma de emprego igualmente útil. Após uma tentativa como estafeta de entregas ao domicílio em bicicleta, acaba por se contentar com um emprego mal pago num pequeno supermercado, onde é responsável por recolher o vasilhame dos clientes habituais. Este contato direto com o público, através da janelinha que separa o armazém da loja, depressa se torna num fértil campo de intervenção social, na medida em que os clientes lhe começam a pedir conselhos e a prezar a sua opinião em todas as matérias. Entre as várias boas ações praticadas por Josef no local de trabalho, contam-se não só sugestões sobre produtos em promoção na loja, como também dicas amorosas que resultam na bem-aventurança de dois colegas e de um amigo. Nunca este homem fora tão útil nem se sentira tão bem consigo mesmo. A única pessoa incapaz de entender a validade da nova escolha laboral de Josef é a sua mulher, que vê na nova atividade do marido uma degradação social, até ao dia em que compreende que todo este dinamismo também pode reacender o romantismo que há muito se apagara entre ambos.

A competência ligada à aprendizagem também pode surgir aplicada ao domínio da independência financeira, por exemplo, através do aproveitamento de novas e velhas aptidões manuais transformadas em atividade económica. É o que acontece em *Confituur* (Lieven Debrauer 2004). O filme lida com uma “crise de terceira idade” do casal protagonista, despoletada quando, no dia dos seus cinquenta anos de casados, o sapateiro Tuur (Rik van Uffelen) abandona Emma (Marilou Mermans) e sai de casa. Se ao início era o marido quem sustentava a família, quando ele a abandona, Emma tem de assumir o negócio e conciliar o trabalho com as suas atividades de dona de casa. Para substituir Tuur, é preciso que Emma aprenda um ofício, recorrendo a um outro sapateiro para dar continuidade aos trabalhos de sapateiro e ferragens do marido ausente, afim de garantir a clientela estabelecida, ao mesmo tempo que adquire novos clientes para as suas compotas caseiras. De Tuur a Confituur, vai um traço que se escreve a tinta na montra da loja, confirmando a mudança de atividade principal da mesma. A sensaborona e despreparada Emma torna-se o ganha-pão da família, o que inclui sustentar a insuportável cunhada acamada, ao invés de ser por ela sustentada, facto que lhe valia quotidianamente muitos abusos.

Cidadania e comunidade

Fazendo da ideia de *senior citizen* um conceito central, trata-se de fomentar uma cidadania ativa após a reforma, através da participação em atividades de voluntariado ou atividades remuneradas não-profissionais, como forma de autorrealização ou visando o bem-estar dos outros e da sociedade. A comunidade na qual o indivíduo se insere e para a qual contribui pode ser familiar ou local, um bairro, cidade, região, país ou o mundo global. Esta atividade cívica pode também concorrer para a coesão intergeracional.

The Best Exotic Marigold Hotel (2011) aposta num *all-star cast* de atores seniores com estatuto de celebridade adquirido: Judi Dench, Bill Nighy, Tom Wilkinson, Maggie Smith, e ainda Penelope Wilton, Ronald Pickup e Celia Imrie. Este conjunto de atores de longa carreira compõe, neste filme, um grupo de idosos desconhecidos que responde a um anúncio *online* e viaja para um hotel na Índia, impelidos por motivações de dois tipos: problemas financeiros, que os obrigam a procurar soluções *low-cost* de subsistência e estadia; problemas relacionais, que os levam a tentar aproveitar a viagem para recuperar ou criar novos laços afetivos entre si. No geral, são personagens com pouca profundidade psicológica, correspondendo a certos estereótipos sobre os idosos que vão, ao longo do filme, dando lugar às competências para o envelhecimento ativo, aprendendo a reconhecer o seu valor pessoal e a respeitar as diferenças dos outros. Evelyn (Judi Dench), por exemplo, é viúva e sempre dependeu do marido para tudo, mas agora, no exotismo da Índia, adquire uma autonomia nunca anteriormente concebida, começando a trabalhar como consultora de vendas telefónicas, servindo-se da sua longa experiência de vida para encaminhar uma geração mais nova. Muriel (Maggie Smith) é uma solteirona preconceituosa que trabalhou toda a vida para uma família abastada até ser posta de lado em prol de uma substituta mais nova. Face a uma cultura nova, recheada de pessoas de outra raça, Muriel aprende o respeito pela diferença que a estratificada sociedade britânica lhe impedira de adquirir em solo pátrio, tornando-se ela própria respeitada no processo.

