

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Transversal

Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Criação de uma estratégia de comunicação integrada	Aumentar o acesso à informação	Criar mecanismos de divulgação eficazes sobre respostas/iniciativas/ações promotoras de participação	1) 1 encontro para a comunidade (ex. tertúlia, workshop, feira)	Nº de Encontros Nº parceiros envolvidos	S. José Vila Verde; Ass. Criagente; CSRI de Albarraque; GNR
			2) 1 plano de comunicação (abrangendo as várias dimensões do PMEASI; possível divulgação junto com as faturas do SMAS, igrejas, comércio, jornal regional, rádios locais; mediadores)	Nº de Planos Nº de medidas do plano realizadas	CMS; AKF; ACES; GNR
			3) Criação de 1 folheto informativo com as respostas existentes	Nº de folhetos	CMS; UF S.João das Lampas e Terrugem; CSRI de Albarraque; Centro de Dia de Algueirão Mem-Martins; UF Agualva Mira Sintra; GNR
			4) Criação de uma estratégia de divulgação da Linha Sintra Sénior da CMS	Nº de estratégias % do aumento de chamadas	CMS GNR
Fortalecimento das Relações inter-institucionais	Reforçar sinergias de forma a facilitar o acesso às respostas pelos seniores	Esclarecer e informar sobre as respostas sociais e de saúde existentes no Concelho e articular o encaminhamento com os parceiros	5) 1 levantamento das atividades das instituições de maneira a criar sinergias	Nº de levantamentos Nº de instituições a que o levantamento responde	CMS; Sagrada Família; Ferrinhos; União de Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; Casa de Saúde do Telhal; Ass. Criagente; Centro de Dia de Algueirão Mem-Martins; ARPI Abrunheira
			6) 1 Encontro /teambuilding concelhio com parceiros/ Intercâmbio entre instituições	Nº de Encontros Nº de participantes	CSPAMM; S.José vila verde; Montelavar, Ferrinhos; Sabuguenses; Ser Alternativa, Sagrada Família; Delegação Sintra CVP; Centro Social de Morelena; Casa de Saúde do Telhal; Ass. Criagente; CSRI de Albarraque
			7) 1 modelo de articulação da saúde com as respostas sociais e outros atores locais (parecido com as prescrições sociais)	Nº de modelos Nº de utilizadores	Sagrada Família ACES; Delegação Sintra CVP; Casa de Saúde do Telhal
			8) 5 Ações informativas para a população sénior de acordo com as suas especificidades (níveis de literacia, comunidade imigrante, etc.) - Ligação com o Plano de Imigrantes	Nº de ações informativas	CMS; AKF; Casa de saúde da Idanha; Sabuguenses; Delegação Sintra CVP

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



			<p>9) Rentabilização de 5 locais de atendimento/informação para os seniores nas freguesias (em associações ou outros espaços - projeto de vida/ projeto de reforma, entre outros)</p>	<p>Nº de locais de atendimento Nº de atendimentos</p>	<p>Sabuguenses; CSPAMM; JF Casal de Cambra; Delegação Sintra CVP; AFAPS; ARPIMA</p>
			<p>10) Promover 1 oficina para os atores locais com intervenção na área dos seniores, para divulgação de recursos sociais (bombeiros, saúde, intervenção social, força policial, entre outros.)</p>	<p>Nº de oficinas</p>	<p>Delegação Sintra CVP GNR</p>

