

PROGRAMA CLDS 5G DE OURIQUE

- RELATÓRIO DE EXECUÇÃO ANO 2025 -



Operação: PESSOAS-FSE+-01308600

Período de Report: 2025

Entidade Promotora: Câmara Municipal de Ourique

Entidade Coordenadora Local da Parceria: Núcleo Organizativo de Serviço Social da Aldeia e Trabalho Estratégico Revitalizador da Região Alentejo (Nossa Terra)

Organismo Intermédio: Instituto da Segurança Social, I.P.

Autoridade de Gestão: PESSOAS 2030

Designação da Operação: CLDS 5G GER(A)ÇÕES

Data de início da Operação: 01/02/2025

Data de fim da Operação: 31/01/2029

Equipa Técnica:

Coordenadora: Ana Pereira – Terapeuta Ocupacional

Técnica: Ana Moreira – Animadora Sociocultural

Técnica: Ana Guerreiro – Assistente Social

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO.....	3
2. EQUIPA TÉCNICA.....	4
3. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS.....	6
3.1. TRABALHO DESENVOLVIDO PELA EQUIPA TÉCNICA.....	6
3.2. DIVULGAÇÃO DO PROJETO.....	7
3.3. DINAMIZAÇÃO DA PARCERIA PARA A IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO..	8
4. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS POR EIXO	9
4.1. EIXO 2: COMBATE À POBREZA E À EXCLUSÃO SOCIAL DAS CRIANÇAS E DOS JOVENS, PROMOTOR DE UMA EFETIVA GARANTIA PARA A INFÂNCIA	12
4.2. EIXO 3: PROMOÇÃO DA AUTONOMIA, ENVELHECIMENTO ATIVO E LONGEVIDADE	19
5. CALENDARIZAÇÃO E DESVIOS FACE AO PREVISTO	29
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	31

1. INTRODUÇÃO

O Projeto CLDS 5G GER(A)ÇÕES encontra-se em funcionamento desde o dia 01 de fevereiro de 2025 no âmbito do Programa de Contratos Locais de Desenvolvimento Social de Quinta Geração (CLDS 5G), criado e regulado pela Portaria nº64/2021 e alterado pela Portaria nº 428/2023 de 12 de dezembro e terá o seu término a 31 de janeiro de 2029.

O projeto tem dois eixos de intervenção: Eixo 2: Combate à pobreza e à exclusão social das crianças e dos jovens, promotor de uma efetiva garantia para a infância e o Eixo 3: promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade. Tem como público-alvo a população residente no concelho de Ourique que se enquadre no grupo de Crianças e Jovens dos 0 aos 24 anos e séniores com mais de 65 anos. O projeto pretende assim promover a igualdade de oportunidades, o acesso a serviços de qualidade, o desenvolvimento pessoal e o combate ao isolamento e à exclusão social.

Para a concretização dos seus objetivos, foram programadas atividades, a executar de acordo com o Plano de Ação e este relatório tem como principais objetivos:

- Apresentação e descrição das atividades realizadas até ao momento (trabalho desenvolvido pela equipa técnica; divulgação do projeto e atividades e ações desenvolvidas por eixo);
- Verificar a conformidade da execução dos trabalhos face à calendarização prevista para cada uma das atividades e, identificar as causas de eventuais desvios.

2. Equipa Técnica

A operação PESSOAS-FSE+-01308600 é dinamizada por uma equipa técnica constituída por 3 Técnicas, especificamente:

1) ANA LÚCIA SILVA PEREIRA

Formação: Terapia Ocupacional

Funções: Coordenadora do projeto com as seguintes funções: Planear, dinamizar, coordenar, desenvolver, executar o plano de ação, planear e organizar o orçamento, manter os processos contabilísticos e os documentos necessários à execução do GER(A)ÇÕES. Organizar o trabalho de equipa, dinamizar e organizar reuniões de acompanhamento com as entidades parceiras e apresentar os resultados no CLAS-Concelho Local Ação Social.

Organizar e manter atualizados os processos contabilísticos e o dossier técnico do CLDS assim como garantir a elaboração da documentação necessária para o cumprimento dos requisitos impostos pelo programa e produzir e elaborar os relatórios de execução. Realização de documentos administrativos e reuniões com possíveis prestadores de serviços cujo trabalho desenvolvido possa beneficiar os destinatários do projeto. Esclarecimento de dúvidas acerca do projeto GER(A)ÇÕES de forma elucidar a população em geral e angariar beneficiários, bem como entidades locais.

Taxa de Afetação:100%

Atividades a desenvolver: Coordenação e apoio à execução de todas as atividades inscritas no Plano de Ação.

2) ANA CRISTINA GUERREIRO

Formação: Serviço Social

Funções: Planear e executar atividades de âmbito social com vista ao cumprimento dos objetivos e ações do projeto.

Taxa de Afetação: 100%

Atividades a desenvolver: Todas as atividades inscritas no Plano de Ação.

3) ANA CATARINA ROSA MOREIRA

Formação: Animação sociocultural

Funções: Planear e executar atividades socioculturais com vista ao cumprimento dos objetivos e ações do projeto.

Taxa de Afetação: 100%

Atividades a desenvolver: Todas as atividades inscritas no Plano de Ação, com exceção do Gestor de Infância e Gestor 60+.

De fevereiro a abril a equipa funcionou apenas com 2 técnicas. Em abril, a equipa ficou completa com a entrada da terceira técnica.

3. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES REALIZADAS

3.1. Trabalho desenvolvido pela Equipa Técnica

Descrição: Foi constituída uma equipa que prevê o acompanhamento e a dinamização de atividades com crianças, jovens e idosos, com sede no edifício da antiga escola primária da Aldeia de Palheiros, instalações de trabalho da associação NOSSATERRA.

