




**Seminário: Os desafios do Envelhecimento Activo –
Inovar no presente e planear o futuro**



**Plano Estratégico para a Terceira Idade do
Concelho de Santa Maria da Feira (2008-2011)**
Programa e-mili@

**Cristina Ribeiro
Cristina Barbosa**



Câmara Municipal de Santa Maria da Feira

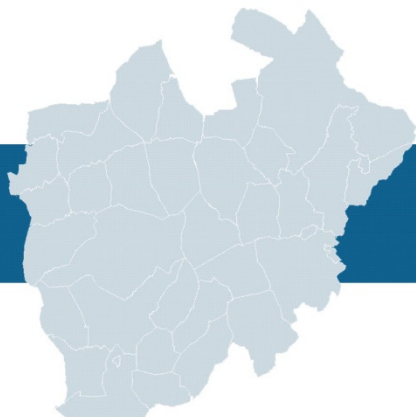
Porto, 23 de Novembro de 2010



Objectivos:

- Estimular comportamentos e atitudes de um envelhecimento activo e saudável;
- Reforçar a participação cívica das pessoas;
- Contribuir para a valorização da imagem positiva do idoso na sociedade;
- Desenvolver uma visão holística do processo de envelhecimento;
- Desenvolver *know-how* nos equipamentos geriátricos e no *staff* afecto;





Planeamento Estratégico

Plano Estratégico para a Terceira Idade do Concelho de Santa Maria da Feira (2008-2010)

Acções

A – Mecanismos de intervenção na promoção do Envelhecimento Activo

B – Medidas de intervenção no âmbito da vulnerabilidade funcional e social

C – Conservação do património cultural e memória colectiva das comunidades

D – Acompanhamento do programa através de medidas horizontais de formação e investigação





Medidas estratégicas

Medida 1 – Promoção Educativa e Acesso à Sociedade do Conhecimento

Medida 2 – Programas de actividade física e desporto e participação activa das pessoas idosas

Medida 3 – Programas no âmbito da intervenção na capacidade e eficácia do sistema de cuidados

Medida 4 – Programa de criação de respostas especializadas para idosos com doença de alzheimer

Medida 5 – Programa de luta contra as condições de pobreza crónica de pessoas idosas

Medida 6 – Programa de conservação do património cultural e da memória colectiva das comunidades

Medida 7 – Projectos de formação e educação em cuidados pessoais

Medida 8 – Pesquisa científica no diagnóstico de necessidades e de avaliação de programas



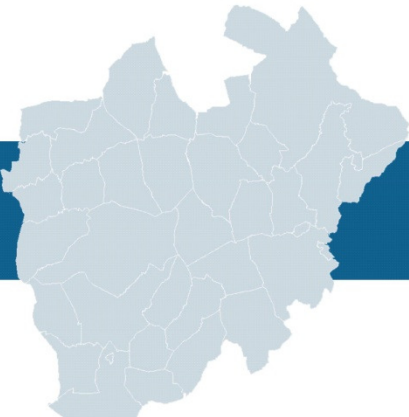


Medida 2 – Programas de actividade física e desporto e participação activa das pessoas idosas

Programa Movimento e Bem-Estar

- Promover a prática do exercício físico e estilos de vida saudável;
- Contribuir para a melhoria de saúde, funcionalidade;
- Incrementar a participação social e comunitária;

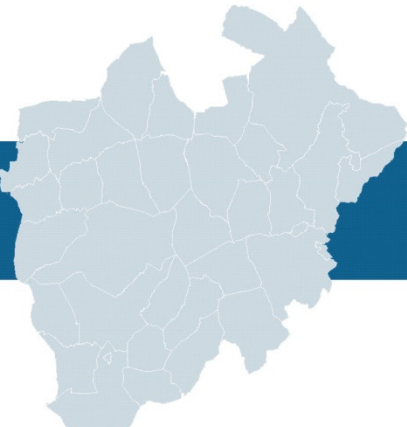


- 
- Cerca de 1600 participantes
 - 49 entidades protocoladas

ACTIVIDADES

- Ginástica
- Hidro Ginástica
- Caminhada
- Tai-chi
- Boccia
- Olimpíadas Séniores
- Matinés Dançantes
- Formação





