



PLANO DE AÇÃO

CONCELHO DE PAMPILHOSA DA SERRA

2026



REDE SOCIAL
Pampilhosa da Serra



PAMPILHOSA
da SERRA
CÂMARA MUNICIPAL

EIXO 1- EDUCAÇÃO	PROBLEMAS IDENTIFICADOS: • Fraco envolvimento parental nas atividades educativas; • Dificuldade em visualizar oportunidades futuras de emprego no território; • Falta de projetos integrados, coordenados com as medidas de apoio para crianças e jovens; • Oferta insuficiente de cursos de língua não materna para estrangeiros, dificultando a integração linguística e social; • Escassa informação e orientação para alunos que abandonam o sistema educativo à procura de outras opções de formação ou integração profissional; • Fraca participação cívica dos jovens na comunidade.
-----------------------------	---

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Promover o desenvolvimento integral e inclusivo das crianças e jovens, melhorando a sua autoestima, as expectativas escolares e profissionais, e a participação cívica, através da implementação de medidas coordenadas e integradas de apoio educativo e social.	Dar a conhecer áreas e percursos profissionais, apoiando os alunos nas suas escolhas profissionais.	Promover ações de orientação profissional e vocacional; Organizar feiras de educação e emprego.	Nº ações de formação Nº visitas a feiras da educação	Aumentar em 20% as expectativas educacionais e profissionais dos participantes.	AEEPS-GAAF/SPO	Município APEEPS
	Envolver os pais/encarregados de educação nas decisões dos educandos.	Ações de informação/sensibilização dirigidas aos pais/encarregados de educação. Promover encontros de pais (espaços de partilha e experiências parentais)	Nº ações Nº encontros Nº participantes	Garantir que 90% dos pais recebam informações sobre os eventos.	AEEPS-GAAF/SPO	Município APEEPS
		Divulgação regular de iniciativas escolares e comunitárias	Nº de divulgações realizadas	Garantir que 90% pais/encarregados de educação recebem informação atempada sobre as iniciativas	Plataformas digitais Espaços físicos para encontros	CPCJ CLDS 5G

	Melhorar a coordenação e integração das medidas de apoio para crianças e jovens.	Promover a colaboração entre os diversos projetos.	Nº reuniões Nº avaliações Nº ações corretivas	Realizar 2 reuniões interinstitucionais por ano para discutir a coordenação e a integração das medidas de apoio.	Município AEEPS SNIPI CPCJPS	Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva CIM-RC-Projeto Realiza-te GAAF/SPO SNIPI
	Promover a oferta de cursos de língua não materna para estrangeiros.	Dar continuidade à oferta de cursos de língua portuguesa para estrangeiros; Promover atividades culturais e interculturais; Envolvimento da comunidade educativa no processo de integração.	Nº cursos desenvolvidos Nº participantes Nº atividades desenvolvidas Avaliação do impacto e da satisfação	Assegurar que, pelo menos, 50% dos participantes considerem que as ações tiveram um impacto positivo na aprendizagem da língua não materna e na integração social.	AEEPS Município	IEFP CLDS 5G
	Melhorar a informação e orientação para alunos que abandonam o sistema educativo.	Atendimento individualizado /ofertas de formação e opções de integração profissional; Elaboração de guia de alternativas formativas.	Nº atendimentos Nº de guias produzidos e divulgados Nº de encaminhamentos efetuados	Desenvolver e disponibilizar um guia abrangente sobre alternativas de formação e opções de integração profissional	AEEPS - GAAF/SPO	Município CLDS 5G GIP IEFP
	Estimular a participação cívica dos jovens na comunidade. Estimular a	Projetos de cidadania ativa Envolvimento em iniciativas comunitárias	Grau de envolvimento dos alunos	Garantir que 70% dos jovens participantes integrem, pelo	Materiais pedagógicos Espaços comunitários	Associações juvenis Projetos comunitários

	participação cívica dos jovens na comunidade.			menos, uma iniciativa comunitária.		
Promover a saúde mental e emocional ao longo do ciclo de vida	Reforçar competências emocionais e prevenir problemas psicológicos com impacto futuro no envelhecimento	Ateliers e sessões de intervenção emocional e comportamental	Nº de crianças avaliadas; Nº de sessões realizadas	Avaliar 55 crianças	Psicólogo; Técnicos especializados; Materiais pedagógicos	SCMPS; ASSDZ; Município; Agrupamentos de Escolas