Nos meses correspondentes a este relatório de execução realizaram-se as seguintes tarefas:

- Aplicação e alteração de documentos do Projeto GER(A)ÇÕES (fichas admissão; fichas sinalização; folhas presença atividade; entre outras);
- Reuniões com possíveis prestadores de serviços cujo trabalho desenvolvido possa beneficiar os destinatários do projeto;
- Esclarecimento de dúvidas acerca do projeto GER(A)ÇÕES de forma elucidar a população em geral e angariar beneficiários, bem como entidades locais;
- Informação aos séniores, crianças, jovens e aos familiares que pretendem ingressar no projeto;
- Aplicação de fichas de diagnóstico de avaliação individual dos beneficiários e do seu meio ambiente;
- Apoio individualizado aos beneficiários e famílias mediante as necessidades identificadas através das fichas de inscrição/diagnóstico (ex: encaminhamento para serviços, competências parentais, competências pessoais, gestão doméstica, gestão orçamental, apoio emocional, etc.);
- Apoio na gestão de atividades diárias. Ao longo das sessões executadas individualmente tem sido prestado um apoio individualizado a cada sénior/família trabalhando sempre com vista a melhorar as suas rotinas e problemáticas identificadas;
- Articulação com as entidades parceiras do projeto, de acordo com as necessidades dos beneficiários;
- Apoio e acompanhamento social dos idosos, através de conversas, passeios informais de forma a identificar necessidades e dificuldades dos idosos;

- Animação sociocultural, desenvolvendo um conjunto de atividades sociais que tem como finalidade estimular a participação dos beneficiários em passeios intergrupais;
- Organização e dinamização de reuniões de acompanhamento do projeto;
- Coordenação da execução física e financeira na implementação das atividades do projeto;
- Preenchimento de documentos administrativos tais como registos de km, reuniões, chamadas, correspondência, planeamento de atividades/ações e questionários de satisfação.

3.2. Divulgação do Projeto

Descrição: a divulgação do projeto tem como objetivo divulgar o projeto, com recurso a diferentes meios de comunicação, quer na fase inicial quer ao longo de toda a sua execução.

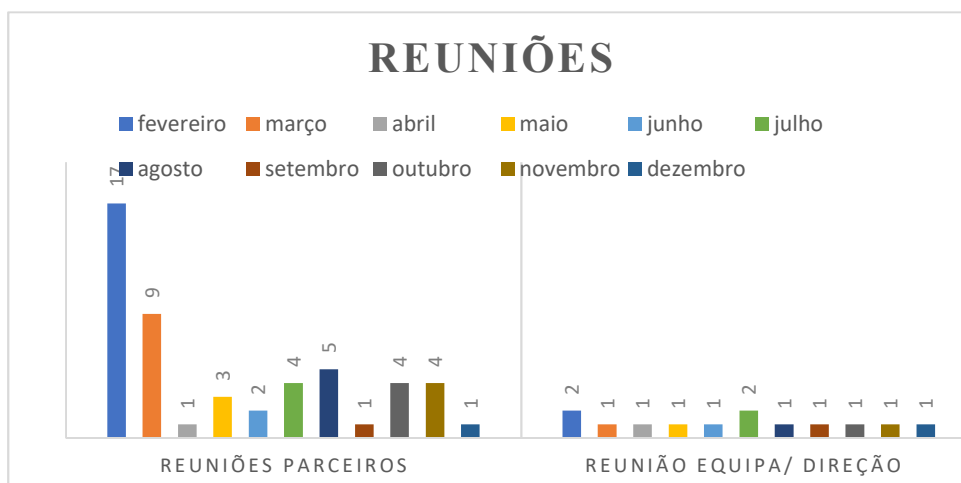
Na fase de arranque do projeto a divulgação foi feita através dos seguintes meios:

- Criação de espaço informativo e divulgativo do projeto no website institucional da associação, onde se disponibiliza a ficha de projeto, conforme obrigações de publicidade do programa de financiamento;
- Afixação de uma placa explicativa do projeto e financiamento na entrada da sede do projeto, conforme obrigações de publicidade do programa de financiamento;
- Produção e disseminação de nota de imprensa pelos meios de comunicação social sobre a aprovação e início do projeto
- Produção e distribuição de folheto informativo por todo o concelho;
- Produção e disseminação de vídeo promocional pela internet e redes sociais;
- Dinamização de sessões de divulgação nas diferentes localidades recorrendo às aulas da Universidade Sénior do Concelho de Ourique;
- Divulgação do projeto porta-a-porta em todo o concelho.

3.3. Dinamização da Parceria para a Implementação do Projeto

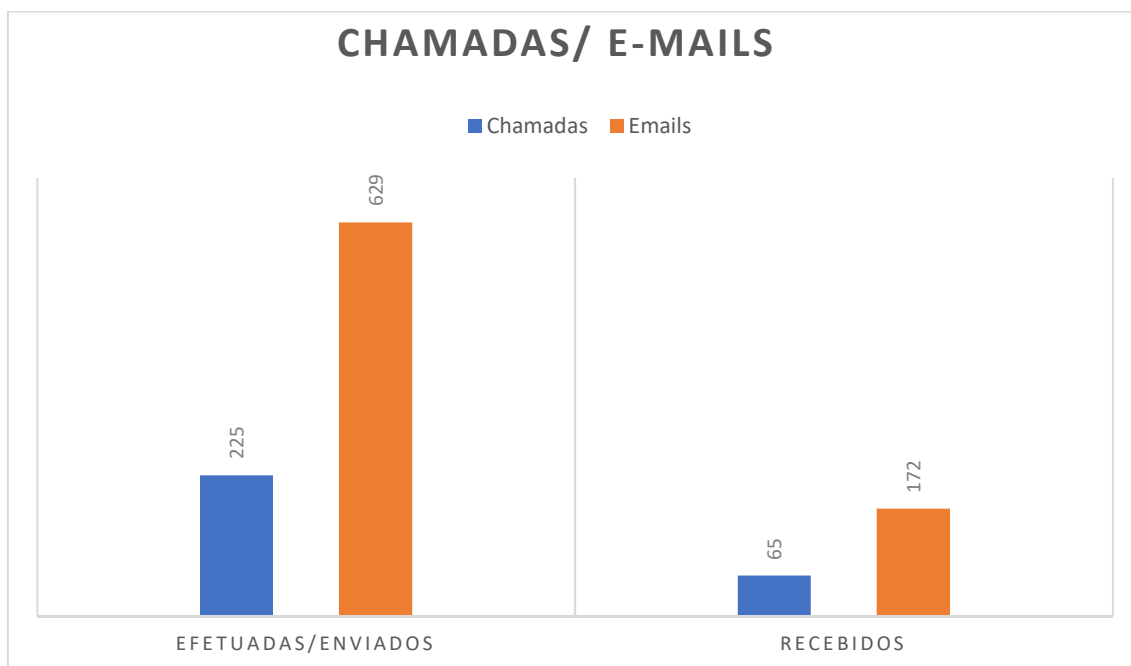
Para a prossecução desta iniciativa de divulgação contínua do projeto e suas atividades a associação conta com a parceria de todas as entidades que integram o CLASO, mas igualmente com a parceria de pequenas associações culturais, recreativas e desportivas, que estão nos aglomerados populacionais.

