



PLANO DE AÇÃO CLDS 5G

Lousã +Social

Candidatura Pessoas-FSE+ - 01563900

2025 – 2029



Índice

Enquadramento.....	3
1 - Resumo do projeto.....	4
2 - Descrição do Projeto	5
3 - Localização da candidatura (freguesias abrangidas)	7
4 - Diagnóstico de necessidades: Identificação das principais problemáticas	9
5- Objetivos Gerais.....	11
6 - Objetivos específicos	11
7 - Eixos de Intervenção e Ações:	12
8 - Indicadores de realização, execução e de Resultado esperados por atividade N.º Destinatários	18
9 - Metodologia de acompanhamento	20
10 - Enquadramento da candidatura ¹⁷	20
10.1 - Adequação à estratégia (política pública).....	20
10.2 - Impacto da operação (O PA adequa-se ao DS e PDS)	22
10.3 - Sustentabilidade das ações (avalia a sustentabilidade das ações preconizadas no PA no território)	24
10.4 - Capacidade de execução	25
7.5 - Qualidade da Operação (avalia a existência de uma abordagem integrada, complementaridade e sinergias no plano de ação).....	25
10.6 - Igualdade de género/oportunidades	26
10.7 - Condições ambientais (reutilização, contratação ambientalmente responsável)	26
11 - Plano de Comunicação da Operação	28
11.1. Introdução	28
11.2. Públicos-alvo	28
11.3. Objetivos do Plano:	28
11.4. Estratégias e meios de comunicação	29
11.5 -Divulgação dos financiadores	29
12 - Equipa Técnica	30
13 -ANEXOS	32
Anexo 1 – Plano de Ação – esquematizado	33
Anexo 2 – Cronograma Físico	38
Anexo 3 – Orçamento- mapa geral	40

Enquadramento

O programa Contratos Locais de Desenvolvimento Social de 5ª Geração (CLDS 5G) pretende reforçar as políticas de inclusão social e combate à pobreza em Portugal, encarando o território como uma dimensão essencial para a sua concretização. A intervenção é operacionalizada junto dos grupos populacionais que evidenciam fragilidades mais significativas, promovendo a mudança a partir dos fatores de vulnerabilidade previamente identificados.

Nos termos do n.º 1 do art.º 2 da portaria nº 428/2023 de 12 de dezembro, foi publicado o despacho nº 514/2024 de 18/01/2024, o qual determina que o concelho de Lousã é elegível no âmbito do programa CLDS 5G.

Neste seguimento, nos termos do n.º 3 do Artigo 2.º da Portaria n.º 428/2023, de 12 de dezembro foi deliberado em reunião de Câmara, do dia 1 de abril de 2024, que a Câmara Municipal da Lousã se constituiria como Entidade Coordenadora Local da Parceria (ECLP) e Entidade Local Executora das Ações (ELEA) e a ACTIVAR (Associação de Cooperação da Lousã) como Entidade Local Executora das Ações (ELEA), com a qual é celebrado um Protocolo de Parceria. Este tem como objetivo garantir o envolvimento concertado e a consolidação de sinergias das duas entidades na concretização da operação. Foi também designada a Coordenadora Técnica do CLDS 5G Lousã + Social, Sara Alexandra Cortês dos Santos Antunes, no âmbito do n.º 3 do artigo 14º da Portaria n.º 428/2023, de 12 de dezembro, tendo em conta as normas e procedimentos do próprio programa, uma vez que a designada possui formação superior adequada e relevante para a função – Licenciatura e Mestrado em Serviço Social, com vários anos de experiência profissional em diversas áreas sociais, possui competências de gestão e de trabalho de equipa e experiência na coordenação e na dinamização de parcerias, tendo exercido funções de coordenação no âmbito do CLDS 4G Lousã Activa no Concelho da Lousã, desenvolvido entre 2020 e 2023.

O presente Plano de Ação surge no seguimento desta intenção do município em se candidatar ao programa CLDS 5G, gerido pelo Instituto da Segurança Social, I.P. e financiado no âmbito do Programa Pessoas 2030 na área temática Demografia, Qualificações e Inclusão.

1 - Resumo do projeto

O projeto Lousã +Social enquadra-se no CLDS 5G, tem como principal objetivo a promoção da coesão social no território da Lousã e é fortemente marcado por uma intervenção de proximidade com as pessoas beneficiárias da intervenção.

O seu Plano de Ação contempla dois eixos de intervenção, abrangendo sete ações e nove atividades. A intervenção no terreno constitui um instrumento de combate à exclusão social caracteriza-se pela proximidade e dimensão em rede, congregando os agentes e os recursos locais.

O Plano de Ação foi desenhado tendo em conta o enquadramento das orientações estratégicas subjacentes ao conjunto de políticas locais e o Plano de Desenvolvimento Social (PDS) do concelho da Lousã, que se constitui como um instrumento de grande relevância para o desenvolvimento social local e para a melhoria das condições de vida dos/das cidadãos/ãs e famílias deste concelho.

As atividades serão executadas pela Câmara Municipal da Lousã, enquanto entidade coordenadora e executora da parceria, e pela Activar - Associação de Cooperação da Lousã, no papel de entidade executora.

Project summary

The Lousã +Social project is part of the CLDS 5G. Its main objective is to promote social cohesion in the territory of Lousã and it is strongly marked by a proximity intervention with the people who benefit from the intervention.

Its Action Plan includes two axes of intervention, covering seven actions and nine activities. The field intervention is an instrument to combat social exclusion and is characterized by its proximity and network dimension, bringing together local agents and resources.

The Action Plan was designed taking into account the framework of the strategic guidelines underlying the set of local policies and the Social Development Plan from the municipality of Lousã, which constitutes an instrument of great relevance for local social development and improvement of the living conditions of citizens and families in this municipality.

The activities will be carried out by the Municipality of Lousã, as the coordinating and executing entity of the partnership, and by Activar - Lousã Cooperário Association, in the role of executing entity.

2 - Descrição do Projeto

O CLDS 5ª Geração da Lousã – Lousã +Social constitui-se como um instrumento de combate à exclusão social e foi desenhado com a participação dos parceiros locais. Caracteriza-se por uma intervenção de proximidade, concertada com outras intervenções, e tem como principal objetivo aumentar os níveis de coesão social do concelho.

Pretende promover o desenvolvimento social, a capacitação comunitária e a intervenção em contextos de emergência social e de cenários de exceção, vivenciados por agregados familiares ou grupos com baixos rendimentos em situação de pobreza ou vulnerabilidade. Com ações preferencialmente dirigidas ao combate à pobreza, pretende reforçar as políticas de inclusão social em Portugal, encarando o território local como uma dimensão essencial para a sua concretização, concentrando as intervenções nos grupos populacionais que evidenciam fragilidades mais significativas.

É com uma visão holística que almejamos que o projeto contribua para a concretização dos objetivos e para a mudança social. Tendo isto em mente, pretende-se que a intervenção no terreno constitua um instrumento de combate à exclusão social e seja caracterizada pela proximidade e realização em rede, congregando os agentes e os recursos locais, no fundo, abrangendo todos os stakeholders da comunidade.

5

Este projeto considera a dimensão da perspetiva de género nas políticas gerais relacionadas com a sua intervenção, dado que o Plano Municipal para a Igualdade e a Não Discriminação é um dos documentos que suportam a candidatura. A adoção de uma atitude equitativa, trazendo para a operação uma adequada perspetiva de género, será uma preocupação efetiva de forma a promover condições para uma participação socioeconómica e sociofamiliar igualitária.

A utilização de uma linguagem inclusiva, a preocupação em não direcionar as ações para um público muito específico (apenas para homens ou apenas para mulheres, p.e.) e a análise profunda das ações a constar da operação, para que sejam o mais integradoras e equitativas possível, são algumas das ferramentas a utilizar. Assenta na visão da emancipação, no empoderamento de todas as pessoas e na aposta na participação e cidadania ativa.

A candidatura “Lousã +Social” enquadra-se nas orientações estratégicas subjacentes ao vasto conjunto de políticas locais do Plano de Desenvolvimento Social (PDS) do concelho da Lousã, que constitui um

instrumento de grande relevância para o desenvolvimento social local e para a melhoria das condições de vida das pessoas e famílias deste concelho. Simultaneamente, houve a preocupação de atualizar o Diagnóstico Social (DS) de forma a perceber quais os resultados das políticas locais constantes do PDS nos

últimos anos e identificar quais as novas problemáticas e desafios a que urge dar resposta, sendo o CLDS 5G uma das ferramentas para a sua concretização.

