



**OBJETIVOS DE
ENVELHECIMENTO
SAUDÁVEL**

**HEALTHY
AGING
GOALS**



RIO CAPITAL DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

CONHEÇA OS 12 OBJETIVOS

A PREFEITURA DO RIO DE JANEIRO LANÇOU OS OBJETIVOS DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL : UM CONJUNTO COM 12 DIRETRIZES QUE NORTEARÁ AS POLÍTICAS PÚBLICAS VOLTADAS À POPULAÇÃO IDOSA. COORDENADAS PELA SECRETARIA MUNICIPAL DE ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E QUALIDADE DE VIDA, AS AÇÕES ESTÃO ALINHADAS AOS PRINCÍPIOS DA DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL - ONU (2021-2030).

Os Objetivos do Envelhecimento Saudável são os seguintes: longevidade e qualidade de vida, direito à cidade, protagonismo e participação pública, intergeracionalidade, bem-estar social, combate ao etarismo, inclusão digital, oportunidades no mercado de trabalho, proteção ativa e garantia de direitos, educação de qualidade, segurança alimentar e condições adequadas de moradia.

RIO CAPITAL OF HEALTHY AGING

CONHEÇA OS 12 OBJETIVOS

THE RIO DE JANEIRO CITY HALL LAUNCHED THE HEALTHY AGING GOALS: SET OF 12 GUIDELINES THAT WILL GUIDE PUBLIC POLICIES FOR THE ELDERLY POPULATION. COORDINATED BY THE MUNICIPAL SECRETARIAT FOR HEALTHY AGING AND QUALITY OF LIFE, THESE ACTIONS ARE ALIGNED WITH THE PRINCIPLES OF THE UN DECADE OF HEALTHY AGING (2021-2030).

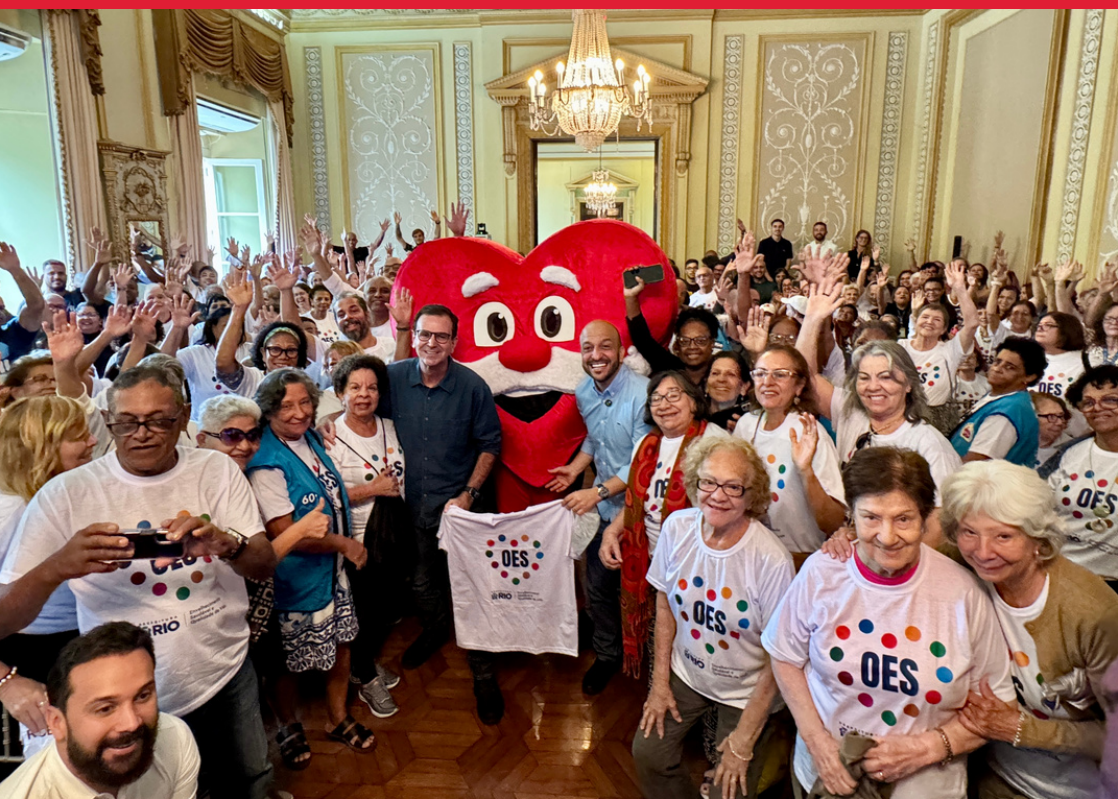
The Healthy Aging Goals are as follows: longevity and quality of life, the right to the city, protagonism and public participation, intergenerationality, social well-being, combating ageism, digital inclusion, employment opportunities, active protection and guarantee of rights, quality education, food security, and adequate housing conditions.