O gráfico que se segue ilustra o número de reuniões realizadas no decorrer destes meses de execução do projeto.



Foram realizadas no total 51 reuniões com parceiros e 13 reunião entre a equipa técnica e a direção.

Destaca-se a articulação que está a ser feita com equipas de intervenção como o Núcleo Executivo da Rede Social de Ourique, o Núcleo de Garantia para a Infância de Ourique, a CPCJ, a Universidade Sénior do Concelho de Ourique, entre outras. Esta articulação é realizada através do contacto direto, do contacto telefónico e por e-mail. O gráfico que se segue ilustra o número de chamadas recebidas/ realizadas e de e-mails trocados ao longo do projeto com parceiros, prestador de serviços e empresas.

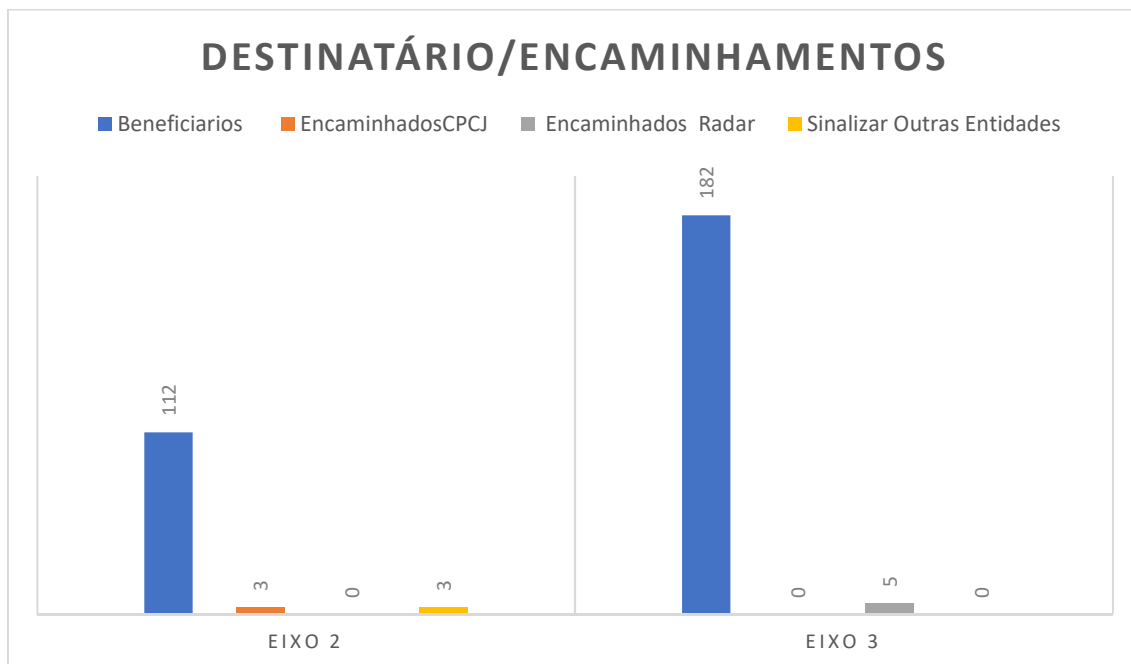


No que diz respeito ao Núcleo da Garantia para a Infância estamos a aguardar os dados das crianças que beneficiam do Fundo de Garantia para a Infância, o que se torna um constrangimento em termos de intervenção.

4. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS POR EIXO

Tomando em consideração os 2 eixos de intervenção definidos para o CLDS do concelho de Ourique e sendo o seu objetivo estratégico a promoção, inclusão social, combate à pobreza e reforçar a coesão territorial no Concelho de Ourique e com o intuito de atingir os objetivos gerais propostos inicialmente no plano de ação foram planeadas atividades que vão ser explicadas para cada eixo posteriormente.

O gráfico que se segue espelha o número de destinatários inscritos com ficha de admissão até ao momento por eixo e o número de sinalizações recebidas.



Até ao momento, o projeto contabiliza 118 beneficiários no Eixo 2 (Combate à pobreza e à exclusão social das crianças e dos jovens) e 187 beneficiários no Eixo 3 (Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade).

Estes beneficiários refletem o trabalho contínuo e articulado que tem vindo a ser desenvolvido com os parceiros locais e com a comunidade em geral.

Os beneficiários são contabilizados apenas uma vez no projeto, podendo, no entanto, participar em mais do que uma ação ao longo da sua execução.

Até ao momento, no Eixo 2 – Combate à pobreza e à exclusão social das crianças e dos jovens, promotor de uma efetiva Garantia para a Infância, registam-se 787 participações nas atividades desenvolvidas. No Eixo 3 – Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade, contabilizam-se 1 262 participações nas ações realizadas.

Enquanto equipa, identificamos como maior dificuldade chegar aos jovens do concelho de Ourique, uma vez que estes demonstram resistência à participação e ao envolvimento nas atividades propostas. Apesar de terem sido tentadas algumas sessões dirigidas a este público, não se registou adesão.

Com o objetivo de colmatar esta dificuldade, foram estabelecidos contactos com o Agrupamento, com as Psicólogas e com alunos, no sentido de identificar estratégias de intervenção. Uma das sugestões apresentadas passou pela dinamização de ações junto de

turmas específicas, no âmbito das aulas de Cidadania e Desenvolvimento, encontrando-se esta proposta ainda em fase de articulação.

No que diz respeito aos beneficiários idosos, a equipa enfrenta dificuldades em dar resposta ao elevado número de necessidades identificadas no concelho. São inúmeros os idosos em situação de vulnerabilidade física, mental, cognitiva e emocional, muitos dos quais vivem em isolamento social, em montes isolados.

A equipa apresenta constrangimentos em chegar a todos os montes isolados, uma vez que as distâncias são significativas, implicando um elevado tempo despendido em deslocações.

Acresce, ainda, a dificuldade na dinamização de atividades nas localidades da Torre Vã e de São Romão, uma vez que, apesar dos esforços desenvolvidos, os idosos destas zonas não têm participado nas atividades propostas. Esta situação pode dever-se ao facto de os idosos não terem nenhum espaço público onde se realizem as atividades.