O Plano de Ação foi elaborado tendo como ponto de partida os instrumentos de planeamento do Conselho Local de Ação Social (CLAS), Diagnóstico Social, Plano de Desenvolvimento Social, onde se encontram as novas problemáticas e desafios que se vivem no território. Apesar de se tratar de uma intervenção ao nível local, também foram tidos em conta outros instrumentos, tais como a Estratégia Nacional de Combate à Pobreza 2021-2030.

O projeto “Lousã +Social” congrega um total de nove atividades inseridas em seis ações do eixo 4 e uma ação do eixo 3. As ações foram selecionadas de acordo com a realidade social sendo as que melhor respondem às problemáticas identificadas. As atividades foram desenhadas de forma colaborativa, com a participação e contributos dos diferentes parceiros locais.

As atividades serão executadas pela Câmara Municipal da Lousã, enquanto entidade coordenadora e executora da parceria, e pela Activar - Associação de Cooperação da Lousã, no papel de entidade executora. A execução pode ser assumida por uma das entidades, ou em colaboração, tendo por base o perfil de cada uma das entidades e as especificidades de cada uma das ações. Apesar desta organização, sempre que necessário as atividades podem ser organizadas em estreita parceria com partilha de recursos. Está ainda prevista a contratação de recursos externos para o apoio pontual de algumas ações e sempre que a equipa técnica não possua as competências necessárias à sua execução.

6

3 - Localização da candidatura (freguesias abrangidas)

A intervenção será implementada nas quatro freguesias do concelho da Lousã, tendo em conta que as problemáticas identificadas no diagnóstico social são transversais a todo o território e que as pessoas beneficiárias das ações se distribuem por todas as freguesias. O território da Lousã tem vindo a perder habitantes, à semelhança de outros territórios do país localizados nas regiões do interior. Atualmente conta com 17006 habitantes, de acordo com os censos de 2021, sendo a distribuição a que se apresenta na tabela seguinte.

TABELA 1. VARIAÇÃO DA POPULAÇÃO RESIDENTE NO CONCELHO DA LOUSÃ, POR FREGUESIA, 2011-2021

Freguesias	2021	2011	Variação %
Lousã e Vilarinho	12 921	13 056	-1,0
Serpins	1 711	1 802	-5,0
Gândaras	1 111	1 308	-15,1
Foz de Arouce e Casal de Ermio	1 263	1 438	-12,2
TOTAL	17 006	17 604	-3,4

Fonte: Diagnóstico Social do Concelho da Lousã 2024

Nota: com a alteração administrativa do território nacional, a partir de outubro de 2025 o concelho da Lousã passará a ter 5 freguesias e não 4 como se verifica atualmente.

4 - Diagnóstico de necessidades: Identificação das principais problemáticas

A Rede Social, na elaboração dos instrumentos de diagnóstico e Plano de Desenvolvimento Social, identificou um conjunto de necessidades de intervenção, assim como as ações que devem ser implementadas por forma a mitigar aspetos mais negativos na vida das pessoas e da comunidade. Destas, a intervenção do CLDS Lousã +Social irá incidir nas que a seguir se identificam.

7

- Negligência parental e exposição a comportamentos que comprometem o bem-estar e desenvolvimento das crianças e dos jovens;
- Deficit das competências parentais;
- Violência doméstica e a disputa pelas responsabilidades parentais;
- Doença mental e dependência;
- Fraca participação das famílias no processo educativo;
- Tempo familiar reduzido, em que a criança está mais do que 70% do seu tempo diário na escola e em atividades extra letivas;
- Aumento de crianças e jovens com problemas do foro depressivo, comportamentos antissociais e dificuldades de integração socioescolar;
- Indisciplina e comportamentos delinquentes;
- Fracas competências pessoais e sociais dos jovens na construção dos seus projetos de vida;
- Insuficiência de oportunidades de emprego para grupos socialmente vulneráveis;
- Agregados familiares em situação de vulnerabilidade por motivos de desemprego, subemprego, saúde, dificuldades de integração, inexistência de projeto de vida;

- Persistência do círculo vicioso da pobreza em determinadas famílias, associado a problemas de doenças mentais, poucos hábitos de trabalho, conflitos relacionais;
- Pouca oportunidade de integração profissional efetiva dos grupos vulneráveis;
- Baixos níveis de educação e formação das pessoas em situação de pobreza e de exclusão social;
- Prevalência das situações de violência de género na intimidade;
- Falta de autoestima e labilidade emocional das vítimas de violências domésticas;
- Dependência económica e emocional da vítima de VD relativamente ao/à agressor/a;
- Violência associada a problemas de doença mental e comportamentos aditivos;
- Insuficiência de serviços de apoio na área da doença mental e demência;
- Comportamentos aditivos: consumos excessivos de bebidas alcoólicas e substâncias (tabaco); toxicodependência (psicóticos, medicamentos depressivos, drogas químicas, crack e dependência do jogo on-line);
- Jovens com sintomatologias depressivas;
- Prevalência da desigualdade de género na violência doméstica e no namoro;
- Estilos de vida sedentários e pouca participação dos idosos na comunidade;
- Pouca participação dos idosos em atividades socialmente úteis;
- Aumento do número de idosos em situação de isolamento familiar e social
- Desfiliação familiar;
- Sinais de violência doméstica contra idosos em especial mulheres, muitas vezes camuflado;
- Aumento do Índice de envelhecimento - grau de dependência aumenta, doenças degenerativas a nível físico e mental;
- Insuficiência de serviços de apoio na área da doença mental e demência;
- Instituições viradas para si próprias - frágil relação entre as entidades no que respeita à criação de estratégias de intervenção comuns de emergência social;
- Dificuldades de integração sociocomunitária e profissional da comunidade imigrante;
- Capacidade reduzida dos serviços para responder às necessidades e integração dos imigrantes (aumento do número de imigrantes);

→ Falta de resposta imediata em situações de emergência social

5- Objetivos Gerais

O projeto “Lousã +Social” contempla uma matriz comum de objetivos que vão ao encontro dos próprios objetivos e das medidas da Estratégia Nacional de Combate à Pobreza, centrados na promoção da inclusão social de grupos populacionais que revelam maiores níveis de fragilidade social no território da Lousã.

Neste sentido, os objetivos gerais do projeto são:

1. Promover a inclusão social dos grupos em situação de maior vulnerabilidade social;
2. Aumentar os níveis de participação na comunidade, nomeadamente dos grupos com maior défice participativo;
3. Consolidar a coesão social do território;
4. Fortalecer o trabalho em rede no seio do Conselho Local de Ação Social.

6 - Objetivos específicos

- Capacitar os/as beneficiários/as para a literacia digital, utilizando novas metodologias de intervenção junto das famílias, para promoção da sua autonomia;
- Aumentar a participação dos/as beneficiários/as no processo socioeducativo dos/as seus/suas filhos/as;
- Promover a inclusão social das pessoas em situação de extrema vulnerabilidade, promovendo a ativação dos seus direitos, em articulação com outras entidades da Rede Social e da sociedade civil;
- Desenvolver as competências pessoais e sociais de pessoas com dificuldade de integração;
- Aproximar os serviços públicos à população;
- Educar para a saúde através da promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis;
- Facilitar o acesso a atividades culturais valorizando a participação ativa dos/as destinatários/as;
- Promover a autoestima e as relações sociais positivas;
- Promover os valores da cooperação, solidariedade e respeito;
- Estimular a partilha cultural, o sentimento de pertença e as relações de proximidade nas pequenas

comunidades;

- Auscultar e estimular as pessoas destinatárias, no sentido de elas próprias participarem na busca de soluções enquanto agentes de mudança;
- Implementar uma estratégia de intervenção de âmbito local, numa lógica multissetorial e multinível;
- Identificar soluções mais adequadas à diversidade e especificidades das situações de pobreza e exclusão social local;
- Promover o trabalho em rede de forma a garantir a adequada articulação, bem como a continuidade do acompanhamento das pessoas e famílias no seu percurso de inserção social;
- Articular de forma integrada as respostas à população em situações de emergência ou crise;
- Aumentar a consciência coletiva através de ações de informação e formação e outras iniciativas;
- Sensibilizar a comunidade para os cuidados a ter em situação de isolamento ou solidão, prevenindo, nomeadamente, a ocorrência de burlas, roubos, abusos e violência;
- Promover o convívio de forma a combater o individualismo, o isolamento e a indiferença;
- Promover a multiculturalidade e a integração comunitária;
- Promover o envelhecimento ativo;
- Promover a igualdade de acesso das pessoas que integrem agregados familiares em situação de vulnerabilidade a serviços essenciais de qualidade respeitantes a cuidados de saúde, alimentação, habitação condigna e apoio social integrado.