DIREITO A CIDADE

TORNAR O RIO UMA CIDADE MAIS INCLUSIVA, SEGURA, RESILIENTE E SUSTENTÁVEL. GARANTIR O ACESSO UNIVERSAL A ESPAÇOS PÚBLICOS SEGUROS, INCLUSIVOS, ACESSÍVEIS E VERDES PARA PESSOAS IDOSAS.

O envelhecimento deve ser vivido com dignidade, liberdade e plena cidadania. Garantir o direito à cidade para todas as idades significa promover acessibilidade, mobilidade, segurança e equipamentos públicos que favoreçam a autonomia e a participação social das pessoas idosas.





THE RIGHT TO THE CITY

**MAKE RIO A MORE INCLUSIVE, SAFER, RESILIENT, AND SUSTAINABLE CITY.
ENSURE UNIVERSAL ACCESS TO SAFE, INCLUSIVE, ACCESSIBLE, AND GREEN
PUBLIC SPACES FOR SENIOR CITIZENS.**

Aging should be experienced with dignity, freedom, and full citizenship. Guaranteeing the right to the city for all ages means promoting accessibility, mobility, safety, and public facilities that foster the autonomy and social participation of older adults.





LONGEVIDADE E QUALIDADE DE VIDA

GARANTIR O ACESSO À SAÚDE AMPLA E DE QUALIDADE PARA TODAS E PROMOVER O BEM-ESTAR GERAL PARA TODAS AS IDADES. INSERIR TODAS AS PESSOAS COM MAIS DE 40 (QUARENTA) ANOS EM PROJETOS DE ATIVIDADE FÍSICA E CUIDADO PREVENTIVO À SAÚDE MENTAL.

A longevidade com qualidade exige estímulo a hábitos saudáveis desde a meia-idade (sugerindo-se denominar INTEIRA-idade), através da ampliação das políticas públicas de prevenção, promoção de atividade física e cuidado ativo da saúde mental, buscando reduzir a hospitalização da população acima de 40 (quarenta anos de idade) com fortalecimento da autonomia e cuidado precoce preventivo



LONGEVITY AND QUALITY OF LIFE

GUARANTEE ACCESS TO BROAD, QUALITY HEALTHCARE FOR ALL AND PROMOTE GENERAL WELL-BEING FOR ALL AGES. INCLUDE ALL PEOPLE OVER 40 (FORTY) YEARS OF AGE IN PHYSICAL ACTIVITY AND PREVENTIVE MENTAL HEALTH CARE PROJECTS.

Quality longevity requires encouraging healthy habits from middle age (suggested to be called ENTIRE-age), through the expansion of public prevention policies, promotion of physical activity and active mental health care, seeking to reduce hospitalization of the population over 40 (forty years of age) with strengthening autonomy and early preventive care.



BEM-ESTAR SOCIAL

ERRADICAR O ISOLAMENTO SOCIAL E EXCLUSÃO DAS PESSOAS COM MAIS DE 40 (QUARENTA) ANOS. PROMOVER UMA SOCIEDADE PACÍFICA, INTEGRADA E INCLUSIVA PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL, PROPORCIONANDO O ACESSO À JUSTIÇA PARA TODOS.

O combate à solidão, ao isolamento e à exclusão deve ser uma prioridade pública. Sendo fundamental o investimento crescente em espaços de convivência, redes de vizinhança solidária, programas de visitação e eventos culturais, esportivos ou de lazer para estímulo da convivência entre as pessoas acima de 40 (quarenta) anos.





SOCIAL WELL-BEING

ERADICATE SOCIAL ISOLATION AND EXCLUSION OF PEOPLE OVER 40 (FORTY) YEARS OF AGE. PROMOTE A PEACEFUL, INTEGRATED AND INCLUSIVE SOCIETY FOR SUSTAINABLE DEVELOPMENT, PROVIDING ACCESS TO JUSTICE FOR ALL.