Medida 3 - Programas no âmbito da intervenção na capacidade e eficácia do sistema de cuidados

- Articulação directa com Rede Social Concelhia;
- Apoio na elaboração de candidaturas;
- Organização de encontros de formação;
- Formação contínua junto dos parceiros da Rede Social;





Medida 4 – Programa de criação de respostas especializadas para idosos com doença de alzheimer

Cuidar de Quem Cuida

- Projecto intermunicipal da Região do Entre Douro e Vouga
- Cuidadores informais de situações de DA e pós-AVC
- Linhas de actuação:
 - Linha 1 – Grupos Psico-educativos
 - Linha 2 – Bolsa de cuidadores formais
 - Linha 3 – Bolsa de Voluntariado
 - Linha 4 – Diagnostico *respice care*
 - Linha 5 – Fóruns de discussão





Medida 5 – Programa de luta contra as condições de pobreza crónica de pessoas idosas

Cartão Feira Sénior

- Criado em Julho de 2009;
- Medida facilitadora da integração e participação social dos idosos;
- Resposta complementar para dignificação e melhoria das condições de vida;
- Efectivação de parcerias locais;
- Estimulo à participação activa da população idosa nas actividades culturais, desportivas

e recreativas;



santa maria da feira câmara municipal



Medida 6 – Programa de conservação do património cultural e da memória colectiva das comunidades

Passeios na Minha Terra

- Conhecer a riqueza e reavivar as memórias e espaços;
- Participar na construção da identidade do Concelho;
- Divulgar a cultura do Concelho e da Região;
- Reforçar a identidade e o sentimento de pertença;





Actividades

- Roteiros anuais no Concelho, Área Metropolitana do Porto e outros locais de interesse;
- Temática Histórico-Cultural:
 - 2008 – Centenário da Linha do Vale Vouga
 - 2009 – Comemoração dos 200 anos das Invasões Francesas em Portugal
 - 2010 – Comemorações do Centenário de



Implantação da Republica

santa maria da feira câmara municipal





Projectos Intergeracionais

- Estabelecer relações de proximidade;
- Estimular a valorização de saberes;

Programa “Idosos Revisitam a Infância”

- Seniores nas escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico;
- Crianças redigem textos e ilustram a história;
- Transposição para formato digital;
- Edição de livro com contos;



santa maria da feira câmara municipal





Programa “Imagens da Minha Vida”

- Reforçar o sentimento de pertença com um passado comum;
- Partilhar as memórias com as gerações mais novas;
- Recolher memórias colectivas e integrar em projectos futuros;



santa maria da feira câmara municipal



Actividades

- Actividades culturais e de lazer (memórias, histórias de vida e saberes)
- Ciclo de cinema, exposições temáticas
 - 2006 – “A minha Mocidade”, “Vamos à Bola” e “O Estado Novo”
 - 2007 – 2008 – “Emigração e Comunicação”
 - 2010 – “As Profissões antigas”



santa maria da feira câmara municipal



Integração Comunitária

- Imaginarius – Santa Maria da Feira

- Projecto “Texturas”

- Projecto “Donzela” de Joana Vasconcelos

- Projecto “Varina” de Joana Vasconcelos

- Espectáculo “Meu Céu” de Clare Andermatt

- “A Feliz Idade” de Anna Stigsgaard



santa maria da feira câmara municipal





Medida 7 – Projectos de formação e educação em cuidados pessoais

- “Quedas: conhecer e prevenir” – 15 sessões itinerantes nas freguesias do Concelho;
- “Burlas e vendas agressivas nos Seniores” – 15 sessões informativas aos seniores, na área da segurança pessoal e dos seus bens, realizadas em parceria com as Forças Policiais.
- 3 rastreios em áreas como as doenças cardiovasculares, saúde oral, diabetes e problemas oftalmológicos,
- Seminários para Condutores Seniores;





