

ENVELHECIMENTO E TECNOLOGIA NOS TERRITÓRIOS DO INTERIOR DE PORTUGAL¹

Maria Raquel Patrício

Centro de Investigação em Educação Básica
Instituto Politécnico de Bragança, Portugal
raquel@ipb.pt

Henrique Gil

Age.Comm, Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal
hteixeiragil@ipcb.pt

Manuel Meirinhos

Centro de Investigação em Educação Básica
Instituto Politécnico de Bragança, Portugal
meirinhos@ipb.pt

Recepción Artículo: 18 noviembre 2019

Admisión Evaluación: 20 noviembre 2019

Informe Evaluador 1: 25 noviembre 2019

Informe Evaluador 2: 26 noviembre 2019

Aprobación Publicación: 30 noviembre 2019

RESUMO

O projeto PerSoParAge – Recursos pessoais e sociais para a autonomia e participação social numa sociedade envelhecida, tem o objetivo de desenvolver propostas e ferramentas de análise e intervenção que respondam aos desafios das regiões envelhecidas do interior de Portugal, partindo de uma avaliação do território, nos distritos de Castelo Branco, Guarda e Portalegre. O consórcio que representa o projeto é formado pelo Instituto Politécnico de Castelo Branco, Instituto Politécnico de Portalegre, Instituto Politécnico da Guarda, Instituto Politécnico de Bragança, Câmara Municipal de Castelo Branco e Câmara Municipal de Idanha-a-Nova. O projeto pretende conhecer os processos e os perfis de envelhecimento das comunidades do interior através da avaliação multidimensional com vista a definir o seu perfil social, funcional e dos recursos disponíveis, assim como identificar as necessidades das organizações destas comunidades. Esta comunicação apresenta os dados da componente de avaliação do conhecimento, utilização e potencial das Tecnologias de Informação e Comunicação pelas pessoas mais velhas das regiões estudadas. A metodologia utilizada foi de natureza predominantemente quantitativa, com recurso à aplicação de dois inquéritos por questionário, um destinado aos indivíduos dos 50 aos 64 anos e o outro à população com 65 ou mais anos. Este instrumento foi especificamente elaborado para o efeito, validado por especialistas, contendo questões de resposta fechada e aberta. A análise e discussão dos resultados permitirão a construção de conhecimento que responda aos desafios das alterações demográficas sentidas nas regiões abrangidas e o desenvolvimento de estratégias de intervenção e políticas territoriais de envelhecimento, nomeadamente soluções que promovam a utilização das tecnologias digitais e assistivas, no sentido de melhorar a qualidade de vida dos idosos e de promover a sua integração, participação e implicação no desenvolvimento dos territórios.

Palavras-chave: tecnologias digitais e assistivas; territorialização do envelhecimento; qualidade de vida

ABSTRACT

Ageing and technology in the territories of the interior of Portugal. The PerSoParAge project - Personal and social resources for autonomy and social participation in an ageing society, aims to develop proposals and tools for analysis and intervention that respond to the challenges of the aged regions of the interior of Portugal, starting from an assessment of the territory, in Castelo Branco, Guarda and Portalegre districts. The consortium representing the project is formed by the Castelo Branco Polytechnic Institute, Portalegre Polytechnic Institute, Guarda Polytechnic Institute, Bragança Polytechnic Institute, Castelo Branco City Council and Idanha-a-Nova City Council. The project aims to know the processes and ageing profiles of the interior communities through multidimensional assessment with a view to defining their social, functional and available resources profile, as well as identifying the needs of these communities' organizations. This paper presents data from the knowledge, use and potential evaluation component of Information and Communication Technologies by older people in the studied regions. The methodology used was predominantly quantitative, with resource to apply two surveys per questionnaire, one for individuals aged 50 to 64 years and the other for the population aged 65 and over. This instrument was specifically designed for this purpose, validated by experts, containing closed and open response questions. The analysis and discussion of the results will allow the construction of knowledge that responds to the challenges of demographic changes felt in the regions covered and the development of intervention strategies and territorial policies of ageing, namely solutions that promote the use of digital and assistive technologies, in order to improve the quality of life of older people and promote their integration, participation and involvement in the development of territories.