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Saúde (Articulação com o Plano Local de Saúde de Sintra)					
Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Fortalecimento de respostas integradas para a promoção da saúde	Estimular estilos e hábitos de vida saudável	Promover Hábitos de Alimentação Saudáveis	11) 1 levantamento das atividades das instituições de maneira a criar sinergias e partilha de práticas	Nº de levantamentos	ACTIS; Casa de Saúde do Telhal
			12) 5 workshop na área da compostagem (ex. hortas solidárias)	Nº de workshops	CMS
			13) Criação de 3 hortas solidárias	Nº de hortas criadas	CMS
			14) Realização de 5 Workshop de alimentação saudável	Nº de workshops	UFQB; ACTIS, CSPAMM; Ser Alternativa; CSRI de Albarraque; ARPIMA
			15) Realizar pelo menos 5 ações de educação para a saúde	Nº de ações realizadas	ACES; SCMS; UFQB; CSPAMM; Casa de Saúde do Telhal; CSRI de Albarraque
		Estimular a Autonomia, Mobilidade e Funcionalidade	16) 400 pessoas a participar no programa Sintra +Saúde, (Idade Mais 240 pessoas)	Nº de participantes	ACES; CMS
			17) 330 pessoas a beneficiar das respostas do projeto Sintra Ativa (Idade Mais)	Nº de participantes	CMS
			18) Realização de Atividades físicas para seniores nas 11 freguesias	Nº de atividades por freguesia	SCMS;CSPAMM; UFQB; SOLAMI; ACTIS; ACES; ARPI Sabuguenses; JF AMM; Centro Social Paroquial de Santa Marta do Casal de Cambra; Ass. Criagente; UF Agualva Mira Sintra
			19) Realização de 5 Ações de sensibilização/tertúlia sobre envelhecimento ativo	Nº de ações de sensibilização	UFQB;ACTIS; ARPI Sabuguenses; CSPAMM; ACES; JFAMM; SCMS; Casa de saúde da Idanha; Delegação Sintra CVP; Casa de Saúde do Telhal
		Aumentar a rede de equipamentos e respostas do SNS	20) Abertura de 3 novas unidades de saúde, em Almargem do Bispo, Sintra, Agualva	Nº de unidades abertas	ACES e CMS;
21) Aumento da resposta em domicílio aos utentes do ACES Sintra, com a abertura do 2º pólo da Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos (ECSCP) em Rio de mouro	Nº de respostas criadas/alargadas		ACES e CMS		

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Qualificar e diversificar as estruturas comunitárias de apoio aos seniores, famílias e cuidadores	Reforçar competências dos cuidadores formais e informais e valorizar o apoio familiar na prestação de cuidados	22) Construção de 3 novas unidades em Algueirão Mem Martins, Belas e Rio de Mouro e alargamento das instalações da Unidade de colares e Mira Sintra.	Nº de unidades construídas ou em construção	ACES e CMS; UF Aqualva Mira Sintra
		23) 1 levantamento de necessidades dos cuidadores informais	Nº de levantamentos	Alzheimer Portugal; Centro da Sagrada Família; Ser Alternativa; AKF; Centro de Dia de Algueirão Mem-Martins
		24) 1 resposta de apoio a cuidadores formais e informais em cada uma das 11 freguesias	Nº de respostas Nº de freguesias envolvidas	Alzheimer Portugal; Casa de saúde Idanha; Assoc.Coração Amarelo Cacém; CSPAMM;CSMorelena; Aces ; Centro da Sagrada Família; Ser Alternativa; AKF; CVP; Casa de Saúde do Telhal
		25) 200 profissionais e 90 cuidadores informais adquirem competências para prestação de cuidados à pessoa idosa (Idade Mais)	Nº de cuidadores a participar	CMS; Alzheimer Portugal
		26) 25 cursos para cuidadores formais e 25 cursos para cuidadores informais adquirem competências na prestação de cuidados a pessoas idosas, sendo que cada curso pode ter o máximo de 12 vagas podem ser capacitados um total de 600 cuidadores (Cuidar dos Cuidadores – ACES Sintra)	Nº de cursos Nº de participantes	ACES; SCMS; Alzheimer Portugal
		27) 1 grupo de voluntários de apoio ao cuidador, para substituição em ausências pontuais, para frequência de formação e outras* (a ligar com a área do isolamento)	Nº de grupos	Assoc. Coração Amarelo Cacém; Alzheimer Portugal; CVP
		28) Ações de sensibilização, no âmbito do Café Memória, em diversas freguesias.	Nº de ações Nº freguesias	CMS; Alzheimer Portugal; Casa de saúde do telhal
		29) Alargar as respostas existentes a outras freguesias.	Nº de freguesias que passaram a usufruir de respostas	Rede de Saúde Mental; Casa de Saúde do Telhal; Alzheimer Portugal
		Ligação à Rede de Saúde Mental que metas incluir		

