



PLANO DE AÇÃO - 2023 -



FICHA TÉCNICA

TÍTULO:

Plano de Ação 2023

ELABORADO POR:

Conselho Local de Ação Social de Penalva do Castelo
Núcleo Executivo da Rede Social de Penalva do Castelo

CONTACTOS:

Câmara Municipal de Penalva do Castelo
Rede Social de Penalva do Castelo
Avenida Castendo
3550-185 Penalva do Castelo
Telefone: 232 640 020
E-mail: redesocial@cm-penalvadocastelo.pt

março de 2023

ÍNDICE

1. EIXO I – EXPANDIR E REFORÇAR REDES DE APOIO FORMAIS E INFORMAIS ÀS PESSOAS COM PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL	3
2. EIXO II – DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS QUE PERMITAM AOS JOVENS TER UMA CIDADANIA ATIVA E RESPONSÁVEL	9
3. EIXO III – PROMOVER A QUALIFICAÇÃO ESCOLAR, PROFISSIONAL, O EMPREENDEDORISMO E A EMPREGABILIDADE	14
4. EIXO IV – EXPANDIR E REFORÇAR AS ESTRUTURAS DE APOIO ÀS PESSOAS IDOSAS	17

ANEXOS

ANEXO I – COMPOSIÇÃO DO CONSELHO LOCAL DE AÇÃO SOCIAL DE PENALVA DO CASTELO	22
ANEXO II – COMPOSIÇÃO DO NÚCLEO EXECUTIVO	24

EIXO I

EXPANDIR E REFORÇAR REDES DE APOIO FORMAIS E INFORMAIS ÀS PESSOAS COM PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL

Plano de Desenvolvimento Social 2019-2023

Sub-temática: Saúde Mental

Eixo de Desenvolvimento: Expandir e reforçar redes de apoio formais e informais às pessoas com problemas de saúde mental.

Meta/Finalidade: Até dezembro de 2023 promove-se a qualidade de vida das pessoas com problemas de saúde mental, otimizando a qualidade das respostas.

Objetivo Geral: Definir e conciliar estratégias promotoras do envolvimento dos diferentes agentes locais na melhoria da qualidade de vida das pessoas com problemas de saúde mental e efetuar um trabalho de prevenção.

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023, desenvolvem-se projetos promotores da inclusão social das pessoas com doença mental.	<ul style="list-style-type: none">- Levantamento dos indivíduos com problemas de saúde mental;- Referenciação dos indivíduos com apoio (formal ou informal);- Levantamento dos cuidadores informais;- Definição de projetos ajustados às necessidades detetadas.	Até dezembro de 2023 efetua-se um diagnóstico concelhio na área da saúde mental e implementam-se projetos para as necessidades identificadas. Até dezembro de 2023 promove-se a inclusão social das pessoas com problemas de saúde mental e a sua qualidade de vida.	Unidade de Cuidados na Comunidade IPSS concelhias Câmara Municipal Segurança Social Juntas de Freguesia Associações locais
Até dezembro de 2023, dotam-se os colaboradores das IPSS concelhias de competências na área do cuidar da pessoa com doença mental.	<ul style="list-style-type: none">- Realização de ações de formação diversificadas na área da saúde mental.	Até dezembro de 2023 40% dos colaboradores das IPSS recebem formação na área do cuidar da pessoa com doença mental. Até dezembro de 2023 as IPSS concelhias implementam novas metodologias de trabalho no cuidar da pessoa com doença mental.	IPSS IEFP Câmara Municipal Unidade de Cuidados na Comunidade

