



XXXVI PLENÁRIO DO CONSELHO LOCAL DE AÇÃO SOCIAL DE CASCAIS

6 Dezembro 2016
Escola Salesiana de Manique

AGENDA

9h00 Receção dos/as participantes

9h30 Abertura pelo Sr. Presidente do CLAS

9h45 Aprovação da Ata do último Plenário

9h50 Informações

10h00 Adesão de um novo membro - DIAVERUM

10h10 Diagnóstico Social de Cascais:

Lote 3 - Apresentação dos dados relativos às organizações, parcerias e intervenções (CEDRU)

Lote 4 – O processo de aplicação da metodologia SPIRAL pelos membros da Rede Social (CERCICA e CMC)

11h00 Intervalo

11h30 CLDS Invest3Gerações (Alcabideche e S. Domingos de Rana): *3 Anos, 3 Meses e 3 Eixos* (Seagency)

11h50 Apresentação do Igualómetro

12h10 Cascais, Capital Europeia de Juventude

12h30 Encerramento



XXXVI PLENÁRIO DO CONSELHO LOCAL DE AÇÃO SOCIAL DE CASCAIS

6 Dezembro 2016
Escola Salesiana de Manique

Ficha de Avaliação

Escala: 1 - Discordo completamente a 4 - Concordo plenamente

	-			+
Os pontos agendados para este plenário são importantes no âmbito da Rede Social	1	2	3	4
A apresentação dos resultados do lote 3 do Diagnóstico (organizações, parcerias e intervenções) contribuiu para uma perspetiva diferente e fundamentada dos temas	1	2	3	4
A auscultação dos munícipes no lote 4 (SPIRAL) foi uma mais valia para o Diagnóstico Social de Cascais	1	2	3	4
O igualómetro é um instrumento útil para ser aplicado na minha organização	1	2	3	4
A agenda foi adequada à duração do plenário	1	2	3	4
O tempo de debate foi suficiente	1	2	3	4
As condições logísticas (espaço, acústica e condições de comunicação) foram boas	1	2	3	4
No geral, estou satisfeito/a com a forma como decorreu o Plenário	1	2	3	4

Sugestões e comentários relativos ao modo como decorreu o plenário:

Obrigado pela sua participação!

CONTACTOS

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR EMBORGIM

214 489 630
Rua Nova Almeida, Piso 0
2785-289 SÃO DOMINGOS DE RANA

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR
SÃO DOMINGOS DE GUSMÃO

214 489 630 | 214 489 630
Rua Nova Almeida, Piso 0
2785-289 SÃO DOMINGOS DE RANA

UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE
PERSONALIZADOS DE RANA

214 547 000 | 214 547 000
Rua José Elias Garcia, nº 1057 Piso 0
2775-218 PARDEDE

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR ARTEHISA

214 547 071 | 214 547 073
Rua José Elias Garcia, nº 1057 Piso 1
2775-218 PARDEDE

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR MOSKUS

214 547 081 | 214 547 073
Rua José Elias Garcia, nº 1057 Piso 1
2775-218 PARDEDE

UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE
PERSONALIZADOS ESTORIL

214 643 713
Rua Professor Egas Moniz, nº 9010 - Piso 1
São João do Estoril
2765-618 ESTORIL

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR COSTA DO ESTORIL

214 643 713
Rua Professor Egas Moniz, nº 9010 - Piso 1
São João do Estoril
2765-618 ESTORIL

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR S. JOÃO DO ESTORIL

214 643 720
Rua Professor Egas Moniz, nº 9010 - Piso 1
São João do Estoril
2765-618 ESTORIL

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR MARGINAL

214 643 720
Rua Professor Egas Moniz, nº 9010 - Piso 2
São João do Estoril
2765-618 ESTORIL

UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA ADELIA LEITÃO

214 643 727/20
Rua Professor Egas Moniz, nº 9010 - Piso 0
São João do Estoril
2765 - 458 SÃO JOÃO DO ESTORIL

UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE PERSONALIZADOS
CASCAIS

214 824 6055
Rua Padre Helder de Silva, Piso 0
2750-437 CASCAIS

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR CIDADELA

214 824 600
Rua Padre Helder de Silva, Piso 1
2750-437 CASCAIS

UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE
PERSONALIZADOS ALCABIDECHE