Independentemente do processo individual de aprendizagem por que cada uma destas personagens passa e das atividades voluntárias ou remuneradas que efetuam, é no relacionamento coletivo entre eles, únicos habitantes de um hotel decrépito, e os cidadãos locais que se vai estabelecer o verdadeiro sentimento de comunidade, por substituição à ideia errada do mesmo conceito que traziam de Inglaterra. Não é o mundo do trabalho, do casamento, ou dos padrões que os realizam como cidadãos, mas sim a comunidade que espontaneamente decidiram formar na longínqua terra indiana. Na velhice se alcança assim a plenitude de uma autorrealização superior à que anteriormente detinham.

Distinta desta abordagem é a do filme polaco *Jeszcze nie wieczór* (em inglês: *Before Twilight* 2008). Pensado inicialmente como um documentário com conhecidos atores polacos veteranos, o projeto sofreu grandes alterações devido a uma pré-produção demasiado prolongada pelo falecimento de vários dos atores que iam integrar o elenco. O resultado é um filme ficcional sobre um grupo de ex-atores, instalados num lar de idosos para atores aposentados, os quais, guiados por um colega rebelde, decidem interpretar o último papel das suas vidas, levando à cena o espetáculo *Faust* de Goethe. Alguns destes personagens não só fogem aos estereótipos como são bastante controversos: é o caso do protagonista, Jerzy, interpretado por Jan Nowicki, que leva um estilo de vida sem regras (fuma e bebe álcool em grandes quantidades, sai à noite e gosta de *rap*, não tem vergonha em flirtar ostensivamente com a jovem enfermeira e partilha as suas aventuras com um cão a quem atribui o papel de Mefistófeles); do casal Barbara (Danuta Szaflarska) e Fred (Fabian Kiebic), doente de Parkinson, que durante a primeira parte do filme interpretam algumas das cenas mais comoventes do mesmo (longos passeios em que namoram como dois adolescentes), até que Barbara morre e assistimos à completa desorientação de Fred com a sua perda; de Róza (Beata Tyszkiewicz), que cuida diariamente da sua imagem, consciente do poder que a sua beleza ainda tem sobre os homens, sobretudo Henryk (Lech Gwit), o jovem enfermeiro; do solitário Sodolski (Stefan Burczyk) que, debilitado por vários ataques cardíacos, aceita o seu último papel, ciente de que pode morrer em palco, e que, no momento da estreia, não se lembra do texto que tem de dizer, mas cita de cor o soliloquio de *Hamlet*, "To be or not to be".

É através do "ser outro" em palco que os atores aprendem a interpretar o seu novo e último papel: serem idosos. Essa aprendizagem só é possível porque eles se reúnem, entretêm-se e comprometem-se em realizar um espetáculo juntos, daí que este filme seja um forte exemplo de dominância da competência para o envelhecimento ativo relacionada com a ideia de comunidade. O filme tem momentos de particular ironia e autoconsciência, destacando-se uma das cenas de conversa entre Jerzy e Henryk, em que à pergunta deste - "Levas todos, mesmo os incapacitados?" - Jerzy responde: "Claro. Os de andarilho, os Alzheimers, os Parkinsons... Todos. Será poderoso". Henryk: "Em termos de quê?". Jerzy: "Expressão. O fim de um ator é o seu princípio". Ao contrário de outros filmes que transmitem uma ideia negativa dos lares de idosos, esta obra polaca não reforça a decadência da perda cognitiva mas sim a possibilidade formativa que um lar, qual família adoptiva, espaço de aconchego e cumplicidade, pode assegurar mesmo entre aqueles que optam por não participar na peça ou estão fisicamente impedidos de o fazer.

Saúde

Segundo a OMS, o estado de saúde corresponde a um completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças. Estilo de vida, qualidade e acesso a serviços, oportunidades para contatos sociais, cuidados e segurança, são os vários aspetos que podem influenciar a saúde e o bem-estar dos indivíduos idosos.

