



Plano de Ação

Conselho Local de Ação Social de Mesão Frio

2016/2017



Índice

Ficha Técnica	3
Núcleo Executivo	5
Siglas/Acrónimos	7
Nota Introdutória	8
Enquadramento das Ações por Eixos - Síntese	9
Eixo I – Promover competências de empregabilidade e a transição para a vida ativa	13
Eixo II – Intervir ativa e preventivamente sobre as populações vulneráveis à exclusão social	15
Eixo III – Melhorar a qualidade de vida da população	24
Dinâmicas do Conselho Local de Ação Social de Mesão Frio	29



Ficha Técnica

Edição, Propriedade e Reprodução

Câmara Municipal de Mesão Frio – Gabinete de Ação Social

Avenida Conselheiro José Maria Alpoim, 432

Telefone: 254890100

accaosocial@cm-mesaofrio.pt

Órgão Responsável pela Elaboração do Plano de Ação

Conselho Local de Ação Social - Núcleo Executivo



Coordenação

Técnica Dinamizadora da Rede Social de Mesão Frio

Maria José Barrosa Pinto Fontão Secundino

Colaboração

Gabinete de Apoio ao Presidente

EAPN/Portugal – Núcleo de Vila Real

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Mesão Frio

Guarda Nacional Republicana - Destacamento do Peso da Régua – *“Escola Segura”*



Núcleo Executivo

- ALBERTO MONTEIRO PEREIRA - Presidente do CLAS
Câmara Municipal de Mesão Frio
- ALDINA DE FÁTIMA MONTEIRO PEREIRA
Agrupamento de Escolas Prof. António da Natividade, Mesão Frio
- MARGARIDA MARIA G. LACERDA FONSECA P. CARDOSO
Centro de Saúde de Mesão Frio
- CATARINA ISABEL DOS SANTOS GARCIAS
Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio
- MARIA EMILIA MACEDO ALMEIDA
Centro Distrital de Segurança Social de Vila Real
- MANUEL FERNANDO MESQUITA CORREIA
Junta de Freguesia de Oliveira
- VITOR MIGUEL BARROS DA FONSECA
Junta de Freguesia de Vila Marim



Siglas/Acrónimos

CLAS de Mesão Frio - Conselho Local de Ação Social de Mesão Frio

CLDS 3G - Contratos Locais de Desenvolvimento Social (3ª Geração)

EAPN – European Anti Poverty Network (Rede Europeia Anti Pobreza)

IEFP – Instituto de Emprego e Formação Profissional

UCC/Douro – Unidade de Cuidados na Comunidade

ICBAS – Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar

CEI+ - Contratos Emprego Inserção +



Nota Introdutória

Na elaboração do Plano de Ação, para o biénio 2016/2017, esteve subjacente o Diagnóstico Social e o Plano de Desenvolvimento Social de Mesão Frio, sendo que o mesmo obedece à estrutura geral destes dois Instrumentos de Planeamento, no que concerne ao traçar dos objetivos gerais e específicos, definidos pela parceria aquando a sua elaboração.

A metodologia utilizada, para a elaboração do presente documento, assentou na dinamização de várias reuniões com “discussões” ativas e amplas que se iniciou no Núcleo Executivo e que se estendeu a todos os agentes com intervenção/responsabilidade social.

O presente Plano de Ação, à semelhança dos anteriores, ambiciona ser um Instrumento imprescindível na construção de um processo de intervenção social, justo e coeso, centrado nos problemas diagnosticados, contribuindo, desta forma, para um equitativo desenvolvimento social local.

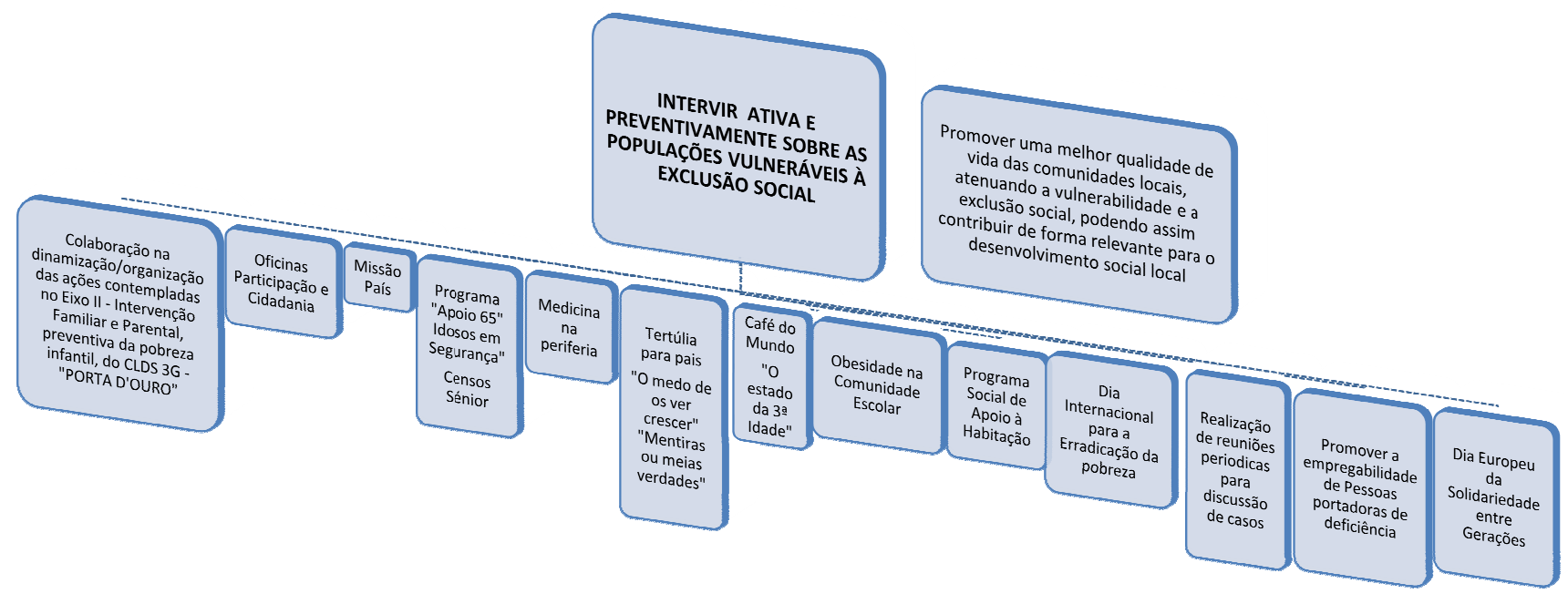
Este Plano de Ação da Rede Social de Mesão Frio, apresenta-se como um documento exequível, de abrangência multidisciplinar e multisectorial, num processo ativo e participado, implicando uma dimensão de contratualização entre todos os parceiros.