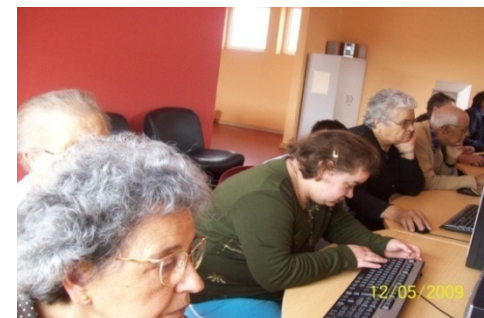
Medida 1 - Promoção Educativa e Acesso à Sociedade do Conhecimento

e-mili@

- Adquirir conhecimentos das tecnologias de informação e comunicação (TIC);
- Promover o uso do computador e internet;
- Promover a e-inclusão digital dos seniores;
- Promover a troca/aprendizagem de conhecimentos;
- Promover literacia nos seniores;



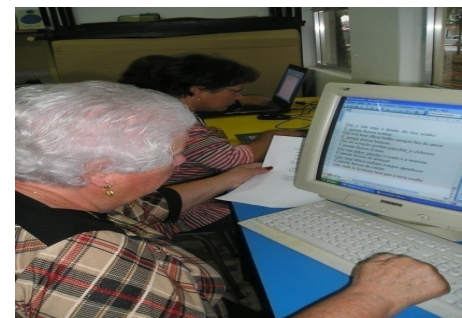
santa maria da feira câmara municipal





Actividades

A. Sessões Formativas em TIC



B. Oficinas de Talentos



C. Sessões de Alfabetização





Sessões formativas de TIC

- Sessões semanais
- 1h30 / sessão
- 380 participantes

- Iniciados
- Avançados



Conteúdos:

A. Aspectos Gerais

B. Paint

C. Word

D. Excel

E. Power Point

F. Internet



Sessões formativas de TIC

- 25 pontos educativos:
 - Casas Municipais da Juventude
 - Pontos Net Concelhios
 - Juntas de Freguesia
 - Agrupamentos de Escolas
 - IPSS's
 - Projectos Camarários
 - Biblioteca Municipal e respectivos pólos
 - Associações Culturais e Recreativas
 - Entidade de Ensino Superior
- Recursos Humanos:
 - Estágios profissionais e voluntários



santa maria da feira câmara municipal





Oficina de Talentos

- Espaços de partilha, aquisição e desenvolvimento de novas aprendizagens e talentos pessoais;
- Objectivo: Promoção Educativa; Envelhecimento activo;



Empowerment Sénior

- Sessões semanais
- 2h / sessão
- 25 pontos educativos:
 - IPSS's
 - Juntas de freguesias
 - Espaços amplos de cada freguesia



santa maria de teira câmara municipal



Actividades:

- Aprendizagem da Dança
- Musica
- Artesanato e trabalhos manuais
- Teatro
- Costura
- Culinária
- ...





Sessões de alfabetização

- 3 experiências;
- Contexto informal;
- Recursos:
 - Logísticos:
 - IPSS's
 - Juntas de freguesia
 - Humanos:
 - Voluntariado – Professores do ensino primário

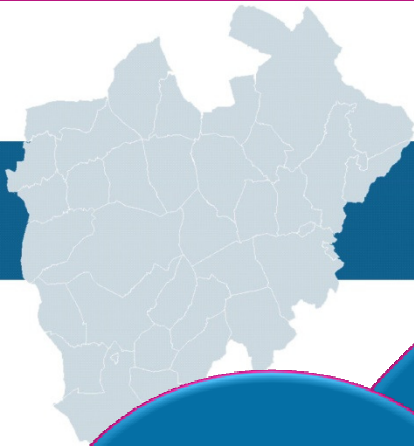




Avaliação

- Computer anxiety rating scale. Heinessen, Jr., R., Glass, C e Knight, L. (1987);
- Escala de Satisfação com a Vida. Neto, F. (2008)
- Inquérito de satisfação com o programa e-mili@





**INESC Porto
(I&D)**

Desenvolvimento de
Ferramentas
electrónicas WEB
2.0

**Administração
Pública**

Suporte técnico, financeiro
e logístico

**Intermediários
Públicos e
Privados**

Apoio Técnico e Logístico

**Seniores
(Conhecimento)**

**Voluntários
Seniores e
Jovens**

Formação

**Fundação
Calouste
Gulbenkian**

Apoio Financeiro



santa maria da feira câmara municipal

Administração Central

Aplicações electrónicas nem sempre desenhadas para a população sénior com baixa escolaridade e/ou baixos rendimentos.



Administração Local

Município

Intermediários

Desenvolvimento de aplicações electrónicas que integram e promovem todos os programas dirigidos aos seniores do Município assim como o fluxo de informação entre as organizações da Rede e o Município.