214 804 4320
Rua Rio das Gondes, Piso - 0
2645-037 ALCABIDECHE

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR ALCALIS

214 804 4320
Rua Rio das Gondes, Piso - 1
2645-037 ALCABIDECHE

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR SÃO MARTINHO

214 804 4320
Rua Rio das Gondes, Piso - 0
2645-037 ALCABIDECHE

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR CARCAVELOS

212 400 009
Av. Tenente Coronel Melo Antunes, nº 400
2779-005 CARCAVELOS

HOSPITAL DE CASCAIS DR. JOSÉ DE ALMEIDA

DEPARTAMENTO DE SAÚDE MENTAL
Avenida Bispo de Agostinho Victor Novais Goncalves
2755-009 ALCABIDECHE

CHLO - SERVIÇO DE PSIQUIATRIA E SAÚDE
MENTAL DA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

21 043 15 58
Estrada do Forte do Alto Duque-Edifício 2-Piso 0
Hospitalkids@chloamin-saude.pt

CHLO - EQUIPA COMUNITÁRIA DE CASCAIS - SERVIÇO DE
PSIQUIATRIA E SAÚDE MENTAL DA INFÂNCIA E
ADOLESCÊNCIA

21 482 33 50
Travessa da Conceição nº 1 - 2750 CASCAIS

CHLO - HOSPITAL EGAS MONIZ - SERVIÇO DE
INTERMEDIÁRIO DE PSIQUIATRIA DE ADULTOS

21 043 10 00
Rua do Jordão, 136, 1359-019 LISBOA
Hem@chloamin-saude.pt

CHLO - HOSPITAL EGAS MONIZ - EQUIPA
COMUNITÁRIA DE CASCAIS - SERVIÇO DE
PSIQUIATRIA DE ADULTOS

21 482 33 50
Travessa da Conceição nº 1 - 2750 CASCAIS

CHLO - HOSPITAL SÃO FRANCISCO XAVIER

SERVICO DE URGENCIA

21 043 11 60/1241
Estrada do Forte do Alto do Duque, 1449-005 LISBOA
Hm@chloamin-saude.pt

CHLN - HOSPITAL DE SANTA MARIA

SERVICO DE URGENCIA

21 043 11 60/1241
Av. Prof. Egas Moniz, 1649-035 LISBOA
Hm@chloamin-saude.pt

CHLC - HOSPITAL D. ESTEFÂNIA
UNIDADE DE PSIQUIATRIA

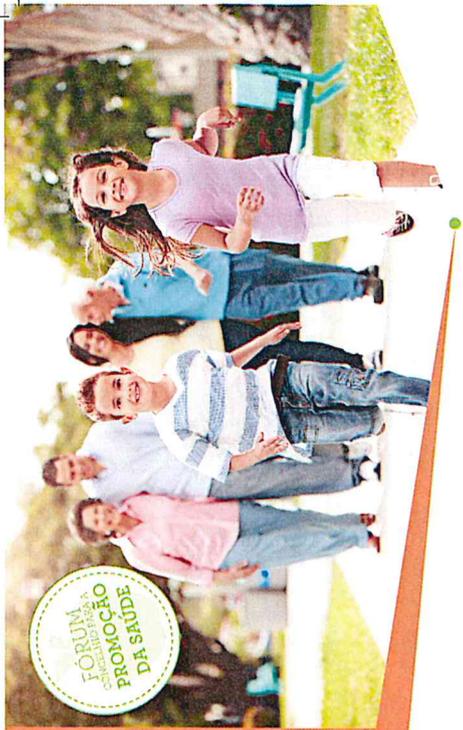
21 3216 600
Rua Jacinta Neto - 1169-045 LISBOA

TERMINAL DE CASCAIS

214824900
Serviços do Ministério Público de Cascais - Palácio da
Justiça, Rua Dr. Fernando M.F. Baptista Veloso,
1169-045 LISBOA
mpcascais@tribunals.org.pt

Do que estamos a falar:

Situação de Urgência - crise de vida, sintomas agudados,
risco para o próprio e terceiros
Voluntário - Por vontade e interesse do próprio
Compulsivo - O próprio não aceita e não colabora



CUIDADOS EM SAÚDE MENTAL

CASCAIS - ROTEIRO DA REDE PÚBLICA

Conhece a rede de entidades públicas
que prestam cuidados em saúde mental?

• Sabe que cuidados prestam?

