

Rede Social de Cascais

# PLANO DE AÇÃO 2019-2020

PLATAFORMA DE QUALIFICAÇÃO DOS CENTROS DE CONVÍVIO,  
ESPAÇOS/ACADEMIAS/UNIVERSIDADES SENIORES

DIVISÃO DE DESENVOLVIMENTO DE RECURSOS SOCIAIS  
DEPARTAMENTO DE HABITAÇÃO E DESENVOLVIMENTO SOCIAL  
Câmara Municipal de Cascais

Cascais, abril de 2019

## I - ENQUADRAMENTO

A intervenção social em Cascais tem, sobretudo desde o início da década de 2000, se caracterizado pela proliferação de experiências de governança, com liderança municipal, que se traduzem na concertação da atuação, entre organizações públicas e privadas, com vista a um fim comum. Estas estruturas de parceria, designadas fóruns-plataformas, têm-se pautado pela metodologia de planeamento, como forma de promoção da melhoria contínua ou de mudança social-organizacional. De seguida apresentam-se alguns elementos de caracterização da Plataforma de Qualificação dos Centros de Convívio, Espaços-Academias-Universidades Seniores (Figura 1):

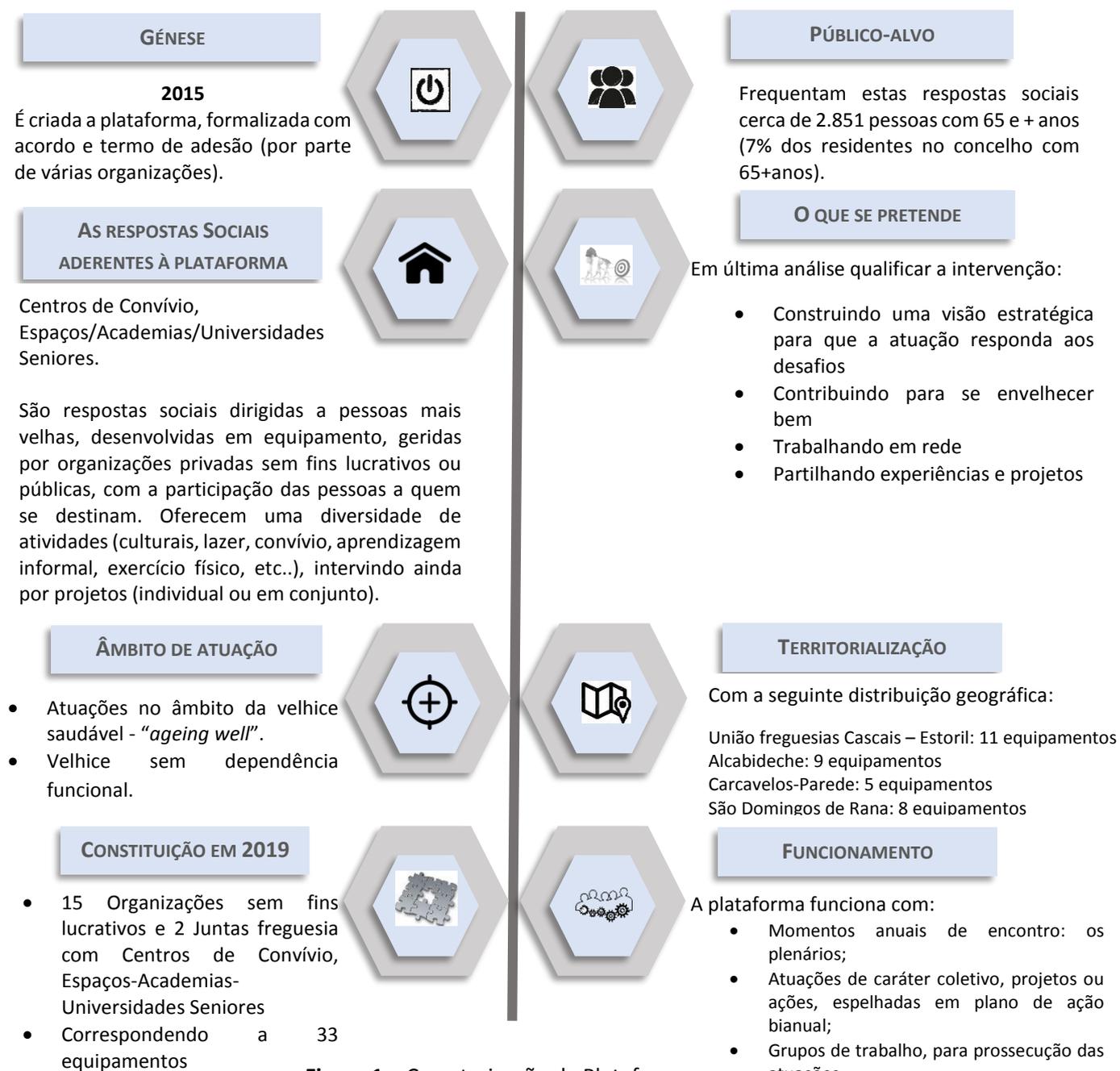


Figura 1 – Caracterização da Plataforma

## II - PLANEAMENTO ESTRATÉGICO – OPERACIONAL

A metodologia para a elaboração do plano de ação 2019-2020, pode-se representar da seguinte forma (Figura 2):



Figura 2 – Metodologia para elaboração do Plano de Ação

Enquanto instrumento operacional, este plano, surgiu na sequência de uma reflexão estratégica que elegeu **4 eixos estratégicos** (Figura 3):

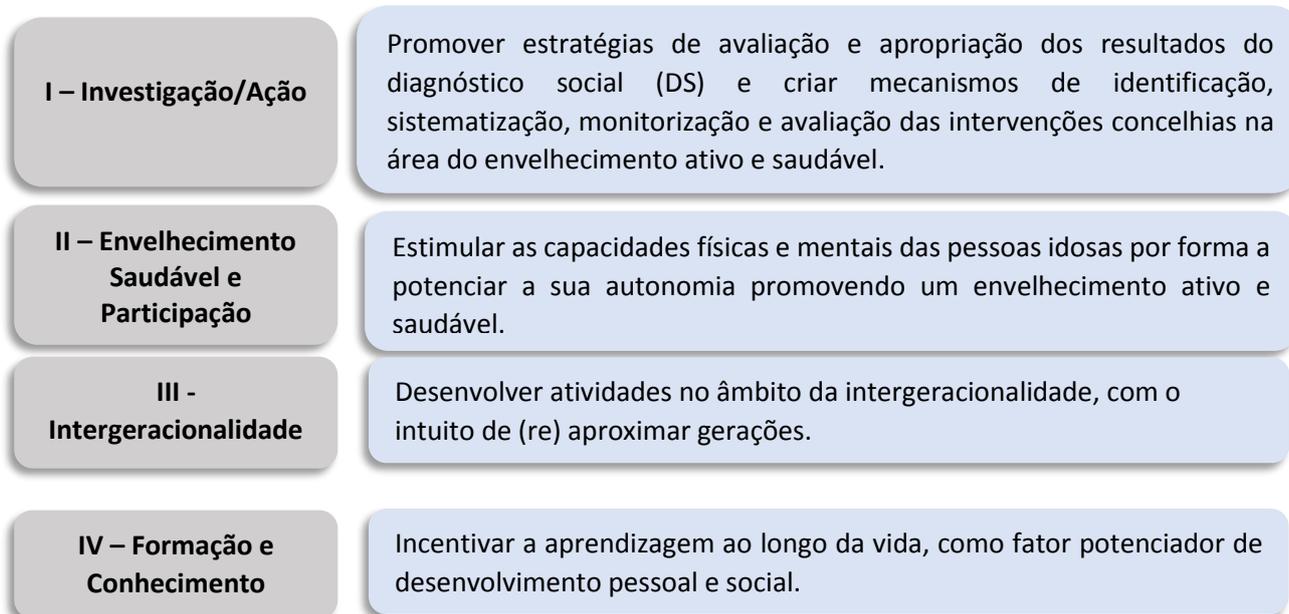


Figura 3 – Eixos Estratégicos da Plataforma

A parceria decidiu que, em 2019-2020, iria **investir apenas em dois** dos quatro **eixos estratégicos**, respondendo aos seguintes **desafios** (Figura 4):