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



			30) 500 pessoas a usufruir da resposta do Ginásio Cerebral Comunitário (Idade Mais)	Nº de pessoas a beneficiar	CMS e Casa de Saúde da Idanha/ Irmãs Hospitaleiras
			31) Implementação da formação para cuidadores formais adquirirem competências na prestação de cuidados a pessoas com demência	Nº de formações Nº de participantes	Rede de Saúde Mental e IEFP (a confirmar); Casa de saúde Idanha; Casa de Saúde do Telhal; Alzheimer Portugal
			32) Alargar as respostas existentes para a estimulação cognitiva para pessoas com demência	Nº de respostas Nº de pessoas a beneficiar	Alzheimer Portugal; Casa de saúde da Idanha; SCMS; Rede de Saúde Mental (a confirmar); Casa de Saúde do Telhal

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Respostas Sociais e Voluntariado

Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Adequação das respostas/ serviços e linhas de apoio	Dotar a Rede de Equipamentos com os serviços adequados às necessidades existentes (Alargamento, Revisão dos Acordos)	Adequar o espaço de Centros de Dia e Centros de Convívio	33) Alargamento da capacidade de Centros de Dia e Convívio para mais 150 utentes	Nº de vagas criadas	Assoc.Reformados Montelavar, CC Pêro Pinheiro, Sabuguenses Assoc. Reformados Abrunheira Cdia Massamá ARPIM; CVP Sintra; ARPI Abrunheira
			34) 10 Intercâmbios entre as instituições	Nº de intercâmbios Nº de instituições participantes	CSPAMM;URPITMA; CSMORELENA; Ferrinhos; Montelavar; S. José Vila Verde; Bispinhos; Sabuguenses; SOLAMI; ABESACC;CVP; CSRI de Albarraque
			35) 5 atividades criadas/adaptadas aos interesses/necessidades dos seniores	Nº atividades	CSPAMM; Sabuguenses; URPITMA; ABESACC; União de Freguesias de Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; Os Avós; CVP; CSRI de Albarraque; GNR
			36) 1 experiência de Centro de Dia com metodologias participativas com envolvimento da comunidade local	Nº experiências	CSPAMM ; URPITMA; Rede de Saúde Mental; AKF; CVP; GNR
	Criação de Respostas de Noite		37) 1 bolsa de auxiliares que prestem serviço noturno qualificado (ex. Senior Sitting)	Nº de bolsas Nº de auxiliares	Sabugueenses; PROBEM; Coração Amarelo Cacém
			38) 1 levantamento de necessidades e redacção de um manifesto para sensibilizar o poder político para a priorização da resposta centro de noite	Nº levantamentos Nº de manifestos	S.José Vila verde; Sabugueenses; JFAMM;
	Aumentar a Capacidade em ERPI		39) Mais 150 vagas abertas para ERPI	Nº de vagas criadas	Assoc.Reformados Montelavar, CS Pêro Pinheiro, Domus Aurea, CERCITOP
			40) 1 proposta que possa levar à adequação de espaços municipais/devoluto para experimentação de “republicas”	Nº de propostas	Coração Amarelo Cacém; ACTIS; Sabugueenses; CSPAMM