4.1. Eixo 2: Combate à pobreza e à exclusão social das crianças e dos jovens, promotor de uma efetiva garantia para a infância

Atividade 1. Gestor de Infância

Neste período foram realizados 42 acompanhamentos pela Assistente Social e 21 acompanhamentos pela Terapeuta Ocupacional num total de 9 beneficiários do projeto.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingidas até momento
N.º de crianças e jovens beneficiárias de um acompanhamento individual e regular	10	9
N.º de sessões de atendimento e acompanhamento realizadas	Não definido	63
N.º de atividades realizadas	1	1
N.º de participantes	Não definido	9

No âmbito da atividade Gestor de Infância, consideramos que tem sido possível alcançar algumas crianças, ainda que em número inferior ao desejado, atendendo à elevada dimensão das necessidades de intervenção identificadas. Uma das principais necessidades prende-se com a intervenção especializada ao nível da Terapia Ocupacional e da Terapia da Fala. De forma a colmatar esta lacuna, e tendo em conta que a Terapeuta Ocupacional acumula funções de coordenação do projeto, foi criada uma vaga adicional na área da Terapia Ocupacional, encontrando-se em fase de recrutamento uma terapeuta para a realização de intervenções mais específicas junto das crianças. Relativamente à Terapia da Fala, foi igualmente aberta uma vaga nesta área, encontrando-se o processo de recrutamento ainda a aguardar respostas. Ao nível da intervenção da Assistente Social, tem sido desenvolvido um trabalho contínuo de acompanhamento junto dos pais e das famílias, com vista à resolução das dificuldades identificadas pelas entidades referenciadoras e pelas próprias famílias. Consideramos fundamental a intervenção ao nível da prevenção, pelo que o projeto passará também a reforçar a realização de sessões

de sensibilização bem como workshops dedicados a temáticas relevantes para as crianças e respetivas famílias.

Atividade 2. Crescer Juntos

“Violinhas do Alentejo”

No âmbito desta atividade, foram realizadas 8 aulas de viola campaniça, dirigidas a crianças, com o objetivo de proporcionar um primeiro contacto com a música tradicional alentejana, de forma lúdica e acessível.

Através do som característico da viola campaniça (instrumento tradicional do concelho de Ourique que esteve, durante algum tempo, em desuso) as crianças tiveram oportunidade de explorar ritmos, melodias simples e canções tradicionais. Esta abordagem permitiu o desenvolvimento da escuta musical, da coordenação motora e do gosto pela música, promovendo simultaneamente a valorização do património cultural local.

Indicadores	Metas	Metas atingidas até momento
N.º de crianças e jovens a beneficiar de um acompanhamento técnico de proximidade	10	4
N.º de atividades realizadas / aulas	1	1 atividade com 8 aulas
N.º de participantes	Não definido	98

Relativamente à atividade Crescer Juntos, a mesma já se encontra em implementação, ainda que, até ao momento, apenas com um grupo de crianças. Foi igualmente tentada a abertura de um segundo grupo, dedicado à temática da fotografia e vídeo, contudo, até à presente data, não se registaram inscrições.

Atividade 3. Eu sou, nós somos família

Neste período foram realizadas as seguintes ações:

- **“Vamos falar de autismo”** – Com o intuito de comemorar o dia da consciencialização para o autismo, esta ação realizou-se no dia 2 de abril na Biblioteca Municipal de Ourique, consistiu numa mesa redonda com a Psicóloga Clínica Sónia Nunes, a Terapeuta da Fala Diana Carvalho e o Daniel Rijo pai de uma criança com espectro de autismo.
- **“Viagem da imaginação”** - Esta ação realizou-se nos dias 14, 15 e 20 de maio com o Jardim de Infância de Ourique. A atividade surge com o objetivo de conhecer as crianças do pré-escolar do Concelho de Ourique e criar laços entre a equipa, a escola e a família. Estas sessões tiveram como objetivo proporcionar às crianças uma experiência sensorial, estimulando a criatividade, a imaginação os sentidos.
- **“Famílias em movimento”** – Comemoração do Dia da Família, esta ação realizou-se no dia 16 de maio no Parque da Nora, com o objetivo de promover a união familiar, o convívio e o fortalecimento dos laços afetivos entre pais, filhos e comunidade através de atividades lúdicas e criativas.
- **“Caminhos da parentalidade”** – Nesta ação foi realizada uma mesa redonda com a participação de Marisa Feliciano e Alfredo Leite para abordar os temas da parentalidade, aberta a toda a comunidade. Realizou-se no dia 16 junho na Escola Básica Secundária de Ourique. Esta atividade teve objetivos: promover o diálogo e a reflexão sobre parentalidade, promover a partilha e consciencializar acerca da educação e sentimentos negativos dos progenitores.
- **“Espelhos da empatia”** - A atividade “Espelhos da Empatia” contou com três sessões onde os jovens e as suas famílias foram convidadas a refletir sobre a temática do bullying. Esta atividade foi dinamizada em parceria com uma psicóloga do Município de Ourique.
- **“Parque mineiro”** - A atividade “Parque Mineiro – Aljustrel” realizou-se no dia 5 de setembro e contou com a participação de 11 crianças, com idades compreendidas entre os 6 e os 11 anos, das quais 10 eram beneficiárias do projeto. Durante a atividade, as crianças tiveram a oportunidade de explorar o fundo de uma mina, interagindo diretamente com a sua história e funcionamento. Num segundo momento, conheceram um pouco da história da vila de Aljustrel e

participaram numa atividade de arqueologia dinamizada pelo Museu Municipal. Esta atividade teve como objetivos promover o convívio, fomentar a criação e o fortalecimento de laços, incentivar a socialização, proporcionar momentos de brincadeira, convívio e aprendizagem, bem como a aquisição de novos conhecimentos

- **“Black pig”** - A atividade “BLACK PIG GIN” realizou-se no dia 19 de dezembro e contou com a participação de 11 crianças, com idades compreendidas entre os 6 e os 11 anos. Durante a atividade, as crianças tiveram a oportunidade de realizar um safari pelo parque, visitar os animais, conhecer a Casa do Pai Natal, praticar patinagem na pista de gelo, participar na alimentação dos animais, realizar atividades de pinturas, visitar a destilaria e explorar o parque temático. Esta atividade teve como objetivos promover a curiosidade e a atenção, estimular o empreendedorismo, potenciar a aquisição de novos conhecimentos e a aprendizagem através da vivência e do contacto com experiências diferenciadoras, bem como estimular a criatividade, a expressão plástica e fomentar a participação e o envolvimento em atividades sociais.

Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de beneficiários	35	39
N.º de iniciativas realizadas	24	11
N. de participantes	Não definido	273

Na atividade Eu Sou, Nós Somos Família, tem-se verificado uma boa adesão, com participação ativa das famílias e das crianças.

Atividade 4. Todos a brincar

Neste período foram realizadas as seguintes ações:

- **“Mural do dia da criança** Esta ação foi realizada no âmbito do dia da criança em parceria com o município de Ourique. Realizou-se no dia 30 de maio no Parque do Trabalhador.

- **“Mural néon”** Esta ação foi realizada no âmbito do Peddy Paper realizado pelo Município de Ourique. Realizou-se no dia 13 de junho na Praça Padre António Pereira.
- **“Mente corpo e alma”** Esta ação teve como principais objetivos a criação e fortalecimento de laços entre os jovens, promoção da independência e autonomia, criação de espaço para expressão verbal e emocional, fomentar a estimulação cognitiva, reforçar a importância da socialização e promover o bem-estar, o equilíbrio e o relaxamento. Esta ação decorreu no dia 28 julho em Santana da Serra.
- **“Cinema de rua”** - Esta ação consistia na transmissão de um filme para as populações que residem em situação de isolamento geográfico, não dispondo de fácil acesso a serviços como cinemas e teatros. Neste contexto, foi transmitido um filme nas localidades do concelho, que se iniciou a 31 de julho até ao dia 11 de setembro.
- **“Festa das cores”** Esta ação teve como objetivo conhecer as crianças do Concelho de Ourique e criar laços entre a equipa, divulgar o projeto e estimular os sentidos com cores vibrantes e música. Realizou-se no dia 14 de agosto no Castelo de Ourique.
- **“Brincadeiras de rua”** -No âmbito desta atividade, foram realizadas 14 ações, concretamente nos dias 16 de abril; 7 e 31 de julho; 2 de setembro; 1, 8, 15, 22 e 29 de outubro; 2, 12 e 19 de novembro; e 3 e 10 de dezembro. No anexo 6 encontra-se a informação relativa ao planeamento e aos respetivos relatórios da atividade. Esta atividade teve como objetivos promover a criação e o fortalecimento de laços, a recriação de costumes e tradições, a interação social entre crianças, bem como a partilha e a troca de ideias, incentivando a convivência e a socialização.

Indicadores	Metas	Metas atingidas
Nº destinatários	15	51
Nº de iniciativas realizadas	16	26
Nº de participantes	Não definido	365

A atividade Todos a Brincar tem decorrido conforme o planeado. No entanto, é notória a fraca adesão das crianças às Brincadeiras de Rua, tendo-se registado participação apenas nas localidades de Ourique e Santana da Serra. Por outro lado, os Cinemas de Rua apresentaram uma boa adesão, com participação significativa em diversas localidades do concelho.

Atividade 5. Estou (IN)

Neste período foram realizadas 2 ações:

- **“Safari dos sentidos”** No âmbito desta ação foi dinamizada a atividade “Safari dos Sentidos”, com a duração de dois dias, as crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos, foram convidadas a explorar os seus sentidos (tato, paladar, olfato, audição e visão) mediante os desafios que lhes eram propostos. Contamos com a presença da profissional Leila Casadinho para dinamizar algumas atividades.
- **“Bootcamp férias em movimento entre serras e água que mira”** A ação realizou-se para jovens entre os 12 e os 16 anos, decorreu nas Casas da Eira de Baixo, em plena Barragem de Santa Clara. Com duração de três dias, foram desafiados através de provas de conhecimento interior, relaxamento e acima de tudo muita diversão. Contámos com a presença de 9 jovens.

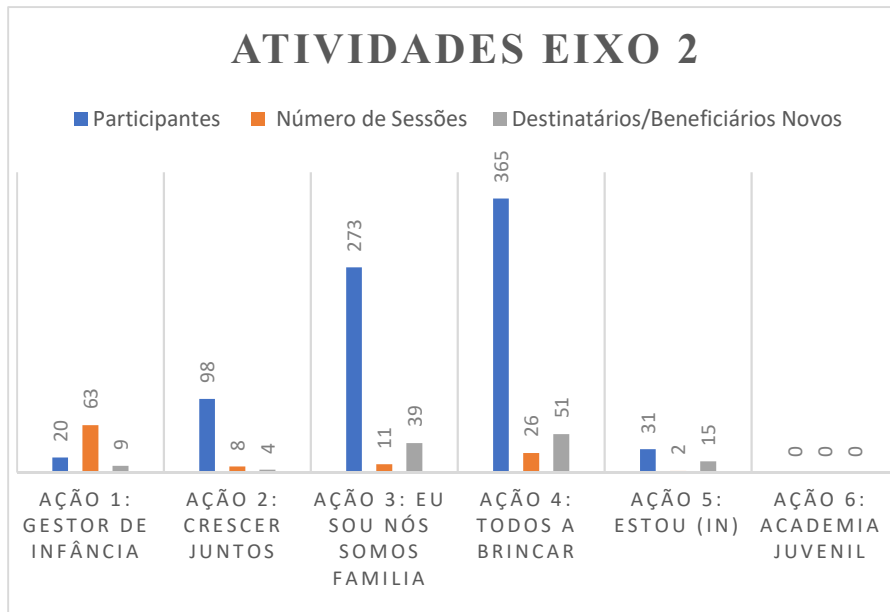
Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de destinatários	10	6
N.º de iniciativas realizadas	12	9
Nº. participantes	Não definido	7

Atividade 6. Academia juvenil

No período deste relatório não foram realizadas quaisquer ações no âmbito desta ação.

Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de beneficiários	10	0
N.º de programas executados	3	0
Nº. participantes	Não definido	0

O seguinte gráfico demonstra as atividades realizadas no eixo 2 tais como os destinatários e participantes na mesma.



4.2. Eixo 3: Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade

Atividade 7. Gestor 60+

Nesta atividade foram realizados 9 acompanhamentos pela equipa a 6 séniores com o intuito de fazer uma avaliação inicial das situações e de compreender quais as suas verdadeiras necessidades para iniciar a intervenção. Apesar disso, reconhece-se a necessidade de alcançar um maior número de idosos em situação de isolamento. Contudo, tal não tem sido possível até ao momento, devido a constrangimentos relacionados com a disponibilidade da equipa e com as grandes distâncias entre os montes e as localidades do concelho.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de seniores a beneficiar de um acompanhamento individual e regular	25	6
N.º de sessões de atendimento e acompanhamento realizadas	Não definido	9
N.º de atividades realizadas	1	1
N.º de participantes	Não definido	6

Atividade 8. Mais Proximidade

No período deste relatório foram realizadas 142 horas de intervenção, 108 horas Desporto e 34 horas Psicologia Clínica.