EIXOS	DESAFIOS
II – Envelhecimento Saudável e Participação	Estimular as capacidades físicas, mentais e sociais das pessoas idosas.
III - Intergeneracionalidade	Promover o desenvolvimento de programas/projetos intergeracionais. Promover projetos de fortalecimento das relações familiares.

Figura 4 – Desafios, segundo eixos estratégicos

### III - PLANO DE AÇÃO 2019-2020

Foram assim, **priorizados um conjunto de resultados** que se pretende atingir e determinadas as **ações a desenvolver**, por forma a responder aos desafios eleitos.

As **ações serão desenvolvidas por grupos de trabalho**, constituídos por algumas das organizações pertencentes à plataforma, segundo a seguinte afetação (Figura 5):

EIXOS/GRUPOS TRABALHO	ORGANIZAÇÕES
II – Envelhecimento Saudável e Participação	Associação Apoio S. Amigos da Paz de Bicesse; União das Freguesias de Cascais- Estoril; Centro Comunitário Paróquia da Parede; Espaço COMVIDA- ABLA.
III - Intergeneracionalidade	Associação Idosos e Reformados do Murtal; Associação Social dos Idosos da Amoreira; Associação de Ap. Social Nossa Sra. Neves Manique de Baixo; Associação Apoio S. Amigos da Paz de Bicesse; Junta de Freguesia de Alcabideche; Universidade Sénior de Manique; Associação Bem Estar Social, Juventude e 3ª Idade de Alcabideche

Figura 5 - Constituição dos Grupos de Trabalho

Relativamente **aos elementos de avaliação**, indicadores e fontes de informação, eles serão posteriormente definidos, sendo que se prevê que os indicadores sejam de execução e eventualmente de processo (satisfação), dada a tipologia de resultados definida.

Os cronogramas poderão ainda ser alvo de ajustes.

**CRONOGRAMA EIXO “Envelhecimento Saudável e Participação”**

RESULTADOS ESPERADOS	Ações	Responsável	Com	CALENDÁRIO (Anos/quadrimestres)								
				ANO 2019				ANO 2020				
				1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)	1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)	
Levantamento de atividades físicas desenvolvidas pelas Instituições do concelho	Realização de reunião inicial para definir e operacionalizar tarefas a desenvolver	Associação Apoio S. Amigos da Paz de Bicesse	Restantes organizações do grupo + DIPS e DDES - CMC									
	Sistematização e elaboração de um Produto final com as ofertas de "Atividade Física" regular ou esporádicas (caminhadas) desenvolvidas pelos parceiros pertencentes à plataforma											
Comunicação e visibilidade à atuação das organizações, na área da atividade física	Publicitar na Academia da Saúde e juntamente com as Iniciativas de Bem-estar em Espaços Públicos											
Existência de momentos de pausa e fortalecimento de relações inter- equipas e interorganizações	Realização de reunião inicial para definir e operacionalizar tarefas a desenvolver	Junta de Freguesia de Cascais + Centro Comunitário Paróquia da Parede	Restantes organizações do grupo									
	Realização de EVENTO 1 DIA "Cuidar de Si para melhor cuidar o Outro" Poderá concretizar-se em: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organização de Workshop / Grupos de partilha entre técnicos "cuidadores", sobre temáticas a definir (a realizar durante a tarde)</li> <li>• Caminhada matinal, aberta aos utentes das instituições e comunidade em geral</li> </ul>											