Combating loneliness, isolation, and exclusion must be a public priority. Increasing investment in community spaces, supportive neighborhood networks, visitor programs, and cultural, sporting, and leisure events is essential to encourage social interaction among people over 40 (forty).





COMBATE AO ETARISMO

COMBATER O PRECONCEITO À PESSOA IDOSA, COMBATENDO O ETARISMO.

O respeito às pessoas idosas começa com a desconstrução do preconceito efetivado por campanhas de conscientização, formações específicas e desenvolvimento de políticas públicas que garantam a compreensão etária como etapa de potência, sabedoria e contribuição social. Maximizado pelo verbete "Velho é o seu preconceito".





COMBATING AGEISM

COMBAT PREJUDICE AGAINST ELDERLY PEOPLE, COMBAT AGEISM.

Respect for the elderly begins with deconstructing prejudice through awareness campaigns, specific training, and the development of public policies that ensure the understanding of age as a stage of power, wisdom, and social contribution. Maximized by the entry "Old is your prejudice"





INCLUSÃO DIGITAL

ELIMINAR O ANALFABETISMO DIGITAL NA POPULAÇÃO IDOSA.

A política busca contribuir para independência da pessoa idosa e prevenção das crescentes violências virtuais, tais como crimes cibernéticos e fraudes, evitáveis por meio do desenvolvimento de campanhas educativas, experiências controladas das situações de risco e estímulo ao conhecimento dirigido.



DIGITAL INCLUSION

ELIMINATE DIGITAL ILLITERACY IN THE ELDERLY POPULATION.

Seeks to contribute to the independence of older adults and the prevention of increasing forms of virtual violence, such as cybercrime and fraud, which can be avoided through the development of educational campaigns, controlled experiences of risk situations, and the promotion of targeted knowledge.



PROTAGONISMO E PARTICIPAÇÃO

PROMOVER A PARTICIPAÇÃO ATIVA DA PESSOA IDOSA NOS PROCESSOS DECISÓRIOS SOBRE POLÍTICAS PÚBLICAS.

Fortalecer a participação ativa da população idosa na elaboração e execução de políticas públicas, principalmente na tomada de decisões que tenham impacto na sua vida, por meio da participação estimulada em audiências públicas, conselhos, comitês e afins.





PROTAGONISM AND PUBLIC PARTICIPATION

PROMOTE THE ACTIVE PARTICIPATION OF ELDERLY PEOPLE IN DECISION-MAKING PROCESSES ON PUBLIC POLICIES.

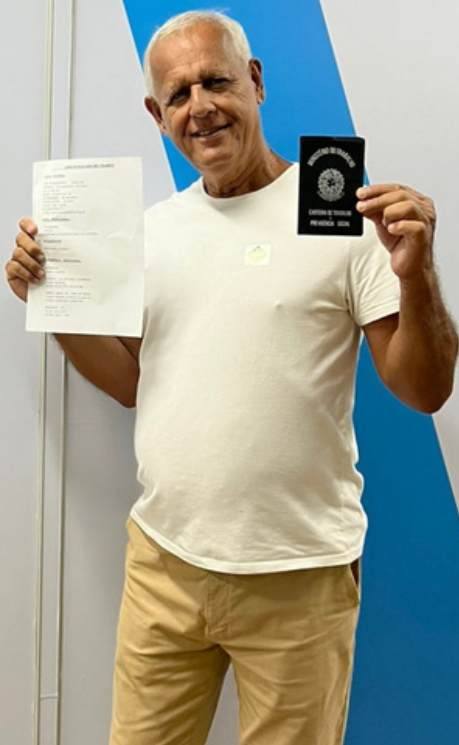
Strengthen the active participation of the elderly population in the development and implementation of public policies, especially in decision-making that impacts their lives, through encouraged participation in public hearings, councils, committees, and the like.





PREFEITURA
RIO

Envelhecimento
Saudável e
Qualidade de Vida



EMPREGABILIDADE E TRABALHO DIGNO

CAPACITAR E REINSERIR AS PESSOAS COM MAIS DE 50 (CINQUENTA) ANOS NO MERCADO DE TRABALHO.

O mercado de trabalho deve reconhecer cada vez mais e valorizar os talentos da maturidade. A promoção de políticas públicas que estimulem a contratação de trabalhadores com mais de 50 (cinquenta) anos, programas de capacitação e empreendedorismo maduro é uma medida de justiça econômica e social.