No âmbito das **Sessões de Desporto**, são desenvolvidas atividades desportivas individuais e em grupo, com o objetivo de promover a saúde, a autonomia e a qualidade de vida das idosas, bem como melhorar a mobilidade articular, o equilíbrio e a força, respeitando as necessidades específicas de cada idoso.

No âmbito das sessões de **Psicologia Clínica**, são realizadas sessões individuais e em grupo que visam a promoção do bem-estar emocional, o fortalecimento das relações interpessoais e o acompanhamento em situações de luto e solidão, bem como o apoio na gestão de conflitos e emoções.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingida
N.º de cidadãos idosos a beneficiar de um acompanhamento técnico de proximidade	25	12
N.º de atividades realizadas	1	142
N.º de participantes	Não definido	60

No âmbito da ação Mais Proximidade, têm sido realizados acompanhamentos a idosos que apresentam vulnerabilidades ao nível físico, social e emocional. É de salientar que existem muitos idosos com estas vulnerabilidades e que ainda não têm acesso a respostas adequadas ou a acompanhamento regular, o que reforça a importância da continuidade e do alargamento da ação Mais Proximidade.

Atividade 9. ATIVA.IDADE

Neste período foram realizadas as seguintes ações:

- **“Da solidão à expressão”** Nesta ação foram realizadas 4 seções de promoção do bem-estar com o tema “Da solidão à expressão” com uma metodologia de sessão em grupo e a idosos do concelho de Ourique.
- **“Mente corpo e alma”** Esta ação teve como objetivo a promoção do bem-estar com o tema “Mente corpo e alma”, com uma metodologia de sessão grupal dirigida aos idosos do concelho.
- **“Recria-te”** Para comemoração do Dia Mundial da Reciclagem, realizaram-se 7 ações pelas localidades do concelho com um workshop onde os idosos foram desafiados a produzir um porta-moedas com material reciclado.
- **“Arraial sénior”** Atividade “Arraial Sénior” corresponde a uma atividade aberta a todos os idosos do concelho de Ourique de forma a conviverem e interagirem e recriar o ambiente tradicional das festas dos Santos Populares.

- **“Mãos floridas”** Corresponde a um workshop de flores de papel/plástico, de forma a trabalhar a socialização, motricidade fina e espírito de equipa.
- **“Oficina de cordas”** Esta atividade teve como objetivo proporcionar a aprendizagem de um instrumento típico da nossa região, a viola campaniça, promovendo simultaneamente o convívio e a valorização do património cultural local.
- **“Saudável é envelhecer”** Consiste na dinamização de atividades desportivas em grupo, com o objetivo de promover a saúde, a autonomia e a qualidade de vida dos participantes, através de movimento orientado e seguro.
- **“Cuidar de si e do outro”** O objetivo deste programa é promover o bem-estar emocional, fortalecer as relações interpessoais e desenvolver competências de empatia, autocuidado e gestão emocional. Através de dinâmicas de grupo, partilha de experiências e exercícios práticos, pretende-se criar um espaço seguro de escuta, reflexão e apoio mútuo.
- **“Sabores da NOSSA TERRA- Workshop de doçaria tradicional”** Consistiu na dinamização de um workshop de doçaria tradicional, no qual os participantes foram desafiados a valorizar a gastronomia local, partilhando saberes e sabores que atravessam gerações, do passado ao presente.
- **“Encantos de Cera”** A atividade “Encantos de Cera” consistiu na dinamização de workshops de produção de velas aromatizadas em molde.
- **“Saúde e bem-estar”** A atividade “Saúde e Bem-Estar” consistiu na realização de workshops dedicados à temática da doença respiratória, abordando a prevenção, o tratamento e a partilha de dicas práticas relevantes para a população idosa.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de beneficiários	37	84
N.º de iniciativas realizadas	32	22 iniciativas 61 sessões
N.º de participantes	Não definido	611

A ação ATIVA.IDADE tem decorrido conforme planeado, tendo sido possível mobilizar e impactar positivamente os idosos através da dinamização de novas atividades. Os participantes têm demonstrado elevado interesse, participação ativa e entusiasmo face às propostas desenvolvidas.

Atividade 10. Entrelaçar Gerações

Neste período foram realizadas as seguintes ações:

- **“Produção de um vídeo promocional”**

Foi desenvolvida uma ação com a duração de 1 dia, que juntou idosos e crianças para a produção e realização de um filme promocional e divulgativo do projeto GER(A)ÇÕES CLDS 5G Ourique.

- **“COM GER(A)ÇÕES”**

A atividade COM GER(A)ÇÕES, dinamizada em parceria com a escola de Santana da Serra no Dia da Família, juntou idosos e crianças na construção de porta-chaves cujo tema foi “a minha avó de coração”. Nesta atividade, as crianças juntavam-se a um idoso que os ajudava na construção do mesmo.

- **“Decorações das aldeias- Natal”**

A atividade “Decorações de Natal” insere-se no Projeto “Embelezamento das Aldeias”, um projeto de carácter intergeracional que visa promover o encontro entre crianças,

jovens e idosos, com o objetivo de embelezar as respectivas aldeias. Esta atividade tem como principais objetivos promover o convívio entre diferentes faixas etárias, proporcionar momentos de partilha, incentivar o respeito mútuo e potenciar a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens diferenciadoras para todos os participantes. E foi realizada em duas localidades.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingidas
N.º de beneficiários	20	4
N.º de projetos de ação coletiva dinamizados	4	4
N.º de participantes	Não definido	94

A ação Entrelaçar Gerações tem decorrido dentro da normalidade, tendo a equipa realizado reuniões com as escolas, com vista à dinamização de um maior número de atividades conjuntas entre idosos e crianças.

Neste âmbito, foi iniciado o projeto Decorações das Aldeias, com recurso a materiais recicláveis, o qual será desenvolvido ao longo da execução do projeto GER(A)ÇÕES.