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



	Aumentar a capacidade em apoio domiciliário (SAD) para 7 dias e alargamento de horário	41) Vagas para 50 utentes em SAD	Nº de vagas criada	SCMS; ARPI Abrunheira	
		42) Alargamento de 5 respostas de SAD para 7 dias e/ou com horário alargado	Nº de respostas com alargamento	Probem; S. Jose Vil; SCMS; Ser Alternativa; CERCITOP; ARPI Abrunheira	
		43) 1 experiência piloto de resposta de lazer/cultural/estimulação/intercâmbio	Nº de experiências piloto	SCMS, CSPAMMM; CSRI de Albarraque	
	Tornar as respostas sociais existentes mais acessíveis monetariamente e que facilite o reforço de contratação de recursos humanos	44) 1 proposta de adequação ao modelo existente das vagas protocolada	Nº de proposta		
		45) 1 proposta para ISS com vista: - aumento dos protocolos para aumentar a capacidade das respostas sociais - adequação dos critérios ao nível das vagas protocoladas - adequação das referências/ perfis de RH	Nº de propostas	Assoc. Coração Amarelo Cacém; Alzheimer Portugal; SCMS; União de Freguesias de Almagem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar	
		46) Abertura para 50 vagas	Nº de vagas criadas		
	Apoiar a implementação de serviços e equipamentos no âmbito da Rede de Cuidados Continuados	Qualificar os Recursos Humanos das instituições na prestação de cuidados, tendo em conta as necessidades da população do Concelho	47) 1 formação de técnicos para as questões da saúde mental, nomeadamente demências (Idade Mais)	Nº de formações Nº de participantes	CMS; Casa de Saúde Idanha; Casa de Saúde do Telhal; Alzheimer Portugal
			48) 2 ações de esclarecimento sobre a lei do Maior Acompanhado	Nº de ações	Alzheimer Portugal; “Os Avós”; Casa de Saúde do Telhal
			49) 4 ações formativas sobre prestação de cuidados à pessoa idosa, a 60 profissionais (Idade Mais- ação 6)	Nº ações formativas Nº de participantes	CMS; Alzheimer Portugal
			50) Ações formativas em 14 estruturas residenciais, envolvendo 140 pessoas (Idade Mais- ação 6)	Nº ações formativas Nº de participantes	CMS; Alzheimer Portugal
			51) 15 dirigentes de instituições com competências reforçadas (Idade Mais- ação 6)	Nº dirigentes envolvidos	CMS; Alzheimer Portugal
	Facilitar o acesso à prestação de ajuda imediata, no domicílio	52) 120 pessoas a usufruir do projeto “Em Casa em Segurança” (Idade Mais)	Nº de pessoas a beneficiar	CMS; GNR	

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Humanização das respostas e dos serviços	Aumentar a consciencialização dos profissionais para a relação de proximidade e empatia na prestação de cuidados	Sensibilizar e reforçar competências na relação com o outro	53) 1 grupo de trabalho que crie ferramentas e estratégias para o desenvolvimento de uma resposta mais centrada na pessoa; 1 proposta para a formação Humanidade (mais económica)	Nº de ferramentas Nº de propostas	Solami, CSocial Sagrada Família; CVP
Fortalecimento das respostas de voluntariado	Aumentar e qualificar as respostas de voluntariado	Constituir e reforçar redes de voluntariado e promover a qualificação dos voluntários	54) 1 proposta de otimização do BLVS (<i>matching</i> entre necessidades e perfil de voluntários; mobilização de voluntários seniores)	Nº de propostas Nº de voluntários seniores	CMS (BLV e GIRC); CVP
			55) 5 ações de sensibilização e divulgação em locais estratégicos (ex. escolas)	Nº de ações	CMS; Coração Amarelo Cacém; CVP; Ass. Criagente; GNR
			56) Aumento em 10% de voluntários que respondam ao público sénior	% de aumento de voluntários	CMS; CVP; ARPIMA
			57) 1 Formação de Voluntariado de Intervenção com o público sénior	Nº de formações	CMS; Coração Amarelo Cacém