**Plano de Ação
2023**

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023, discutem-se novas formas de trabalho na área da saúde mental.	Realização de seminários, workshops e fóruns de reflexão na área da saúde mental. Constituição de uma rede de parceiros locais na área do apoio à pessoa com problemas de saúde mental.	Até dezembro de 2023 reúne-se um conjunto de boas práticas na área da saúde mental; Até dezembro de 2023 promove-se uma cultura de trabalho em parceria na área da saúde mental.	IPSS Câmara Municipal Unidade de Cuidados na Comunidade Segurança Social
Até dezembro de 2023 promove-se a prática do exercício físico entre a população adulta do concelho e incentiva-se à criação de melhores respostas.	Divulgação de maior proximidade dos projetos existentes; Criação de novos projetos desportivos. Manutenção dos circuitos/equipamentos desportivos existentes.	Até dezembro de 2023 promove-se a qualidade de vida das pessoas com problemas de saúde mental através da prática de exercício físico; Até dezembro de 2023 criam-se melhores condições para a prática de exercício físico; Até dezembro de 2023 estabelecem-se parcerias que permitam à população aceder mais facilmente aos projetos desportivos existentes.	Câmara Municipal Juntas de Freguesias Associações Locais ADD Agrupamento de Escuteiros

**Plano de Ação
2023**

PLANO DE AÇÃO: 2023

Eixo I: Expandir e reforçar redes de apoio formais e informais às pessoas com problemas de saúde mental.

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> • Diagnóstico concelhio da saúde mental. 	<ul style="list-style-type: none"> • Levantamento dos indivíduos com problemas de saúde mental; • Referenciação dos indivíduos com apoio (formal e informal); • Levantamento dos cuidadores informais; • Avaliação do stress de sobrecarga dos cuidadores informais. 	UCC	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Retrato da saúde mental no concelho de Penalva do Castelo; • Produção de informação que sustente a elaboração de projetos ajustados às necessidades da população. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de indivíduos com doença mental referenciados; • N.º de indivíduos sem cuidador formal ou informal referenciados; • N.º de cuidadores formais e informais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Profissionais da UCC • Veículo para deslocações; • Material informático. 	Pessoas com doença mental e cuidadores.
<ul style="list-style-type: none"> • Formação nas IPSS. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de ação(es) de formação. 	Câmara Municipal IPSS IEFP	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Dotar os profissionais das IPSS de competências que lhes permitam responder às necessidades específicas das pessoas com doença mental. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de ações realizadas; • N.º de profissionais abrangidos; • Avaliação feita pelos formandos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Formador/a • Sala para formação; • Material informático. 	Profissionais das IPSS.
<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilização e informação sobre problemáticas associadas à pessoa com doença mental. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de seminário/webinário; • Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental. 	Câmara Municipal UCC Freguesias	outubro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilização para a problemática da saúde mental; • Disseminação de boas práticas na área da saúde mental; • Recolha de informação que permita sustentar a implementação de projetos inovadores. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de participantes; • N.º de representantes de instituições concelhias presentes; • Grau de satisfação dos participantes na iniciativa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala; • Material informático; • Consumíveis. 	Técnicos com intervenção na área social; Instituições/ associações concelhias; Comunidade em geral.

**Plano de Ação
2023**

Eixo I: Expandir e reforçar redes de apoio formais e informais às pessoas com problemas de saúde mental. (cont.)

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none">• Promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos suicidários na comunidade educativa.	<ul style="list-style-type: none">• Projeto “+ Contigo”	UCC Agrupamento de Escolas	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none">• Promoção da saúde mental e bem-estar dos jovens;• Prevenção de comportamentos da esfera suicidária.	<ul style="list-style-type: none">• N.º de alunos abrangidos;• N.º de sessões realizadas;• Grau de satisfação dos alunos.	<ul style="list-style-type: none">• Humanos;• Informáticos;• Consumíveis.	Jovens do 3º ciclo e do Secundário

**Plano de Ação
2023**

Eixo I: Expandir e reforçar redes de apoio formais e informais às pessoas com problemas de saúde mental. (cont.)