EMPLOYMENT OPPORTUNITIES

TRAIN AND INCLUDE PEOPLE OVER 50 (FIFTY) YEARS OF AGE INTO THE JOB MARKET.

The job market needs to increasingly recognize and value mature talent. Promoting public policies that encourage the hiring of workers over 50, training programs, and mature entrepreneurship is a measure of economic and social justice.



PROTEÇÃO ATIVA E GARANTIA DE DIREITOS

UNIFICAR A ATUAÇÃO DOS ÓRGÃOS E INSTITUIÇÕES QUE PROMOVEM A TUTELA DA PESSOA IDOSA E DESENVOLVER PROTOCOLOS UNIFICADOS PARA ATENDIMENTO À PESSOA IDOSA.

A proteção ativa das pessoas idosas deve estar no centro das ações públicas: acesso à previdência, benefícios, defesa contra abusos, unificação dos canais de denúncias, acolhimento, apoio familiar e comunitário. Sendo necessário atendimento cada vez mais acessível e prático, que permita a proteção da população idosa por meio de um sistema de proteção que previna, acolha e puna todas as formas específicas de violência.





ACTIVE PROTECTION AND GUARANTEE OF RIGHTS

UNIFY THE ACTIONS OF THE AGENCIES AND INSTITUTIONS THAT PROMOTE THE PROTECTION OF THE ELDERLY AND DEVELOP UNIFIED PROTOCOLS FOR CARE OF THE ELDERLY.

The active protection of older adults must be at the center of public actions: access to social security, benefits, protection against abuse, unified reporting channels, shelter, and family and community support. Increasingly accessible and practical care is needed, enabling the protection of the elderly population through a protection system that prevents, accommodates, and punishes all specific forms of violence.





SEGURANÇA ALIMENTAR

GARANTIR ALIMENTAÇÃO DE QUALIDADE À PESSOA ACIMA DE 40 ANOS.

Comer com dignidade é um direito de todos. Garantir acesso a alimentos saudáveis e acessíveis, promover hortas comunitárias, cozinhas solidárias e refeições subsidiadas é assegurar saúde, autonomia e qualidade de vida à pessoa em processo de envelhecimento.





FOOD SECURITY

GUARANTEE QUALITY FOOD FOR PEOPLE OVER 40 YEARS OF AGE.

Eating with dignity is everyone's right. Ensuring access to healthy and affordable food, promoting community gardens, community kitchens, and subsidized meals ensures health, independence, and quality of life for older adults.





MORADIA SEGURA E ACESSÍVEL

ASSEGURAR POLITICAS HABITACIONAIS À PESSOA IDOSA E CONSIDERAR O PERFIL DESSA POPULAÇÃO NO SEU DESENVOLVIMENTO

Morar bem significa promover políticas de adaptação residencial, acesso a moradias acessíveis e soluções habitacionais intergeracionais enquanto parte da agenda da cidade. A população idosa precisa ter percentual específico destinado a si em projetos habitacionais consolidados, implantação de conjuntos dedicados e localização dessa população sempre



ADEQUATE HOUSING CONDITIONS

ENSURING HOUSING POLICIES FOR ELDERLY PEOPLE AND CONSIDER THE PROFILE OF THIS POPULATION IN ITS DEVELOPMENT

Living well means promoting residential adaptation policies, access to affordable housing, and intergenerational housing solutions as part of the city's agenda. The elderly population needs a specific percentage allocated to them in established housing projects, the implementation of dedicated developments, and the location of this population.



INTEGRAÇÃO GERACIONAL

PROMOVER A INTEGRAÇÃO ETÁRIA ENTRE TODAS AS IDADES.

Fortalecer o vínculo entre gerações é fortalecer a coesão social. Projetos que integrem juventude e velhice em escolas e universidades, centros culturais e comunitários transformam visões e geram novos aprendizados mútuos.