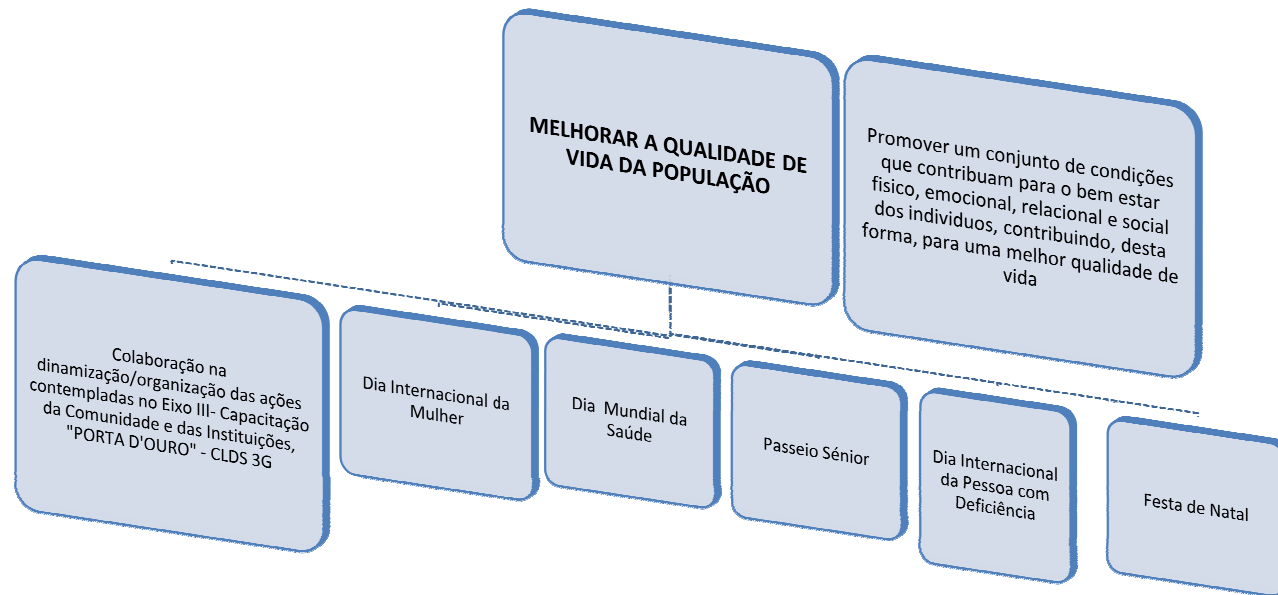
Sendo, o Plano de Ação, um documento aberto, permite ao longo da sua execução incluir outros projetos/ações enquadráveis no âmbito da Rede Social.

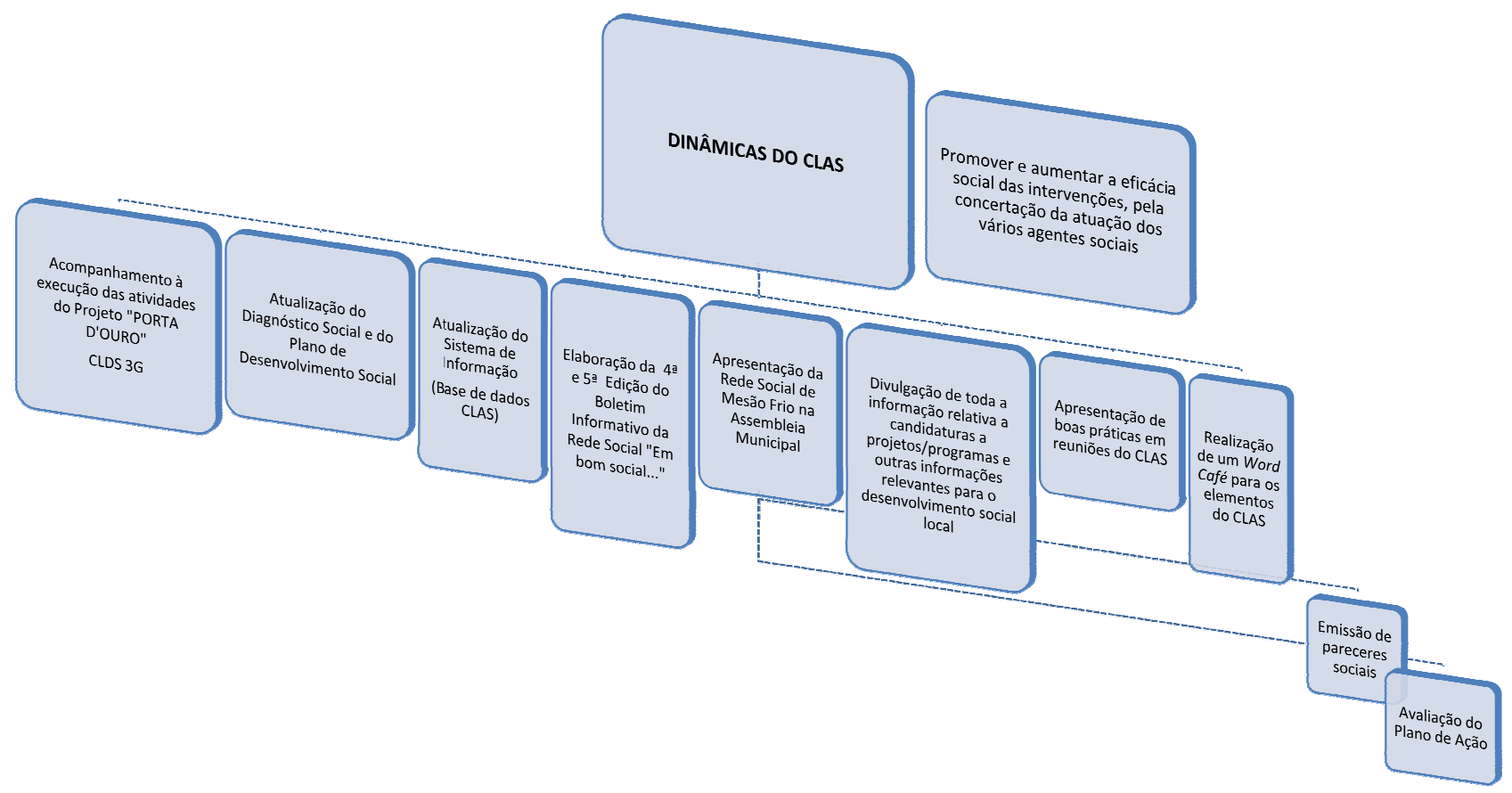
**PROMOVER
COMPETÊNCIAS DE
EMPREGABILIDADE E A
TRANSIÇÃO PARA A VIDA
ATIVA**

Conferir um aumento de competências pessoais, sociais e profissionais, proporcionando à população desempregada uma ocupação, socialmente útil, prevenindo assim o seu isolamento e a tendência para a desmotivação

Colaboração na dinamização/organização das ações contempladas no Eixo I
– Emprego, Formação e Qualificação, do CLDS 3G – “PORTA D’OURO”









Eixo I

Promover Competências de Empregabilidade e a Transição para a Vida Ativa

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Colaboração na dinamização/organização das ações contempladas no Eixo I – Emprego, Formação e Qualificação, do Projeto “PORTA D’OURO” - CLDS 3G	Garantir a exequibilidade das ações contempladas no Eixo I – Emprego, Formação e Qualificação	Ao longo dos anos de 2016 e 2017 será realizado um trabalho de acompanhamento às ações dinamizadas e contempladas no Eixo I	Elaborar um Plano onde fiquem identificadas e planejadas as ações a desenvolver no Eixo I Colaborar na dinamização, organização e divulgação das ações contempladas e planejadas no Eixo I – Emprego, Formação e Qualificação	Nos anos 2016 e 2017	Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio (Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G) Câmara Municipal de Mesão Frio Entidades Parceiras da Rede Social de Mesão Frio (Plenário e Núcleo Executivo) Outras Entidades com responsabilidade social	No final da reunião de trabalho existirá um documento de planificação das ações a dinamizar no âmbito do Eixo I Colaborar na dinamização, organização e divulgação em pelo menos 50% das ações do Eixo I	Nº de elementos (parceiros e técnicos) presentes nas reuniões de trabalho Nº de Planos de Ação elaborados Nº de ações previstas no Eixo I Nº de ações em que a Rede Social colaborou Nº de ações por tipologia de colaboração (dinamização, organização, divulgação) Nº de parceiros do CLAS envolvidos nas ações do Eixo I



Eixo II

Intervir **A**tiva e **P**reventivamente sobre as **P**opulações **V**ulneráveis à **E**xclusão **S**ocial