Keywords: digital and assistive technologies; territorialization of ageing; quality of life

PROJETO PERSOPARAGE

O envelhecimento é uma conquista da humanidade, um produto do desenvolvimento científico, tecnológico, social e humano, constituindo por um lado um desafio às sociedades contemporâneas, nomeadamente nos territórios com elevados índices de despovoamento, dependência, envelhecimento e escassez de serviços e recursos humanos e materiais, como é o caso das regiões do interior de Portugal. E por outro, uma oportunidade para que a sociedade se adapte e encontre soluções inovadoras para o desenvolvimento do interior, a coesão social e territorial.

O projeto PerSoParAge (POCI-01-0145-FEDER-023678) - Recursos pessoais e sociais para a autonomia e participação social numa sociedade envelhecida, com início em outubro de 2017 e conclusão em dezembro de 2019. É cofinanciado pelo Programa Operacional Competitividade e Internacionalização (COMPETE 2020), na componente FEDER, e pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT).

O projeto enquadra-se no domínio da territorialização do envelhecimento, investigando e avaliando como os territórios do interior enfrentam o envelhecimento da população, conhecendo as necessidades e problemáticas atuais e futuras da população, com vista a desenvolver propostas e ferramentas de análise e intervenção que respondam aos desafios das regiões envelhecidas do interior de Portugal, nos distritos de Castelo Branco, Guarda e Portalegre.

O consórcio que representa o projeto é formado pelo Instituto Politécnico de Castelo Branco (entidade proponente), Instituto Politécnico de Portalegre, Instituto Politécnico da Guarda, Instituto Politécnico de Bragança, Câmara Municipal de Castelo Branco e Câmara Municipal de Idanha-a-Nova (copromotores). O projeto conta ainda com várias entidades parceiras: Câmara Municipal de Portalegre, Câmara Municipal de Elvas, Junta de Freguesia de Castelo Branco, Santa Casa da Misericórdia de Castelo Branco, Santa Casa da Misericórdia de Idanha-a-Nova, ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento, e Unidade Local de Saúde de Castelo Branco. Este consórcio e parceiros, com implantação no ecossistema em estudo, mobilizam e geram sinergias para a construção de conhecimento que dê resposta aos repto das alterações demográficas sentidas nas regiões em estudo, definição de estratégias de intervenção e desenvolvimento regional partilhado, disseminação e apli-

cação dos resultados do projeto. As estratégias de intervenção devem orientar-se por uma abordagem multidisciplinar e intersectorial integradora que contemple as áreas da saúde, social, organizacional e tecnológica.

Neste sentido, foram elaborados instrumentos (inquéritos por questionário) destinados a conhecer os processos e os perfis de envelhecimento das comunidades do interior através da avaliação multidimensional, com o propósito de definir o seu perfil social, funcional e dos recursos disponíveis, e identificar as necessidades das organizações destas comunidades.

ENQUADRAMENTO: ENVELHECIMENTO E INCLUSÃO DIGITAL

Em pleno século XXI, ainda existe uma parte considerável da população portuguesa em exclusão digital. Segundo dados de 2016, 52% dos portugueses (dos 16 aos 74 anos) ainda não têm as competências digitais básicas indispensáveis para utilizar a Internet e 26% dos portugueses com idade compreendida entre os 16 e os 74 anos diz mesmo nunca ter usado a Internet (INCODE.2030, 2017). O Instituto Nacional de Estatística no inquérito realizado às famílias portuguesas relativamente à utilização da Internet (INE, 2017), evidencia que as pessoas mais velhas (65-74 anos) são as que menos uso fazem da Internet (33%). Estudos e trabalhos recentes (Gil & Galvão, 2016; Patrício & Osório, 2015; Gil, 2015a;) com a população dos territórios do interior do país, sobretudo em Bragança e Castelo Branco, corroboram os dados anteriores e destacam a necessidade de os cidadãos com mais de 55 anos saberem usar as novas tecnologias para reduzir o fosso digital e eliminar a exclusão digital e social.