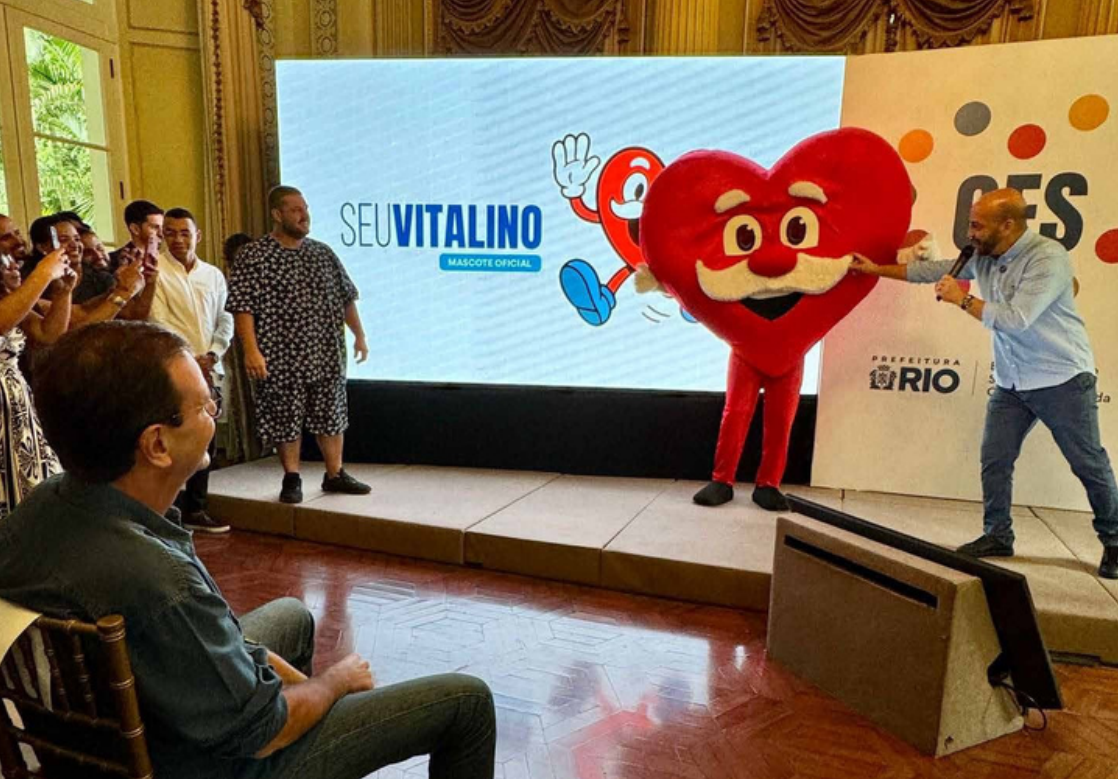


INTERGENERA- TIONALITY

PROMOTE AGE INTEGRATION AMONG ALL AGES.

Strengthening the bond between generations strengthens social cohesion. Projects that integrate young and old people in schools, universities, and cultural and community centers transform perspectives and generate new experiences of mutual learning.





EDUCAÇÃO DE QUALIDADE

ERRADICAR O ANALFABETISMO NA POPULAÇÃO IDOSA E PROPICIAR O APERFEIÇOAMENTO EDUCACIONAL CONTÍNUO À PESSOA EM PROCESSO DE ENVELHECIMENTO.

Ampliação do acesso à educação continuada, inclusão do envelhecimento nos currículos e estímulo a especialização e qualificação sobre a temática é fundamental para preparação social quanto ao tema.