Arrugas (2011, Espanha), de Ignacio Ferreras, o único filme de animação considerado, abraça, à sua maneira, a ideia da inevitabilidade do envelhecimento, encarando-a com naturalidade e bastante ironia, como é dito a dado momento pelo protagonista argentino: “A idade é natural, não é uma crise nacional.” O filme desenrola-se num lar de idosos que providencia aos seus pacientes todas as condições de saúde, apoio e segurança, mas onde estes não se sentem felizes, temendo o dia em que serão transferidos para o piso das “causas perdidas” (os casos terminais sob assistência). Dentro de um mosaico de personagens muito diversas, destacam-se Emílio e Miguel, sendo Emílio o novo residente que vem a descobrir ter Alzheimer, e Miguel o seu companheiro de quarto, que tem por hábito extorquir dinheiro aos outros pacientes, inventando as mais variadas mentiras. Um outro casal, cuja mulher se internou apenas para poder acompanhar o marido doente, e que vai com ele para o piso superior quando o anunciado momento da perda cognitiva total chega, e uma senhora que vive na ilusão de que vai ser visitada pela família, que, todavia, nunca aparece, são outras das figuras humanas esboçadas neste fresco animado. O filme não oculta toda a decadência que, aos poucos, se apodera dos corpos e das mentes daquelas personagens, nem o ambiente desolador de uma instalação de saúde de reconhecida valência e prestígio, onde, porém, os idosos internados mais parecem zombies. Contudo, a escolha do género de animação permite abordar as realidades sem chocar demasiado o espectador. O filme ressalta sobretudo a ternura daqueles que ainda podem ajudar os outros e uma réstia de humanidade que teima em não partir. Deste modo, ao contrário de outros filmes, estes pacientes animados são vistos como “pessoas” no sentido mais respeitável e pleno do termo. É justamente o oposto do que acontece no galardoado *Amour* (2012), onde a avassaladora decrepitude do corpo da protagonista, tem como objectivo principal chocar o vidente, não dando qualquer espaço a uma aprendizagem produtiva por parte das outras personagens. Isso é o oposto do envelhecimento ativo: a perda das capacidades só se pode traduzir, mais tarde ou mais cedo, na inactividade total. *Arrugas*, pelo contrário, é sobretudo uma lição de vida que extravasa as fronteiras do ecrã, preocupado igualmente em estabelecer um padrão correto de comportamento para garantir o máximo de qualidade de vida aos seniores enquanto ela é possível; que isso seja veiculado intradiegeticamente por um sénior que acaba a ajudar a comunidade inteira é da máxima importância para a temática do envelhecimento ativo.

Emocional

A valorização da componente emocional assenta, por um lado, na preservação da autonomia e da dignidade na velhice, bem como da autorrealização pessoal. Outra dimensão desta competência afetiva reporta-se ao desenvolvimento de conexões sociais e interpessoais significativas, que combatam a solidão e providenciem uma rede de apoio aos indivíduos, no meio familiar ou na comunidade. Esta componente valoriza também os relacionamentos amorosos numa idade avançada, combatendo o preconceito relativo ao amor na terceira idade ou entre gerações.

Innocence (2000) e *Wolke 9* (2008) têm em comum o facto de abordarem uma temática ainda de certa forma tabu na sociedade atual: o sexo entre cidadãos declaradamente seniores. No primeiro dos dois, que joga com a dualidade de épocas distintas, Andreas (Charles Tingwell) reencontra Claire (Julia Blake) após mais de quarenta anos de separação; namorados na sua juventude, reaproximam-se agora por iniciativa dele, que sofre de uma doença terminal em estado avançado, e a paixão acaba por reacender-se entre ambos. Após um tímido, mas satisfatório, primeiro encontro sexual, o par assume o reatar desta relação antiga, com a particularidade de Claire ser agora casada com John. A problemática triangular, tão abordada em tantos filmes, adquire aqui contornos particulares, pois as consequências são mais gravosas numa idade avançada. O parceiro enganado sente-se duplamente traído, pois pensa que é demasiado tarde para recomeçar a sua vida com outra pessoa, além de que a carimatade de longos anos se revela, afinal, ser uma pessoa desconhecida, capaz de atos insuspeitados. Em John esta situação desencadeia revolta, incompreensão e, por fim, um sentimento de impotência. Por inúmeras vezes afirma que o sexo é coisa de jovens e chega a confessar ao filho, que é médico, o receio de ter um enfarte se continuasse sexualmente ativo. Na outra ponta do mesmo triângulo, a adúltera Claire tem pena do marido, mas recusa-se a terminar a relação extraconjugal com Andreas, colocando o seu direito à felicidade acima das convenções sociais, ao ponto de, em dado momento, ir viver com o amante. Não se pense contudo que este egoísmo afetivo não deixa a sua marca em Claire, que passa uma substancial parte do filme a proferir o seu desejo de ser livre e verdadeira (ao ponto de ainda magoar mais o marido com a sua honestidade), mas é internamente roída por sentimentos de culpa: quer a paixão por Andreas, que revitaliza os sentidos e o gosto de viver de Claire, quebrando-lhe a rotina diária, quer a afirmação de liberdade e os encontros com o marido, que quase roçam a indiferença, são de uma intensidade que não pode deixar de fazer estragos. Com efeito, Claire acaba inopinadamente por falecer de um ataque cardíaco, sobrevivendo ao amante que tinha (sem que ela o soubesse) os dias clinicamente contados. No velório de Claire, marido e amante encontram-se, mas a saudade pela falecida sobrepõe-se a qualquer rancor que pudessem, eventualmente, sentir um pelo outro.