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Prevenção do Isolamento e da Solidão

Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Sensibilização da sociedade para as questões do envelhecimento, pela promoção da imagem positiva do sénior	Prevenir e combater o isolamento social	Promover convívios intergeracionais de partilha	58) 1 encontro intergeracional nas escolas/celebração do dia dos avós	Nº de encontros	Ser Alternativa; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; JFAMM; Ass. Criagente; UF S.João das Lampas e Terrugem; CSRI de Albarraque; ARPI Abrunheira; GNR
			59) 1 recomendação para se integrar no Plano Pedagógico das escolas uma dinâmica intergeracional abrangendo as respostas locais para seniores (ex. recordar tradições, partilha de histórias de vida...)	Nº de recomendações	CMS; Ferrinhos, Montelavar; Urpitma, S. José Vila Verde; Ass. Criagente; GNR
			60) 5 projetos intergeracionais	Nº de projetos intergeracionais	CMS; URPIITMA; CSPAMM; Os Avós; Fundação Cardeal Cerejeira; YouthCoop; Ass. Criagente; ARPI Abrunheira; GNR
			61) 1 encontro intergeracional concelhio	Nº de encontros concelhios	CMS; URPIITMA; CSPAMM; ACTIS; Sabuguenses, Ferrinhos; Montelavar; Vila Verde; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; Ass. Criagente; GNR
			62) 750 pessoas (adultos e crianças) participam em encontros entre associações de idosos e Jardins de Infância da rede solidária (Idade Mais)	Nº de participantes	CMS
		Reforçar o papel do comércio local na identificação e encaminhamento de situações de isolamento e maus tratos	63) Implementar o Projeto Comércio Sempre Alerta nas freguesias urbanas	Nº de freguesias	CMS; UFQB; JFAMM; GNR
			64) 1 ação de sensibilização por Freguesia para os comerciantes	Nº de ações por freguesia	UFQB; AKF; PSP; JFAMM; ARPI Abrunheira; GNR
			65) Implementação do Projeto “Take a seat” em 1 freguesia	Nº de freguesias com projeto implementado	UFQB;
			66) Implementar o projeto Condomínio Solidário nas freguesias urbanas	Nº de freguesias	CMS; UF Agualva Mira Sintra; GNR

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



		Fortalecer as redes de vizinhança/ amizade	67) 1 encontro comunitário	Nº de encontros	Sabugueensae; CSPAMM; Coração Amarelo Cacém; CVP Cacém; Simples Partilha
			68) 1 concurso de decoração da rua (nomeadamente nos bairros de habitação camarária)	Nº de concursos	CMS; (Projetos ESCOLHAS); Sabugueenses; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; JFAMM; UF Agualva Mira Sintra
Criação de oportunidades de inclusão e de participação em sociedade		Fomentar a participação social e cívica	69) 1 fórum sénior por Freguesia, 2 fóruns municipais com pelo menos 100 seniores em ambos os eventos. (Idade Mais nº2)	Nº de fóruns por freguesia	AKF e CMS; Sagrada Familia; UFQB; CVP; JFAMM
		Reforçar sinergias de forma a facilitar o acesso às respostas pelos seniores	70) Criação de 1 modelo de sinalização contínua que garanta respostas integradas a seniores isolados (com procedimentos, materiais de apoio aos sinalizadores inclusive comerciantes) - em articulação com a Prevenção da Violência/Maus-Tratos Idosos: modelo de proteção para o sénior	Nº de modelos	UFQB; Ferrinhos; Assoc. Coração Amarelo Cacém; PSP; SOLAMI; CVP; JFAMM; UF Agualva Mira Sintra; GNR
			71) Implementação do projeto Rede Mais Ativa	Nº de projetos implementados Nº de organizações envolvidas	AKF, CMS; Sabugueenses; UNIQUE
		Promover e diversificar atividades adequadas aos interesses e necessidades dos seniores	72) 10.000 participações na resposta do projeto Dias da Idade (Idade Mais)	Nº de pessoas Nº participações	CMS;
			73) 2 atividades lúdicas (lazer, culturais, artísticas) por Freguesia por ano	Nº de atividades por freguesia	AKF; ACTIS; UNIQUE;CSPAMM; UFQB; Bispinhos e Ferrinhos; Morelena; Coração Amarelo Cacém, U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; Os Avós; JFAMM; Simples Partilha
			74) 2 respostas de acompanhamento/ companhia a seniores isolados	Nº de respostas	ACES (UCC Albus Petra); ACTIS; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; JFAMM; GNR
		75) 550 pessoas com +55 anos experimentam atividades realizadas pelas universidades (Idade Mais)	Nº de pessoas	CMS e Universidades Seniores	