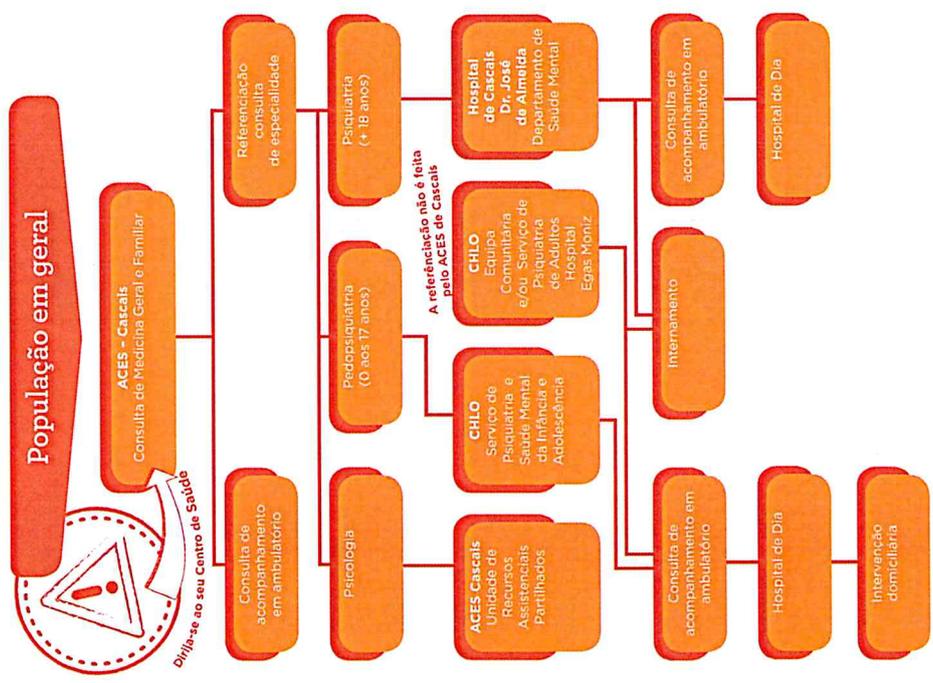
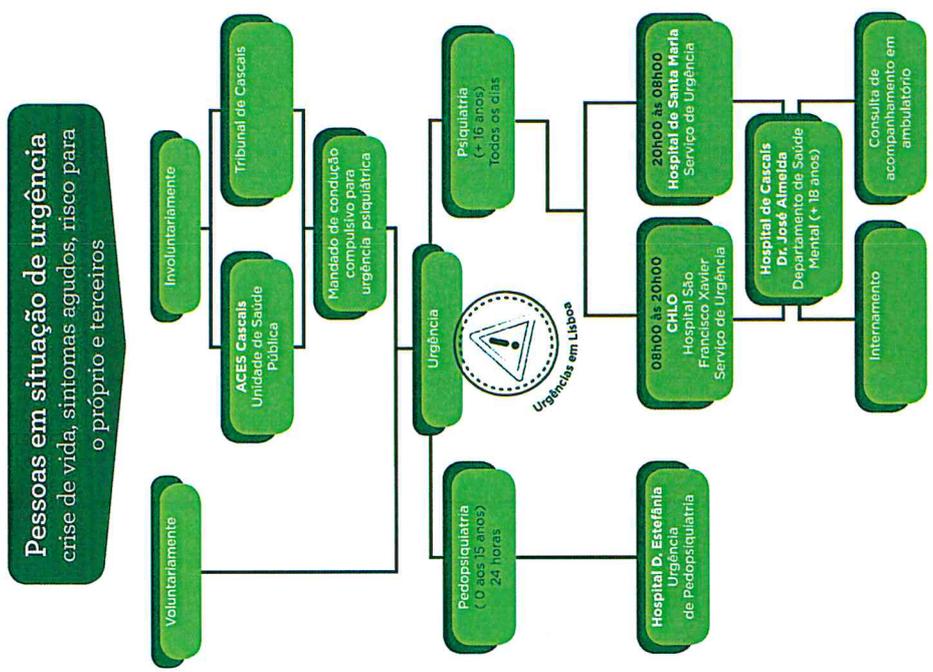
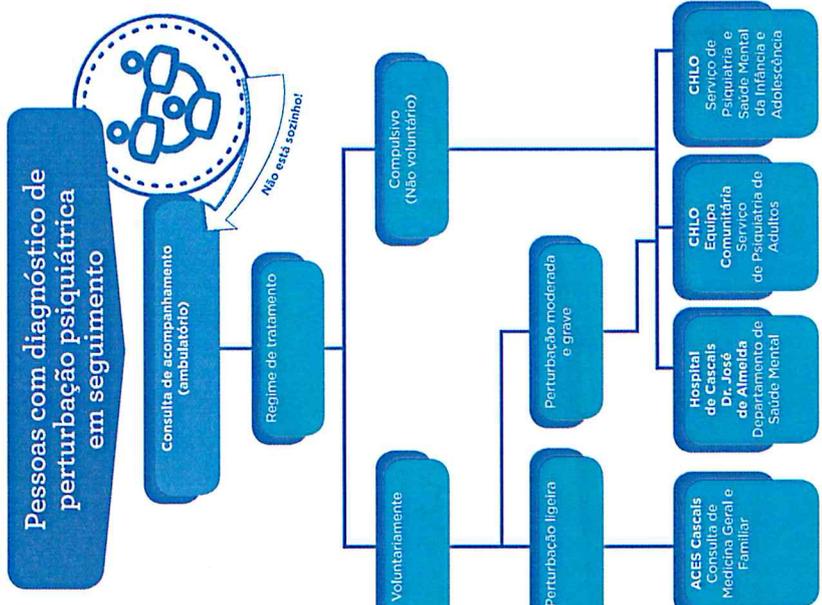
• Sabe como aceder aos cuidados
em saúde mental?