Wolke 9 (2008) descreve a mesma situação triangular e aciona, aproximadamente, os mesmos sentimentos nos protagonistas, com a diferença de que, neste caso, não existe qualquer aproximação após um longo interregno (também nenhuma das três personagens se encontra doente). Logo, não há qualquer alibi para a sedução e o relacionamento que se lhe segue. A costureira Inge vai a casa de Karl, um cliente, entregar um par de calças e, aparentemente, sem justificação, insinua-se junto dele, terminando ambos a consumir o ato sexual em casa daquele. A procura hedonista do prazer, baseada no facto de Werner, o marido com quem é casada há 30 anos, não a satisfazer da forma pretendida, gera em Inge uma escalada de intensidade emocional, que se traduz no prosseguimento da relação amorosa extraconjugal e na confissão da mesma, contra o conselho que lhe fora dado pela filha.

Ao abrigo da “verdade”, Inge não consegue conter no seu íntimo os atos que comete com Karl, acabando por contar tudo a Werner. O seu desejo de liberdade é duplamente egoísta, pois não só não tem consideração pelos sentimentos do fiel companheiro de três décadas que lhe criou a filha, como vai contra todo bom senso estabelecido. Mais uma vez, a intensidade dos sentimentos e a impressão de liberdade e recomeço sobrepõem-se à razão, como é normalmente apanágio dos jovens mas não dos seniores, mais regidos pelo hábito e pela contenção. O resultado é, tal como no filme de Paul Cox, mortífero, mas neste caso a vítima não é Inge; quem morre, cometendo suicídio, é Werner.

Este desfecho justifica-se pela tónica de ambos os filmes, que é muito diferente uma da outra, pese embora as similitudes narrativas. *Innocence* é um filme centrado na problemática social da relação triangular e naquilo que está “certo” de acordo com os padrões morais vigentes, sobretudo na faixa etária visada; *Volke 9*, pelo contrário, é um filme que aborda a relação sexual na sua dimensão o mais física possível, não hesitando em colocar a câmara muitíssimo perto das personagens em pleno ato sexual. Esta proximidade carnal excessiva entre Inge e o amante tem um contraponto na distância a que a câmara fica durante as conversas que ocorrem entre Inge e o marido (sempre do lado de fora da porta aberta, numa captação em plano de conjunto), como se, não houvesse nada no universo desta mulher para além do sexo. De tal modo o filme insiste na sexualidade ativa desta cidadã sénior que vemos, por diversas vezes, o corpo envelhecido dos três protagonistas e em particular de Inge, que, em dado momento, se olha orgulhosamente ao espelho, o qual não lhe pode devolver (a ela e a nós) outra coisa que não seja a gordura e a perda de curvas eróticas.