Atividade 11. Mais perto de si

Neste período foram realizadas as seguintes ações:

- **“Ateliê de Páscoa”**

Foram planeados 3 ateliers de Páscoa nos locais mais isolados (Monte da Ribeira, Fitos e Alcarias) com o intuito de promover o envelhecimento ativo: criação/fortalecimento de laços, promoção da independência e autonomia, estimulação da imaginação e criatividade, promoção da interação social, motricidade fina e ocupação significativa. O ateliê da Páscoa não se realizou por falta de participantes.

- **“Caminhada”**

Foram planeadas 2 caminhadas (Torre Vã e São Romão) com o intuito de promover o envelhecimento ativo: criação/fortalecimento de laços, redução dos riscos inerentes ao isolamento e solidão, promoção do bem-estar, equilíbrio e relaxamento, combater o sedentarismo e melhorando a qualidade de vida. Devido às condições meteorológicas a caminhada não se realizaram.

- **“Vamos à feira?”**

Foi dinamizada a atividade “Vamos à Feira?” que consistiu numa visita a uma feira típica do concelho, a Feira de Garvão. Participaram 4 idosas que habitam em locais isolados nas suas freguesias. Esta atividade pretendeu abrir os horizontes das beneficiárias, dotá-las de conhecimentos (históricos e culturais), promover o convívio e combater o isolamento a que estão sujeitas diariamente.

- **“Cinema de rua”**

O cinema de rua consistiu na transmissão de um filme para as populações que residem em situação de isolamento geográfico, não dispondo de fácil acesso a serviços como cinemas e teatros. Neste contexto, foi transmitido um filme na localidade de Aldeia de Palheiros, Conceição, Grandãos, Santana da Serra, Santa Luzia, Panóias, Ourique e Garvão. Na Aldeia Nova da Favela não foi realizado o cinema devido a um problema técnico exterior à associação.

- **“Linha cuidar”**

As chamadas telefónicas não constituem uma atividade autónoma, mas sim uma ferramenta utilizada pela equipa para assegurar a comunicação e a monitorização do estado de cada beneficiário, permitindo um acompanhamento mais regular e próximo. Neste sentido, foram realizadas 23 chamadas telefónicas no período compreendido entre setembro e dezembro de 2025.

- **“Viver +”**

Esta atividade corresponde a ações de animação sociocultural que visam promover o bem-estar, a partilha e a inclusão dos séniores, através de dinâmicas criativas, culturais e recreativas. Estas iniciativas estimulam a convivência, a expressão artística e o desenvolvimento pessoal, valorizando simultaneamente a comunidade e os seus participantes.

- **“Mais perto de si”**

A atividade “Mais Perto de Si” consiste na realização de visitas a montes e localidades mais isoladas do concelho, onde residem pessoas em situação de isolamento, quer geográfico quer social. No âmbito desta atividade, a equipa realizou visitas nas localidades de Santana da Serra e Santa Luzia. Realizaram-se 4 visitas a 18 idosos, dos quais 5 são novos beneficiários. O impacto da ação Mais Perto de Si tem sido bastante positivo, verificando-se uma boa adesão às atividades realizadas e uma participação ativa dos seniores do concelho.

Relativamente às visitas aos locais isolados, os idosos demonstram grande satisfação com a presença da equipa, sendo notória a recetividade e o acolhimento manifestados. Enquanto equipa, sentimos uma forte expressão de gratidão por parte dos beneficiários. Contudo, reconhece-se que o número de situações e de locais isolados é elevado, o que nem sempre permite a realização das visitas com a celeridade desejada.

- **“Mercado de natal”**

Esta atividade, traduziu-se numa visita ao Mercado de Natal de Santana da Serra - 12 de dezembro 2025 contando com a participação de 10 idosos (5 destes novos beneficiários), que residem em locais isolados desta freguesia.

A iniciativa teve como objetivos alargar os horizontes dos beneficiários, proporcionar novas experiências e conhecimentos, promover o convívio e contribuir para o combate ao isolamento social a que estão sujeitos no quotidiano.

- **“Decorações de natal”**

A atividade “Decorações de Natal” consistiu na elaboração de enfeites natalícios, nomeadamente coroas, utilizando materiais reciclados. Esta atividade realizou-se no dia 18 de dezembro de 2025, em Garvão, contando com a participação de 4 idosos

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas atingidos
N.º de beneficiários	10	61
N.º de chamadas recebidas	100	0

N.º de chamadas efetuadas	100	23
N.º de tipos de atividades realizadas	3	8 iniciativas 43 sessões
N.º de participantes	Não definido	374

Atividade 12. Encontros Sêniores

“I ENCONTRO SÉNIOR- ENVELHECER COM SAÚDE E BEM-ESTAR”

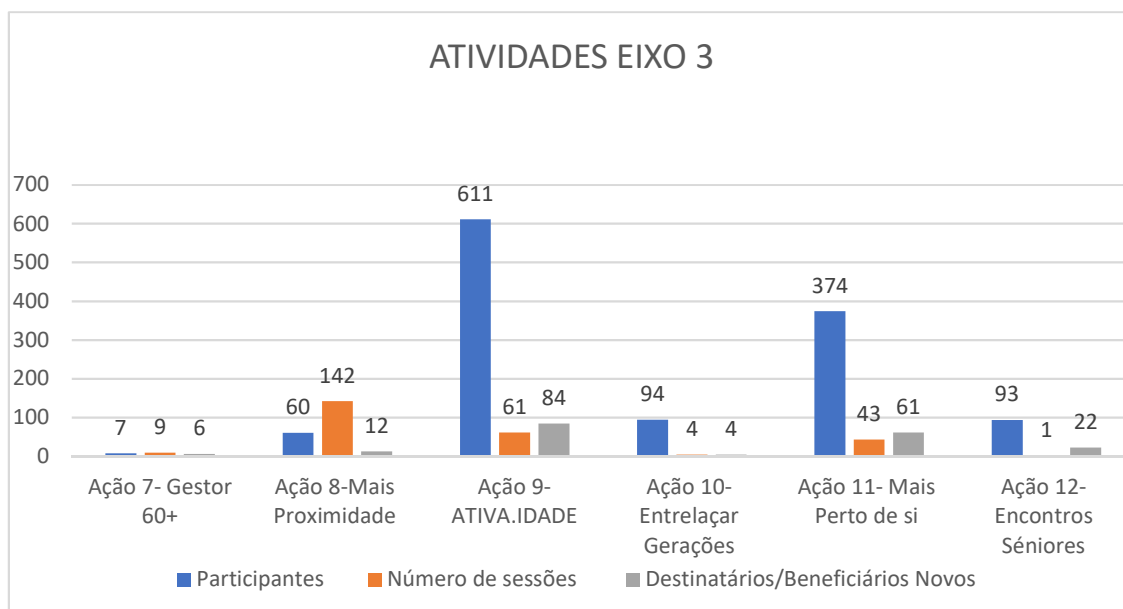
O 1.º Encontro Sénior do Concelho de Ourique realizou-se no dia 15 de outubro de 2025 em Ourique e foi uma atividade dedicada à população sénior, com o objetivo de promover o envelhecimento ativo, saudável e com bem-estar. Sob a temática “Envelhecer com Bem-Estar e Saúde”, o encontro constituiu num espaço de partilha, aprendizagem e convívio, valorizando o papel ativo dos seniores na comunidade.