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Prevenção Violência/ Maus tratos dos Idosos

(Articulação com o Plano Municipal para a Igualdade, Cidadania e Promoção da Dignidade Humana)

Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Prevenção e intervenção na área da violência/maus-tratos às pessoas idosas	Sensibilização e informação sobre violência contra pessoas idosas	*Prevenir, sensibilizar, aumentar o conhecimento e intervir relativamente aos fenómenos da violência contra pessoas idosas.	76) 1 censo sénior anual	Nº de censos seniores por ano	GNR; PSP + JFAMM; UF Agualva Mira Sintra
			77) 2 ações por freguesia por ano para dar a conhecer os direitos dos idosos (ex: Quedas, burlas, tipos de violência, etc...)	Nº de ações por freguesia por ano	PSP, JF AMM; RAIM; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; JF Casal de Cambra; Centro Social Paroquial de Santa Marta do Casal de Cambra; UF Agualva Mira Sintra; GNR
			78) Avaliação da eventual reativação da Comissão Restrita de discussão de casos de idosos da RIVS e/ou criação de 1 modelo de proteção para o sénior; canal de uma referênciação	Nº de propostas	RIVS; GNR
	Sensibilização e informação de profissionais para a problemática da negligência e maus tratos às pessoas idosas		79) 1 esquema visual para identificarem os diferentes níveis de violência (escada da violência)	Nº de esquemas	Coração Amarelo Cacém; UF Agualva Mira Sintra; GNR
			80) 1 ação de sensibilização para técnicos que intervenham na 1ª linha	Nº de ações	RIVS
			81) 1 fluxograma sobre os procedimentos em caso de negligência e/ou violência sobre os idosos	Nº de fluxogramas	Coração Amarelo Cacém; GNR

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



Condições de Vida (habitação, segurança, transportes, espaços públicos, situação económica)					
Eixo Estratégico	Objetivo Geral	Objetivos específicos	Metas a 5 anos	Indicadores	Entidades Responsáveis
Criação de uma proposta com medidas que contribuam para o aumento de condições de Infraestruturas, habitação, acessibilidades e acesso à informação	Melhorar as condições de Vida dos Seniores	Promover a reavaliação e ativação de programas que apoiem a adequação habitacional	82) 200 agregados familiares beneficiários por ano da Oficina do Idoso	Nº de agregados familiares	CMS;
			83) 1 Levantamento de necessidades/ problemas de habitação complementar ao diagnóstico da Estratégia Municipal de Habitação; 1 Documento orientador com recomendações	Nº de levantamentos	CMS, Coração Amarelo Cacém
			84) Realização de 10 projetos de beneficiação em habitações (em articulação com responsabilidade social das empresas)	Nº de projetos	Coração Amarelo Cacém
		Melhor adequação dos transportes públicos às necessidades, interesses e limitações da população sénior	85) 1 Levantamento de necessidades/problemas ao nível dos transportes, com especial enfoque no meio rural	Nº de levantamentos	Montelavar; Ferrinhos; Morelena, U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar
			86) 1 Documento orientador com recomendações (Plano Mobilidade Urbana Sustentável?)	Nº de documentos	
			Aumentar o acesso à informação e torna-la mais perceptível	87) 10 formações em literacia digital (possibilidade intergeracional de jovens para seniores)	Nº de formações
Adequação de espaços públicos e de lazer	Aumentar e requalificar os espaços públicos e de lazer	88) Criação de 1 documento com recomendações sobre acessibilidades para todos	Nº de documentos criados	S. José Vila Verde;	
		89) 1 proposta de recomendação para a sinalética vertical associada aos idosos que tenha uma imagem do idoso mais positiva	Nº de propostas		
Sensibilização para a adequação das medidas de apoio económico	Aumentar alternativas que reforcem o orçamento	Criar/ reforçar medidas que apoiem o aumento do orçamento familiar	90) Proposta de reformulação: 1 formação para 50 técnicos, para divulgação dos apoios/respostas existentes e critérios de acesso pelos idosos.	Nº de participantes Nº de formações Nº de documentos	Ferrinhos;