## CRONOGRAMA EIXO “Intergeracionalidade”

RESULTADOS ESPERADOS	Ações	Responsável	Com	CALENDÁRIO (Anos/quadrimestres)											
				ANO 2019				ANO 2020							
				1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)	1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)				
Levantamento de ações-atividades - projetos existentes, em 2019, nas organizações parceiras, com componente de intergeracionalidade, com possibilidade de continuidade em 2020	Realização de reunião inicial para definir e operacionalizar tarefas a desenvolver	ARIM	Restantes organizações do grupo												
	Elaboração de questionário e envio aos parceiros para levantamento das ofertas/atividades														
	Sistematização e elaboração de quadro descritivo com as ofertas existentes														
Auscultação de possíveis sinergias/parcerias com universidades, no sentido de desenvolverem atividades/projetos de voluntariado	Contactar e agendar reuniões com as entidades de ensino, no sentido de aferir interesse em desenvolver projeto de voluntariado														
Criação de proposta de projeto e/ou potenciar os projetos existentes em plano de atividades dos CC-ES-US-ACS com a componente intergeracional	Realização de reunião para apropriação dos resultados e aferir a pertinência de criar e/ou adequar projetos existentes com o objetivo de atingir o resultado														
	Realização de atividades intergeracionais   Caminhada em Família														
	Participação nas atividades promovidas pelo projeto OHFicina - Laboratório de Materiais   Parque Marechal Carmona														

Cont.

RESULTADOS ESPERADOS	Ações	Responsável	Com	CALENDÁRIO (Anos/quadrimestres)									
				ANO 2019				ANO 2020					
				1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)	1º (J F M)	2º (A M J)	3º (J A S)	4º (O N D)		
Criação de proposta de atividades e/ou projeto de voluntariado	Realização de Reunião para apropriação dos resultados das reuniões e aferir pertinência em criar projeto de voluntariado Elaboração de projeto/ação	ARIM	Restantes organizações do grupo e organizações da plataforma										

Para além do expresso no plano de ação, existem **outras iniciativas a decorrer entre 2019-2020, no âmbito desta plataforma**, embora não tenham resultado de um processo de planeamento participado, tratando-se de ações ou projetos, resultantes da aquisição de serviços por parte do município. A saber:

**Tabela 1**

Outras Iniciativas a decorrer na plataforma entre 209-2020

INICIATIVA	DESCRIÇÃO	DESTINATÁRIOS
Projeto Formativo “Nós e os Outros”	Projeto de formação – ação com dinâmicas de grupo e metodologias ativo-participativas, composto por: 30 sessões dirigidas aos seniores; 7 sessões de formação e 5 reuniões de supervisão para os/as técnicas das instituições. O programa é composto por 5 módulos: autoestima; treino e estimulação cognitiva; educação emocional; relações interpessoais e conflitos; psicologia positiva.	Técnicos das organizações-respostas parceiras e frequentadores destas respostas sociais
Projeto Palco da Vida	Pretende unir, valorizar, multiplicar competências e saberes através da arte. Envolve 3 tipos de atividades: 1. teatro-musical; 2.escrita criativa; 3.exposição & álbum de histórias de vida. O teatro musical será feito em parceria com os jovens da Escola Profissional de Teatro de Cascais	Frequentadores, dirigentes e colaboradores das respostas-organizações parceiras
OHficina	Trata-se de um projeto pedagógico de empreendedorismo social, destinado a públicos de todas as idades, visando a reciclagem de materiais e o desenvolvimento, no agente transformador dos mesmos, competências transversais. Desenvolve-se no Parque Marechal Carmona em Cascais.	Aberto a toda a população, embora exista uma disponibilidade total para receber, nas atividades, os técnicos-frequentadores e familiares das organizações-respostas parceiras.
Projeto Formativo “Academia Móvel”	Promove a aquisição de conhecimentos no âmbito das tecnologias de comunicação e informação. Desenvolve-se em parceria com a da Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação da Costa do Estoril. Garante uma formação de proximidade, nas próprias instituições.	Frequentadores das respostas-organizações parceiras, com possibilidade de participação de outros seniores.

## **ANEXO – EQUIPAMENTOS E ORGANIZAÇÕES GESTORAS ADERENTES**

Ver lista em anexo.