A Comissão Europeia na comunicação sobre 'Melhorar a literacia, as competências e a inclusão digitais' refere a necessidade em desenvolver as competências digitais de todos para enfrentar os desafios sociais e sociais. Pelo que "... a infoinclusão ou inclusão digital deve constituir uma abordagem global e garantir, através do ambiente digital, a emancipação de todos, qualquer que seja a sua situação na sociedade" (Jornal Oficial da União Europeia, 2011, p. 318/9).

É neste contexto, onde se enquadra o projeto PerSoParAge, que foi elaborado um inquérito por questionário destinado a aferir a utilização que as pessoas com mais de 55 anos das regiões urbanas e rurais em estudo fazem das tecnologias digitais e assistivas. A seguir, apresentamos o estudo, a sua metodologia, a análise e discussão dos resultados e, por fim, tecemos as considerações finais.

ESTUDO

O presente estudo visa conhecer a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) pelas pessoas mais velhas das regiões urbanas e rurais dos distritos de Castelo Branco, Guarda e Portalegre, em Portugal, no que respeita aos dispositivos tecnológicos e à Internet, utilização diária das tecnologias digitais, nível de competências digitais, interesse em frequentar ações de formação em literacia digital, perceção de uma vida melhor com o uso de dispositivos tecnológicos e Internet, e soluções de tecnologias digitais e assistivas para uma melhor qualidade de vida. O estudo teve como objetivo, em particular, recolher dados que possibilitassem realizar a análise e o tratamento de informação fundamental para, posteriormente, identificar perfis de envelhecimento, desenvolver estratégias de intervenção e propor políticas territoriais de coesão digital. A recolha de dados foi realizada em 2018 e 2019, após obtenção do consentimento informado, junto da população com 55 e mais anos a viver na comunidade e com capacidade cognitiva para responder, por uma equipa de técnicos do projeto que aplicaram os inquéritos por questionário de forma indireta à população em estudo.

METODOLOGIA

A abordagem metodológica que orientou este estudo é de natureza quantitativa, com recurso ao inquérito por questionário. Este instrumento foi especialmente construído para o efeito e validado por especialistas. Foram elaborados dois inquéritos por questionário, um destinado aos indivíduos com idades compreendidas entre os 55 e 64 anos e o outro à população com 65 anos ou mais. Os dados recolhidos e analisados dos inquéritos por questionário dizem apenas respeito ao grupo correspondente à utilização das TIC. Este grupo incluía doze ques-

lões (onze questões de resposta fechada e uma de resposta aberta). No grupo IIC do inquérito por questionário destinado aos indivíduos com 65+ anos foi acrescentada uma outra questão de resposta fechada, tendo este inquérito treze questões no total. A amostra da população entre os 55 e os 64 anos é constituída por 139 indivíduos, dos quais 60 pertencem ao distrito de Castelo Branco, 36 ao distrito da Guarda e 43 indivíduos ao distrito de Portalegre. Relativamente à população com 65+ anos, a amostra abrangeu 269 pessoas, sendo de Castelo Branco 99, da Guarda 84 e de Portalegre 86 pessoas.

ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram analisados tendo em conta a natureza das questões. Assim, as questões de resposta fechada foram analisadas estatisticamente, atendendo ao seu grau de objetividade. As respostas à questão aberta foram tratadas qualitativamente, considerando um procedimento de análise de conteúdo (Bardin, 2014) para a compreensão e interpretação da realidade em estudo. Seguidamente, procede-se à distribuição das categorias e subcategorias definidas no instrumento de recolha de dados.