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável



	familiar e o acesso a bens e serviços		91) 1 Documento com recomendações sobre a atribuição de apoios sociais (critérios para dar resposta a necessidades a descoberto)	Nº de levantamentos	S. José de Vila Verde
			92) 1 documento com propostas de serviços/ apoios a criar para a população sénior (não considerar o valor mínimo, encontrar um valor médio)	Nº de documentos com propostas	
			93) Bolsa de produtos de apoio (ajudas técnicas) ajustada às necessidades e com gestão regular e atualizada por um ator	Nº de atores envolvidos na gestão da bolsa	CMS ; CVP
Sensibilização de medidas que facilitem o acesso a bens e serviços e à poupança		Criar rede de comerciantes e serviços que facilitem o acesso ao comércio e serviços no concelho	94) Criação de uma unidade móvel para facilitar o acesso a compras e a serviços sobretudo no meio rural	Nº de respostas criadas	
			95) Aumento em 10% da cobertura do Cartão Sintra D'Ouro	% de aumento	CMS
			96) Pelo menos 1 iniciativa no município em que o comércio experimenta uma prática age-friendly no seu estabelecimento	Nº de iniciativas no município	AKF; RAIM;
	Divulgar estratégias de poupança	97) Desenvolvimento de ações de sensibilização financeira com pelo menos 15 IPSS	Nº de ações de sensibilização		
			98) 1 guia de poupança com dicas e recursos/ informação para seniores e ativos	Nº de guias	
Sensibilização para a preparação decorrente da entrada na reforma	Aumentar a capacidade de preparação para a transição para a reforma	Sensibilizar para a criação de ferramentas que contribuam para a transição para a reforma e medidas de poupança	99) Ação de sensibilização com 5 empresas para a preparação da transição para a reforma com os seus colaboradores, incluindo a questão financeira e projeto de transição/relação do colaborador com a empresa	Nº de ações de sensibilização Nº de empresas envolvidas	
			100) Ação de sensibilização/estimulação do voluntariado sénior	Nº de ações de sensibilização	Coração Amarelo Cacém; Casa de Saúde do Telhal; CSRI de Albarraque
Aumento da proximidade das forças de segurança com a comunidade	Reforçar o sentimento de segurança dos residentes	Promover o contacto dos seniores com entidades policiais.	101) Criação e distribuição de autocolantes com contactos telefónicos chave, abrangendo 55% dos seniores do concelho	% de seniores do concelho abrangido	PSP; UFQB; GNR
			102) 1 ação por freguesia por ano com foco na segurança dos idosos	Nº de ações por freguesias	UFQB; Montelavar; U.F. Almargem do Bispo, Pêro Pinheiro e Montelavar; JF Casal de Cambra; UF Agualva Mira Sintra; GNR

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo 2019 – 2023

Idade Mais – Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo e Saudável