Nem só de sexo, no entanto, se faz o lado emocional dos indivíduos, seniores ou não. Outro aspetos de igual importância são a autonomia e a dignidade. Em *Pora umierac* (20087), por exemplo, a protagonista Aniela (Danuta Szaflarska) é feliz sozinha: encontra na sua casa todo o apoio de que necessita, na sua cadela Philadelphia a única companhia, nas suas memórias todos os seus sonhos. O seu principal e único *hobby* é espiar os vizinhos através das janelas, especialmente as crianças no jardim; fala rudemente com a maioria das pessoas (o filme abre com uma ida de Aniela ao médico, em que esta, sentindo-se tratada com desrespeito, acaba por insultar a médica e ir-se embora, mostrando que não se importa com a saúde) e não faz nenhum esforço para se dar bem com a família (sobretudo com a neta obesa, na qual revê a avidez do filho). No entanto, esta personagem é de uma grande dignidade, apesar dos seus 90 anos, não dependendo de ninguém. Quando um jovem delinquente lhe entra no quarto pela janela, a senhora não o deixa partir sem lhe dar uma lição de vida e de moral, que o jovem, efetivamente, aprende; quando o filho a procura enganar com a venda da casa, ela riposta retirando-lhe a herança esperada; quando a neta lhe pede o anel familiar, Aniela deixa-o em testamento à nora, a única pessoa que, numa curta cena, se mostra preocupada com ela e parece ter um sentido moral. Aniela é retratada como o exato oposto da velhota desamparada que todos enganam; neste filme, o paradigma é invertido. A protagonista é digna e inteligente, dando mostras da autonomia que deve pautar a vida dos idosos enquanto cidadãos de pleno direito.

Finanças/Economia

A dimensão financeira dos indivíduos idosos diz respeito a aspetos do contexto económico que tenham um impacto particular sobre o envelhecimento ativo e a segurança dos indivíduos: rendimentos, oportunidades de trabalho pago, proteção social, pensões ou outros subsídios decorrentes da idade ou da reforma.

Com mais recorrência, as questões financeiras e económicas surgem ligadas a disputas familiares sobre propriedades, heranças, bens materiais no geral. Tais situações podem reconhecer-se no filme espanhol *Elsa y Fred*, onde a filha procura extorquir ao pai idoso dinheiro suficiente para abrir um duvidoso negócio de cibercafé, ou em *Conversaciones con mamá* (2004) em que o filho procura convencer a mãe a sair de um apartamento que é seu, de modo a poder vendê-lo. Também a narrativa de *Pora Umierac* (2008) parece, à primeira vista, girar em torno de um contencioso financeiro entre Aniela e o seu filho, a propósito da propriedade onde habita. Trata-se de uma decrepita casa de campo polaca (*datchka*) composta por uma casa quase em ruínas e um jardim abandonado, mas que são o bem mais valioso da senhora, pois é nesse local que residem todas as suas memórias. Quando Aniela finalmente consegue reunir os meios financeiros para investir na restauração da casa, começa a suspeitar que os vizinhos e o seu filho estão a planear vender a propriedade para benefício próprio, o que se vem a verificar ser verdade. Aniela sabe que o dia da sua morte se aproxima, mas não suporta a ganância do filho, pelo que ela própria toma uma decisão que surpreende todos: sob condição de continuar a viver na casa até falecer, Aniela doa a propriedade aos donos da escola de música nas imediações, as únicas pessoas que ela parece tolerar, e vem a morrer pacífica e serena entre a música e a alegria das crianças.

Os cidadãos seniores são encarados muitas vezes como um recurso financeiro para os mais novos, ou um empecilho para a sociedade, como contesta o reivindicativo Lucien (Nand Buyi) ao ouvir um governante afirmar que os cidadãos com mais de 80 anos não deveriam ter acesso a cuidados de saúde (*Vidange perdue* 2006), facto que o leva a escrever para um jornal e a ir a uma emissão televisiva em prol dos direitos dos idosos. Porém, os seniores também detêm consciência de que a sua pensão pode ser uma moeda de troca literal: em *Pranzo di ferragosto* (2008) o desempregado Alfonso (Alfonso Santagata) vê-se num dia cuidador involuntário da mãe e de mais três idosas, que assim acabam por formar uma pequena comunidade espontânea; ao perceberem que são mais felizes em conjunto, as senhoras procuram ficar mais tempo na casa de Alfonso, em plenas férias de Agosto, propondo-lhe pagar por essa estadia acrescida. Não se trata aqui de um caso de exploração, pois Alfonso é bem-intencionado e revela-se um excelente cuidador, mas sim de as cidadãs seniores perceberem que ainda podem ter utilidade para ajudar alguém, mesmo que seja pela via monetária.