Inquérito por questionário 55-64 anos

Na categoria **dispositivo tecnológico**, foram formuladas três questões: i) *Possui algum destes dispositivos tecnológicos*; ii) *Total de dispositivos*; iii) *Se respondeu zero à pergunta anterior, indique o motivo*. Apuramos que a maioria dos inquiridos dos três distritos em estudo possui algum dispositivo tecnológico (smartphone, tablet, computador portátil ou de secretária), principalmente o smartphone, num total de 2 dispositivos por indivíduo em Castelo Branco e na Guarda e de um dispositivo por pessoa em Portalegre. Os motivos apresentados pelos indivíduos que não têm qualquer dispositivo tecnológico devem-se, essencialmente, à falta de conhecimentos para a sua utilização, aos custos elevados e não necessitar destes dispositivos.

Internet é a segunda categoria, organizada em quatro questões: i) *Possui ligação à Internet própria*; ii) *Indique há quanto tempo utiliza a Internet*; iii) *Indique o motivo por que não possui ligação à Internet*; iv) *Que dispositivo utiliza com mais frequência para aceder à Internet*. Esta categoria revela que em todos os distritos mais de 70% da população possui ligação à Internet própria, sendo utilizada há mais de 3 anos e acessada através de smartphone (Castelo Branco e Portalegre) e computador portátil (Guarda). Os indivíduos que não possuem ligação à Internet apresentam os mesmos motivos da categoria anterior, ou seja, não sabe utilizar a Internet, os custos elevados e não precisar deste serviço.

A terceira categoria procura conhecer que **utilização fazem no dia-a-dia com o dispositivo tecnológico e a Internet**. Para esta questão foi pedido aos inquiridos que assinalassem todas as opções que se aplicam: pesquisar assuntos variados; pesquisar assuntos relacionados com a saúde; pesquisar assuntos relacionados com as finanças; notícias; comunicar; redes sociais; ver filmes; jogar; nenhuma. Os dados mostram que o dispositivo tecnológico e a Internet são utilizados diariamente para pesquisar assuntos variados, notícias, comunicar e redes sociais. No entanto, 33% e 20% da população dos distritos da Guarda e Portalegre, respetivamente, não faz nenhum uso da Internet nem dos dispositivos tecnológicos.

As **competências digitais** integram a quarta categoria com duas questões, uma de resposta aberta e outra de resposta fechada. Na questão *que coisas gostariam de realizar no seu dia-a-dia com o dispositivo tecnológico e a Internet, mas não fazem por falta de competências digitais*, as respostas abertas da generalidade da população de Castelo Branco e da Guarda enquadram-se na subcategoria Não Sabe/Não Responde e Nenhuma. No entanto, em resposta à questão *gostaria de frequentar ações de formação em competências digitais*, estes indivíduos manifestam interesse em frequentar ações de formação em competências digitais (em Castelo Branco 43% responderam *sim* e 25% *talvez*, na Guarda 39% *sim* e 36% *talvez*). Já em Portalegre os indivíduos gostariam essencialmente de aprender a realizar pesquisas mais avançadas, porém 69% dos inquiridos não pretendem frequentar ações de formação.

A quinta categoria destinada a conhecer se os inquiridos percebem **melhorias na sua vida quando uti-**

lizam as TIC, através das subcategorias seguintes: Maior autonomia; Participação social; Envolvimento familiar; Integração na comunidade; Qualidade de vida; Envelhecimento ativo e saudável; Redução do isolamento; Sensação de modernidade; Outro. A globalidade dos inquiridos reconhece que podem ter uma vida melhor aceitando e utilizando as TIC, especificamente pela obtenção de mais conhecimento e envolvimento familiar. Em Castelo Branco e na Guarda foi também destacada a redução do isolamento e em Portalegre realçada a participação social.