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Colaboração na dinamização/ organização das ações contempladas no Eixo II – Intervenção Familiar e Parental, preventiva da pobreza infantil, do CLDS 3G – “PORTA D’OURO”	Garantir a exequibilidade das ações contempladas no Eixo II – Intervenção Familiar e Parental, preventiva da pobreza infantil	Ao longo dos anos de 2016 e 2017 será realizado um trabalho de acompanhamento às ações dinamizadas e contempladas no Eixo II	<p>Elaborar um Plano onde fiquem identificadas e planejadas as ações a desenvolver no Eixo II</p> <p>Acompanhamento na dinamização, organização e divulgação das ações contempladas no Eixo II</p>	Nos dois anos (2016/2017) de vigência do Plano de Ação da Rede Social de Mesão Frio	<p>Santa Casa da Misericórdia (Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G)</p> <p>Câmara Municipal de Mesão Frio</p> <p>Entidades Parceiras da Rede Social de Mesão Frio (Plenário e Núcleo Executivo)</p> <p>Outras Entidades</p>	<p>No final da reunião de trabalho ficará elaborado o Plano de Ação</p> <p>Colaborar na dinamização, organização e divulgação em pelo menos 50% das ações do Eixo II</p>	<p>Nº de elementos (parceiros/técnicos) presentes nas reuniões de trabalho</p> <p>Nº de Planos de Ação elaborados</p> <p>Nº de ações previstas no Eixo II</p> <p>Nº de ações em que a Rede Social colaborou</p> <p>Nº de ações por tipologia de colaboração (dinamização, organização, divulgação)</p> <p>Nº de parceiros do CLAS envolvidos nas ações do Eixo II</p>

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Oficinas de reflexão - ação Participação e Cidadania para profissionais e famílias	<p>Desenvolver e aprimorar a qualidade das intervenções dos/as profissionais da área social</p> <p>Ativar a participação das pessoas em situação de desfavorecimento social promovendo o exercício de uma cidadania ativa e o desenvolvimento de competências de capacitação e de empowerment</p> <p>Promover o desenvolvimento das componentes do processo de empowerment individual: participação, competências práticas, auto – estima e consciência crítica</p> <p>Contribuir para o desenvolvimento de processos participativos e exercício de cidadania ao nível local</p>	<p>Em janeiro de 2016 dar continuidade às sessões, iniciadas em 2015, duas para os/as técnicos/as de intervenção social e 6 sessões para famílias multidesafiadas</p>	<p>Realização de 8 sessões/oficinas sobre empoderamento e capacitação, criatividade, psicologia positiva na intervenção c/ famílias multidesafiadas, autoestima, consciência crítica, felicidade, resiliência e otimismo</p>	<p>Início da atividade em dezembro de 2015, continuidade e término em janeiro de 2016</p>	<p>EAPN/Portugal – Núcleo Distrital de Vila Real</p> <p>Câmara Municipal de Mesão Frio</p> <p>Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio (Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G)</p>	<p>Frequentarão as oficinas 15 técnicos/as e 18 famílias</p> <p>10 Famílias continuarão os encontros com a autonomia desejada</p>	<p>N.º de sessões realizadas</p> <p>N.º de participantes</p> <p>N.º total de participantes por tipologia de oficinas</p> <p>Perfil dos participantes (género, idade, situação face ao emprego, beneficiários de políticas sociais)</p> <p>N.º de parceiros Tipologia de parceiros</p> <p>N.º de reuniões de parceria</p> <p>N.º de documentos produzidos</p> <p>Nível de satisfação dos parceiros</p> <p>Nível de satisfação dos participantes das sessões</p>

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Missão País	Levar Jesus às Universidades e evangelizar Portugal através do testemunho da Fé, do Serviço e da Caridade.	Em 2016 e 2017, estudantes universitários irão testemunhar junto da comunidade mesãofriense a fé em Jesus e como ela se vive através do Serviço e da Caridade	Trabalho de voluntariado “Porta a porta” Momentos de oração em vigílias e eucaristias e momentos de convívio com a comunidade Realização de uma Peça de Teatro intitulada “De braços abertos”	De 20 a 27 de fevereiro de 2016 Data a definir em 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio Outras Entidades com responsabilidade social	Aproximadamente 100 jovens estudantes do ICBAS, irão testemunhar a fé de Jesus através de uma missão de dádiva e amor	Nº de atividades realizadas Nº de participantes Nº de Entidades envolvidas

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
<p>Programa “Apoio 65 – Idosos em segurança”</p> <p>Censos Sénior</p>	<p>Promover um conhecimento demográfico, social e psicológico sobre a população idosa residente em Mesão Frio</p> <p>Garantir as melhores condições de segurança e promover o combate ao isolamento e exclusão social</p>	<p>Nos anos de 2016 e 2017 será atualizada a Base de Dados da população idosa do concelho e ainda serão realizadas duas ações de sensibilização</p>	<p>Realizar um trabalho de proximidade “<i>porta a porta</i>”</p> <p>Atualização da Base de Dados Sénior</p> <p>Desenvolver ações de sensibilização junto da comunidade para a identificação de idosos em situação de isolamento</p>	<p>A definir</p>	<p>Câmara Municipal de Mesão Frio</p> <p>Guarda Nacional Republicana – “<i>Escola Segura</i>”</p> <p>Juntas de Freguesia</p>	<p>Atualizar todas as Base de Dados existentes nos dois anos de vigência do Plano de Ação</p> <p>Realizar pelo menos duas ações de sensibilização</p>	<p>Nº de Base de Dados atualizada</p> <p>Nº de ações de sensibilização realizadas</p> <p>Nº de participantes por ação de sensibilização</p> <p>Tipologia dos participantes por ação (faixa etária / dependência)</p> <p>Nº temas trabalhados nas ações de sensibilização</p> <p>Nº de idosos por freguesia</p>

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Medicina na periferia	Prevenção de situações disfuncionais ao nível da saúde	<p>Nos anos 2016 e 2017 será estabelecida uma parceria para a realização de rastreios a nível da saúde</p> <p>Serão realizados 5 rastreios distintos a cada pessoa, em todas as freguesias</p>	<p>Realização de rastreios</p> <p>Realização de diagnóstico e aconselhamento médico (por jovens estudantes de medicina)</p>	De 13 a 15 de maio de 2016	<p>Câmara Municipal de Mesão Frio</p> <p>Juntas de Freguesia</p> <p>Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (ICBAS)</p>	<p>Nos dias 13, 14 e 15 de maio serão rastreadas de 100 a 150 pessoas, às quais será feito um diagnóstico com respetivo aconselhamento médico</p> <p>Nos dias 13,14,15 de maio serão abrangidas 100% das freguesias do concelho de Mesão Frio</p>	<p>Nº de rastreios</p> <p>Nº de pessoas atendidas</p> <p>Nº de freguesias abrangidas</p>

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Tertúlia para pais “O medo de os ver crescer” “Mentiras ou meias verdades”	Criar um momento de reflexão/debate/partilha, onde os/as educadores/as poderão colocar e/ou esclarecer as suas dúvidas	Durante os anos de 2016 e 2017, promover dois <i>Encontros</i> para educadores/as de adolescentes e jovens	Dinamização de encontros de reflexão, debate e partilha sobre a relação pais/filhos – Como educar nos dias de hoje Como lidar com a adolescência dos meus filhos	Em data a definir	Câmara Municipal de Mesão Frio Agrupamento de Escolas Prof. António da Natividade, Mesão Frio Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio (Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G)	Serão realizados pelo menos 2 momentos de reflexão e debate sobre as relações entre pais e filhos, 10% dos participantes esclarecerão as suas dúvidas	Nº de participantes Nº de <i>Encontros</i> realizados Nº de dúvidas colocadas Nº de temas abordados e tipologia Tipologia das dúvidas (categorização)

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Café do Mundo “O estado da 3ª IDADE”	Estimular o envolvimento do grupo alvo na identificação de obstáculos, necessidades e potencialidades locais nas áreas predefinidas	No ano de 2016, promover o envolvimento da PESSOA IDOSA, como parceiro pleno de direito e a participação ativa no processo de mudança	Realização de um <i>Café do Mundo</i> , com os seguintes temas para debate/reflexão: Redes de apoio (família e/ou redes de vizinhança); Saúde/Sexualidade; Abuso/maus tratos a Idosos; Acesso a equipamentos, serviços e cultura; O acesso à informação – a importância dos Média; Participação e Cidadania	30 de setembro de 2016	EAPN/PORTUGAL – Núcleo Distrital de Vila Real Câmara Municipal de Mesão Frio (com o apoio da Biblioteca Municipal) Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio Outros parceiros da Rede Social de Mesão Frio Outras Entidades com responsabilidade social	Participação ativa de pelo menos 25 Idosos, no <i>Café do Mundo</i> e contribuirão para a reflexão sobre o estado da 3ª Idade Realização de pelo menos 1 documento final com as conclusões do encontro	Nº de participantes Tipologia dos participantes (faixa etária, género; escolaridade) Nº de idosos por freguesia Nº total de freguesias envolvidas Nº de documentos produzidos Nº de parceiros envolvidos Nível de satisfação dos participantes e parceiros

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Obesidade na comunidade escolar	Avaliar o impacto das medidas, anteriormente, implementadas	Nos anos letivos de 2015/2016 e 2016/2017 dar continuidade ao trabalho de sensibilização para a importância de uma alimentação saudável junto da comunidade escolar	Realizar um estudo/avaliação quanto ao impacto das medidas de prevenção e sensibilização da obesidade e da alimentação saudável, no meio escolar	Avaliação de impacto Maio de 2016 Trabalho de sensibilização 2016/2017	Câmara Municipal de Mesão Frio Agrupamento de Escolas Prof. António da Natividade de Mesão Frio Centro de Saúde de Mesão Frio (UCC/Douro)	Nos anos letivos de 2015/2016 e 2016/2017 será elaborado um trabalho de avaliação às medidas implementadas Concretização do estudo/avaliação, traduzida na elaboração de um documento com os resultados que será disseminado	Nº de documentos finais elaborados Nº de parceiros envolvidos Nº de notícias sobre o estudo nos meios de comunicação social
Programa Social de Apoio à Habitação	Promover a melhoria das condições básicas de habitabilidade de famílias carenciadas residentes no concelho	Nos anos de 2016 e 2017 serão intervencionadas 10 habitações, reduzindo-se desta forma a degradação do parque habitacional.	Identificação e elaboração de candidaturas ao Programa Social de apoio à Habitação Dinamização do Programa Social de Apoio à Habitação	Durante os anos 2016 e 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio	Nos anos de vigência do Plano de Ação serão intervencionadas 10 habitações	Nº de intervenções realizadas

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza	Ativar e mobilizar a comunidade local para o combate à pobreza e exclusão social	Em 2016/2017 serão dinamizadas ações de sensibilização para a compreensão da pobreza enquanto violação dos Direitos Humanos	Delinear/definir com a EAPN/PORTUGAL – Núcleo Distrital de Vila Real (entidade organizadora)	Outubro de 2016 e 2017	EAPN/Portugal – Núcleo Distrital de Vila Real Câmara Municipal de Mesão Frio Santa Casa da Misericórdia (Projeto “PORTA D’OURO - CLDS 3G) Outras Entidades parceiras da Rede Social de Mesão Frio	No mês de outubro, 100 mesaofrienses ficarão sensibilizados para a temática em questão	Nº de pessoas abrangidas pela ação Nº de ações realizadas Nº de parceiros envolvidos Nº de notícias nos meios de comunicação social
Realização de reuniões periódicas para discussão de casos sociais	Promover um maior conhecimento e uma maior partilha das situações problema a nível social no concelho de Mesão Frio Promover o trabalho em rede e parceria numa perspectiva colaborativa e interinstitucional	No mês de abril de 2016, dinamizar a primeira reunião técnica para conhecimento e debate de situações problema	Realizar reuniões de trabalho com todos os técnicos da área social que trabalham as famílias em situação de vulnerabilidade para uma melhor gestão das intervenções e para acabar com a sobreposição das mesmas	Durante os anos de vigência do Plano de Ação da Rede Social	Técnicos das entidades parceiras da Rede Social e outros	Nos anos de 2016 e 2017 serão realizadas 4 reuniões de trabalho e debate de situações sociais	Nº de reuniões realizadas Nº de atas produzidas

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Promover a empregabilidade de Pessoas portadoras de deficiência	Promover a integração da Pessoa com deficiência no mercado de trabalho	Nos anos de 2016 e 2017 será realizado um trabalho de sensibilização e consciencialização no sentido de promover a empregabilidade e de pessoas com deficiência e incapacidade, evitando, desta forma o risco do seu isolamento, desmotivação e marginalização	Realização de candidaturas à medida de emprego “Contratos Emprego Inserção +” e outras medidas ativas de emprego	Durante os anos 2016 e 2017	<p>Câmara Municipal de Mesão Frio</p> <p>Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio</p> <p>IEFP – Centro de Emprego de Vila Real - Gabinete de Inserção Profissional de Mesão Frio</p> <p>Agrupamento de Escolas Prof. António da Natividade, Mesão Frio</p> <p>Centro de Saúde de Mesão Frio</p> <p>Associação 2000 de apoio ao Desenvolvimento – A2000</p>	Nos anos de 2016 e 2017 serão realizadas duas candidaturas a CEI+ para pessoas com deficiência	<p>Nº de candidaturas realizadas</p> <p>Nº de candidatos integrados no mercado de trabalho</p>

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Dia Europeu da Solidariedade entre as Gerações Encontro Reflexão “O estado da 3ª IDADE”	Contribuir para uma Sociedade igualitária e coesa, onde todas as idades interajam de forma saudável	Em 2017 será comemorado o Dia Europeu da Solidariedade entre Gerações com o intuito de se valorizar o papel da <i>Família</i> (na pessoa dos cuidadores) na promoção do bem-estar da pessoa idosa	Realização de um <i>Encontro</i> para apresentação dos resultados do Café do Mundo, onde se trabalharão temas do interesse dos séniores	Abril de 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio (c/ o apoio da Biblioteca Municipal) EAPN/Portugal – Núcleo de Vila Real Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio Todos os parceiros da Rede Social	Participarão nesta atividade pelo menos 40 idosos Apresentação pública de 1 documento de conclusões do <i>Café do Mundo</i>	Nº de atividades realizadas Nº de Entidades e participantes envolvidos Nº de participantes no Encontro Tipologia dos participantes



Eixo III

Melhorar a **Q**ualidade de **V**ida da **P**opulação

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Colaboração na dinamização/organização das ações contempladas no Eixo III – Capacitação da Comunidade e das Instituições, CLDS 3G – “PORTA D’OURO”	Garantir a exequibilidade das ações contempladas no Eixo III – Capacitação da Comunidade e das Instituições	Ao longo dos anos de 2016 e 2017 será realizado um trabalho de acompanhamento às ações dinamizadas e contempladas no Eixo III	Elaborar um Plano onde fiquem identificadas e planejadas as ações a desenvolver no Eixo III Colaborar na dinamização, organização e divulgação das ações contempladas e planejadas no Eixo III – Capacitação da Comunidade e das Instituições	Nos dois anos de vigência do Plano de Ação da Rede Social de Mesão Frio	Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio (Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G) Câmara Municipal de Mesão Frio Entidades Parceiras da Rede Social de Mesão Frio – Plenário e Núcleo Executivo Outras Entidades com responsabilidade social	No final da reunião de trabalho existirá um documento de planificação das ações a dinamizar no âmbito do Eixo III Colaborar na dinamização, organização e divulgação em pelo menos 50% das ações do Eixo III	Nº de elementos (parceiros/técnicos) presentes nas reuniões de trabalho Nº de Planos de Ação elaborados Nº de ações previstas no Eixo III Nº de ações em que a rede social colaborou Nº de ações por tipologia de colaboração (dinamização, organização e divulgação) Nº de parceiros do CLAS envolvidos nas ações do Eixo III

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Dia Internacional da Mulher	Promover a valorização pessoal da MULHER	No mês de março dos anos de 2016 e 2017, comemorar o dia Internacional da Mulher com atividades/eventos alusivos ao Dia em comemoração	Realização de um Workshop “Técnicas de defesa pessoal” Caminhada da Mulher Realização de um Workshop “Mima-TE”	Durante o mês de março de 2016 e 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio Academia - GRACIE Santa Casa da Misericórdia – (Projeto “PORTA D’OURO” - CLDS 3G) Outras Entidades parceiras da Rede Social	Nos anos de 2016 e 2017 será comemorado o Dia Internacional da Mulher com a realização de pelo menos 3 eventos alusivos ao Dia em festividade, com a participação de pelo menos 40 Mulheres	Nº de participantes Nº de eventos realizados Nº de participantes por evento Nº de parceiros envolvidos Nº de participantes por freguesia
Dia Mundial da Saúde	Promover hábitos de vida saudáveis e literacia em saúde	Incutir, em pelo menos 50 idosos, hábitos de vida saudáveis para um envelhecimento ativo com a prática de exercício físico	Realização de uma aula de ginástica ao ar livre, (em 2016, na freguesia de Barqueiros), para todos os idosos do concelho Em 2017, atividade a definir	7 de abril de 2016 Em 2017, data a definir	Câmara Municipal de Mesão Frio Centro de Saúde de Mesão Frio (UCC/Douro) Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio – (Projeto “PORTA D’OURO” - CLDS 3G) Casa do Povo de Barqueiros	No mês de abril será comemorado o Dia Mundial da Saúde em que 50% dos participantes idosos ficarão sensibilizados para a prática de hábitos saudáveis	Nº de participantes