**EIXO 2-
EMPREGO,
FORMAÇÃO
PROFISSIONAL**

- Elevado nº de desempregados de longa duração;
- Regista-se uma baixa taxa de escolarização da população em idade ativa;
- Falta de competências e perfil para o mercado de trabalho;
- Baixa escolaridade da população desempregada;
- Dificuldade em encontrar respostas de emprego para imigrantes, compatíveis com o seu grau académico;
- Inexistência de medidas ou programas específicos, para os migrantes, de forma a incentivar o empreendedorismo;
- Elevado nº de jovens dos 18-30 anos sem carta de condução (dificuldade de deslocação para o local de trabalho);
- Tecido empresarial de dimensão reduzida;
- Desigualdades de género e dificuldades em conciliar vida profissional com vida familiar.

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Capacitar a população com competências pessoais, sociais e formativas potenciando níveis de empregabilidade e cidadania.	Aumentar competências pessoais, sociais e profissionais.	Dinamizar ações de apoio à procura de emprego e desenvolvimento da atitude empreendedora; Organizar sessões de esclarecimento e divulgação das medidas ativas de emprego; Organizar sessões de informação sobre apoios para a criação do próprio emprego; Aumentar o acesso a informação sobre	N.º total desempregados acompanhados N.º sessões de acompanhamento N.º de participantes nas sessões	Apoiar, pelo menos, 20 desempregados; Realizar 8 sessões de esclarecimento e divulgação; Realizar 12 sessões de acompanhamento/informação aos desempregados.	GIP	IEFP CLDS 5G

		ações de qualificação escolar e profissional em articulação com a Rede de Centros Qualifica;				
Adequar os apoios e incentivos ao emprego para melhor atender às necessidades do tecido empresarial local	Criar e ajustar programas de apoio e incentivos que respondam de forma eficaz às necessidades específicas das empresas locais.	Colaborar com entidades locais e regionais para melhorar a implementação dos apoios e promover uma abordagem mais integrada e eficaz.	Nº de programas criados; Nº de empresas beneficiadas pelos novos programas.	Assegurar que pelo menos 50% das empresas locais beneficiem os programas	Município	IEFP GIP Empresas locais
Facilitar a integração socioprofissional de grupos vulneráveis	Apoiar na integração socioprofissional de grupos vulneráveis.	Criar a figura do "Gestor do Migrante" responsável por manter o diagnóstico da população migrante atualizado, identificar as suas necessidades específicas e apoiar todo o processo de acolhimento e integração, atuando como ponto de contacto entre estes e as diversas instituições;	Nº cidadãos migrantes apoiados N.º encontros multiculturais.	Apoiar, pelo menos, 20 migrantes; Realizar 4 encontros multiculturais, com periodicidade anual.	CLDS 5G	IEFP GIP Pontos+ Município

		Promover encontros multiculturais.				
Incentivar a práticas inclusivas e equitativas que assegurem oportunidades iguais e respeitem a diversidade de género em todas as esferas profissionais.	Sensibilizar para a importância da igualdade de género no local de trabalho.	Promover ações de sensibilização em igualdade de género.	Nº ações de formação	Realizar, pelo menos, uma ação de sensibilização em igualdade de género.	EIVL	Município- Entidade externa Empresas e outras entidades locais

EIXO 3- SAÚDE E HABITAÇÃO

PROBLEMAS IDENTIFICADOS:

- Dificuldade de acesso a ajudas técnicas da Segurança Social devido ao processo moroso e burocrático;
- Falta de médicos (medicina familiar e outras especialidades) e de auxiliares de diagnóstico no Centro de Saúde de Pampilhosa da Serra;
- Distância a percorrer para aceder a unidades de saúde e terapêutica;
- Diminuição do acompanhamento ao nível de saúde mental por falta de psicólogo no Centro de Saúde;
- Plano Municipal de Saúde em fase de construção;
- Inexistência de alojamento temporário para situações emergentes;
- Existência de situações sociais sem habitação condigna.