As *soluções que promovem o uso do suporte à tecnologia digital e assistiva para uma melhor qualidade de vida*, integram a sexta categoria deste inquérito por questionário à população dos 55 aos 64 anos. Esta última categoria contém dez subcategorias: Apps para treino e estimulação cognitiva; Apps para prevenir e monitorizar doenças; Apps para localização; Apps para registo das atividades de vida diária; Apps para atividades de desenvolvimento pessoal e social; Apps para registos clínicos; Apps para pedir ajuda; Apps orientadas para saúde e bem-estar; Consolas para treino motor (ex.: Wii, etc.); Nenhuma. Apesar da diversidade de subcategorias, mais de 60% da população inquirida não utiliza nenhuma. A população que faz uso de alguma tecnologia digital e assistiva utiliza as seguintes aplicações digitais: Apps para localização, Apps para registo das atividades de vida diária, Apps para atividades de desenvolvimento pessoal e social, e Apps orientadas para saúde e bem-estar.

Inquérito por questionário 65+ anos

O grupo de questões Utilização das TIC do inquérito por questionário destinado à população com 65+ anos é formado por treze questões, doze de resposta fechada (as mesmas onze questões do inquérito por questionário aplicado aos indivíduos com idades compreendidas entre os 55 e 64 anos, mais uma questão categorizada de *multibanco*) e uma de resposta aberta (igual à do inquérito por questionário 55-64 anos - *que coisas gostariam de realizar no seu dia-a-dia com o dispositivo tecnológico e a Internet, mas não fazem por falta de competências digitais* - da categoria competências digitais).

No que diz respeito à categoria *multibanco*, os resultados indicam que em Portalegre e Castelo Branco o multibanco é utilizado sem ajuda por mais de metade da população, 63% e 54% respetivamente. O oposto foi comprovado no distrito da Guarda em que 62% da população não utiliza o multibanco.

Na categoria *dispositivo tecnológico* e nas três questões que integram esta categoria (i) *Possui algum destes dispositivos tecnológicos*; ii) *Total de dispositivos*; iii) *Se respondeu zero à pergunta anterior, indique o motivo*), os dados revelam que a utilização de dispositivos tecnológicos é excessivamente reduzida entre a população mais idosa das regiões em estudo. Apuramos que em Castelo Branco 73% dos inquiridos não possuem smartphone, na Guarda 92% e em Portalegre 63%. Estes valores aumentam em relação à não utilização de tablet, portátil e computador de secretária. Neste sentido, é evidente que o número de dispositivos tecnológicos por pessoa seja zero, apresentando como principais razões *Não preciso* e *Não saber utilizar*.

Na categoria *Internet* e respetivas subcategorias constatamos, igualmente, que a maioria da população (Castelo Branco 58%; Portalegre 61%; Guarda 87%) não possui ligação à Internet própria, logo não utiliza este recurso digital por não precisar ou não saber utilizar. Os inquiridos que utilizam a Internet, preferem fazê-lo através de smartphone (13 pessoas em Castelo Branco) e computador portátil (4 pessoas na Guarda e 10 em Portalegre).

Também a terceira categoria evidencia uma *utilização com o dispositivo tecnológico e a Internet* muito limitada no dia-a-dia. E os poucos indivíduos que fazem uso destes recursos utilizam-nos para pesquisar assuntos variados, notícias, comunicar e redes sociais.

Na questão, de resposta aberta, *que coisas gostaria de realizar no seu dia-a-dia com o dispositivo tecnológico e a Internet, mas não faz por falta de competências digitais*, da categoria *competências digitais*, a maioria dos inquiridos referiu que *não gostaria de realizar nada* ou *não sabia responder*. Ainda assim, alguns inquiridos do meio urbano dos distritos de Castelo Branco e Portalegre, manifestaram interesse em saber utilizar um dispositivo tecnológico e a Internet, nomeadamente para pesquisar na Internet e realizar

que pretendeu saber se a população *gostaria de frequentar ações de formação em competências digitais*. Em Castelo Branco 57% dos inquiridos referiram que não, 34% que frequentariam, 7% que talvez e 2% Não Sabe/Não Responde (NS/NR). Na Guarda 71% dos inquiridos não frequentariam ações de formação, apenas 12% estariam interessados, 10% talvez considerassem adquirir competências digitais e 7% NS/NR. Em Portalegre o número de pessoas que não gostaria de frequentar ações de formação é maior (77%), 12% frequentariam ações de formação, 6% talvez e 5% NS/NR.