Tecnologia

O acesso à informação e à tecnologia é cada vez mais importante para as pessoas idosas: não apenas na ótica do utilizador comum, na qual se insere o manuseamento de computadores, telemóveis e outras aplicações como as redes sociais e as plataformas online de *e-communication* e *e-learning*, mas também incluindo tecnologias mais específicas de assistência para a mobilidade ou para o apoio à autonomia dos indivíduos,

Em pelo menos três dos filmes vistos, as competências de aprendizagem surgem associadas à aquisição de competências tecnológicas: inicialmente, as personagens idosas encaram com desconfiança aparelhos como o computador e não conseguem compreender o funcionamento da Internet, mas progressivamente apreendem a utilizar estas ferramentas e a utilizá-las para outros fins. Em *Vidange Perdue*, o ativista Lucien utiliza o computador para escrever um artigo de opinião sobre os direitos dos cidadãos idosos no que diz respeito ao Serviço Nacional de Saúde, artigo esse que é publicado num jornal e lhe vale uma entrevista para a televisão; em *Man zkt vrouw* (em inglês: *A Perfect Match* 2007), de Miel Van Hoogenbemt, o viúvo e recém-reformado Leopold (Jan Decleir) utiliza um *dating website* para procurar uma nova namorada, sendo que a ideia de “perfect match” funciona como mote do filme e culmina com a tomada de consciência de que a parceira ideal pode ser quem ele menos esperava; em *Srecen za umret* (em inglês: *Good to go* 2013), os idosos instalados no lar frequentam aulas de informática e o filme dedica mesmo várias cenas ao evoluir da sua aprendizagem, da emoção do clicar no primeiro botão à primeira troca de mensagens pelo *Facebook* entre o protagonista e a sua apaixonada. Em todos eles, a aprendizagem tecnológica, por si só, não é o mais importante, mas aquilo que ela permite, possibilitando a participação cívica, no primeiro caso, ou o desenvolvimento emocional e interpessoal, nos restantes dois.

Srecen za umret é particularmente importante neste domínio, pois, enquanto nos outros dois filmes os conhecimentos informáticos são adquiridos através de família (no primeiro caso, a neta) ou amigos (um conhecido bastante mais novo), nesta obra eslovena, a informática é alvo de um curso específico no lar de idosos, o que parece demonstrar uma consciência da importância deste tipo de aprendizagem. No entanto, as aulas de computadores estão, no interior daquela comunidade, inseridas num programa de atividades voluntárias de que também fazem parte, entre outras, a hidroginástica. Na verdade, a informática é ali um modo de entreter os seniores, mais do que um instrumento válido para a sua vida quotidiana.

“Velhos são os trapos”

Apesar de o público-alvo da maioria dos filmes feitos atualmente ser relativamente jovem, os filmes encontrados no âmbito da pesquisa para o projeto CINAGE são a prova de que o cinema europeu está recheado de exemplos em que os argumentistas e realizadores apostaram em narrativas centradas em protagonistas seniores, com idades superiores a 65 anos, nalguns casos rondando mesmo as oito ou nove dezenas. Trata-se de uma excelente oportunidade para certos atores retratarem realidades que conhecem bem, não temendo emprestar os seus corpos envelhecidos à causa do rejuvenescimento das mentalidades e ao combate dos estereótipos. A atriz polaca Danuta Szaflarska é a inolvidável protagonista de *Pora umierac* (2007) e também pode ser vista em *Jeszcze nie wieczór* (2008); Manuel Alexandre é o protagonista quer de *Elsa y Fred* (2005), quer de *Y tú, quien eres* (2007), o mesmo sucedendo a China Zorrilla nas obras *Elsa y Fred* (2005) e *Conversaciones con mamá* (2004); também Hector Alterio pode ser visto em *Amanecer de um sueño* (2008) e *El último tren* (2002); Viviane de Muynck entra dois filmes belgas da Flandres: *Vidange perdue* (2006) e *Confituur* (2004).

