

O que é o Projeto chAnGE?

O projeto **chAnGE** 'Climate change and healthy AgeinG: co-creating E-learning for resilience and adaptation') é uma **iniciativa cofinanciada pelo programa Erasmus+**, lançada em Outubro de 2023, que visa capacitar **profissionais das áreas da saúde e do sector social** para integrarem **estratégias de adaptação climática** nos cuidados prestados à população idosa.

As alterações climáticas estão a **aumentar os riscos para a saúde da população idosa**. No entanto, o planeamento e implementação de estratégias de adaptação climática raramente envolvem ativamente estes profissionais, que **necessitam de formação especializada**.

No âmbito do projeto, foram desenvolvidos **recursos educativos** em formato **e-learning** estruturados em **microcredenciais modulares** e concebidos em colaboração com profissionais da saúde, do setor social e representantes da população idosa.

Esta iniciativa reúne **universidades, instituições de formação profissional e entidades dos setores da saúde e social** de cinco países europeus (Áustria, Finlândia, Grécia, Irlanda e Portugal), além de seis parceiros associados.

O projeto **chAnGE** tem como objetivo a criação de **microcredenciais** em formato **e-learning** para capacitar profissionais de saúde e do setor social a responder aos desafios das alterações climáticas.

Estas microcredenciais abrangem competências essenciais em adaptação climática, resiliência e comunicação em contextos de cuidados de saúde.

Para mais informações:



**Co-funded by
the European Union**

Projeto chAnGE

**Torne-se um líder chAnGE com
o nosso programa de
microcredenciais**





É tudo uma questão de **mudança** e
não de **IDADE!**

Programa de microcredenciais chAnGE

Conhecimento e competências analíticas

MC1: Compreender as Alterações Climáticas e os Seus Efeitos na Saúde das Pessoas Idosas (1 ECTS)

Explore os impactos das alterações climáticas no bem-estar das pessoas idosas. Nesta microcredencial, irá descobrir como as ondas de calor, ondas de frio, inundações e outros eventos afetam a saúde das pessoas idosas. Obtenha ferramentas acionáveis para enfrentar estes desafios e garantir um futuro melhor para as populações mais envelhecidas. Faça parte da mudança—comece com conhecimento.

MC2: Avaliação e Priorização de Riscos para a Adaptação Climática nos Cuidados de Saúde (1 ECTS)

Torne-se um líder em adaptação climática! Aprenda a avaliar os riscos que as pessoas idosas enfrentam antes, durante e após crises relacionadas com o clima. Obtenha ferramentas para identificar necessidades e criar estratégias de cuidados adaptados com impacto na saúde das pessoas idosas impactantes.

MC3: Mitigação Climática e Co-Benefícios para a Saúde em Relação às Pessoas Idosas (1 ECTS)

Descubra como pode impulsionar ações climáticas para a resiliência no seu envolvimento de cuidados de saúde. Esta microcredencial capacita-o a integrar práticas sustentáveis enquanto melhora os resultados de saúde para as pessoas idosas. Fortaleça o seu sentido de responsabilidade e, ao mesmo tempo, aprenda sobre os co-benefícios para a saúde e inspire-se a mudança.

(Auto-) Competências de gestão

MC4: Lidar com a Incerteza e Resiliência Mental (Pessoal e de Outros) (1 ECTS)

Explore os efeitos psicológicos das alterações climáticas sobre as pessoas idosas com foco na construção de resiliência e capacidade de adaptação. Esta microcredencial concentra-se no que é a resiliência mental face aos efeitos negativos das alterações climáticas e nas formas de apoiar as pessoas idosas na construção da sua própria resiliência. Também conseguirá compreender quais as ferramentas práticas para enfrentar a resistência à mudança. Estas ferramentas serão úteis para construir, também, a sua própria resiliência.

MC5: Gestão de Projetos Relevantes para a Adaptação Climática para Pessoas Idosas (1 ECTS)

Coordene projetos de adaptação climática! Esta microcredencial proporciona-lhe as competências para conceber, gerir e implementar iniciativas que priorizem as necessidades das pessoas idosas. Domine as ferramentas para impulsionar mudanças e salvaguardar o futuro das populações mais envelhecidas.

MC6: Liderança Inclusiva na Adaptação Climática em Contextos de Saúde e Cuidado Social (2 ECTS)

Assuma uma liderança inclusiva! Esta microcredencial capacita-o a enfrentar desafios climáticos com confiança, garantindo sustentabilidade e equidade nos cuidados de saúde e sociais. Adquirir o conhecimento para coordenar equipas diversificadas, implementar soluções adaptativas e criar um impacto duradouro.