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Passeio Sénior	Promover encontros de convívio e partilha, combatendo o isolamento (do tipo relacional) dos Sêniores	No mês de junho, realizar-se-á o passeio sénior para, aproximadamente, 300 idosos	Realização do Passeio Sénior com destino a Fátima/Leiria	22 de junho de 2016 Em 2017, em data a definir	Câmara Municipal de Mesão Frio Juntas de Freguesia	Participação no Passeio Sénior, 300 mesãofrienses	Nº de participantes
Dia Internacional da Pessoa com Deficiência	Promover uma maior compreensão dos assuntos concernentes à deficiência para uma maior mobilização da defesa da dignidade, dos direitos e o bem-estar das pessoas Celebrar as conquistas da Pessoa com Deficiência	Aumentar a consciência dos 30 agentes sociais envolvidos na dinamização/participação do Dia em comemoração para os benefícios trazidos pela integração das pessoas com deficiência em cada aspeto da vida, como sendo: social; cultural; relacional; familiar; política, etc.	Realização de atividades alusivas ao Dia em festividade: Workshop's; exposições, etc.	Em data a definir no mês de Dezembro de 2016 e 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio Santa Casa da Misericórdia – (Projeto “PORTA D’OURO”- CLDS 3G) Outras Entidades parceiras da Rede Social	90% dos participantes ficarão consciencializados /sensibilizados com a temática da deficiência, quebrando-se, desta forma, com as barreiras sociais geradas pelo preconceito	Nº de participantes

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Festa de Natal	Proporcionar uma Festa de Natal condigna	Proporcionar aos idosos, pessoas portadoras de deficiência e pessoas carenciadas (num total de 380 participantes), um Almoço de Natal para vivenciarem o espírito natalício com muita alegria e o reencontro com os amigos num momento de convívio	Realização de um Almoço de Natal com animação	Dezembro de 2016 e 2017	Câmara Municipal de Mesão Frio Juntas de Freguesia Outras Entidades convidadas e/ou parceiras da Rede Social	80% dos participantes usufruirão do Almoço de Natal	Nº de participantes Nº de idosos por freguesia



Dinâmicas do **C**onselho **L**ocal de **A**ção **S**ocial de **M**esão **F**rio

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Acompanhamento à execução das atividades do Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G	Acompanhar a execução das atividades contempladas no Plano de Ação – Projeto “PORTA D’OURO” - CLDS 3G	Nos anos 2016 e 2017 os elementos do CLAS acompanharão com dinamismo as atividades realizadas pelo Projeto	Realização e participação em reuniões de trabalho	Durante os três anos de vigência do Projeto	Elementos do Núcleo Executivo Equipa técnica do Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G	40% dos parceiros da Rede Social representados no plenário do CLAS envolver-se-ão nas atividades do Projeto “PORTA D’OURO” – CLDS 3G	Nº de reuniões Nº de participantes Nº de parceiros do CLAS envolvidos por atividade do Projeto “PORTA D’OURO” - CLDS 3G
Atualização do Diagnóstico Social e do Plano de Desenvolvimento Social de Mesão Frio	Atualizar os documentos de planeamento estratégico local – Diagnóstico Social e Plano de Desenvolvimento Social do concelho de Mesão Frio Aumentar o conhecimento sobre a realidade social do concelho de Mesão Frio	Até final de 2017 estarão atualizados os documentos estratégicos - Diagnóstico Social e Plano de Desenvolvimento Social de Mesão Frio Até final de 2017 os habitantes de Mesão Frio terão acesso à “fotografia” social do concelho	Realizações de reuniões com o Núcleo Executivo Constituição de grupos de trabalho para debater/refletir os Eixos a delinear no Plano de Desenvolvimento Social	Durante os anos de 2016 e 2017	Elementos do Núcleo Executivo do CLAS da Rede Social de Mesão Frio	No final do ano de 2017 ficarão atualizados todos os documentos de planeamento estratégico do concelho de Mesão Frio	Nº de reuniões realizadas Nº de participantes Nº de documentos atualizados e finalizados Nº de grupos de trabalho constituídos