Entre os filmes mencionados encontram-se realizadores de vários países, com percursos de carreira diversos e estilos cinematográficos muito diferentes entre si: enquanto filmes como *Jeszcze nie wieczór* (2008), *Srecen za umret* (2013), *Pranzo di ferragosto* (2008) e *Nocni brodovi* (2012) são as primeiras longas-metragens de ficção dos seus realizadores, outros como John Madden, Jan Sverák e Andreas Dresen viram estes ou outros filmes anteriores reconhecidos em festivais, pela crítica e pelo público. Existem cineastas de todas as idades a dar cada vez mais atenção aos problemas do envelhecimento ativo, transformando estas questões em material narrativo, e não apenas aqueles que se aproximam do final da sua carreira e que conhecem, por experiência própria ou mais próxima, as realidades retratadas.

Na maioria dos casos apontados, é dada mais importância ao conteúdo manifesto das narrativas do que às opções estilísticas dos filmes. O tema do envelhecimento enuncia-se automaticamente quando identificamos a idade avançada dos seus protagonistas. Assim, ao nível da exploração temática na construção das narrativas, verifica-se um conjunto de ideias recorrentes que poderiam ser organizadas numa tipologia, por exemplo: filmes românticos com o enfoque nas relações amorosas na terceira idade; filmes sobre as relações familiares e as diferenças geracionais; filmes passados em lares da terceira idade; filmes que lidam com a doença degenerativa e a perda de capacidades. No entanto, apesar de partilharem de uma inegável confluência temática e de algumas semelhanças narrativas, é possível encontrar variedade e inovação estilística, e os filmes considerados no projeto CINAGE são prova disso mesmo. São estes os exemplos que importa dar a ver aos espetadores, não apenas aos indivíduos com mais de 65 anos, mas todos aqueles que poderão beneficiar no futuro do modelo de competências para o envelhecimento ativo veiculado por este projeto. Os filmes CINAGE permitem não só compreender como o cinema europeu dos últimos quinze anos tem olhado o envelhecimento populacional, como também mostrar aos espetadores que competências devem adquirir para envelhecerem de forma ativa.

Filmografia

- Arrugas*. 2011. De Ignacio Ferreras. Espanha: Cameo Media. DVD.
- Amanecer de um sonho*. 2008. De Freddy Mas Franqueza. Espanha: Savor Ediciones. DVD.
- Amour*. 2012. De Michael Haneke. UK: Artificial Eye. DVD.
- Confituur*. 2004. De Lieven Debrauwer. Cópia de coleção. Gravação televisiva.
- Conversaciones con mamá*. 2004. De José Luis Garcí Sánchez. Argentina: Bodega Films. DVD.
- Elsa y Fred*. 2005 De Marcos Carnevale. USA: Twentieth Century Fox. DVD.
- Innocence*. 2000. De Paul Cox. USA: Sony Pictures Home Entertainment. DVD.
- Je rentre à la maison*. 2001. De Manoel de Oliveira. UK: Second Sight. DVD.
- Jeszcze nie wieczór*. 2008. De Jacek Blawut.
- Man zkt vrouw*. 2007. De Miel Hoogenbermt. Bridge Entertainment. DVD.
- Piata Pora Roku*. 2012. De Jerzy Domaradzki. Kino Świat. DVD.
- Pranzo di ferragosto*. 2008. De Gianni Di Gregorio. Itália: Fandango. DVD.
- Srecen za umret*. 2013. De Matvz Luzar. Cópia com marca de água fornecida pelo produtor do filme ao projeto CINAGE.
- The Best Exotic Marigold Hotel*. 2011. De John Madden. USA: Twentieth Century Fox Home Entertainment. DVD.
- Une Estonienne à Paris*. 2012. De Ilmar Raag. Itália: Officine Ubu. DVD.
- Vidange perdu*. 2006. De Geoffrey Enthoven. UK: Bridge Entertainment. DVD.
- Vratné lahve*. 2007. De Jan Sverák. Magic Box. DVD.
- Volke 9*. 2008. De Andreas Dresen. Soda Pictures. DVD.
- Y tú quien eres?* 2007. De Antonio Mercero. Espanha: The Walt Disney Company, Iberia. DVD.

Webgrafia

- Site Age UK - <http://www.ageuk.org.uk>
- Site CINAGE - <http://cinageproject.eu/pt/package/research/model.html>
- Site Portugal em Linha - <http://www.portugal-linha.pt/literatura/univti.html>
- Site Unece - http://www.unece.org/pau/age/policy_briefs/welcome.html