7 - Eixos de Intervenção e Ações:

O território da Lousã integra reconfigurações sociodemográficas acentuadas, pelo que foi considerado o 10 seguinte eixo de intervenção como obrigatório:

- Eixo 4: Desenvolvimento social, capacitação comunitária e intervenção em contextos de emergência social e de cenários de exceção.

Para além da intervenção preconizada no âmbito do eixo IV, será desenvolvido ainda outro eixo de intervenção, como forma de dar continuidade ao trabalho desenvolvido com os idosos vulneráveis do concelho na geração anterior do programa e que foi considerado uma boa prática.

- Eixo 3: Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade

As 6 ações obrigatórias, selecionadas de entre os dois eixos de intervenção, são as seguintes:

- **Eixo 4:** a) Promoção da Igualdade de acesso das pessoas que integrem agregados familiares em situação de vulnerabilidade a serviços essenciais de qualidade respeitantes a cuidados de saúde, alimentação, habitação condigna e apoio social integrado;

b) Dinamização de ações que promovam a integração dos agregados familiares mais vulneráveis na comunidade, nomeadamente através da sua participação em atividades culturais, recreativas, desportivas e de educação para uma igualdade e cidadania plenas;

e) Ações de divulgação e informação aos cidadãos mais vulneráveis, sobre os seus direitos e deveres e promoção do seu associativismo, participação e intervenção cívica;

f) Promoção de uma intervenção social em contextos de emergência, em articulação interinstitucional e multinível, junto de grupos de migrantes em situação de extrema vulnerabilidade ou outros que requeiram apoio e intervenções de carácter imediato;

g) Colaboração na promoção da inclusão social das famílias em situação de extrema vulnerabilidade, nomeadamente promovendo a ativação dos seus direitos, em articulação com outras entidades da Rede Social e da Sociedade Civil;

i) Promoção de ações de informação e formação e outras iniciativas que visem uma melhor consciência coletiva dos contextos de emergência social;

- **Eixo 3:** g) Desenvolvimento de atividades itinerantes, de aproximação aos territórios e locais mais isolados, as quais se podem revestir carácter informativo, cultural e de animação, entre outros.

O Plano de Ação é composto por seis ações obrigatórias do eixo 4 e uma ação não obrigatória do eixo 3, totalizando nove atividades:

Eixo	Ação	Descrição das Atividades	Caracterização dos Destinatários
4	a) Promoção da Igualdade de acesso das pessoas que integrem agregados familiares em situação de vulnerabilidade a serviços essenciais de qualidade respeitantes a cuidados de saúde, alimentação, habitação condigna e apoio social integrado;	1 – Serviços para tod@s Apoio para as famílias em situação de vulnerabilidade no acesso a plataformas digitais da área da educação, finanças, segurança social e de apoio a candidaturas no âmbito da habitação, nomeadamente Fundo Ambiental; 1º direito, dinamizar ações de capacitação/sensibilização em diversas áreas;	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos potencialmente vulneráveis • Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social • Migrantes • Minorias étnicas • Seniores
	b) Dinamização de ações que promovam integração dos agregados familiares mais vulneráveis na comunidade, nomeadamente através da sua participação em atividades culturais, recreativas, desportivas e de educação para uma igualdade e cidadania plenas;	2 – Cultural (Mente) Acesso à cultura (visitas culturais a vários locais e espetáculos no país); Teatro fórum com os beneficiários; Biblioteca humana; Dinamização das aldeias e lugares com iniciativas culturais. 3 – Lousã – Terra de Emoções Ações de promoção da saúde física e mental (workshops, ações de sensibilização, exposições, semanas temáticas); Acesso a atividades que promovam estilos de vida saudável.	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos potencialmente vulneráveis • Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social • Migrantes • Minorias étnicas • Seniores

	<p>e) Ações de divulgação e informação aos cidadãos mais vulneráveis, sobre os seus direitos e deveres, e promoção do seu associativismo, participação e intervenção cívica;</p>	<p>4 – Mais Cidadania</p> <p>Divulgação e dinamização da "Festa dos vizinhos" realizada nas ruas/bairros da vila e nas aldeias; Constituição de Assembleias Comunitárias; Criação do prémio municipal de voluntariado; Capacitação para a governança/liderança (testemunhos, empresas e líderes); Mostra social/associativa no contexto do dia do associativismo; Semana Municipal da Igualdade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos potencialmente vulneráveis • Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social • Migrantes • Minorias étnicas • Seniores
	<p>f) Promoção de uma intervenção social em contextos de emergência, em articulação interinstitucional e multinível, junto de grupos de migrantes em situação de extrema vulnerabilidade ou outros que requeiram</p>	<p>5 – Reativar Laços</p> <p>Reativação da associação de estrangeiros: através da dinamização de diversas atividades recreativas e culturais de forma a promover a coesão do grupo como a Festa da multiculturalidade e Encontros de Natal e dia do Migrante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos potencialmente vulneráveis • Migrantes • Pessoas em situação de

apoio e intervenções de caráter imediato;	6 – ELI – Estratégia Local de Intervenção Delinear a estratégia local de intervenção multinível em emergência social, nomeadamente no direito a habitação condigna; Ações de capacitação em competências básicas para a gestão familiar ao nível da higiene habitacional.	vulnerabilidade económica e social
g) Colaboração na promoção da inclusão social das famílias em situação de extrema vulnerabilidade, nomeadamente promovendo a ativação dos seus direitos, em articulação com outras entidades da Rede Social e da Sociedade Civil;	7 – De braço dado Co-construção de projeto de vida de capacitação familiar a curto e médio prazo, com o destinatário, em estreita articulação com a rede social e a sociedade civil, ao nível da gestão orçamental e doméstica.	<ul style="list-style-type: none"> • Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social
i) Promoção de ações de informação e formação e outras iniciativas que visem uma melhor consciência coletiva dos contextos de emergência social;	8 – Consciência para o risco Ações de capacitação para as pessoas sobre os riscos inerentes aos diferentes contextos de calamidades e/ou situações de risco: realização de ações descentralizadas sobre diversas temáticas (incêndios, inundações, roubos e burlas, como atuar em caso de incêndio, etc.) e simulacros práticos.	<ul style="list-style-type: none"> • Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social • Grupos potencialmente vulneráveis • Seniores

3	g) Desenvolvimento de atividades itinerantes, de aproximação aos territórios e locais mais isolados, as quais se podem revestir de carácter informativo, cultural, de animação, entre outros.	9 – ACTIVAR o Envelhecimento Contatos regulares com as pessoas seniores em situação de isolamento social e/ou geográfico e organização de atividades de promoção do envelhecimento ativo numa perspetiva de interação comunitária.	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos potencialmente vulneráveis • Seniores
---	---	--	---

8 - Indicadores de realização, execução e de Resultado esperados por atividade | N.º Destinatários

Eixo	Atividade	Metas/Indicadores de Realização	Indicadores de execução	Indicadores de Resultado	Nº Destinatários a alcançar
4	1 – Serviços para tod@s	Realizar uma ação anual de capacitação das famílias para a literacia digital Realizar 20 atendimentos individuais, por ano, de apoio ao acesso as diversas plataformas	N.º de pessoas atendidas individualmente N.º de ações de capacitação	<ul style="list-style-type: none"> 90% realizado 	80
	2 – Cultural (Mente)	Realizar 7 ações culturais de proximidade	N.º destinatários que participam nas atividades N.º atividades desenvolvidas	<ul style="list-style-type: none"> 90% realizado 	100
	3 – Lousã – Terra de Emoções	Realizar 7 ações de promoção da saúde física e mental e estilos de vida saudável	N.º ações de promoção da saúde física, mental e estilos de vida saudável realizadas N.º destinatários que participam nas ações	<ul style="list-style-type: none"> 90% realizado 	50
	4 – Mais Cidadania	Realizar 7 ações de divulgação e informação aos cidadãos mais vulneráveis, sobre os seus direitos e deveres, e promoção do seu associativismo, participação e intervenção cívica	N.º de ações N.º destinatários N.º de campanhas realizadas N.º de Assembleias comunitárias constituídas N.º de pessoas envolvidas na organização das festividades locais	<ul style="list-style-type: none"> 90% realizado 	25

**Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social
2025/2029**

	5 – Reativar Laços	Realizar 5 ações culturais e associativas de integração de migrantes	N.º de migrantes envolvidos N.º atividades desenvolvidas	• 90% realizado	15
	6 – ELI – Estratégia Local de Intervenção	Realizar no primeiro ano de intervenção, um 1 Plano de Emergência Social para uma Habitação condigna Realizar um total de 10 ações de capacitação em competências básicas para a gestão familiar (higiene do lar)	N.º de entidades envolvidas na estratégia de intervenção social N.º de protocolos N.º de pessoas acompanhadas	• 90% realizado	10
	7 – De braço dado	Realizar duas ações anuais, de grupo, de capacitação das famílias para a gestão orçamental e doméstica Desenhar 5 projetos de vida individual, por ano, de capacitação dos beneficiários ao nível da gestão orçamental e doméstica	N.º famílias vulneráveis N.º projetos realizados N.º parceiros envolvidos	• 90% realizado	20
	8 – Consciência para o risco	Realizar 7 ações de sensibilização e informação sobre prevenção de comportamentos de risco e Implementação de medidas de autoproteção	N.º ações de sensibilização e informação N.º participantes	• 90% realizado	40
3	9 – ACTIVAR o Envelhecimento	Realizar pelo menos uma visita aos destinatários, todas as semanas (50 por ano) Realizar uma atividade recreativa e cultural por ano (dia do Idoso) Realizar um almoço convívio todos os anos (Natal)	N.º seniores N.º visitas e contatos N.º ações realizadas	90% realizado	50
Total de destinatários					390

9 - Metodologia de acompanhamento

O projeto CLDS “Lousã +Social” integra-se nas políticas de intervenção social ao nível local, sendo o CLAS a entidade responsável pela análise e aprovação dos documentos orientadores. O Plano de Ação foi aprovado por este órgão e será também a este órgão que serão apresentados os relatórios semestral e anual da operação, respeitando as orientações que constam da portaria 428/2023. Neste caso, a entidade que preside ao CLAS assume também a coordenação do projeto, o que facilita e otimiza a integração dos assuntos referentes à operação na ordem de trabalhos das reuniões deste órgão. Para além de tudo o que já foi mencionado, este órgão deve apresentar ações de melhoria, se as houver, como forma de melhorar o trabalho junto das/os beneficiárias/os.

Do ponto de vista da parceria entre as duas entidades, a monitorização será assegurada através de reuniões regulares de planeamento e implementação, quer pela equipa técnica que será constituída para o projeto, quer pelos responsáveis pelas duas entidades que acompanharão os trabalhos.

10 - Enquadramento da candidatura

17

10.1 - Adequação à estratégia (política pública)

O projeto “Lousã +Social” contribui de forma efetiva, e de acordo com a sua capacidade e dimensão, para a prossecução dos eixos estratégicos da **Estratégia Nacional de Combate à Pobreza 2021/2030**.

De forma mais objetiva, considera-se que se integra nos seguintes eixos:

EIXO ESTRATÉGICO 1: REDUZIR A POBREZA NAS CRIANÇAS E JOVENS E NAS SUAS FAMÍLIAS, nomeadamente no objetivo estratégico 1.1. Garantir o acesso a bens e serviços básicos. Podemos identificar que o projeto concorre para o objetivo 1.1.1.5. na medida em que contribui para a melhoria das respostas sociais nas comunidades locais, serviços de ação social; para o objetivo 1.1.1., na medida em que reforça os apoios às práticas de articulação entre as equipas de segurança social e as equipas multidisciplinares das escolas, na capacitação de alunos e suas famílias para uma inclusão bem-sucedida, autónoma e participativa; para o objetivo 1.1.2.3, na medida em que pretende intervir, de forma preventiva, sobre comportamentos aditivos e as dependências de crianças e jovens; no objetivo 1.2.3., na medida em que pretende promover programas de desenvolvimento de competências parentais e de parentalidade positiva; para o objetivo 1.3.3., na medida em que promove uma cidadania ativa e responsável, valorizando estilos de vida sustentáveis e a diversidade humana e cultural, rejeitando todas as formas de discriminação e de exclusão social.

EIXO ESTRATÉGICO 2: PROMOVER A INTEGRAÇÃO PLENA DOS JOVENS ADULTOS NA SOCIEDADE E A REDUÇÃO SISTÉMICA DO SEU RISCO DE POBREZA, nomeadamente para o Objetivo Estratégico 2.1.8., na medida em que pretende contribuir para a capacitação dos jovens em situação de maior vulnerabilidade, incluindo por via da promoção de ações de saúde mental, bem-estar e estilos de vida ativos, que experienciam situações de desintegração, desesperança e descrença em si e na sociedade; para o objetivo 2.1.13., na medida em que pretende incentivar o exercício de cidadania plena dos jovens em situação de pobreza, para a melhoria da comunidade onde estão inseridos, envolvendo-os nos processos de decisão.

EIXO ESTRATÉGICO 4 — REFORÇAR AS POLÍTICAS PÚBLICAS DE INCLUSÃO SOCIAL, PROMOVER E MELHORAR A INTEGRAÇÃO SOCIETAL E A PROTEÇÃO SOCIAL DE PESSOAS E GRUPOS MAIS DESFAVORECIDOS, contribuindo, de forma complementar, para o objetivo 4.3.2. (Assegurar o acesso a soluções de alojamento de emergência ou de transição, tendo em vista a proteção e inclusão), na medida em que a entidade coordenadora integra o programa da Bolsa Nacional de Alojamentos Urgente e Temporários; para o objetivo 4.3., na medida em que irá contribuir para a garantia de acesso das populações mais vulneráveis aos serviços públicos ou apoiados/regulados pelo sistema de proteção social; para o objetivo 4.3.7., na medida em que reconhece a pessoa em risco de exclusão social como sujeito de direitos; para o objetivo 4.3.8, na medida em que pretende assegurar o acesso das populações mais vulneráveis aos serviços públicos com particular atenção aos territórios de menor densidade e públicos com menor literacia digital.

EIXO ESTRATÉGICO 5 — ASSEGURAR A COESÃO TERRITORIAL E O DESENVOLVIMENTO LOCAL, contribuindo para o objetivo 5.1., na medida em que reforça a cooperação entre todos os atores da sociedade como premissa para o desenvolvimento económico e social; para o objetivo 5.1.3., na medida em que toda a intervenção assenta na lógica do trabalho em rede, com o objetivo de inovar os sistemas de governança territoriais; para o objetivo 5.1.4., na medida em que o trabalho em parceria fortalece a Rede Social, através de sinalização e de reforço do acompanhamento social de proximidade através de equipas multidisciplinares; para o objetivo 5.2., na medida pretende contribuir para a redução dos fatores de maior vulnerabilidade, potenciados pelas características territoriais; para o objetivo 5.2.1., na medida em que pretende assegurar o acesso de todos os cidadãos aos serviços públicos, com a mesma qualidade e proximidade; para o objetivo 5.2.2., na medida em que promove a proximidade e o acesso a medidas de apoio social, através do desenvolvimento do processo de descentralização de competências no âmbito da ação social.

EIXO ESTRATÉGICO 6 — FAZER DO COMBATE À POBREZA UM DESÍGNIO NACIONAL: O CLDS, enquanto instrumento de combate à exclusão social, e a Câmara Municipal, no seu papel de promotor da coesão

social local, assim como todos os parceiros envolvidos, assumem como um dos seus desígnios o combate à pobreza e pretendem alcançar uma nova visão para erradicar a pobreza, que se constitui como uma das principais causas da exclusão social.

Apesar do “Lousã+Social” não ter como objetivo principal a intervenção no envelhecimento ativo, por sugestão do ISS, e tendo em conta a intervenção na anterior geração dos CLDS, integra uma atividade no eixo 3 - Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade, concretamente na ação g) “desenvolvimento de atividades itinerantes nos territórios mais isolados”.

Esta intervenção concorre para a concretização da Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017 – 2025, nomeadamente para o objetivo específico e), que pretende apoiar o desenvolvimento de iniciativas e práticas que visem a promoção do bem-estar e segurança das pessoas idosas.