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> Gestão das emoções primárias. 	<ul style="list-style-type: none"> Projeto “Ger@ções”. 	CRI UCC Agrupamento de Escolas	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> Promoção da saúde mental das crianças através da criação de mecanismos autorreguladores de gestão das emoções primárias (ex. lidar com a morte, raiva, alegria, tristeza, perda, entre outras emoções). Desenvolvimento de competências socio emocionais. 	<ul style="list-style-type: none"> N.º de alunos envolvidos; N.º de sessões realizadas; Grau de satisfação. 	<ul style="list-style-type: none"> Humanos; Informáticos; Consumíveis. 	Alunos do Ensino Pré-Escolar
<ul style="list-style-type: none"> Capacitação das respostas sociais 	<ul style="list-style-type: none"> Candidaturas a programas nacionais e comunitários. 	IPSS	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> Criação de novas respostas sociais; Melhoria das condições físicas das respostas sociais; Melhoria da prestação dos cuidados prestados. 	<ul style="list-style-type: none"> Tipologia das respostas sociais criadas; Obras de melhoria realizadas. 	Fundos nacionais e comunitários.	Clientes das IPSS

EIXO II

DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS QUE PERMITAM AOS JOVENS TER UMA CIDADANIA ATIVA E RESPONSÁVEL

Plano de Desenvolvimento Social 2019-2023

Sub-temática: Juventude

Eixo de Desenvolvimento: Desenvolvimento de competências que permitam aos jovens ter uma cidadania ativa e responsável.

Meta/Finalidade: Até dezembro de 2023 criam-se projetos promotores do desenvolvimento de competências e responsabilidade por parte dos jovens.

Objetivo Geral: Definir e conciliar estratégias promotoras do desenvolvimento das competências dos jovens, reforçando as suas capacidades empreendedoras e a sua inserção no mercado de trabalho.

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023 efetua-se um diagnóstico de necessidades e interesses junto da população jovem do concelho.	Realização de fóruns de discussão.	Até dezembro de 2023 realizam-se fóruns com os jovens que permitam definir projetos ajustados aos seus interesses.	Agrupamento de Escolas; Câmara Municipal; CPCJ; Associações locais.
Até dezembro de 2023 desenvolvem-se competências de responsabilidade, espírito de iniciativa, cidadania ativa e empreendedorismo junto da população jovem.	Realização de workshops; Criação de projetos de voluntariado; Desenvolvimento de projetos de Educação pela Arte; Incentivo à participação em projetos de empreendedorismo.	Até dezembro de 2023 implementam-se projetos que permitam a aquisição de competências necessárias aos jovens ao exercício de uma cidadania ativa e responsável; Até dezembro de 2023 desenvolvem-se canais facilitadores da integração dos jovens no mercado de trabalho.	Agrupamento de Escolas; Câmara Municipal; CPCJ; Associações locais; GIP; IEFP.

**Plano de Ação
2023**

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023 promovem-se projetos de ocupação dos tempos livres dos jovens e aposta-se numa maior oferta cultural.	Criação de projetos em parceria com as associações/instituições locais; Divulgação dos projetos existentes.	Até dezembro de 2023 inserem-se jovens em projetos adequados às suas necessidades e interesses.	Agrupamento de Escolas Câmara Municipal CPCJ Associações locais IPSS IPDJ
Até dezembro de 2023 promovem-se programas de educação parental.	Criação de programas de educação parental.	Até dezembro de 2023 promove-se a aquisição de competências parentais e reforça-se a participação dos pais na vida dos jovens.	Agrupamento de Escolas Câmara Municipal CPCJ Associação de Pais
Até dezembro de 2023 promovem-se sessões de educação para a saúde e igualdade de género.	Realização de workshops na área da educação para a saúde; Realização de campanhas promotoras da igualdade de género.	Até dezembro de 2023 promove-se a aquisição de conhecimentos na área da educação para a saúde, prevenindo-se comportamentos de risco. Até dezembro de 2023, envolvem-se os jovens em campanhas promotoras da igualdade de género.	Agrupamento de Escolas Câmara Municipal CPCJ CRI Unidade de Cuidados na Comunidade

PLANO DE AÇÃO: 2023

Eixo II: Desenvolvimento de competências que permitam aos jovens ter uma cidadania ativa e responsável.

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> Promoção da educação para a cidadania e Igualdade de Género. 	<ul style="list-style-type: none"> Comemoração do Dia Municipal para a Igualdade; Comemoração do Dia Internacional pela Eliminação da Violência contra as Mulheres; Realização de ações de prevenção de qualquer forma de violência e de discriminação. 	<p>Câmara Municipal Agrupamento de Escolas Associações Locais</p>	<p>março a dezembro de 2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> Promoção da educação para a cidadania e igualdade de género; Promoção do estabelecimento de relações humanas construtivas; Combater os estereótipos de género. 	<ul style="list-style-type: none"> N.º de ações realizadas; N.º de participantes; 	<ul style="list-style-type: none"> Humanos; Informáticos; Consumíveis. 	<p>Comunidade escolar Comunidade em geral</p>
<ul style="list-style-type: none"> Promoção de competências sociais e humanas. 	<ul style="list-style-type: none"> Realização de projetos de voluntariado. 	<p>Câmara Municipal Banco Local de Voluntariado Associações locais IPSS Freguesias Agrupamento de Escolas</p>	<p>março a dezembro de 2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aquisição de competências sociais e humanas; Ocupação dos tempos livres de forma saudável; Desenvolvimento da responsabilidade e do comprometimento. 	<ul style="list-style-type: none"> N.º de projetos de voluntariado existentes; N.º de jovens aderentes; Grau de satisfação dos jovens voluntários. 	<ul style="list-style-type: none"> Humanos; Material de apoio ao desenvolvimento dos projetos 	<p>Jovens entre os 12 e os 25 anos</p>

**Plano de Ação
2023**

Eixo II: Desenvolvimento de competências que permitam aos jovens ter uma cidadania ativa e responsável. (cont.)

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> • Promoção de iniciativas locais na área da juventude. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de fóruns de discussão com jovens; • Criação de projetos juvenis. 	<p>Conselho Municipal da Juventude Agrupamento de Escolas IPDJ</p>	<p>março a dezembro de 2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Envolvimento dos jovens no desenvolvimento de projetos juvenis locais; • Promoção de uma cidadania ativa e responsável; • Elaboração de projetos juvenis adequados aos interesses detetados. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de fóruns realizados; • N.º de projetos criados; • N.º de jovens participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de reuniões; • Humanos; • Informáticos; • Consumíveis. 	<p>Jovens</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Prevenção dos comportamentos aditivos e dependências. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de ações de sensibilização e informação na área dos comportamentos aditivos e das dependências. 	<p>CRI UCC Associação de Pais</p>	<p>março a dezembro de 2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitação dos pais/educadores na área dos comportamentos aditivos e das dependências; • Reforço das competências parentais; • Reforço da participação dos pais na vida dos filhos. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de sessões realizadas; • N.º de participantes; • Balanço da atividade. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de reuniões; • Humanos; • Informáticos; • Consumíveis. 	<p>Pais/Educadores</p>

EIXO III

PROMOVER A QUALIFICAÇÃO ESCOLAR, PROFISSIONAL, O EMPREENDEDORISMO E A EMPREGABILIDADE

Plano de Desenvolvimento Social 2019-2023

Sub-temática: Emprego/Formação Profissional

Eixo de Desenvolvimento: Promover a qualificação escolar, profissional, o empreendedorismo e a empregabilidade.

Meta/Finalidade: Até dezembro de 2023 aumentam-se as qualificações escolares/profissionais e promove-se o empreendedorismo e a empregabilidade.

Objetivo Geral: Estabelecimento de parcerias promotoras das qualificações escolares/profissionais, do empreendedorismo e da empregabilidade.

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023, estabelece-se uma rede de apoio à empregabilidade.	Criação de parcerias; Articulação de respostas; Melhoria da eficiência dos canais de divulgação da oferta e procura de emprego.	Até dezembro de 2023, estabelecem-se parcerias facilitadoras da procura e oferta de emprego; Até dezembro de 2023, cria-se uma plataforma online para consulta de ofertas de emprego; Até dezembro de 2023 realiza-se um diagnóstico das necessidades de emprego a nível concelhio.	GIP Câmara Municipal IEFP IPSS Agrupamento de Escolas
Até dezembro de 2023, proporciona-se oferta escolar e profissional que promovam uma maior competitividade individual das pessoas desempregadas.	Divulgação de cursos/formações; Promoção do empreendedorismo; Divulgação de técnicas de procura ativa de emprego.	Até dezembro de 2023, realizam-se cursos de formação escolar e profissional; Até dezembro de 2023, realizam-se sessões de apoio ao empreendedorismo e de técnicas de procura ativa de emprego.	GIP Câmara Municipal IEFP IPSS Agrupamento de Escolas ADD

**Plano de Ação
2023**

PLANO DE AÇÃO: 2023

Eixo III: Promover a qualificação escolar, profissional, o empreendedorismo e a empregabilidade. (cont.)

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> • Capacitação dos jovens para o seu futuro profissional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de ação de sensibilização e informação sobre medidas ativas de emprego e de formação profissional. 	<p>IEFP Agrupamento de Escolas</p>	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Apoiar os jovens no processo de transição para a vida ativa. • Facultar informação relativa às medidas ativas de emprego para que os jovens possam tomar as suas decisões, de forma esclarecida e informada.. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de sessões realizadas; • N.º de jovens abrangidos; • N.º de jovens inseridos em medidas ativas de emprego ou em formação profissional. 	<p>Técnicos do IEFP Professores Sala Consumíveis Material informático Carro para deslocações</p>	Alunos do 12.º ano que não pretendem o prosseguimento de estudos.
<ul style="list-style-type: none"> • Experienciar as profissões 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização da ação “Uma profissão por um dia” 	<p>Agrupamento de Escolas</p>	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar aos jovens o contacto com diferentes profissões; • Apoiar os jovens na decisão da área de prosseguimento de estudos; • Proporcionar o contacto com o mercado de trabalho; • Despertar o interesse por alguma profissão. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de experiências proporcionadas; • N.º de jovens participantes. 	<p>Professores Profissionais de diversos ramos Sala Consumíveis Material informático</p>	Alunos do 9º ano
<ul style="list-style-type: none"> • Promoção das competências individuais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realização de cursos de técnicas de procura ativa de emprego; • Realização de sessões de apoio ao empreendedorismo; • Realização de formações. 	<p>GIP IEPP Câmara Municipal</p>	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Reforço das competências Individuais. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de sessões realizadas; • N.º de participantes. 	<p>Técnicos do GIP e IEFP Consumíveis Material informático Carro para deslocações</p>	Desempregados

EIXO IV

EXPANDIR E REFORÇAR AS ESTRUTURAS DE APOIO ÀS PESSOAS IDOSAS

Plano de Desenvolvimento Social 2019-2023

Sub-temática: Solidão/Isolamento Idosos

Eixo de Desenvolvimento: Expandir e reforçar as estruturas de apoio às pessoas idosas.

Meta/Finalidade: Promover a inclusão social das pessoas idosas, otimizando a qualidade das respostas e a sua participação ativa.

Objetivo Geral: Definir e conciliar estratégias promotoras da inclusão social das pessoas idosas, combatendo a solidão e o isolamento.

Objetivos Estratégicos	Estratégias	Objetivos Específicos	Parcerias Estratégicas
Até dezembro de 2023, otimizam-se e criam-se redes de apoio formal e informal às pessoas idosas.	Implementação de projetos de voluntariado de proximidade; Realização de ateliês e fóruns participativos intergeracionais; Promoção de uma maior oferta cultural/turística; Promoção de projetos de apoio ao idoso.	Até dezembro de 2023, criam-se projetos promotores da inclusão social das pessoas idosas.	Câmara Municipal IPSS Unidade de Cuidados na Comunidade Juntas de Freguesia Associações Locais
Até dezembro de 2023, promovem-se sessões de esclarecimento junto da população idosa promotoras de uma cidadania ativa e informada.	Realização de sessões de esclarecimento sobre assuntos do interesse da população idosa (apoios sociais, prevenção de burlas, segurança, direitos e deveres, divulgação de projetos existentes, capacitação para a denúncia de situações de violência, entre outros).	Até dezembro de 2023, realizam-se sessões de esclarecimento sobre temáticas diversas direcionadas à população idosa do concelho.	Câmara Municipal IPSS Unidade de Cuidados na Comunidade Juntas de Freguesia Associações Locais Segurança Social

PLANO DE AÇÃO: 2023

Eixo IV: Expandir e reforçar as estruturas de apoio às pessoas idosas.

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
• Promover o voluntariado de proximidade.	<ul style="list-style-type: none"> • Divulgação dos projetos; • Captação de voluntários; • Implementação dos projetos. 	Banco Local de Voluntariado Câmara Municipal IPSS Freguesias	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Combate do isolamento social dos idosos; • Reforço dos laços sociais; • Promoção do sentimento de integração comunitária. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de projetos de voluntariado implementados; • N.º de voluntários; • N.º de idosos abrangidos; • Grau de satisfação dos idosos. 	Humanos; Consumíveis; Material informático; Carro para deslocações.	Idosos isolados socialmente.
• Combater o isolamento físico e social da população idosa.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificação dos idosos isolados física e socialmente; • Atualização permanente da base de dados; • Definição do calendário de visitas; • Definição de respostas/estabelecimento de parcerias para as problemáticas detetadas. 	UCC Câmara Municipal Freguesias IPSS	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Referenciação das pessoas física e socialmente isoladas; • Combater o isolamento social; • Criação de respostas para as problemáticas identificadas; • Fortalecer a rede de contactos dos idosos com a comunidade. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de idosos referenciados; • N.º de visitas realizadas; • Tipologia da rede de parceiros instituída; • Grau de satisfação dos idosos acompanhados. 	Humanos; Consumíveis; Material informático; Carro para deslocações.	Idosos isolados física e socialmente.
• Promover a atividade física.	• Projeto "Sénior Ativo+" (Natação, postura corporal, hidroginástica e ginástica).	Câmara Municipal IPSS Freguesias	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Combater o sedentarismo; • Promover estilos de vida saudáveis; • Promover o convívio. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de idosos abrangidos; • N.º de sessões realizadas; • Grau de satisfação os beneficiários. 	Humanos; Consumíveis; Material informático; Carro para deslocações.	Pessoas com 55 ou mais anos.

**Plano de Ação
2023**

Eixo IV: Expandir e reforçar as estruturas de apoio às pessoas idosas. (cont.)