• Este roteiro procura responder de forma simples a estas questões.
Guarda-o para quando precisar e partilhá-lo com familiares e amigos.

cascais.pt



CASCAIS



Raparigas	Rapazes
<i>Para mim o bem-estar é viver com acesso aos bens básicos da vida (educação, alimentação e saúde)</i>	<i>O bem-estar é sentirmo-nos bem connosco mesmos</i>
<i>Sentirmo-nos bem com nós próprios, a nossa imagem e com aquilo que somos ou não capazes de fazer</i>	<i>Sentirmo-nos confortável com o nosso próprio corpo</i>
<i>Boas relações com as pessoas que nos rodeiam (família, colegas, vizinhos, etc.)</i>	<i>Haver no local onde vivo os serviços necessários para satisfazer as minhas necessidades (ex: transportes, supermercado, ginásio, etc.)</i>
<i>Ter família em nosso redor dando-nos confiança e o conforto necessário</i>	<i>Sentir que o espaço onde vivo, onde estou no meu dia-a-dia, é seguro</i>
<i>O bem-estar é um equilíbrio pessoal e social</i>	<i>Saber (e sentir) que, além do meu próprio bem-estar, também existe um bem-estar geral, por parte do resto da comunidade</i>
<i>Saúde Física</i>	<i>Ter com quem partilhar o bem-estar</i>
<i>Sentir-me concretizada, tanto a nível pessoal como profissional</i>	<i>Ter um bom grupo de amigos</i>
<i>Sentirmo-nos confortáveis com quem somos</i>	<i>Ter um trabalho que me estimule a criatividade</i>
<i>Ter pessoas que adoro e que gostem de mim à minha volta</i>	<i>É conseguir ajudar os outros (voluntariado)</i>
<i>Bom ambiente em família</i>	
<i>É ter as necessidades básicas supridas</i>	
<i>Ver que posso ter um bom futuro</i>	

Seniores (Mulheres)	Seniores (Homens)
<i>Para mim o bem-estar é eu tomar conta de crianças</i>	<i>Sentir-me útil para com os outros</i>
<i>Sentir que somos úteis e amados</i>	<i>Ter acesso rápido e fácil aos cuidados de saúde</i>
<i>Segurança a nível de policiamento e rodoviária</i>	<i>Viver sem pesar a terceiros</i>
<i>Bem-estar, para mim, é saber que se eu precisar existem meios de proteção</i>	<i>Bem-estar é para mim ter os amigos que tenho neste centro</i>

Mulheres com deficiência motora	Homens com deficiência motora
<i>Para mim o bem-estar é ter saúde para poder ser independente</i>	<i>Fazer o que puder sozinho dentro das minhas limitações</i>
<i>O meu bem-estar é estar no meu quarto a ver televisão e descansar</i>	<i>É estar ocupado</i>
<i>Gosto de ter autonomia para fazer as minhas coisas</i>	
<i>Proporcionar bem-estar em momentos com a família, ajudar a criar os netos</i>	
<i>Autonomia com mais facilidades de acesso à habitação e na via pública</i>	