MC7: Gestão de Crises (1 ECTS)

Esteja preparado para tudo! Aprenda a gerir crises relacionadas com o clima de forma eficaz, desde a preparação até à recuperação a longo prazo. Esta microcredencial combina exemplos do mundo real com ferramentas práticas, capacitando-o a proteger as pessoas idosas antes, durante e após uma crise.

MC8: Empreendedorismo Relevante para as Alterações Climáticas (1 ECTS)

Transforme os desafios das alterações climáticas em oportunidades de inovação! Esta microcredencial capacita-o com as competências empreendedoras necessárias para enfrentar os impactos climáticos nas pessoas idosas. Descubra como identificar desafios climáticos, conceber modelos de saúde sustentáveis e implementar soluções inovadoras que promovam a resiliência e fomentem um futuro mais verde e saudável. Seja um líder na promoção de mudanças conscientes relacionadas com o clima.

Comunicação e Colaboração

MC9: Comunicação com Stakeholders (1 ECTS)

Domine a arte da comunicação eficaz! Esta microcredencial melhora a sua capacidade de compreender as pessoas idosas, os gestores e decisores sobre as alterações climáticas e o seu impacto na saúde. Construa confiança, impulsione ações e amplifique a sua mensagem de forma eficaz.

MC10: Utilização de Ferramentas Digitais para Colaboração, Criação de Conteúdo e Resolução de Problemas na Adaptação Climática (2 ECTS)

Abrace o poder da transformação digital para enfrentar os desafios das alterações climáticas. Esta microcredencial apresenta-lhe uma ampla gama de ferramentas e tecnologias digitais concebidas para melhorar a colaboração, agilizar a criação de conteúdo e resolver problemas na adaptação climática. Explore o potencial de soluções suportadas em Inteligência Artificial, explore plataformas digitais para uma tomada de decisão eficaz e calcule a sua pegada climática digital. Desenvolva estratégias para usar a tecnologia de forma consciente em contextos de cuidados de saúde.

MC11: Adaptação Climática em Contextos de Saúde e Cuidado Social (HSC) para Profissionais de Saúde e Cuidadores (2 ECTS)

Adapte as suas estratégias de cuidados a um clima em constante mudança! Esta microcredencial capacita-o a criar planos de cuidados de saúde personalizados e adaptados para as pessoas idosas. Adquira ferramentas para monitorizar, avaliar e coordenar intervenções que priorizem o bem-estar e a resiliência. Adquira competências para criar e implementar programas de formação relevantes, capacitando os seus pares a enfrentar com confiança os desafios relacionados com as alterações climáticas.

MC12: Alterações Climáticas e Idosos nos Cuidados de Saúde: Planeamento e Aplicação de Soluções (1 ECTS)

Desafie as alterações climáticas nos cuidados de saúde a pessoas idosas com soluções práticas. Esta microcredencial centra-se na exploração de abordagens inovadoras para lidar com os desafios climáticos que afetam as pessoas idosas. Adquira ferramentas para analisar e implementar soluções usando exemplos do mundo real. Desenvolva estratégias de resolução de problemas, fortaleça as competências de tomada de decisões e colabore eficazmente em equipas multidisciplinares. Ganhe experiência na quantificação da mudança, interpretação de resultados e promoção de intervenções impactantes.

Política e Governança

MC13: Influenciar Policy makers e Defender Causas (1 ECTS)

Seja a voz da mudança! Esta microcredencial prepara-o para influenciar os policy makers e defender as pessoas idosas que enfrentam riscos relacionados com o clima. Aprenda sobre o enquadramento político, em estruturas políticas, ativismo cívico e estratégias para capacitar as comunidades a tomar decisões significativas.

MC14: Promoção da Inclusão e Capacitação de Indivíduos, Famílias e Grupos (1 ECTS)

Promova a inclusão e a capacitação! Esta microcredencial introduz uma abordagem holística para fortalecer a resiliência das pessoas idosas face às alterações climáticas. Obtenha as ferramentas para construir estratégias que capacitem indivíduos, famílias e comunidades a enfrentar os desafios com sucesso.



Mudança para a sustentabilidade:

Educação em cuidados de Saúde para apoiar as novas necessidades das pessoas idosas.

Contacte-nos para mais informações sobre sessões de formação, iniciativas e projetos em curso na área da resiliência climática.

[Contacto chAnGE](#)

Saiba mais aqui:

