



Comissão Social de  
Freguesia de Pombal

**OLHAMOS POR TODOS**



# PLANO DE AÇÃO 2019

FREGUESIA DE  
**POMBAL**



MUNI  
DE POMBAL  
CÍPIO



rsp  
Rede Social de Pombal



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal



# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

Plano de Ação 2019

## Índice

Enquadramento .....	2
Plano de Ação do ano de 2019 da Comissão Social de Freguesia de Pombal.....	4
Eixo de Intervenção A - Programa Pombal 65+ .....	5
Eixo de Intervenção B - Infância e Juventude .....	9
Eixo de Intervenção C - Família, Comunidade, Empregabilidade e Bem-Estar .....	11



rsp



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL



Plano de Ação 2019

## Comissão Social de Freguesia de Pombal

No dia 15 de janeiro de 2018 constituiu-se formalmente a Comissão Social de Freguesia de Pombal assumindo um papel ativo no cumprimento da missão do Conselho Local de Ação Social de Pombal.

A Comissão Social de Freguesia de Pombal tem como objetivo dinamizar ações/intervenções de proximidade com o intuito de promover o bem-estar, a qualidade de vida da comunidade, rentabilizar recursos, otimizar parcerias e trabalhar em conformidade com as prioridades identificadas no Diagnóstico Social do Concelho de Pombal aprovado no dia 25 de julho de 2017, estando assim integrada na Rede Social do Município de Pombal, conforme o Decreto-Lei n.º 115/2006 de 14 de junho.

Nesse sentido, no passado dia 15 de outubro de 2019 foi aprovado em sessão plenária da Comissão Social de Freguesia de Pombal o Plano de Ação para o ano de 2019, que apresenta as ações previstas nos diversos Eixos de Intervenção.

O Plano de Ação para o ano de 2019 apresenta como Eixo de Intervenção A – Programa Pombal 65+ que envolve os projetos dinamizados pela Comissão Social de Freguesia de Pombal relacionados com a área do envelhecimento ativo, com o Projeto Aldeias 65+, Projeto Avós e Netos, Projeto Fado ao Lar, Projeto – Intercâmbio Sénior, Ações de Sensibilização, Projeto Idosos entre Nós.

O Eixo de Intervenção B – Infância e Juventude apresenta como Projetos de intervenção, o Projeto Avós e Netos que pretende proporcionar às crianças que frequentam as Atividades de Animação e Apoio à Família e aos idosos que estão inscritos no Projeto Aldeias 65+ momentos de partilha e de convívio entre gerações. Pretende também promover as relações interpessoais,





rsp  
Para Todos os Pombalenses



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal



# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

## Plano de Ação 2019

promover a inclusão, valorização do papel do idoso na nossa comunidade, desenvolver competências ao nível da transmissão de conhecimentos e de saberes. Ainda nesta área da infância, manteremos o enfoque no domínio da educação e dos projetos que mobilizam as nossas crianças, nomeadamente o Mercado de Trocas Infantil, as Pombalíadas ou a Assembleia das Crianças da Freguesia de Pombal, entre outras iniciativas.

No âmbito da promoção das relações intergeracionais também são realizados dois encontros anuais entre os idosos da Projeto Aldeias 65+ e as crianças que frequentam as Atividades de Tempos Livres durante o período de férias de Natal e de Verão, que denominaremos como Férias Felizes.

No Eixo de Intervenção C – Família, Comunidade, Empregabilidade e Bem-Estar pretende-se dinamizar o serviço de atendimento social, ações de sensibilização no âmbito da cidadania, igualdade de género, entre outras áreas de interesse comunitário. Neste ano que se avizinha existe um particular enfoque na área da saúde e bem-estar. Assim, para além da realização mensal das sessões de rastreio dos fatores de risco de AVC, promovidas em parceria com a Associação Portuguesa AVC, iremos aprofundar o relacionamento com os serviços de saúde em Pombal e desenvolveremos em conjunto ações de sensibilização e promoção dos estilos de vida saudáveis.



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

Plano de Ação 2019

## Comissão Social da Freguesia de Pombal

Objetivos	Estratégias de Intervenção	Ações/Atividades	Calendarização	Responsáveis/ Intervenientes	Indicadores
Promover/ Dinamizar a Comissão Social de Freguesia de Pombal	Dinamização/ Promoção/ Divulgação da Comissão Social de Freguesia de Pombal;  Estabelecer parcerias;  Avaliação do Plano de Ação do ano de 2019;	Realização de reuniões do Núcleo Executivo e do Plenário da Comissão Social de Freguesia de Pombal;  Remeter a CLAS o Relatório do Plano de Ação do ano de 2017/2018;  Remeter a CLAS o Plano de Ação para o ano de 2019;	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal	N.º de reuniões N.º de parcerias estabelecidas
	Elaboração da proposta do Plano de Ação do ano de 2020;  Articulação e concertação da Intervenção Social da Comissão Social de Freguesia de Pombal com o Núcleo Executivo e Conselho Local de Ação Social da Rede Social de Pombal.	Apresentação e aprovação do Plano de Ação para o ano de 2020;  Remeter a CLAS o Plano de Ação para o ano de 2020.			



# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

## Plano de Ação 2019

### Eixo de Intervenção A – Programa Pombal 65+

Objetivos	Estratégias de Intervenção	Ações/Atividades	Calendarização	Responsáveis/Intervenientes	Indicadores
Promover o envelhecimento positivo dos Idosos na Freguesia de Pombal;	Dinamização de ações; Promoção de parcerias no âmbito do Projeto Aldeias 65+;	Desenvolver o Programa Pombal 65+ (desporto, cultura, novas tecnologias, realização de tertúlias, organização de visitas culturais, recreação de tradições, etc);	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal	N.º de ações N.º de parcerias estabelecidas
Promover o convívio entre os Idosos;	Estabelecimento de parcerias;	Realização de dois encontros Intergeneracional (Aldeias 65+ com o A.T.L. da Freguesia de Pombal);			N.º de participantes nas ações
Promover o convívio intergeracional.	Participação nas atividades promovidas pelo Município de Pombal.	Desenvolver o Projeto Avós e Netos (encontros intergeracionais entre os idosos e as crianças das Atividades de Animação de Apoio à Família do Pré-Escolar);			



rsp



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

## COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

### Plano de Ação 2019

		Dinamização de sessões de informação/sensibilização sobre saúde, segurança, entre outras. Desenvolver o Projeto Fado ao Lar; Concurso de Máscaras de Carnaval 65+; IRS 2018; Passeio Cultural Sénior; Projeto – Intercâmbio Sénior.			
Promover a prevenção da violência contra idosos.	Promoção e divulgação desta problemática junto do público-alvo.	Ações de sensibilização no âmbito da prevenção da violência contra os idosos e a profissionais (técnicas, auxiliares e outros interessados) das instituições de apoio à terceira idade.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal	N.º de ações N.º de participantes nas ações
Contribuir para o combate ao isolamento e à	Sinalização e diagnóstico de idosos em situação de isolamento/ dependência;	Projeto Idosos entre Nós.	2019	Comissão Social de Freguesia de	N.º de ações



RSP



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

## COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

### Plano de Ação 2019

exclusão social dos idosos;	Estabelecer parcerias; Visitas domiciliárias.		Pombal e Parcerias	N.º de participantes nas ações	
Minimizar a dificuldade de acesso/ deslocação aos serviços de saúde, por parte dos idosos dependentes com insuficiência económica;					
Sinalizar, encaminhar e acompanhar situações de risco nos idosos.					
Divulgar e elaborar candidaturas no	Supervisão da implementação do Programa	Auxiliar o idoso na melhoria das condições habitacionais.	2019	Comissão Social de	N.º de idosos acompanhados





rsp  
RÁDIO SÓCIO-PROFSSIONAL



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

## Plano de Ação 2019

âmbito do Programa de Apoio Municipal para a Adaptação e Requalificação de Habitações.	de Apoio Municipal para a Adaptação e Requalificação de Habitações.				Freguesia de Pombal e Parcerias	
Melhorar a qualidade de vida e bem-estar da população idosa;  Promover a literacia em alimentação saudável;  Promoção de saúde e prevenção da doença.	Dinamização de ações.	Ações de sensibilização.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal	N.º de ações  N.º de participantes nas ações	



# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

Plano de Ação 2019

## Eixo de Intervenção B – Infância e Juventude

<b>Objetivos</b>	<b>Estratégias de Intervenção</b>	<b>Ações/Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Responsáveis/Intervenientes</b>	<b>Indicadores</b>
Promover a integração da criança e/ou jovem em vulnerabilidade social;	Dinamização de ações; Proporcionar através dos recursos existentes na comunidade a integração de crianças e/ou jovens em atividades lúdicas.	Realização de atividades de animação e sessões de informação/sensibilização entre outras;	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parceiras	N.º de ações  N.º de parcerias
Melhorar as condições de vida e bem-estar das crianças e jovens;		Realização de dois encontros intergeracionais (Aldeias 65+ com o A.T.L. da Freguesia de Pombal);			N.º de participantes
Promover o convívio intergeracional;		Desenvolver o Projeto Avós e Netos (encontros intergeracionais entre os idosos e as crianças das Atividades de Animação de Apoio à Família do Pré-Escolar);			



RSP



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

Plano de Ação 2019

<p>Desenvolver a cidadania infantil-juvenil e o sentimento de pertença à comunidade das crianças e jovens;</p> <p>Promover a solidariedade entre as crianças e jovens.</p>		<p>Dinamizar a ocupação dos tempos livres nas interrupções lectivas (Natal, Páscoa e Férias de Verão);</p> <p>Assinalar/ Comemorar o Dia Mundial da Criança;</p> <p>Realizar a II edição de Assembleia das Crianças da Freguesia de Pombal;</p> <p>Realizar o mercado de trocas infantil em que apenas as crianças poderão trocar os seus brinquedos/bens usados.</p>			
--	--	---	--	--	--



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

## Plano de Ação 2019

### Eixo de Intervenção C – Família, Comunidade, Empregabilidade e Bem-Estar

<b>Objetivos</b>	<b>Estratégias de Intervenção</b>	<b>Ações/Atividades</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Responsáveis/Intervenientes</b>	<b>Indicadores</b>
Contribuir para a promoção da igualdade de género.	Dinamização de ações.	Ações de sensibilização no âmbito da cidadania, igualdade de género e de oportunidades.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º de ações N.º de participantes
Contribuir para o reforço de competências pessoais, sociais e parentais.	Desenvolver o Fórum das Famílias, com iniciativas de apoio às famílias, à natalidade e à parentalidade consciente (treino de competências pessoais, sociais e parentais).	Atendimento, acompanhamento e encaminhamento; Visitas domiciliárias; Realização de ações de informação e sensibilização sobre temáticas diversas, como gestão doméstica, gestão do orçamento familiar, cidadania, parentalidade consciente, entre outros.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º de ações





RSP



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

## COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

### Plano de Ação 2019

Contribuir para a prevenção da violência doméstica, violência no namoro, violência contra idosos e tráfico de seres humanos.	Dinamização de ações de sensibilização.	Ações de sensibilização.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º ações N.º de participantes
Promover a Coesão Social e Territorial na área da Freguesia.	Envolver as pessoas e as coletividades dos diversos lugares da Freguesia.	Criação do Conselho da Comunidade, órgão consultivo da Freguesia de Pombal com representantes das Aldeias e dos Lugares da Freguesia.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º de reuniões N.º de aldeias “representadas”
Sensibilizar para a problemática na saúde e bem-estar das pessoas; Sensibilizar para a estilos de vida saudáveis.	Dinamização de ações.	Realização de sessões de rastreio dos fatores de risco de AVC – Associação Portuguesa AVC; Realização de sessões de esclarecimento na área da saúde.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º de ações



RSP



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

# COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

## Plano de Ação 2019

Divulgar e elaborar candidaturas no âmbito do Programa de Apoio Municipal para a Adaptação e Requalificação de Habitações.	Supervisão da implementação do Programa de Apoio Municipal para a Adaptação e Requalificação de Habitações.	Auxiliar o cidadão portador de deficiência na melhoria das condições habitacionais.	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parcerias	N.º de cidadãos portador de deficiência acompanhados
Apoiar a empregabilidade; Divulgar ofertas de emprego;	Melhorar a empregabilidade, bem como promover uma participação ativa na procura de emprego/formação (educação e formação ao longo da vida);	Realização de sessões de esclarecimento e divulgação de ofertas de emprego; Ações de sensibilização no âmbito do empreendedorismo social e responsável;	2019	Comissão Social de Freguesia de Pombal e Parceiros	N.º de ações estabelecidas
Divulgar sessões de esclarecimento relacionadas com ofertas de emprego;	Estabelecimento de Parcerias com as entidades que já desenvolvem atividades nesta área, nomeadamente o IEFPP;	Fomentar uma plataforma digital “Pombal Emprego Jovem”, para registo e interação dos jovens alunos que concluem a escolaridade obrigatória, relacionando as suas áreas de formação/atividade com as necessidades do nosso tecido empresarial;			
Divulgar ações de formação;	Aproximar os jovens do tecido empresarial;				



RSP



Comissão Social da  
Freguesia de Pombal

## COMISSÃO SOCIAL DA FREGUESIA DE POMBAL

### Plano de Ação 2019

Apoiar e estimular a fixação de jovens no nosso território.	Incentivar a criação do próprio emprego e o desenvolvimento de novas oportunidades;	Definição da STARTUP POMBAL – estratégia local para o empreendedorismo, promovendo um ambiente propício ao desenvolvimento de micro-negócios, criando programas de tutoria com empresários e uma rede de mentores que tem como missão ajudar na criação, promoção ou aceleração de ideias de negócios;			
Divulgar e promover os micro-negócios desenvolvidos na área da Freguesia.		Realizar o BioArtes – Feira de artes, produtos endógenos e de artesões locais.			

O presente Plano de Ação do ano 2019 foi aprovado em reunião plenária da Comissão Social de Freguesia de Pombal, realizada em 15 de outubro de 2018.

O Presidente da Comissão Social de Freguesia de Pombal

(Pedro Alexandre Antunes Faustino Pimpão dos Santos)