Mulheres com deficiência intelectual	Homens com deficiência intelectual
<i>Para mim bem-estar é fazer o que gosto com as pessoas que gosto</i>	<i>Praticar desporto. A atividade física é uma oportunidade de confirmar que sou igual aos outros</i>
<i>Estar com a família, amigos e com o namorado</i>	<i>É sentir-me e estar integrado na sociedade</i>
<i>Fazer novos amigos</i>	<i>Gostar de viver</i>
<i>É sentir-me bem, sentir-me firme</i>	<i>Ter dinheiro para comprar umas calças</i>
<i>É ter saúde</i>	<i>O bem-estar é divertir-me com colegas e amigos</i>
<i>Amar e ser amada</i>	<i>Estar com a minha namorada</i>
<i>É relaxar (fazer massagem)</i>	<i>Liberdade para escolhermos o que nos faz feliz.</i>
<i>Beber café</i>	

	Homens Imigrantes (Brasil)
	<i>É ter segurança onde vivemos</i>
	<i>Trabalho com dignidade</i>
	<i>É ter um ensino de qualidade nas escolas</i>
	<i>É ter segurança e igualdade nos atendimentos ao público</i>
	<i>É viver em uma cidade limpa</i>
	<i>É viver onde exista locais de lazer para a sociedade</i>

O que é para mim o bem-estar?

Raparigas	Rapazes
<i>Para mim mal-estar é estar sob muita pressão desnecessária que pode levar a muito stress</i>	<i>O que me faz sentir mal é não poder sair à noite com os meus amigos e não ter dinheiro para as minhas coisas</i>
<i>O mal-estar é desconforto e insegurança acerca do próprio corpo</i>	<i>Ser pobre</i>
<i>Estarmos descontentes com a nossa situação profissional, estarmos empregados por obrigação mas descontentes naquilo que trabalhamos</i>	<i>A liberdade com que as drogas passam na nossa zona e perdemos amigos</i>
<i>Não ter tempo para a família e amigos</i>	<i>Estar mal é não poder ajudar a minha avó com as contas lá em casa</i>
<i>Não ter dinheiro para as necessidades básicas</i>	<i>O mal-estar para mim é não ter alguém para falar, desabafar sobre tudo o que se passa na nossa cabeça</i>
<i>Ir à segurança social tratar de algo e ter de ficar lá o dia todo em fila de espera</i>	<i>Mal-estar, a grande pressão com carga horária que é imposta aos alunos</i>
<i>Não ter pessoas com quem contar</i>	<i>Para mim o mal-estar é ver umas com muito e outras sem nada</i>
<i>O mal-estar é sentirmos que tudo está fora do sítio</i>	<i>Estar desconfortável com o nosso corpo</i>
<i>Não ter meios para atingir fins</i>	<i>Para mim o mal-estar é estar mal pessoalmente e a ver amigos ou família numa má situação e não poder ajudar</i>
<i>O mau estar é não nos sentirmos bem na situação social que nos encontramos</i>	<i>É racismo e exclusão social</i>
<i>Viver num ambiente decadente e sem condições</i>	<i>É não ter esperança de a vida mudar para melhor</i>
<i>Ter problemas que não se podem resolver</i>	<i>É saber que tenho qualidades suficientes para atingir mais e não poder fazê-lo por discriminações</i>
<i>Não saber como continuar</i>	<i>O mal-estar é ser discriminado pela cor da nossa pele e pelo sítio de onde somos</i>
<i>Fazer os possíveis para que tudo dê certo e nada correr bem</i>	<i>Não me sentir seguro, onde vivo/na rua, etc.</i>
<i>É a exclusão social</i>	<i>Aqueles à minha volta estão descontentes ou, pior ainda, que se resignam a viver algo que não gostam e que o aceitaram como parte do seu dia-a-dia</i>
<i>É sentirmos que não fazemos falta, ou que somos inúteis</i>	<i>Perder muito tempo desde que saio de casa até chegar ao trabalho e vice-versa</i>
<i>Viver num ambiente de constante pressão</i>	<i>Ter pouco tempo para si próprio</i>
<i>Não me sentir apoiada</i>	<i>Saber que algo está mal, querer mudar e não poder, o "sistema" não permitir</i>
<i>Viver num ambiente de abusos. Tanto físicos como psicológicos</i>	<i>Viver numa comunidade áspera</i>
<i>Não ter as necessidades básicas supridas</i>	