Na quinta categoria procurou-se saber se os inquiridos identificavam *melhorias na sua vida quando utilizam as TIC*, mas como é evidente a maioria selecionou a opção *Outro*, referindo que *a sua vida não melhoraria em nada* ou NS/NR.

A sexta categoria deste inquérito por questionário concerne às *soluções que promovem o uso do suporte à tecnologia digital e assistiva para uma melhor qualidade de vida*, composta por dez subcategorias: Apps para treino e estimulação cognitiva; Apps para prevenir e monitorizar doenças; Apps para localização; Apps para registo das atividades de vida diária; Apps para atividades de desenvolvimento pessoal e social; Apps para registos clínicos; Apps para pedir ajuda; Apps orientadas para saúde e bem-estar; Consolas para treino motor (ex.: Wii, etc.); Nenhuma. Os dados apurados para esta categoria foram consistentes com as respostas anteriores, na medida em que a subcategoria mais assinalada foi *Nenhuma*, sendo a região da Guarda com indicadores mais elevados (92,9%), seguindo-se Portalegre (81,4%) e Guarda (55,5%).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados dos inquéritos por questionário à Utilização das TIC efetuados à população com mais de 55 anos das regiões urbanas e rurais dos distritos de Castelo Branco, Guarda e Portalegre, no âmbito do projeto PerSoParAge, reforçam investigações e literatura especializada na área que indicam que as populações mais envelhecidas, com baixo nível de escolaridade e residentes em zonas rurais, estão mais limitadas no acesso às redes digitais, apresentam uma reduzida utilização de dispositivos tecnológicos e da Internet, níveis elevados de iliteracia digital e pouco ou nenhum interesse em adquirir competências digitais, mesmo que estas possam contribuir para o seu bem-estar, melhor qualidade de vida e envelhecimento saudável. Apesar desta realidade poder parecer contraditória, tal deve-se ao facto de a população idosa desconhecer as possibilidades e vantagens desses recursos digitais dado o desconhecimento dos mesmos e, consequentemente, a inexistente ou reduzida utilização que deles poderão fazer. De ressaltar que os inquiridos com mais de 75 anos, do sexo feminino e residentes no distrito da Guarda, nomeadamente nas zonas rurais, são aqueles em que estas características são mais acentuadas. Não obstante, os indivíduos no grupo etário dos 55-64 anos detêm um domínio razoável da Internet e dos dispositivos tecnológicos; possuem competências básicas digitais; identificam vantagens na utilização das TIC para uma maior autonomia, redução do isolamento, sensação de modernidade e envolvimento familiar; e estão disponíveis para frequentar ações de formação neste domínio. Porém, constatamos que é necessária uma rápida intervenção junto da população do distrito de Portalegre, sobretudo do meio rural e do sexo masculino.

A informação resultante da componente de avaliação do conhecimento, utilização e potencial das Tecnologias de Informação e Comunicação pelas pessoas mais velhas das regiões estudadas, possibilitará o desenvolvimento de estratégias de intervenção para a inclusão digital e social, e definição de propostas de políticas territoriais de envelhecimento que promovam a literacia digital no que diz respeito ao acesso, à utilização e à apropriação dos recursos digitais. De acordo com vários autores (Palricio & Osório, 2017; Gil, 2015b; Balista, 2011; Kachar, 2010; Baltes & Smith, 2003) os cidadãos idosos com competências digitais possuem uma nova perspetiva da vida, pois estas competências estimulam novas aprendizagens e interesses, contribuindo para uma melhor autoestima, mais independência, participação nas relações interpessoais e intergeracionais, e um envelhecimento ativo e saudável.