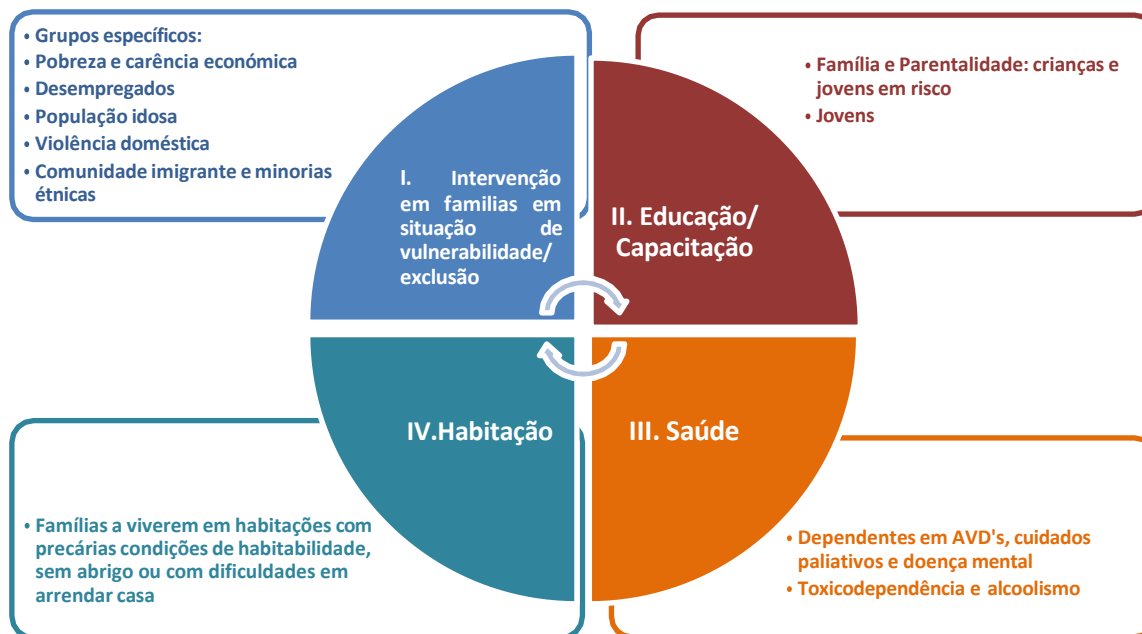
10.2 - Impacto da operação (O PA adequa-se ao DS e PDS)

O Plano de ação do CLDS 5G Lousã teve em conta os instrumentos de Diagnóstico Social e Plano de Desenvolvimento Social, que assumem um papel chave na Rede Social do território e permitem uma leitura interpretativa da situação social a partir da sistematização e tratamento das informações quantitativas e documentais recolhidas, onde são elencadas e fundamentadas as prioridades de intervenção para o concelho com o objetivo de mitigar a exclusão social e a pobreza.

O PDS está organizado em duas dimensões: 1.ª) Coesão e desenvolvimento social; 2.ª) Capacitação da comunidade e das instituições. Cada uma destas dimensões está subdividida em 4 eixos de intervenção como podemos verificar nos esquemas abaixo apresentados.

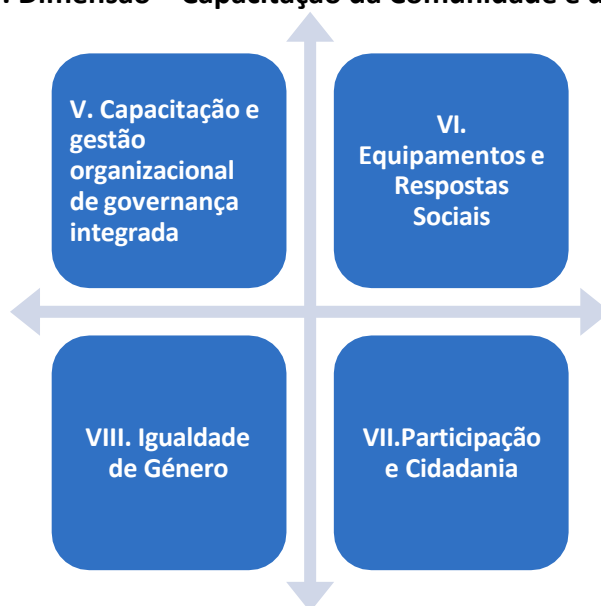
19

Figura 1 – 1ª. Dimensão - Coesão e Desenvolvimento Social



Fonte: Plano de Desenvolvimento Social do Concelho da Lousã 2024-2030

Figura 2 – 2ª. Dimensão – Capacitação da Comunidade e das Instituições



Fonte: Plano de Desenvolvimento Social do Concelho da Lousã 2024-2030

O projeto “Lousã +Social” intervém em alguns dos eixos do plano, em ambas as dimensões, e complementa e é complementado por outras ações e projetos em desenvolvimento no território.

A atividade 1) “*Serviços para tod@s*” integra-se no eixo 1, da 1.ª dimensão; a atividade 2) “*Cultural(mente)*” integra-se na 1.ª dimensão e é transversal aos quatro eixos; a atividade 3) “*Lousã – Terra de emoções*” integra-se no eixo 3, da 1.ª dimensão; a atividade 4) “*Mais cidadania*” integra-se nos eixos 7 e 8, da 2.ª dimensão; a atividade 5) “*Reativar laços*” integra-se no eixo 1, da 1.ª dimensão; a atividade 6) “*ELI - Estratégia local de intervenção*” integra-se no eixo 1, da 1.ª dimensão, e eixo 5, da 2.ª dimensão; a atividade 7) “*De braço dado*” integra-se no eixo 1, da 1.ª dimensão; a atividade 8) “*Consciência para o risco*”, integra-se no eixo 1, da 1.ª dimensão e a atividade 9) “*Activar o envelhecimento*” integra-se no eixo 1 da 1.ª dimensão. De facto, é fundamental ter uma visão holística das problemáticas e dos territórios e definir intervenções igualmente holísticas.

Apesar de existir sempre margem de melhoria na intervenção social, o território da Lousã tem trilhado um caminho de fortalecimento de parcerias, tendo como meta a coesão social e o desenvolvimento comunitário.

A atualização do diagnóstico e o desenho do plano de desenvolvimento social foram trabalhados quase em paralelo com o desenho da intervenção do contrato local de desenvolvimento social. Por esta razão, a integração das ações do projeto “Lousã +Social” foram conseguidas de forma muito natural e em sintonia com as restantes intervenções. Ao longo dos próximos quatro anos será, naturalmente, necessário proceder à atualização das problemáticas e, eventualmente, ajustar algumas das metodologias e estratégias previstas no plano de ação inicial.

21

10.3 - Sustentabilidade das ações (avalia a sustentabilidade das ações preconizadas no PA no território)

O facto de a ECPL ser a Câmara Municipal contribui para que a sustentabilidade das ações inscritas no Plano de Ação possam ter continuidade do território. Por outro lado, poderemos abordar a sustentabilidade de outra perspetiva, que nos parece até mais interessante e pertinente. O facto de se intervir junto dos grupos vulneráveis com vista a sua capacitação para as diferentes dimensões da relação e participação na sociedade permite contribuir para a sua autonomia e melhoria da sua qualidade de vida.

Apesar disso, a ECPL garante a continuidade das seguintes ações: Atividade 6) “Estratégia local de intervenção” e 5) “Reativar laços”, no âmbito da ação f) a Atividade 7) “De braço dado”, no âmbito da ação g) e Atividade 8) “Consciência para o risco”, no âmbito da ação i).

10.4 - Capacidade de execução

A entidade coordenadora é a Câmara Municipal da Lousã que, desde logo pela sua natureza, reúne as condições necessárias para assumir esta responsabilidade. Por outro lado, a segunda entidade executora integra o programa CLDS desde a sua 3.ª geração, primeiro enquanto entidade executora e depois no papel de entidade coordenadora e executora, pelo que possui experiência suficiente para garantir a qualidade da intervenção.

Em suma, a Autarquia, enquanto entidade que preside ao Conselho Local de Ação Social, fez sempre um acompanhamento muito próximo da intervenção desenvolvida no âmbito do CLDS desde que este foi implementado no concelho da Lousã. Apesar destas duas entidades assumirem a execução direta da intervenção, contarão com o apoio efetivo de todas as entidades com assento no CLAS, de acordo com a sua área de atuação.

7.5 - Qualidade da Operação (avalia a existência de uma abordagem integrada, complementaridade e sinergias no plano de ação)

O Plano de ação previsto no projeto será implementado em estreita parceria e numa relação de complementaridade com outros projetos e/ou programas a ser intervencionados no território como a seguir demonstramos:

22

1. Projeto 6 em rede, promovido pela Dueceira, que intervém junto de vítimas de violência doméstica. Esta complementaridade será efetivada no âmbito da atividade 4, na ação e); nomeadamente no encaminhamento ou sinalização de vítimas para este programa. Na atividade 5, da ação f) no âmbito da estratégia de desenvolvimento local Dueceira 2030, ao nível da captação/partilha de boas práticas de inclusão e integração sobre a temática das migrações;
2. Programa Radar Social no âmbito da atividade 6, da ação f), constituindo-se como um dos parceiros essenciais para a delineação da estratégia local de intervenção;
3. Programa Escolhas 9G, com o projeto Espaço J, na atividade 1 da ação a), nomeadamente no encaminhamento ou sinalização de famílias que necessitem desta capacitação;
4. Programa Apoio 65, da Guarda Nacional Republicana, na atividade 9, da ação g), do eixo 3, sobretudo na sensibilização e capacitação deste grupo para as questões da insegurança.