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Garantir o acesso a respostas adequadas e promover a literacia em saúde na população.	Simplificar e agilizar o processo de acesso a ajudas técnicas.	Facilitar o acesso a produtos de apoio (ajudas técnicas) por parte das pessoas com deficiência, incapacidade ou em situação de dependência.	N.º bens disponibilizados no âmbito do Banco de Recursos (serviço do Município)	Reduzir o tempo médio de espera para menos de 30 dias até ao final de 2028.	Fundação Dr. José Fernando Nunes Barata	Município Juntas de Freguesia
	Assegurar o transporte adequado e pontual dos utentes a consultas e tratamentos programados.	Continuar a apoiar os utentes no transporte a consultas e tratamentos programados.	Nº transportes efetuados Nº utentes	Dar resposta a 90% das solicitações.	Município BVPS ULS Coimbra	Rede Social
	Garantir a continuidade e expansão das consultas de saúde psicológica	Dar continuidade às consultas de saúde mental.	N.º utentes em consultas de psicologia e psiquiatria	Dar resposta a, pelo menos, 60% das sinalizações.	Município Equipa de Saúde Mental Comunitária (CHUC)	Rede Social

	no Município, visando melhorar o bem-estar mental dos residentes.				AEEPS (SPO)	
	Aumentar a literacia em saúde através da implementação contínua de ações de formação, informação e sensibilização.	Dar continuidade à dinamização de ações de informação sensibilização para a literacia em saúde; Ações de educação para a saúde dirigida aos alunos e discentes visando a adoção de comportamentos saudáveis (educação oral, nutrição, educação sexual,...)	N.º ações/sensibilização de saúde primária Nº participantes	Convidar, pelo menos, um especialista/profissional de saúde, ao ano, para ministrar palestras/sessões interativas.	Município UOISSCEA AEEPS (PES) CSPS	Entidades Externas
	Articulação direta com os serviços de Saúde da Comunidade, ULS de Coimbra e Associações ligadas à Saúde.	Desenvolver e implementar projetos de saúde conjunta/organizar sessões de formação/campanhas de conscientização comunitária sobre a saúde.	Nº projetos/ações de informação/campanhas de sensibilização	Desenvolver, pelo menos, uma ação/projeto ao ano.	Município UOISSCEA AEEPS (PES) CSPS	Entidades Externas
Promover o acesso à habitação condigna para toda a população.	Implementar as medidas contempladas na Estratégia Local de Habitação (EMH).	Dar continuidade às obras de reforma e construção de habitações ao abrigo da EMH	N.º pedidos de apoio para habitação N.º pessoas acompanhadas pela ação social com necessidade de intervenção	Ter em 2028, pelo menos, 90% das habitações sinalizadas com intervenção concluída.	Município IHRU, IP	Rede Social

EIXO 4- RESPOSTAS SOCIAIS-IPSS	PROBLEMAS IDENTIFICADOS: • Edifícios com necessidade de requalificação; • Edifícios com potencialidade para criar novas resposta sociais; • Qualificação dos Serviços de Apoio a Idosos; • Inexistência do diagnóstico do perfil dos utentes institucionalizados nas IPSS; • Inexistência de um centro de atividades ocupacionais para jovens portadores de deficiência; • Sustentabilidade financeira
---	--

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Aumento da Capacidade de Resposta dos Equipamentos Sociais, no âmbito do Apoio a Idosos	Requalificação de edifícios existentes	Candidaturas a Programas e/ou Projetos	N.º de programas/projetos de financiamento N.º obras de requalificação realizadas	Fazer o levantamento dos edifícios a requalificar.	IPSS's concelhias	Município Segurança Social Juntas de Freguesia Programas governamentais
	Aumentar a qualificação dos Serviços de Apoio a Idosos.	Inserir em formação profissional 20% da população que exerce a sua atividade nesta valência.	N.º de formações ministradas N.º de inscrições e participação efetiva em cada formação	Aumento da qualidade dos cuidados prestados à população idosa.	IPSS's concelhias	Rede Social Entidades de Formação externas
	Estabelecer um diagnóstico detalhado do perfil dos utentes	Criar um sistema de monitorização contínuo	Nº IPSS que realizaram o diagnóstico;	Implementação do diagnóstico em pelo menos 50% das IPSS		Município IPSS's concelhias

	institucionalizados nas IPSS para melhorar a personalização e a qualidade dos serviços oferecidos.		Número de Utentes Diagnosticados			
	Criação de um serviço de apoio aos jovens portadores de deficiência, finda a sua frequência escolar de ocupação de tempos livres.	Criação de um equipamento social (CACI), ocupação de tempos livres para jovens portadores de deficiência.	N.º de jovens portadores de deficiência identificados Tipo de necessidades específicas levantadas N.º de famílias interessadas no equipamento de apoio N.º de locais potencialmente adequados identificados	Desenvolver parcerias com a ARCIL e o IEFP	Município	Rede Social ARCIL IEFP

EIXO 5- PESSOAS, FAMÍLIAS OU GRUPOS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE E SOCIAL	PROBLEMAS IDENTIFICADOS: • Elevado nº de atendimentos pelo Gabinete de Ação Social de famílias em situação de risco de pobreza e exclusão social; • Elevado nº de beneficiários do Rendimento Social de Inserção e desempregados de longa duração; • Falta de competências sociais/pessoais/profissionais de pessoas beneficiárias de RSI; • Existência de pessoas/famílias em situação de vulnerabilidade social.
--	--

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Assegurar a continuidade e a qualidade do atendimento individualizado do GAS, proporcionando suporte eficaz e mediação entre os munícipes/famílias e os serviços disponíveis.	Manter um atendimento individualizado para cada munícipe/família, com acompanhamento regular e adaptado às suas necessidades específicas.	Estabelecer e manter parcerias com os serviços e recursos comunitários para facilitar a mediação e o acesso destes.	Número de munícipes/famílias atendidos .	Garantir que todos os munícipes/famílias recebam atendimento individualizado; Obter uma taxa de satisfação de pelo menos 80% dos munícipes/famílias.	Município - GAS	Juntas de Freguesia
Implementar um sistema integrado de georreferenciação social de âmbito municipal que identifique pessoas,	Articulação com os agentes locais para identificação de pessoas, famílias e grupos, em situação de vulnerabilidade social.	Referenciação de pessoas, famílias ou grupos em situação de vulnerabilidade Social.	N.º de referenciações/ano registadas no sistema integrado de georreferenciação.	Registar na base de dados interna as sinalizações e encaminhamento de pessoas/famílias/grupo em situação	Radar Social	Comunidade Município Entidades público/privadas INE ISS

famílias e grupos, em situação de vulnerabilidade social e/ou em risco de pobreza e exclusão social.				de vulnerabilidade social Registar na Plataforma integrada do ISS todos os dados relativos à georreferenciação/i identificação de pessoas/famílias/grupo em situação de vulnerabilidade social		CLDS 5G 6 em Rede Radar Social Pontos+
	Realizar o diagnóstico da pessoa/família/grupo referenciada; Proceder à georreferenciação das pessoas/famílias/grupos diagnosticados.	Realizar visitas domiciliárias, com vista à recolha de dados para elaborar a caracterização social, económica e familiar; Recolha de consentimento para a intervenção; Análise dos motivos da referenciação e avaliação do arquivamento ou não do processo;	N.º visitas N.º encerramentos N.º contactos telefónicos N.º atendimentos	Acompanhar e avaliar 100% das referenciações; Registar 100% dos dados recolhidos, nas visitas domiciliárias, na base de dados.	Radar Social	Comunidade Município Rede Social Entidades público/ privadas INE ISS CLDS-5G 6 em Rede Pontos+

		Registo na base de dados.				
	Prestar informação/orientação da pessoa/família/grupo, assegurando o seu encaminhamento para a rede dos serviços de atendimento e acompanhamento social ou dos parceiros da Rede Social.	Encaminhar/orientar/informar as pessoas/famílias/grupos para os serviços de proximidade com o intuito de ultrapassar a situação de vulnerabilidade; Procurar soluções individualizadas para os problemas das pessoas/famílias/grupos em situação de pobreza e exclusão social, de acordo com os serviços de intervenção social existentes; Acompanhar e avaliar as referências.	N.º de encaminhamentos Nº de pessoas/famílias/grupos intervencionados (por tipologia idade/sexo) N.º de encaminhamentos para intervenção social emergencial de processos N.º contactos telefónicos	Assegurar que 100% das pessoas ou famílias sejam esclarecidas, informadas e orientadas para os serviços de atendimento social e/ou parceiros da Rede Social, e cujo projeto de vida/encaminhamento não seja superior a 10 dias; Registar 100% dos dados recolhidos, nas visitas domiciliárias, na base de dados.	Radar Social	Comunidade Município Rede Social Entidades público/privadas INE ISS CLDS-5G 6 em Rede Pontos+
	Articular e concertar entre os vários programas e projetos concelhios;	Articular com os vários serviços/entidades, no sentido de dar resposta às	N.º de referências com intervenção social emergencial concluída	Capacitar respostas e otimizar recursos; Distribuir o folheto informativo pelas 8	Radar Social	Comunidade Município Rede Social Entidades público/

	Implementar uma agenda regular de reuniões de partilha de informação para garantir que as equipas estejam atualizadas e alinhadas.	referenciações que careçam de uma intervenção social emergencial; Criar canais de comunicação/plano com as entidades locais para disponibilizarem recursos cujas respostas às referenciações careçam de intervenção social emergencial; Elaborar e distribuir folhetos informativos, no sentido de divulgar o projeto Radar Social;	N.º de reuniões com os parceiros Nº parceiros presentes N.º de respostas N.º de folhetos distribuídos	freguesias do Concelho; Ter 90% das entidades concelhias presentes nas reuniões.		privadas INE ISS CLDS 5G 6 em Rede Pontos+
	Atualização dos instrumentos estratégicos	Atualização do Diagnóstico Social/Plano Desenvolvimento Social /Plano de Ação	Diagnóstico Social 2024 - 2028 Plano de Desenvolvimento Social 2024 - 2028 Plano de Ação do Radar Social - 2024	Ter até agosto 2024, Diagnóstico Social/ Plano Desenvolvimento Social e Plano de Ação atualizados	Radar Social	CMPS Rede Social IPSS INE ISS CIM-RC
	Melhorar a capacidade	Aferição e	Nº avaliações	Realizar 100% das	Município-	Comunidade

	de intervenção social junto de pessoas/grupos/famílias em situação de vulnerabilidade social e/ou em situação de emergencial social; Aferir as referências efetuadas para o Radar Social, procedendo à avaliação social e sociofamiliar;	avaliação das referências; Realização de avaliações sociais e sociofamiliares; Desenvolvimento e implementação de Planos de Intervenção personalizados; Acompanhamento e devolução de resultados.	realizadas Nº acompanhamentos realizados Nº apoios cedidos/tipo de apoio	avaliações para casos referenciados em 6 meses; Implementar 90% dos planos de intervenção dentro de 1 mês após o desenvolvimento.	Gabinete de Ação Social	Rede Social Entidades público/privadas INE ISS CLDS 5G 6 em Rede Pontos+ Radar Social
--	--	---	---	---	-------------------------	--

**EIXO 6 –
IDOSOS EM
CONTEXTO DE
RISCO SOCIAL**

- Isolamento social e geográfico;
- Fraca rede de contactos pessoais e sociais e solidão;
- Dificuldade na mobilidade/acesso aos serviços;
- Fraca participação cívica;
- Atividades poucos regulares, devido à dispersão geográfica, ao grande nº de idosos e ao reduzido n.º de técnicos especializados na área do envelhecimento;
- Elevado n.º idosos com rendimentos insuficientes (pensão de velhice/sobrevivência).
- Inexistência de um diagnóstico com dados concretos sobre a situação de isolamento, solidão e vulnerabilidade social da população idosa;
- Elevado número de cuidadores informais, com 60 ou mais anos, sem formação especializada e com fraca/nenhuma rede de apoio.

OBJETIVO GERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	ESTRATÉGIAS	INDICADORES	METAS	RECURSOS	PARCEIROS
Intervir junto da população idosa em situação de vulnerabilidade social.	Realizar um levantamento do n.º de pessoas, com 60 ou mais anos, no concelho e respetiva avaliação de risco de vulnerabilidade social; Identificar as respostas sociais ativas e/ou encaminhar para respostas sociais existentes no concelho/região.	Criar a figura do "Gestor 60+" com os seguintes objetivos: criar uma base de dados da população idosa do concelho e respetiva identificar as respostas sociais ativas e/ou encaminhar para respostas sociais existentes no concelho/região.	N.º pessoas idosas N.º encaminhamentos	Alcançar, pelo menos, 1000 pessoas idosas; Criar uma base de dados da população idosa do concelho e respetiva avaliação de risco de vulnerabilidade social.	CLDS 5G	Município Radar Social Juntas de Freguesia Pontos+ GNR UCSP da Pampilhosa da Serra Equipa de Saúde Mental Comunitária (CHUC) IPSS's concelhias

	Estabelecer a articulação entre os decisores e a população idosa, promovendo a sua integração, proteção, envelhecimento ativo e a participação cívica.	Envolver e auscultar pessoas idosas e pessoas com deficiência em grupos de reflexão, por sede de freguesia; Constituir um Conselho Consultivo do Envelhecimento.	N.º pessoas idosas N.º pessoas com deficiência N.º de sessões de auscultação	Envolver 80 pessoas idosas e 5 pessoas com deficiência nos grupos de reflexão; Envolver 16 pessoas idosas no Conselho Consultivo do Envelhecimento; Criar as condições necessárias para a implementação de um Conselho Municipal Sénior.	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia Coletividades locais
	Promover a cultura, a história e a tradição local.	Envolver pessoas idosas, de aldeias com 10 ou menos habitantes, na recolha de tradições, histórias de vida, lengalengas, canções, “mezinhas”, artes e ofícios; Proporcionar momentos de estimulação cognitiva com recurso à leitura e à escrita; Realizar um	N.º pessoas idosas N.º de episódios no <i>podcast</i>	Envolver 30 pessoas idosas; Realizar 20 episódios no <i>podcast</i> .	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia Rádio Sénior da SCMPS Biblioteca Municipal Museu Municipal Jornal Serras da Pampilhosa Grupos etnográficos locais Coletividades

		podcast e um documentário.				
	Dar continuidade às atividades do Programa Conversas de avós	Proporcionar momentos de estimulação cognitiva e física visando melhorar a saúde mental e o bem-estar dos idosos. Capacitar para a literacia na saúde e para a literacia digital.	Nº de sessões de movimento/exercício físico; Nº de sessões de estimulação cognitiva; N.º de sessões de literacia para a saúde; N.º de sessões de literacia digital.	Aumentar em 10% a participação nas atividades do Programa	Município	Rede Social Outras Entidades Externas
	Disseminar o programa comunitário "Conversas de Avós" existente no concelho às aldeias com 10 ou menos habitantes, que necessitam de uma intervenção mais próxima e individualizada.	Proporcionar momentos de estimulação cognitiva e física visando melhorar a saúde mental e o bem-estar dos idosos residentes em aldeias com 10 ou menos habitantes; Capacitar para a literacia na saúde e para a literacia digital.	Nº de sessões de movimento/exercício físico; Nº de sessões de estimulação cognitiva; N.º de sessões de literacia para a saúde; N.º de sessões de literacia digital.	Realizar 50 sessões de estimulação cognitiva; Realizar 50 sessões de movimento/exercício físico; Realizar 20 sessões de literacia para a saúde; Realizar 20 sessões de	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia Literacia para a Segurança dos Cuidados de Saúde de Enfermagem (CHUC)