Acreditamos que, se as medidas e as orientações a adotar forem diferenciadas e ajustadas de acordo com as necessidades e interesses das populações rurais e urbanas de cada região, poderemos contribuir para a coesão territorial, melhorar a sua qualidade de vida e fomentar a participação e implicação no desenvolvimento dos ter-

ritórios do interior, bem como empoderar os cidadãos para que tenham um papel ativo e crítico na sociedade digital.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baltes, P.B. & Smith, J. (2003). New frontiers in the future of aging: from successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontology*, 49, 123-135.
- Bardin, L. (2014). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Batista, H. (2011). *A informática social - a inclusão na terceira idade*. Castelo Branco: IPCB.
- Gil, H. & Galvão, L. (2016). Incluir Cidadãos 50+ o contributo formativo da USALBI-Universidade Sénior de Castelo Branco. In *Conferencia Ibérica de Sistemas y Tecnologías de Información*, 11, Gran Canaria, 15-18 de junio: actas. Gran Canaria: AISTI. p. 103-108.
- Gil, H. (2015a). A inclusão digital como "passaporte" para uma mais adequada inclusão social dos cidadãos mais idosos. In PASQUALOTTI, Adriano; GIL, Henrique; AMARO, Fausto, org. - *Tecnologias de informação no processo de envelhecimento humano*. Passo Fundo: Universidade de Passo Fundo. ISBN 978-85-7515-894-4. p. 14-34.
- Gil, H. (2015b). *Cidadania Digital 65+: Os cidadãos 65+ do concelho de Castelo Branco, as TIC, a e-Saúde e o e-Governo Local*. Coimbra: Edições Minerva.
- INCODE.2030 (março, 2017). *Iniciativa Nacional Competências Digitais e.2030 - Um programa integrado de competências digitais para Portugal, 2017-2030*. Lisboa: Governo de Portugal.
- INE. (2017). *Sociedade da Informação e do Conhecimento - Inquérito à Utilização de Tecnologias da Informação e da Comunicação pelas Famílias*. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística.
- Jornal Oficial da União Europeia. (2011). Resolução do Conselho sobre uma agenda renovada no domínio da educação de adultos. *Jornal Oficial da União Europeia*, 2011 dezembro 20, (2011/C 372/01).
- Kachar, v. (2010). Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital. *Revista kairós gerontologia*, 13 (2), 131-147.
- Patrício, M. R. & Osório, A. (2015). Inclusão digital com aprendizagem intergeracional. In *Challenges 2015: Meio Século de TIC na Educação*. Braga: Universidade do Minho, Centro de Competência TIC do Instituto de Educação. p. 795-809. ISBN 978-989-97374-3-3.
- Patrício, M. R. & Osório, A. (2017). Literacia digital intergeracional: desafios e oportunidades para a educação ao longo da vida. *Eduser - Revista de Educação*. ISSN 1645-4774. 9:1, p. 1-12.

Notas

¹ Uma primeira versão deste trabalho foi apresentada sob a forma de comunicação oral no 1º Congresso Internacional Comunidades Envelhecidas Desafios para o Desenvolvimento, organizado pela Unidade de Investigação Interdisciplinar – Comunidades Envelhecidas Funcionais - Age.Comm, do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

The first part of the report
 is devoted to a general
 description of the
 country and its
 resources. The second
 part is devoted to a
 description of the
 various industries
 and occupations of
 the people. The third
 part is devoted to a
 description of the
 various towns and
 villages of the
 country. The fourth
 part is devoted to a
 description of the
 various rivers and
 lakes of the country.

The fifth part
 is devoted to a
 description of the
 various mountains
 and hills of the
 country.