Seniores (Mulheres):	Seniores (Homens):
<i>Eu sinto-me mal quando tenho vontade de ajudar os meus netos e não consigo</i>	<i>Mal-estar é estarmos mal de saúde</i>
<i>A atmosfera danificada dia após dia (poluição)</i>	<i>Não ter ajuda as vezes que precisamos</i>
<i>Quando os cuidados médicos não funcionam</i>	<i>Mau estar é os nossos filhos terem problemas na vida</i>

<i>Mal-estar, para mim, é saber que eu estou bem, mas à minha volta, muita gente está mal, principalmente as crianças</i>	<i>Mau estar é não ter de comer</i>
<i>Mal-estar, para mim, é pensar que na velhice posso não ter recursos para estar num lugar onde me possam cuidar, sem nada faltar</i>	

Seniores (Grupo Misto):
<i>Não estar bem com meu corpo</i>
<i>Sentir-me sem saúde</i>
<i>Ausência de relações interpessoais</i>
<i>O Mal-Estar é sentir que os nossos planos não resultaram</i>
<i>Viver em ambientes poluídos (ar, ruído, solo, etc.)</i>
<i>É sentir-me a mais em qualquer lugar</i>
<i>Viver numa sociedade com muitas injustiças e muito violenta</i>
<i>Para mim, o mal-estar, é na minha idade estar sempre com necessidade de pedir auxílio a terceiros</i>
<i>Falta de acessibilidade para pessoas com mobilidade reduzida</i>

Mulheres com deficiência motora:	Homens com deficiência motora:
<i>Limitações motoras, dores</i>	<i>Querer fazer algo e não conseguir (obstáculo)</i>
<i>É não ter dinheiro para comprar medicamentos</i>	<i>Ter de fazer coisas obrigado quando não me apetece</i>
	<i>Mau estar é sentir o preconceito para comigo e colegas</i>

Mulheres com deficiência intelectual	Homens com deficiência intelectual
<i>Incerteza sobre o meu futuro</i>	<i>Haver pessoas pobres</i>
<i>Não conseguir determinar as coisas mais importantes</i>	<i>Violência entre as pessoas</i>
<i>Quando não tenho ninguém para conversar</i>	<i>Violência doméstica</i>
<i>Tratarem mal a minha mãe</i>	<i>As pessoas não ouvirem o que estou a falar</i>
<i>É violência doméstica</i>	<i>O mal-estar é o racismo</i>
<i>É olhar-me ao espelho e não sentir-me bem comigo mesmo</i>	<i>Não ter liberdade</i>
	<i>Quando criticam o nosso volume de trabalho</i>
	<i>Para mim o mal-estar é quando uma pessoa obriga-me a comer uma coisa que eu não gosto</i>

Mulheres Imigrantes (Brasil)	Homens Imigrantes (Brasil)
<i>Falta de dar risadas</i>	<i>Injustiça com o imigrante</i>
	<i>A falta de informação aos imigrantes na integração social</i>



PARECER

Tendo a Diaverum Renal Services Group solicitado a adesão à Rede Social de Cascais, e dado trata-se de uma entidade lucrativa, enquadra-se o presente parecer no nº4 do Artigo 6º do Regulamento do Conselho Local de Ação Social.

Analisada a documentação entregue pela Diaverum Renal Services Group ao Núcleo Executivo do CLAS, e tendo as duas entidades reunido no dia 28 de setembro de 2016, considera-se que a adesão da Diaverum Renal Services Group à Rede Social representa uma mais-valia para o cumprimento dos objetivos da Rede Social.

A Diaverum presta cuidados a doentes renais crónicos no âmbito do tratamento da insuficiência renal, realizando tratamentos de hemodialise. O modelo de tratamento a estes doentes assenta numa ótica de cuidados integrados, desenvolvendo a sua atividade com uma equipa interdisciplinar e em articulação direta com a comunidade, tendo como objetivo intervir com os doentes e suas famílias, capacitando-os para uma integração positiva da doença/tratamento, com conseqüente impacto na qualidade de vida dos mesmos.

Atualmente, na clínica do Estoril, encontram-se cerca de 144 pessoas a realizarem tratamento diariamente. Estes doentes residem a maior parte deles no concelho de Cascais e muitos deles são acompanhados por instituições da rede social: Segurança Social, Unidades de Saúde, Câmara Municipal, Juntas de Freguesias, Serviços de Apoio Domiciliário; Gabinetes de Inserção Profissional, entre outras entidades que com as quais a Diaverum estabelece parcerias consoante as necessidades individuais de cada doente.