				literacia digital.		
	Replicar a "Eira da Brincadeira" que está implementada no 1.º CEB do Agrupamento de Escolas Escalada, para o contexto sénior das aldeias, promovendo a partilha de saberes e brincadeira entre crianças e pessoas mais velhas.	Promover a cidadania, através da participação cívica e conjunta das pessoas idosas, na definição democrática das atividades a desenvolver nas aldeias; Promover atividades intergeracionais com a "Eira da Brincadeira Sénior".	N.º de participantes na Eira da Brincadeira Sénior; Taxa de satisfação dos/as participantes.	Envolver 80 pessoas idosas na Eira da Brincadeira Sénior e obter uma taxa de satisfação de 80%; Obter a autonomia de uma Eira da Brincadeira Sénior no fim do projeto.	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia Coletividades
	Desenvolver atividades de aproximação entre as freguesias do concelho num reforço da identidade local e da coesão social.	Dinamizar atividades socioculturais e interativas, em encontros entre os residentes das diferentes freguesias do concelho, através de passeios no concelho e no país.	N.º de passeios Taxa de satisfação dos/as participantes	Realizar 16 visitas no concelho e 4 visitas no país, envolver 200 pessoas idosas e obter uma taxa de satisfação de 80%.	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia Coletividades Grupos Etnográficos locais
	Proporcionar respostas individualizadas visando a informação e	Criar a figura do "Gestor do Cuidador" com os	Nº de cuidadores informais apoiados	Apoiar 30 cuidadores informais,	CLDS 5G	Município Juntas de Freguesia

	o bem-estar dos cuidadores informais.	seguintes objetivos: atualizar a listagem dos cuidadores informais, por freguesia; proporcionar-lhes respostas individualizadas, visando a mediação com os serviços públicos; Dotar os cuidadores informais de conhecimentos e competências que lhes permitam melhorar a prestação de cuidados; Divulgar o Estatuto do Cuidador Informal e o Descanso do Cuidador.	N.º de sessões de sensibilização aos cuidadores informais	realizar 30 sessões de sensibilização e obter uma taxa de satisfação de 80%.		Pontos+ UCSP da Pampilhosa da Serra Centro de Competências para o Envelhecimento Ativo Equipa de Saúde Mental Comunitária (CHUC)
	Reduzir o isolamento social, promover o envelhecimento ativo e o bem-estar psicológico	Oficinas de memória e leitura; atividades ao ar livre; aromaterapia; terapia domiciliária em aromaterapia	Nº de avaliações realizadas; Nº de participantes elegíveis; Nº de sessões realizadas	Realizar 80 avaliações; envolver 80 pessoas idosas até abril de 2026	Psicóloga; Gerontóloga; Materiais de estimulação cognitiva; Produtos de	Projeto “Natura 60+”-SCMPS; Município; IPSS concelhias; Juntas de Freguesia

					aromaterapia; Espaços naturais e comunitários	
	Melhorar o acesso a cuidados de saúde de proximidade e prevenir a doença	– Rastreios de saúde; monitorização de parâmetros clínicos; ações de sensibilização para estilos de vida saudáveis	Nº acompanhados; Nº de rastreios realizados; Nº de ações de sensibilização de beneficiários Nº acompanhados; Nº de rastreios realizados; Nº de ações de sensibilização de beneficiários	Abranger 175 pessoas idosas não institucionalizadas	Enfermeira; Fisioterapeuta; Nutricionista; Gerontóloga; Dentista; Podologista	Projeto “Viver Bem Até aos 100” -ASSSDZ; SCM Pampilhosa da Serra; Município; Juntas de Freguesia; Radar Social
Promover o bem-estar social, a alimentação saudável e a participação comunitária	Combater a solidão e valorizar o património gastronómico local	Cozinha pedagógica e social; oficinas de alimentação; showcookings; hortas solidárias; eventos gastronómicos	Nº de oficinas realizadas; Nº de participantes; Nº de eventos gastronómicos	Criar 3 postos de trabalho; realizar oficinas regulares e eventos trimestrais	Cozinheira; Nutricionista ; Técnico de marketing e comunicação; Espaço cozinha pedagógica	Projeto “Filhó Espichada e Companhia”- SCMPs; ASSDZ; Município; comunidade local , restaurantes sociais