Administração Local

Município

Intermediários

Envolvimento das organizações na prestação dos serviços (Município, Juntas de Freguesia, Serviços Públicos, Segurança Social e Saúde, IPSS e outras entidades recreativas, culturais e desportivas).



Município

Intermediários

Seniores

Um espaço e uma oportunidade de melhorar o processo de mediação entre os serviços públicos e outros intermediários locais e os usuários dos serviços (seniores) , aumentando a procura dos serviços públicos on-line.



Resultados

web 2.0

- Mais serviços interactivos
- Ajustados a seniores com baixa escolaridade e/ou baixos rendimentos;
- Promove a comunicação e o uso dos serviços públicos online;

Seniores

- Aumento de conhecimentos nas TIC's
- Desenvolvimento de competências num ambiente seguro de partilha e de aprendizagem
- Aumentos dos serviços públicos online

Administração Local

- eCapacity nas TIC's e WEB 2.0 junto dos funcionários públicos;
- Melhor comunicação e organização entre as autoridades locais, os serviços de acção social e os usuários finais.

Intermediários

- Maior eficácia na transmissão da informação entre os agentes sociais, qualificando a intervenção social
- Oportunidade de contribuir para as práticas e políticas implementadas.



santa maria da feira câmara municipal



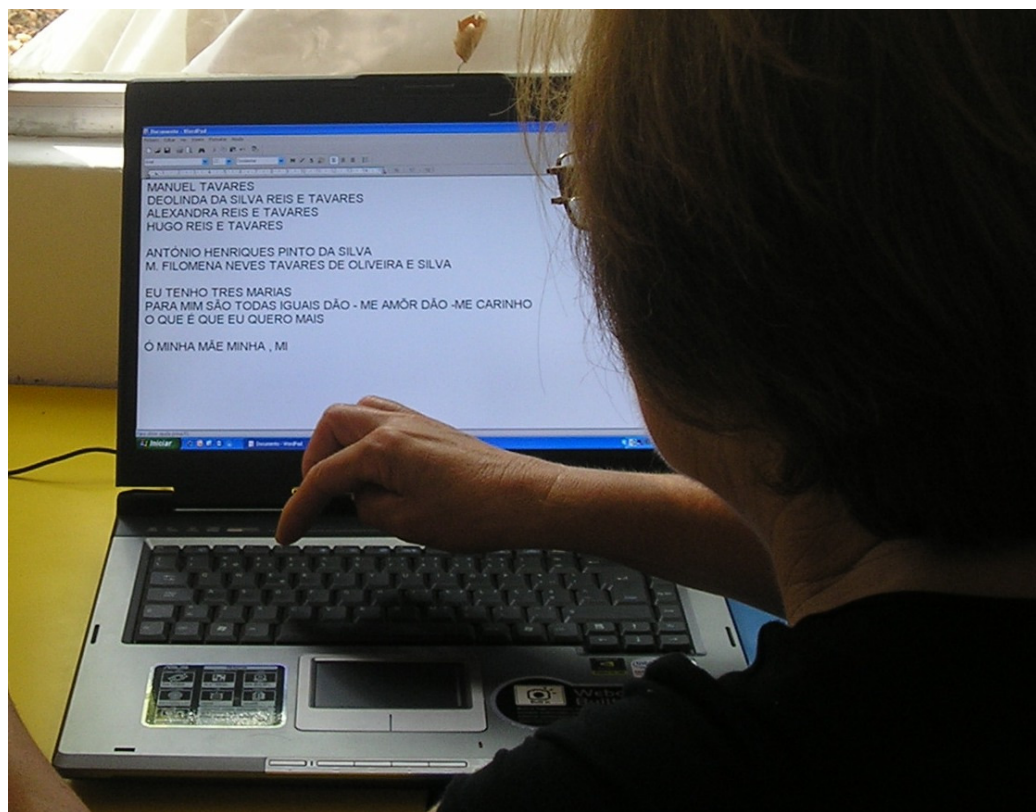
Contactos

Cristina Ribeiro

cristina.ribeiro@cm-feira.pt

Cristina Barbosa

cristina.barbosa@cm-feira.pt



santa maria da feira câmara municipal