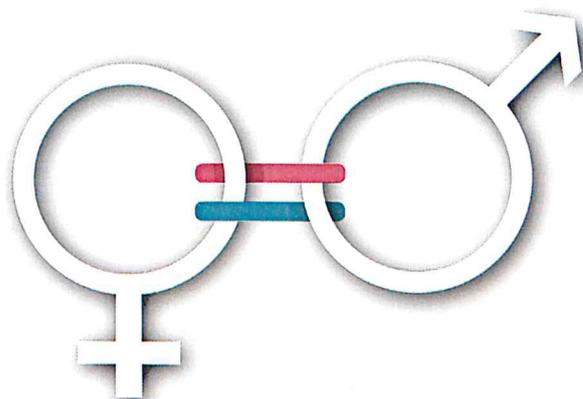
Enquanto membro da Rede Social, a Diaverum está disponível para colaborar nas diversas iniciativas com vista à promoção da saúde no Concelho de Cascais, disponibilizando o seu conhecimento e *know-how*.

Considera-se que a adesão da Diaverum à Rede Social de Cascais não representa um risco de aproveitamento económico nem comercial dado não haver contrapartidas financeiras e dado tratar-se da formalização de uma parceria já existente a nível operacional, em função de cada doente.

Cascais, 5 de dezembro de 2016

Isabel Pinto Gonçalves
(Coordenadora do Núcleo Executivo do CLAS)

IGUALÓMETRO



**IGUALDADE DE GÉNERO
TESTE A SUA PRÁTICA!**

IGUALÓMETRO

Como surgiu e o que é o IGUALÓMETRO?

No âmbito da Estratégia Municipal para a Igualdade de Género da Câmara Municipal de Cascais (CMC), e com a colaboração do Centro de Estudos para a Intervenção Social (CESIS), foi desenvolvido um instrumento para medir de que forma os serviços e os/as profissionais contribuem para práticas promotoras da Igualdade de Género - o IGUALÓMETRO.

O instrumento tem como objetivo avaliar de que forma determinada intervenção integra na sua estrutura aspetos relacionados com o tema, mas simultaneamente tem uma vertente de sensibilização e oportunidade de conhecimento, não só da temática em causa, mas da forma como cada um/a de nós pode contribuir nesse sentido.

As questões do instrumento assentam em algumas dimensões relevantes para a temática, nomeadamente a participação de homens e mulheres enquanto destinatários/as; composição da própria equipa que desenvolve o projeto; combate a discriminações; desconstrução de estereótipos de género; e utilização de linguagem inclusiva.

O IGUALÓMETRO dá uma pontuação final entre 0 a 100 pontos, sendo que quanto maior o resultado, maior o contributo daquela intervenção para práticas promotoras da Igualdade de Género.

Desenvolveu-se um formulário, onde se convidam os projetos que mais pontuam, a partilhar connosco a sua prática. No site da CMC serão disponibilizados para consulta, os projetos que se vierem a destacar pela positiva e a constituir um exemplo de boa-prática.

É essencial que quem preencha este instrumento se foque num público-alvo com quem trabalhe (profissionais ou munícipes) e que se foque numa intervenção em particular.

Como num jogo pedagógico, a ideia passa pela sensibilização de quem preenche o instrumento para as questões da igualdade de género e para a necessidade de promover-la, de forma transversal a vários contextos.

O IGUALÓMETRO é de aplicação rápida (aproximadamente 10 minutos) e foi desenhado a pensar em intervenções na área das ciências sociais, que pressupõem que exista contacto direto com as pessoas, não obstante, poderá ser testado noutros contextos.

Esta aplicação *online* está disponível no site da CMC e qualquer pessoa, poderá testar a sua intervenção.

Dimensões na avaliação de práticas que integram aspetos promotores da IG

Participação de homens e mulheres enquanto destinatários - É importante que se promova o equilíbrio entre homens e mulheres destinatários/as das intervenções. Consideram-se desequilíbrios significativos os casos em que um dos sexos tem uma representação inferior a 33% no total de pessoas abrangidas. Esta análise deverá ser efetuada para cada um dos grupos abrangidos. Nos casos em que se verificam desequilíbrios, poderão ser consideradas ações que visem equilibrar a participação de homens e mulheres, p.ex. sistemas de quotas na escolha de participantes; prioridade na inscrição de pessoas do sexo sub-representado; adotar estratégias alternativas mais ajustadas aos grupos sub-representados; dirigir ativamente a divulgação da intervenção a grupos específicos.