Ações	Atividades	Entidade Responsável/ Parcerias	Cronograma	Resultados	Indicadores	Recursos Humanos/ Materiais	Público-alvo
<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a participação cívica da população sénior. 	<ul style="list-style-type: none"> • Divulgação do guia do Cartão Sénior Municipal; • Captação de novas entidades aderentes; • Divulgação dos Cartão Sénior junto da população-alvo. 	<p>Câmara Municipal Freguesias IPSS Associações Locais</p>	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Estimulação da participação ativa da população idosa nas atividades culturais, desportivas e recreativas do concelho; • Melhoria das condições de vida da população idosa através da utilização de um cartão de descontos no comércio local e serviços. 	<ul style="list-style-type: none"> • N.º de idosos aderentes ao Cartão Sénior; • N.º de estabelecimentos aderentes ao Cartão Sénior. 	Humanos; Consumíveis; Material informático; Carro para deslocações.	Pessoas com 65 ou mais anos.
<ul style="list-style-type: none"> • Criação de respostas promotoras da inclusão social e participação cívica das pessoas idosas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Constituição da Universidade Sénior de Penalva do Castelo. 	<p>Câmara Municipal Associações locais IPSS Freguesias</p>	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Promoção da inclusão social; • Valorização dos saberes; • Ocupação dos tempos livres; • Promoção do convívio; • Promoção da aprendizagem ao longo da vida; • Promoção da prática do voluntariado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Diligências efetuadas; • N.º de idosos inscritos; • N.º de voluntários inscritos. 	Humanos; Consumíveis; Material informático.	Pessoas com 50 ou mais anos.
<ul style="list-style-type: none"> • Capacitação das respostas sociais 	<ul style="list-style-type: none"> • Candidaturas a programas nacionais e comunitários. 	IPSS	março a dezembro de 2023	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de novas respostas sociais; • Melhoria das condições físicas das respostas sociais; • Melhoria da prestação dos cuidados prestados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tipologia das respostas sociais criadas; • Obras de melhoria realizadas. 	Fundos nacionais e comunitários.	Clientes das IPSS

ANEXOS

I - COMPOSIÇÃO DO CONSELHO LOCAL DE AÇÃO SOCIAL DE PENALVA DO CASTELO

- Câmara Municipal de Penalva do Castelo;
- A.D.D. - Associação de Desenvolvimento do Dão;
- Agrupamento 149 do Corpo Nacional de Escutas;
- Agrupamento de Escolas de Penalva do Castelo;
- Associação Cultural Castro de Pena Alba;
- Associação Cultural, Social, Recreativa e Desportiva de Germil “Os Melros”;
- Associação dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Penalva do Castelo;
- Banda Musical e Recreativa de Penalva do Castelo;
- Centro de Promoção Social de S. Martinho de Pindo;
- Centro Distrital da Segurança Social de Viseu;
- Centro Social Cultural Aníbal Pina Gouveia;
- Centro Social Paroquial de Antas;
- Centro Social Paroquial de Castelo de Penalva;
- Centro Social Paroquial de Sezures;
- Centro Social Paroquial de Vila Cova do Covelo;
- Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Penalva do Castelo;
- Equipa de Intervenção Precoce de Penalva do Castelo;
- Freguesia de Castelo de Penalva;
- Freguesia de Esmolfe;

- Freguesia de Germil;
- Freguesia de Ínsua;
- Freguesia de Lusinde;
- Freguesia de Pindo;
- Freguesia de Real;
- Freguesia de Sezures;
- Freguesia de Trancozelos;
- Grupo Desportivo e Cultural de Roriz;
- Centro de Respostas Integradas de Viseu – Administração Regional de Saúde do Centro, IP;
- Instituto do Emprego e Formação Profissional de Viseu;
- Instituto Português do Desporto e Juventude – Delegação de Viseu;
- Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Penalva do Castelo;
- Núcleo Local de Inserção de Penalva do Castelo.
- União de Freguesias de Antas e Matela;
- União de Freguesias de Vila Cova do Covelo e Mareco;
- Unidade de Cuidados na Comunidade Pena D’Alva – Unidade de Saúde Familiar de Penalva do Castelo;

II - COMPOSIÇÃO DO NÚCLEO EXECUTIVO

- Câmara Municipal de Penalva do Castelo;
- Agrupamento de Escolas de Penalva do Castelo;
- Associação Cultural, Social, Recreativa e Desportiva de Germil – “Os Melros”.
- Centro Distrital da Segurança Social de Viseu – Serviço Local de Penalva do Castelo;
- Instituto do Emprego e Formação Profissional de Viseu;
- Junta de Freguesia de Ínsua;
- Unidade de Cuidados na Comunidade Pena D’Alva – Unidade de Saúde Familiar de Penalva do Castelo;