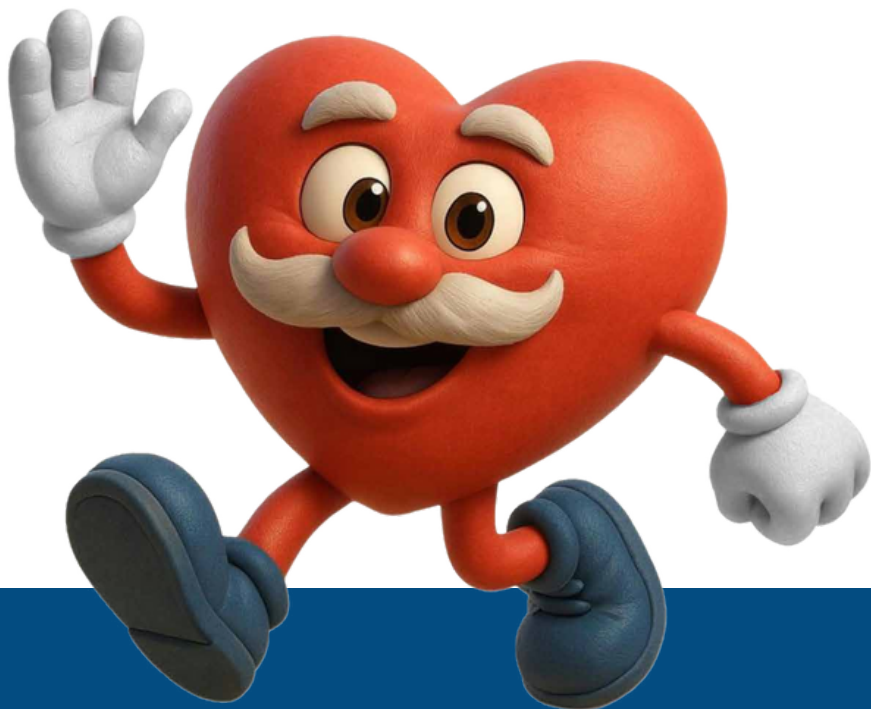
QUALITY EDUCATION

ERADICATE ILLITERACY AMONG THE ELDERLY POPULATION AND PROVIDE CONTINUOUS EDUCATIONAL IMPROVEMENT TO PEOPLE IN THE AGING PROCESS.

Expanding access to continuing education, including aging in curriculum, and encouraging specialization and qualification on the topic is fundamental for social preparation on the issue.

SEU VITALINO

MASCOTE OFICIAL

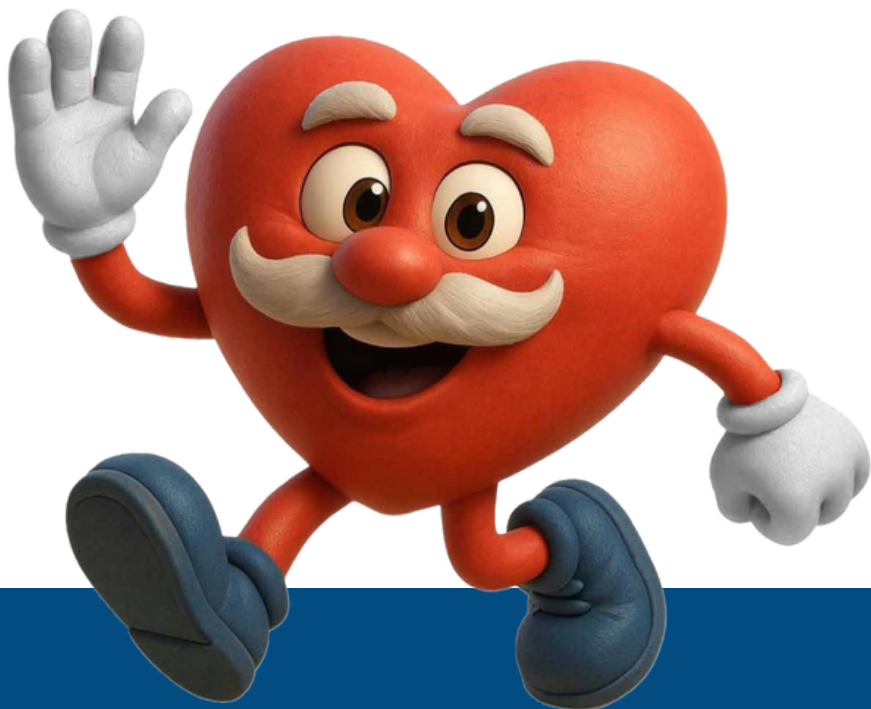


ESTE É O "SEU VITALINO", O NOVO MASCOTE LANÇADO PELA PREFEITURA PARA PROMOVER O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NA CIDADE. ELE É O EMBAIXADOR DOS OBJETIVOS DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.

As ações voltadas ao envelhecimento saudável na cidade ganharam um mascote oficial, seu vitalino, personagem representando uma pessoa idosa ativa que valoriza o cuidado com a saúde e a autonomia. Criado pela Secretaria Municipal de Envelhecimento Saudável e Qualidade de Vida, o mascote será o símbolo das ações e políticas de envelhecimento na cidade.

SEU VITALINO

OFFICIAL MASCOT



THIS IS "SEU VITALINO", THE NEW MASCOT LAUNCHED BY THE CITY HALL TO PROMOTE HEALTHY AGING IN THE CITY. HE IS THE AMBASSADOR OF THE HEALTHY AGING GOALS.

External initiatives for healthy aging in the city have gained an official mascot: "Seu Vitalino", a character representing an active older person who values health care and independence. Created by the Municipal Department of Healthy Aging and Quality of Life, the mascot will symbolize the city's aging initiatives and policies.