Composição da própria equipa que desenvolve o projeto - É importante que se promova o equilíbrio entre homens e mulheres na própria equipa de trabalho. Consideram-se desequilíbrios significativos os casos em que um dos sexos tem uma representação inferior a 33% no total de pessoas afetadas à equipa. Poderão ser consideradas medidas de recrutamento seletivo com vista a equilibrar o número de mulheres e de homens que fazem parte das equipas; sistema de quotas assegurando uma representação de ambos os sexos; etc.

Combate a discriminações - Independentemente dos objetivos específicos de cada intervenção, esta pode integrar medidas de combate a discriminações de género. Exemplos de ações que contrariam discriminações de género: Combater a desigualdade salarial entre homens e mulheres; Combater a discriminação no acesso ao emprego de homens a profissões tradicionalmente femininas e de mulheres a profissões tradicionalmente masculinas; Combater a discriminação no acesso ao emprego de mulheres em idade de engravidar ou com filhos/as pequenos/as; Promover medidas que facilitem o acesso das mulheres a lugares de poder; Combater as diversas formas da violência de género (violência conjugal, violência no namoro, mutilação genital feminina, assédio sexual).

Desconstrução de estereótipos de género - Independentemente dos objetivos específicos de cada intervenção, esta pode integrar medidas de desconstrução de estereótipos de género. Exemplos de ações que contrariam estereótipos de género: Questionar o papel do exercício da violência e dos comportamentos desviantes (delinquentes) como provas de masculinidade, nomeadamente no caso dos adolescentes; Dar visibilidade à capacidade dos rapazes e dos homens de prestar cuidados a crianças e a familiares em situação de dependência e à importância destes papéis na sociedade; Reforçar a naturalidade da participação de rapazes e de homens em atividades, desportos, profissões tradicionalmente femininas e a participação de raparigas e de mulheres em atividades, desportos, profissões tradicionalmente masculinas; Contrariar a expectativa de que todas as mulheres querem ser mães e que esse papel é central nas suas vidas; Questionar as exigências sociais de beleza e de cuidados estéticos com o corpo relativamente às mulheres; Ações que reflitam sobre a tradicional divisão de papéis entre homens e mulheres, nomeadamente nas tarefas domésticas, cuidados a crianças e familiares em situação de dependência, maioritariamente a cargo das mulheres.

A Igualdade de Género como uma preocupação expressa nos objetivos da intervenção - Independentemente dos objetivos específicos de cada intervenção, esta pode integrar explicitamente objetivos e indicadores relacionados com a igualdade de género. Exemplos de objetivos/indicadores de promoção da igualdade de género: Facilitar a conciliação da vida familiar e profissional (ocupação de tempos livres, creches, serviços de apoio domiciliário, etc.); Atingir um número equilibrado de participantes (H/M) nas ações do projeto/intervenção; Alterar perceções estereotipadas em termos de género junto das pessoas abrangidas; Capacitar homens ou mulheres em áreas em que se encontrem em desvantagem; Promover mecanismos de participação e tomada de decisão de homens e mulheres, de forma equilibrada, no âmbito do projeto/intervenção; Combater a violência doméstica ou outras formas de violência de género (mutilação genital feminina, assédio sexual, tráfico de seres humanos).

Utilização de linguagem inclusiva e imagens não estereotipadas - Exemplos de materiais e instrumento do projeto/intervenção: fichas, formulários, bases de dados, desdobráveis, cartazes, relatórios, notícias, etc. Considera-se linguagem inclusiva a que não utiliza o género masculino como a norma universal que engloba o feminino, recorrendo a termos neutros ou a barras. Exemplos: "Os pais e as mães", em vez de "os pais"; "Os/As docentes", em vez de "Os professores"; "O pessoal de limpeza", em vez de "As empregadas de limpeza"; "A pessoa que requer" ou simplesmente "Requerente", em vez de "O requerente"; "Filiação", em vez de "Filho de"; "Vive só", em vez de "Vive sozinho"; "A direção" em vez de "O diretor" ou "A diretora". Tal como a linguagem escrita, as imagens também podem reforçar ou, em contrapartida, contrariar estereótipos de género; bem como refletir (ou não) a diversidade humana (homens/mulheres); de tipologias familiares; de orientação sexual; etc.).