10.6 - Igualdade de género/oportunidades

Um dos instrumentos utilizados no diagnóstico da intervenção foi precisamente o Plano Municipal para a Igualdade e Não Discriminação, pelo que os princípios da igualdade de oportunidades entre homens e mulheres foram considerados para a presente intervenção. Dado que este documento prevê o respeito pela igualdade de oportunidades em outras situações, estas foram igualmente tidas em conta, respeitando as especificidades de cada cidadão e cidadã no acesso aos serviços oferecidos pelo Contrato Local de Desenvolvimento Social. Podemos identificar como principais causas desta desigualdade os níveis de escolaridade associados, ou não, a uma baixa literacia digital, problemas económicos e eventuais problemas sociais e de saúde assim como situações de violência doméstica.

Sendo o CLDS um projeto que tem como principal objetivo intervir junto de públicos vulneráveis, o trabalho recairá, sobretudo, nestas causas como forma de promover o desenvolvimento inclusivo.

As Principais ações de promoção da igualdade e não discriminação:

- ✿ Planeamento das atividades em horários compatíveis com a conciliação profissional e familiar;
- ✿ No âmbito da atividade 4, da ação e) estão previstas iniciativas de promoção da igualdade e não discriminação, que terão impacto das restantes atividades do projeto;
- ✿ Garantia da participação de todas as pessoas com incapacidade, física e/ou intelectual, nas atividades do projeto, em estreita parceria com a Provedoria Municipal das Pessoas com Incapacidade.

23

10.7 - Condições ambientais (reutilização, contratação ambientalmente responsável)

As condições ambientais estão presentes na implementação da candidatura, desde logo pelo cariz da entidade coordenadora que é pública, estatuto que exige atualmente o respeito pelos princípios ambientais em todas as dimensões da sua ação. A Lousã é o terceiro município a nível nacional a medir a pegada de carbono dos seus cidadãos, em parceria com a DECO, contribuindo assim para a construção de um ambiente mais saudável e equilibrado. O local que será sede do projeto obedece às exigências ambientais, nomeadamente em relação à eficiência energética nas infraestruturas e/ou equipamentos.

No que concerne à mobilidade sustentável, a entidade coordenadora está em processo de mudança, estando empenhada na aquisição de frota automóvel elétrica.

A Activar, enquanto associação de desenvolvimento local, prevê no seu objeto social o respeito pelos recursos naturais e implementa, na sua gestão diária, os princípios da sustentabilidade ambiental usando todos os recursos de forma cuidada e responsável. Ambas as entidades promovem boas práticas de reutilização em lugar de destruição.

A atividade 8 da ação i), “Consciência para o risco”, aborda precisamente questões que visam mitigar e reduzir os impactos ambientais negativos responsabilizando os beneficiários para atitudes conscientes.

11 - Plano de Comunicação da Operação

11.1. Introdução

Vivemos na era da comunicação digital e online, sendo incontornável não lhe dedicar atenção quando queremos comunicar com um ou vários grupos de uma determinada comunidade.

O projeto “Lousã +Social” é financiado pelo programa Contratos Locais de Desenvolvimento Social e terá a duração de quatro anos.

A Lousã é um concelho do interior do país, com cerca de 17 mil habitantes distribuídos por quatro freguesias: Lousã e Vilarinho, Foz de Arouce e Casal de Ermio, Serpins e Gândaras. É uma comunidade que apresenta algumas fragilidades no que concerne à participação, pelo que as estratégias de comunicação terão de ser muito bem planeadas e concertadas, para que se concretizem os seus objetivos.

11.2. Públicos-alvo

Em primeiro lugar, podemos identificar como principal público-alvo as/os beneficiárias/os diretos da intervenção, que serão identificadas na comunidade e que apresentem vulnerabilidades ao nível social, emocional e/ou económica. Um segundo grupo serão as entidades da comunidade que desenvolvem a sua ação na área social como forma de as envolver nesta intervenção ou, no limite, para que tenham informação objetiva do que está a ser feito no âmbito do projeto. Por último, pretendemos chegar a toda a comunidade, porque apesar de este projeto intervir junto das pessoas vulneráveis da comunidade, pretende-se envolver outros grupos como forma de não contribuir para a estereotipação destas pessoas. Pretendemos que a comunicação seja o mais inclusiva possível e que respeite a dignidade de cada participante na operação.

11.3. Objetivos do Plano:

- ✿ Divulgar os objetivos gerais da intervenção junto da comunidade local;
- ✿ Dar a conhecer as atividades do projeto;
- ✿ Angariar/captar participantes para as atividades do projeto;
- ✿ Divulgar os resultados alcançados com as atividades concretizadas (impacto,...).

11.4. Estratégias e meios de comunicação

A relação direta será uma das ferramentas privilegiadas do trabalho de comunicação, sobretudo no contacto com as/os beneficiárias/os diretos da intervenção. Uma pessoa ou família com um défice de participação na comunidade precisa de muita atenção para que se sinta parte integrante de um projeto com estas características.

Para além deste contacto direto, de porta a porta, serão utilizados outros meios de comunicação como:

- ✿ Reuniões, conferências, seminários de divulgação das ações previstas;
- ✿ Redes sociais (facebook, instagram, whatsapp, messenger, entre outras);
- ✿ Sites institucionais dos parceiros envolvidos na operação como forma de credibilizar a intervenção;
- ✿ Jornais locais e regionais sobretudo na divulgação das iniciativas do projeto e da comunicação de resultados;
- ✿ Criação de suportes visuais para promoção e divulgação do projeto.

Tratando-se de um projeto que será desenvolvido por duas entidades, que são a Câmara Municipal da Lousã e a associação Activar, terá de ser analisada a melhor estratégia de comunicação nas redes sociais. Em reunião de parceria, terá de ser decidido se é mais estratégico e eficaz criar uma página específica do projeto [LOUSÃ +SOCIAL] ou comunicar através dos canais das duas entidades.

25

11.5 -Divulgação dos financiadores

A divulgação dos logotipos dos financiadores do programa será cumprida escrupulosamente, de acordo com as orientações das entidades competentes. De acordo com as obrigações inerentes aos financiamentos, a sede do projeto estará devidamente identificada como tal e com os logotipos dos financiadores.

11.6 -CRONOGRAMA do Plano de Comunicação CRONOGRAMA 2024

AÇÃO	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Vídeo promocional - Criação												
Vídeo Promocional - divulgação												
Notas de Imprensa - divulgação de atividades												
Conferência de imprensa - Apresentação												
Publicações nas redes sociais												

2025-2027

AÇÃO	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Notas de Imprensa divulgação de atividades												
Publicação nas redes sociais												
Notas de Imprensa Divulgação de resultados												
Reuniões da Parceria [CLAS]												

12 – Equipa Técnica

Os técnicos são integrados no projeto em percentagem de tempo, uma vez que são recursos humanos afetos às entidades respetivas, possuem formação superior e experiência no desenvolvimento de trabalho com as populações e todos têm contrato de trabalho por tempo indeterminado, de acordo com a Agenda do Trabalho Digno.

O técnico superior a contratar terá como área de formação – Serviço Social e ficará afeto a 100% ao projeto.

A equipa é composta da seguinte forma:

Equipa Interna					
Nome	Perfil	Beneficiário	Atividades	Tipo de Vínculo	FTE (%)
Sara Antunes	Coordenadora CLDS	Município da Lousã	5, 6, 7, 9	Contrato de trabalho em funções públicas indeterminado	100
Sofia Francisco	Psicóloga	Município da Lousã	3 e 6	Contrato de trabalho em funções públicas indeterminado	50
Susana Ferreira	Técnica Superior Economia	Município da Lousã	5	Contrato de trabalho em funções públicas indeterminado	10
Rita Dias	Animadora socioeducativa	Activar	1, 4, 8	contrato de trabalho por tempo indeterminado	75
Fernanda Vaz	Técnica de intervenção social	Activar	2 e 9	contrato de trabalho por tempo indeterminado	50
a contratar	Assistente Social	Activar	2, 4, 7, 8	contrato de trabalho por tempo indeterminado	100

Equipa Externa					
Nome	Perfil	Beneficiário	Atividades	Tipo de Vínculo	FTE (%)
a contratar	Técnico/a de teatro/actor	Município da Lousã	2	prestação de serviços	100
a contratar	Outros Perfis	Município da Lousã	9	prestação de serviços	100
a contratar	Técnico/a saúde	Município da Lousã	3	prestação de serviços	100
a contratar	Outros Perfis	Município da Lousã	1	prestação de serviços	100

13 -ANEXOS

Anexo 1 – Plano de Ação – esquematizado

Eixo	Ações	Nº atividade	Identificação / Descrição da atividade	Objetivos	Problemáticas a que responde	Indicadores de Realização	Indicadores de Resultado	Indicadores de execução	Destinatários	Data início e fim prevista	Entidade dinamizadora	Parcerias previstas
Eixo 4	a)	1	Promoção da Igualdade de acesso das pessoas que integrem agregados familiares em situação de vulnerabilidade a serviços essenciais de qualidade respeitantes a cuidados de saúde, alimentação, habitação condigna e apoio social integrado									
			<p>Serviços para tod@s</p> <p>Apoio para as famílias em situação de vulnerabilidade no acesso a plataformas digitais da área da educação, finanças, segurança social e de apoio a candidaturas no âmbito da habitação, nomeadamente Fundo Ambiental; 1º direito, dinamizar ações de capacitação/sensibilização em diversas áreas</p>	<p>Capacitar as famílias para a literacia digital</p> <p>Aumentar a participação das famílias no processo socio educativo dos seus filhos</p> <p>Desenvolver ações de competências pessoais e sociais de pessoas com dificuldade de integração</p> <p>Aproximar os serviços públicos à população</p>	<p>Fraca participação das famílias no processo educativo devido a sua situação de vulnerabilidade;</p> <p>Baixos níveis de educação e formação das pessoas em situação de pobreza e de exclusão social;</p>	<p>Realizar duas ações anuais de capacitação das famílias para a literacia digital</p> <p>Realizar 20 atendimentos individuais, por ano, de apoio ao acesso as diversas plataformas</p>	<p>90% realizado</p>	<p>Nº de pessoas atendidas individualmente</p> <p>Nº de ações de capacitação</p>	<p>80 Pessoas em situação de vulnerabilidade económica e social</p> <p>Grupos potencialmente vulneráveis</p>	<p>Março de 2025 a fevereiro de 2029</p>	<p>Activar</p>	<p>ADSCCL</p> <p>Programa Escolhas</p> <p>Agrupamento Escolas da Lousã</p>

Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social 2025/2029

Dinamização de ações que promovam a integração dos agregados familiares mais vulneráveis na comunidade, nomeadamente através da sua participação em atividades culturais, recreativas, desportivas e de educação para uma igualdade e cidadania plenas										
b)	2	Cultural(Mente) Acesso à cultura (visitas culturais a vários locais e espetáculos no país) Teatro fórum com os beneficiários Biblioteca humana Dinamização das aldeias e lugares com iniciativas culturais	Facilitar o acesso a atividades culturais valorizando a participação ativa dos destinatários; potenciar a cidadania através de atividades culturais	Vulnerabilidade dos agregados familiares resultantes de situações de desemprego, subemprego e doença; Baixos níveis de educação e formação das pessoas em situação de pobreza e de exclusão social; Baixa autoestima e labilidade emocional	Realizar 7 ações culturais de proximidade	90% realizado	Nº destinatários que participam nas atividades Nº Atividades desenvolvidas	100 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social Grupos potencialment e vulneráveis	Março de 2025 a fevereiro de 2029	Activar Companhias de teatro locais Teatro Municipal da Lousã
	3	Lousã - Terra de emoções Ações de promoção da saúde física e mental (workshops, ações de sensibilização, exposições, semanas temáticas) Acesso a atividades que promovam estilos de vida saudável, (Ex: Lousã a mexer+, Encontro de gerações, Lousã Saudável)	Educar para a saúde; Desenvolver hábitos de vida saudáveis; Promover a autoestima e as relações sociais positivas; promover a saúde física e mental	Insuficiência de serviços de apoio na área da doença mental e demência; Comportamentos aditivos: consumos excessivos de bebidas alcoólicas e substâncias (tabaco); toxicodependência (psicóticos, medicamentos depressivos, drogas químicas, crack e dependência do jogo on-line); Violência associada a outros problemas doença mental e comportamentos aditivos; Aumento de crianças com problemas do foro depressivo e comportamentos antissociais e dificuldades de integração socio escolar; Assunção, por parte de crianças e jovens, de comportamentos que colocam em causa o seu bem-estar; Indisciplina, comportamentos delinquentes; Fracas competências pessoais e sociais dos jovens na construção dos seus projetos de vida; Jovens com sintomatologias depressivas;	Realizar 7 ações de promoção da saúde física e mental e estilos de vida saudável	90% realizado	Nº Ações de Promoção da saúde física, mental e estilos de vida saudável realizadas Nº destinatários que participam nas ações	50 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social Grupos potencialment e vulneráveis	Março de 2025 a fevereiro de 2029	CML UCC Comunidade educativa CPCJLousã NLI Arcil Equipa da saúde da Lousã ADSCCL

Realização de Ações de divulgação e informação aos cidadãos mais vulneráveis, sobre os seus direitos e deveres, e promoção do seu associativismo, participação e intervenção cívica										
e)	4	<p>Mais cidadania</p> <p>Divulgação e dinamização da "Festa dos vizinhos" realizada nas ruas/bairros da vila e nas aldeias; Constituição de Assembleias Comunitárias; Criação do prémio municipal de voluntariado ; Capacitação para a governança/liderança (testemunhos, empresas e líderes); Mostra social/associativa no contexto do dia do associativismo (2 em 2 anos) - Dia do associativismo (31 de maio); Semana Municipal da Igualdade (24/out); Campanha de comunicação junto de públicos estratégicos abordado uma problemática por ano (ex: violência no namoro; violência contra idosos (idosos/famílias); violência contra as mulheres (25 de nov)</p>	<p>Promover os valores da cooperação, solidariedade e respeito</p> <p>Incentivar a organização informal das festividades locais pelos habitantes de forma a estimular o desenvolvimento comunitário</p> <p>Estimular a partilha cultural, o sentimento de pertença e as relações de proximidade nas pequenas comunidades</p>	<p>Prevalência das situações de violência de género na intimidade; Falta de autoestima e labilidade emocional das vítimas de violências domésticas; Dependência económica e emocional da vítima de VD relativamente ao/à agressor/a; Prevalência da desigualdade de género na violência doméstica e no namoro</p>	<p>Realizar 7 ações de divulgação e informação aos cidadãos mais vulneráveis, sobre os seus direitos e deveres, e promoção do seu associativismo, participação e intervenção cívica</p>	90% realizado	<p>N.º de ações N.º destinatários N.º de campanhas realizadas N.º de Assembleias comunitárias constituídas N.º de pessoas envolvidas na organização das festividades locais</p>	<p>25 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social Grupos potencialment e vulneráveis</p>	<p>Março de 2025 a fevereiro de 2029</p>	<p>Activar</p> <p>Dueceira (Estrutura a 6 em Rede: GAV e RAP) ADSCCL Juntas de Freguesia</p>
f)	Promoção de uma intervenção social em contextos de emergência, em articulação interinstitucional e multinível, junto de grupos de migrantes em situação de extrema vulnerabilidade ou outros que requeiram apoio e intervenções de carácter imediato									

Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social 2025/2029

g)	Colaboração na promoção da inclusão social das famílias em situação de extrema vulnerabilidade, nomeadamente promovendo a ativação dos seus direitos, em articulação com outras entidades da Rede Social e da Sociedade Civil											
	5	Reativar Laços Reativação da associação de estrangeiros: através da dinamização de diversas atividades recreativas e culturais de vida e preparação de uma apresentação pública do grupo com o apoio da Câmara Municipal de Lousã.	Promover a proximidade a este grupo-alvo específico; Auscultar e estimular as pessoas destinatárias no sentido de elas garantirem a sua participação com a rede social e os parceiros na busca de soluções enquanto capacidade das famílias ao nível da gestão orçamental e doméstica	Persistência do círculo vicioso da pobreza em determinadas famílias associado muitas vezes a dificuldades de integração social, problemas de saúde mental, poucos hábitos de trabalho, competências reduzidas; Capacidade reduzida dos serviços para responder às necessidades e grupos mais vulneráveis (aumento do nº de imigrantes); Pouca oportunidade de integração profissional efetiva dos grupos vulneráveis; Os beneficiários de RSI integram agregados familiares que se encontram em situação de vulnerabilidade por motivos de desemprego, subemprego, saúde, dificuldades de integração, inexistência de projeto de projeto de vida;	Realizar duas ações culturais de grupo de famílias para a gestão orçamental e doméstica	90% realizado	N.º de migrantes envolvidos	15 Migrantes	Março de 2025 a fevereiro de 2025	CML	Dueceira ADSCCL CLAIM Associações Locais ADSCCL DECO	
	7				Desenhar 5 projetos de vida individual, por ano, de capacitação dos beneficiários ao nível da gestão orçamental e doméstica	90% realizado	N.º atividades desenvolvidas	20 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social	Março de 2025 a fevereiro de 2029			
		ELL - Estratégia local de								CML	Entidades da Rede Social e da	
i)	Promoção de ações de informação e formação e outras iniciativas que visem uma melhor consciência coletiva dos contextos de emergência social											
	6	Delinear a estratégia local de intervenção multinível em situações de emergência social, nomeadamente no direito a habitação condigna; Ações de capacitação em competências básicas para a gestão familiar: Acompanhamento nas habitações (Higiene)	âmbito local, numa lógica multissetorial e multinível; identificar soluções mais adequadas à diversidade e especificidades das situações de pobreza e exclusão social local; Promover o trabalho em rede Melhoria da resposta de intervenção em contextos de emergência social; Famílias mais capacitadas em competências básicas de gestão familiar	Instituições viradas para si próprias - frágil relação entre as entidades no que respeita à criação de estratégias de intervenção comuns de emergência social	Realizar no primeiro ano de intervenção, um 1 Plano de Emergência Social para uma Habitação condigna Realizar um total de 10 ações de capacitação em competências básicas para a gestão familiar (higiene do lar)	90% realizado	N.º de entidades envolvidas na estratégia de intervenção social	10 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social	Março de 2025 a fevereiro de 2029		Radar Social Equipa Saúde Local GNR Proteção Civil Bombeiros Juntas de Freguesia Centro de saúde da Lousã ADSCCL	

Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social 2025/2029

		8	Consciência para o risco Ações de capacitação para as pessoas sobre os riscos inerentes aos diferentes contextos de calamidades e/ou situações de risco: realização de ações descentralizadas sobre diversas temáticas (incêndios, inundações, roubos e burlas, como atuar em caso de incêndio, etc.) e simulacros práticos	Reforçar a consciência e preparação da população; Sensibilizar a comunidade para os cuidados a ter quando vivem isolados e/ou sozinhos; prevenir a ocorrência de burlas, roubos e casos de violência	Aumento do nº de idosos em situação de isolamento familiar e social; Aumento do Índice de envelhecimento - grau de dependência aumenta, doenças degenerativas a nível físico e mental; Desertificação das zonas rurais do concelho que provoca desfiliação familiar e aumenta os comportamentos de risco (burlas, uso do fogo e outras atividades de risco)	Realizar 7 ações de sensibilização e informação sobre prevenção de comportamentos de risco e Implementação de medidas de autoproteção	90% realizado	N.º Ações N.º Participantes	40 Pessoas em situação de vulnerabilidade e económica e social Grupos potencialment e vulneráveis - Idosos	Março de 2025 a fevereiro de 2029	Activar	Serviço Municipal de Proteção Civil GNR Juntas de Freguesia
Desenvolvimento de atividades itinerantes, de aproximação aos territórios e locais mais isolados, as quais se podem revestir de carácter informativo, cultural, de animação, entre outros.												
Eixo 3	g)	9	ACTIVAR o Envelhecimento Contatos regulares com as pessoas seniores em situação de isolamento social e/ou geográfico e organização de atividades de promoção do envelhecimento ativo numa perspetiva de interação comunitária	Promover o convívio de forma a combater o individualismo, o isolamento e a indiferença; Estimular a partilha cultural, o sentimento de pertença e as relações de proximidade nas pequenas comunidades	Estilos de vida sedentária e pouca participação dos idosos na comunidade; Pouca participação dos idosos em atividades socialmente úteis; Aumento do nº de idosos em situação de isolamento familiar e social; Desfiliação familiar; Sinais de violência doméstica contra idosos em especial mulheres, muitas vezes camuflado; Aumento do Índice de envelhecimento - grau de dependência aumenta, doenças degenerativas a nível físico e mental;	Realizar pelo menos uma visita aos destinatários, todas as semanas (50 por ano) Realizar uma atividade recreativa e cultural por ano (dia do Idoso) Realizar um almoço convívio todos os anos (Natal)	90% realizado	N.º seniores N.º visitas e contatos N.º ações realizadas	50 Seniores	Março de 2025 a fevereiro de 2029	Activar	ADSCCL Projeto Miminho dos Avós Juntas de Freguesia

Anexo 2 – Cronograma Físico

Data de início: 01-03-2025

Data de Fim: 28-02-2029

EIXO 4	2025										2026								
Atividades																			
	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set
1 – Serviços para tod@s	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2 – Cultural (Mente)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
3 – Lousã – Terra de emoções	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
4 – Mais cidadania	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
5 – Reativar Laços	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
6 – ELI – Estratégia Local de Intervenção	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
7 – De braço dado	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
8 – Consciência para o Risco	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
EIXO 3																			
9 – Activar o Envelhecimento	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social 2025/2029

EIXO 4	2027												2028											
Atividades																								
	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
1 – Serviços para tod@s	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
2 – Cultural (Mente)	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
3 – Lousã – Terra de emoções	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
4 – Mais cidadania	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
5 – Reativar Laços	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
6 – ELI – Estratégia Local de Intervenção	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
7 – De braço dado	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
8 – Consciência para o Risco	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
EIXO 3																								
9 – Activar o Envelhecimento	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

Acresce ainda o mês de janeiro e fevereiro de 2029, para encerramento administrativo e financeiro.

Anexo 3 – Orçamento- mapa geral

Actividade	Rubrica	Beneficiário	Custo Total	Custo Elegível	Custo Elegível Não Financiado	Custo por Actividade
1	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	23 913,13 €	23 913,13 €	- €	44 055,75 €
1	1.1.8 - Remunerações com pessoal externo	Município da Lousã	12 800,00 €	12 800,00 €	- €	
1	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	4 782,63 €	4 782,63 €	- €	
1	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	2 560,00 €	2 560,00 €	- €	
2	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	47 118,74 €	47 118,74 €	- €	78 622,49 €
2	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	9 423,75 €	9 423,75 €	- €	
2	1.1.8 - Remunerações com pessoal externo	Município da Lousã	18 400,00 €	18 400,00 €	- €	
2	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	3 680,00 €	3 680,00 €	- €	
3	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Município da Lousã	26 893,16 €	26 893,16 €	- €	34 191,79 €
3	1.1.8 - Remunerações com pessoal externo	Município da Lousã	1 600,00 €	1 600,00 €	- €	
3	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	5 698,63 €	5 698,63 €	- €	
4	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	44 818,92 €	44 818,92 €	- €	53 782,71 €
4	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	8 963,78 €	8 963,78 €	- €	
5	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Município da Lousã	39 828,99 €	39 828,99 €	- €	47 794,79 €
5	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	7 965,80 €	7 965,80 €	- €	
6	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Município da Lousã	55 964,80 €	55 964,80 €	- €	67 157,76 €
6	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	11 192,96 €	11 192,96 €	- €	
7	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Município da Lousã	29 071,64 €	29 071,64 €	- €	59 972,93 €
7	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	5 814,33 €	5 814,33 €	- €	
7	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	20 905,80 €	20 905,80 €	- €	
7	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	4 181,16 €	4 181,16 €	- €	
8	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	44 818,92 €	44 818,92 €	- €	53 782,71 €
8	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	8 963,78 €	8 963,78 €	- €	
9	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Município da Lousã	29 071,64 €	29 071,64 €	- €	88 421,51 €
9	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	5 814,33 €	5 814,33 €	- €	
9	1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	Activar	26 212,95 €	26 212,95 €	- €	
9	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Activar	5 242,59 €	5 242,59 €	- €	
9	1.1.8 - Remunerações com pessoal externo	Município da Lousã	18 400,00 €	18 400,00 €	- €	
9	96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	Município da Lousã	3 680,00 €	3 680,00 €	- €	
			527 782,43 €	527 782,43 €	- €	527 782,43 €

Plano de Ação CLDS 5G Lousã +Social 2025/2029

	Investimento	CPN	FSE+
Município da Lousã	278 436,28 €	41 765,44 €	236 670,83 €
Activar	249 346,15 €	37 401,92 €	211 944,23 €
Total	527 782,43 €	79 167,36 €	448 615,06 €

1.1.1 - Remunerações com pessoal interno	388 618,69 €
1.1.8 - Remunerações com pessoal externo	51 200,00 €
96.5.0 - OCS - Taxa Fixa até 20% - Custos diretos com pessoal	87 963,74 €
Total	527 782,43 €