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Atualização do Sistema de Informação (Base de dados CLAS)	Fomentar uma verdadeira partilha de informação e experiências ao nível da implementação e consolidação do Programa da Rede Social no contexto nacional	Em 2016 e 2017, será feito um trabalho de sensibilização junto dos parceiros para a importância da partilha de informação...	Atualizar a Base de Dados do CLAS de Mesão Frio Partilhar informação, experiências e debate de ideias (através do Fórum)	Durante os anos de vigência do Plano de Ação	Elementos/ Parceiros do CLAS de Mesão Frio	Nos anos de 2016 e 2017 manter-se-á atualizada a Base de Dados do CLAS de Mesão Frio e 30% das entidades que integram o CLAS acedem e divulgam a informação	Informação introduzida/atualizada na Base de Dados do CLAS – Portal Nacional do Programa Rede Social Nº de entidades do CLAS que acedem e divulgam informação via Internet
Elaboração da 4ª e 5ª Edição do Boletim Informativo da Rede Social “Em bom social...”	Promover o direito à informação por parte de todas as classes sociais	Nos anos de 2016 e 2017 a população mesãofriense irá beneficiar de um instrumento informativo sobre o trabalho social desenvolvido	Elaborar e publicar dois Boletins da Rede Social de Mesão Frio Distribuir /divulgar os Boletins Informativos junto de entidades concelhias e distritais	Anos 2016 e 2017	CLAS Mesão Frio Núcleo Executivo/ Plenário	Em julho de 2016 será elaborada a 4ª edição do Boletim Informativo “Em Bom Social...” Em 2017 a 5ª edição	Nº de Boletins Informativos elaborados e distribuídos Nº de parceiros do CLAS envolvidos na elaboração de artigos para os Boletins

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Apresentação da Rede Social de Mesão Frio na Assembleia Municipal	Dar a conhecer todo o trabalho desenvolvido pela Rede Social – CLAS de Mesão Frio, bem como os parceiros que o compõem	Em data a definir, no ano de 2016, será apresentado o Programa da Rede Social, a sua estrutura (órgãos e elementos), bem como todo o trabalho desenvolvido pelo Plenário e Núcleo Executivo	Apresentar à Assembleia Municipal o Programa da Rede Social, o Dec. Lei 115/2006 de 14 de junho, o Regulamento Interno do CLAS de Mesão Frio, os elementos que compõem os seus órgãos, bem como as suas funções	Em data a definir	CLAS de Mesão Frio	Até final de 2016 irá ser feita uma apresentação do Programa da Rede Social de Mesão Frio e do trabalho do CLAS	Nº de elementos responsáveis/ envolvidos na realização da ação Nº de participantes
Divulgação de informação relativa a candidaturas a projetos/programas e outras informações relevantes para o desenvolvimento social local	Partilhar toda a informação social disponível e do interesse geral	Durante os anos de vigência do Plano de ação será dinamizada a partilha de informação de interesse social, entre todos os parceiros da Rede Social do concelho	Enviar a todos os contactos privilegiados da Rede Social informação importante, como sendo, Projetos/Programas em candidatura	Durante os anos de vigência do Plano de Ação	Câmara Municipal de Mesão Frio Todos os parceiros da Rede Social	Nos anos de 2016 e 2017 irá ser divulgada junto da parceria toda a informação pertinente, relativamente, à área social	Nº de emails enviados Feedback dos parceiros Tipologia da informação enviada (candidaturas/ divulgação de atividades)

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Apresentação de boas práticas em reuniões do CLAS	Contribuir para a divulgação das melhores práticas, incentivando para a sua valorização	Nos anos de 2016 e 2017 serão apresentadas, pelas entidades parceiras do CLAS, “Boas Práticas” para uma maior consciencialização da qualidade dos serviços prestados, bem como para a contínua melhoria dos mesmos	Apresentação e divulgação do que melhor se faz, nomeadamente, na área social	Durante os dois anos de vigência do Plano de Ação da Rede Social	Entidades parceiras da Rede Social de Mesão Frio Outras Entidades de caráter social	Nos dois anos de vigência do Plano de Ação da Rede Social de Mesão Frio irão ser apresentadas pelo menos duas boas práticas as quais serão tidas como exemplo a seguir por 20% dos parceiros	Nº de Boas Práticas apresentadas e divulgadas Nº de práticas apropriadas pelos parceiros Tipologia das práticas divulgadas e apropriadas Nº e tipologia dos parceiros que apropriaram as boas práticas

Ação	Objetivo Geral	Objetivos Específicos	Atividades	Cronograma	Recursos Humanos	Metas	Indicadores de avaliação
Word Café para os elementos do CLAS	Contribuir para uma melhor compreensão do papel de cada parceiro na rede social	Será realizado um <i>Word Café</i> com o intuito de se conhecer e compreender esta metodologia de trabalho e sobretudo para se discutirem estratégias de intervenção	Realização de um <i>Word Café</i>	Em data a definir	Entidades representadas no CLAS de Mesão Frio Animadores e anfitrião (para conduzir os trabalhos)	No final dos trabalhos 50% dos parceiros estarão esclarecidos relativamente à metodologia apresentada e à importância do seu papel enquanto parceiro na Rede Social de Mesão Frio Envolver pelo menos 80 % dos parceiros do CLAS nesta atividade Discutir pelo menos duas estratégias de intervenção em rede	Nº de participantes do CLAS envolvidos Nº de <i>Word Café</i> dinamizados Nº de estratégias de intervenção em rede definidas



Em jeito de Conclusão

O presente Plano de Ação visa ser um apoio aos esforços que se vão desenvolvendo, paulatinamente, em prol de uma coesa e justa comunidade.

Após os dois anos de vigência do presente Plano de Ação, irá ser feita a sua avaliação com o intuito de se verificar se o mesmo foi cumprido e se contribui para o desenvolvimento social local, para o qual se propôs.

Mais do que o atingir dos seus objetivos e resultados, o mesmo deverá contribuir para criar novos hábitos de trabalho, uma cultura de união entre todos os agentes sociais locais.