A iniciativa contou com a participação de oradores convidados, que enriqueceram o programa com a partilha de conhecimentos, experiências e orientações práticas nas áreas da saúde, do bem-estar físico e emocional, da prevenção de doenças e da qualidade de vida na idade sénior. As intervenções promoveram a reflexão sobre hábitos de vida saudáveis, autonomia, participação social e envelhecimento positivo. Para além das sessões informativas, o encontro proporcionou momentos de interação e troca de experiências entre os participantes, reforçando laços sociais e incentivando a adoção de estilos de vida mais saudáveis. Esta atividade assumiu-se como um contributo relevante para a promoção do bem-estar da população sénior do concelho de Ourique, contribuindo para uma comunidade mais informada, ativa e saudável. No total, participaram 93 seniores, dos quais 22 são novos beneficiários.

Indicadores e metas:

Indicadores	Metas	Metas Atingidas
N.º de beneficiários	50	22
N.º de iniciativas realizadas	4	1
N.º de participantes	Não definido	93

Em suma segue um gráfico que ilustra as sessões realizadas o número de participantes e os beneficiários.



5. CALENDARIZAÇÃO E DESVIOS FACE AO PREVISTO

No decorrer destes meses de execução, foi desenvolvido um trabalho significativo de divulgação do projeto, identificação de beneficiários e planeamento de ações concretas, envolvendo todos os parceiros locais, conforme evidenciado ao longo do presente relatório. A equipa tem empenhado todos os esforços para assegurar o desenvolvimento das ações previstas. Para além do trabalho de divulgação, foram iniciadas, no âmbito do **Eixo 2 – Combate à pobreza e à exclusão social das crianças e dos jovens, promotor de uma efetiva Garantia para a Infância**, as seguintes ações: Ação 1 – “Gestor de Infância”; Ação 2 – “Crescer Juntos”; Ação 3 – “Eu sou, nós somos, família”; Ação 4 – “Todos a Brincar” e Ação 5 – “Estou IN”. Até ao momento, a equipa ainda não iniciou a Ação 6 – “Academia Juvenil”.

Relativamente ao **Eixo 3 – Promoção da autonomia, envelhecimento ativo e longevidade**, foram iniciadas todas as ações previstas, nomeadamente: Ação 7 – “Gestor 60+”; Ação 8 – “Mais Proximidade”; Ação 9 – “ATIVA.IDADE”; Ação 10 – “Entrelaçar Gerações”; Ação 11 – “Mais Perto de Si” e Ação 12 – “Encontros Sêniores”.

No que diz respeito às principais dificuldades e constrangimentos identificados:

- Dificuldade na contratação de recursos humanos externos para a execução de determinadas ações, uma vez que estes não se encontram disponíveis localmente e apresentam custos de contratação significativamente superiores aos limites definidos no artigo.º 26.º da Portaria n.º 325/2023, de 30 de outubro;
- Dificuldade na interpretação da contagem de destinatários e participantes, gerando dúvidas ao nível da correta contabilização dos indicadores;
- Dificuldade no arranque da Ação 6 – “Academia Juvenil” (Eixo 2), devido à ausência de resposta aos pedidos de orçamento efetuados a possíveis fornecedores.
- Execução da operação CLDS 5G de forma muito solitária, sem a existência de momentos regulares de partilha entre o organismo intermédio e as entidades executoras, que permitam informar, esclarecer e uniformizar regras e normas de execução, contribuindo para a redução de erros e irregularidades;

- Aguardar a marcação de reuniões do Núcleo da Garantia para a Infância, de forma a agilizar a implementação e execução do CLDS 5G no território. Foi sentida uma clara ausência de informação e de orientações que permitam nortear a intervenção da equipa enquanto projeto. Como exemplo, destaca-se a inexistência de acesso à listagem de crianças beneficiárias do Subsídio de Garantia para a Infância, que até ao momento não foi facultada, impossibilitando o início da intervenção junto destas crianças por falta de dados essenciais;
- A elevada carga burocrática do projeto tem reduzido o tempo disponível para a intervenção direta.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O CLDS 5G apresenta um forte envolvimento por parte dos participantes, encontrando-se apenas pendente o arranque de uma ação prevista no plano inicialmente proposto. Apesar das dificuldades identificadas ao longo da implementação, os resultados alcançados demonstram um impacto claramente positivo na inclusão social, no combate ao isolamento e na promoção do bem-estar de crianças, jovens e idosos. Importa ainda salientar a forte ligação estabelecida com os beneficiários e respetivas famílias, bem como o impacto significativo que o projeto tem vindo a ter na vida de vários membros da comunidade.

Para a continuação da implementação do Plano de Ação, é fundamental manter a articulação com as entidades parceiras já envolvidas, bem como promover a integração de novos parceiros que se queiram juntar ao projeto, garantindo uma intervenção mais concertada e centrada nas necessidades do território.

A divulgação do projeto tem sido assegurada sobretudo através de um trabalho de proximidade junto das entidades parceiras, complementado por ações de divulgação porta a porta junto da população e pela utilização das redes sociais.

Os contactos telefónicos e por correio eletrónico têm sido constantes; contudo, importa destacar a relevância das atividades de proximidade, que se têm revelado fundamentais para o impacto junto dos beneficiários. Enquanto equipa, procuramos manter uma presença próxima da comunidade, dando resposta às dificuldades identificadas através do planeamento de atividades que visem colmatá-las e que se enquadrem nos objetivos definidos no Plano de Ação.

Na continuidade do projeto consideramos necessária a contratação de técnicos especializados em diversas áreas para colmatar o trabalho realizado no terreno pela equipa do CLDS GER(A)ÇÕES, consolidando assim as boas práticas e o trabalho realizado até ao momento.