



ATA N.º 74

----- Aos dois dias do mês de junho de dois mil e vinte e cinco, reuniu pelas catorze horas, no Auditório dos Paços do Concelho, o Conselho Local de Ação Social de Barcelos (CLASB), aberto à comunidade, com o objetivo de promover o envelhecimento ativo e saudável. A sessão foi presidida por António Ribeiro e secretariada por André Pereira e Filipa Azevedo. A reunião teve início às catorze horas e trinta minutos, com uma performance da Escola de Música da Barcelos Sénior.-----

----- O Presidente do CLASB, António Ribeiro, abriu a sessão agradecendo a presença de todos(as), salientando o início dos CLAS temáticos, este primeiro dedicado ao envelhecimento ativo e saudável. Reforçou a importância fundamental do trabalho e articulação em rede face aos indicadores demográficos que nos trazem grandes desafios. -----

----- Antes de prosseguir com os trabalhos as presenças foram assinaladas, conforme registo de presenças (Doc.1). Estiveram presentes 52 parceiros, totalizando 74 participantes, 101 pessoas da comunidade e foram justificadas antecipadamente 5 ausências. -----

----- A ordem de trabalhos indicada na convocatória foi a seguinte: -----

----- Ponto 1 – Envelhecimento Ativo e Saudável – contributos para uma sociedade longa -

----- Ponto 2 – Enquadramento Sociodemográfico; -----

----- Ponto 3 – Envelhecimento: Respostas Municipais e apresentação do Projeto “Envelhecimento Ativo e Saudável em Barcelos”, submetido ao Aviso NORTE2030 – 2024-6 | Planos de Ação para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI); -----

----- Ponto 4 – Iniciativa da Comunidade Intermunicipal do Cávado “Idoso + Autónomo”; ---

----- Ponto 5 – Grupo Operativo da Pessoa Idosa (GOI), trabalho e desafios identificados na área; -----

----- Ponto 6 – Programa Idosos em Segurança da Guarda Nacional Republicana; -----

----- Ponto 7 – Idosos em Segurança da Polícia de Segurança Pública; -----

----- Ponto 8 – O contributo da Universidade Sénior de Barcelos no processo de envelhecimento(s); -----

----- Ponto 9 – Atividade do Instituto Autodidata de Estudos Superiores do Minho (IAESM);

----- Ponto 10 – Outros Assuntos; -----

----- Ponto 11 – Aprovação da Ata em Minuta. -----

----- O Presidente do CLASB passou então ao cumprimento da ordem de trabalhos: -----



Handwritten signature and initials in blue ink.

----- No ponto um – Envelhecimento Ativo e Saudável – contributos para uma sociedade longaeva – O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou a Doutora Mafalda Duarte, Presidente do Instituto Superior de Saúde (ISAVE) a realizar uma breve apresentação sobre o tema “Envelhecimento Ativo e Saudável – contributos para uma sociedade longaeva”. Após a conclusão da apresentação, o Presidente questionou os presentes se existiam dúvidas ou questões a colocar. Foi colocada uma questão da audiência no sentido de perceber como são implementadas estas medidas no terreno. Foi respondido que esta sessão plenária serve, entre outros objetivos, para a clarificação dos projetos e iniciativas deste âmbito no terreno. -----

----- Ponto dois – Enquadramento Sociodemográfico do Município de Barcelos – O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou o Dr. Paulo Faria, Consultor (Rittma) a realizar uma breve apresentação sobre o tema “Enquadramento Sociodemográfico do Município de Barcelos”.

----- Ponto três – Envelhecimento: Respostas Municipais e apresentação dos Projetos “Envelhecimento Ativo e Saudável em Barcelos”, submetido ao Aviso NORTE2030 – 2024-6 | Planos de Ação para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI) e Radar Social – O Presidente do CLASB, Dr. António Ribeiro, convidou o Dr. João Silva, Diretor do Departamento de Educação, Ação Social e Saúde do Município de Barcelos a realizar uma breve apresentação sobre o tema “Envelhecimento: Respostas Municipais”. No seguimento a Dra. Sandra Igreja apresentou a equipa afeta ao projeto financiado.-----

----- Ponto quatro – Iniciativa da Comunidade Intermunicipal (CIM) do Cávado “Idoso + Autónimo” - O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou a Dra. Cecília Marques da CIM Cávado a fazer uma apresentação da Iniciativa “Idoso + Autónimo”.-----

----- Ponto cinco – Grupo Operativo da Pessoa Idosa (GOI), trabalho e desafios identificados na área - O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou a Co-Coordenadora do GOI, Dra. Filipa Azevedo a fazer uma breve apresentação do trabalho e dos desafios identificados na área do envelhecimento.-----

----- Ponto seis – Programa Idosos em Segurança da Guarda Nacional Republicana (GNR) - O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou o Cabo Rodrigues da GNR a fazer uma explanação sobre o Programa Idosos em Segurança.-----

----- Ponto sete – Idosos em Segurança da Polícia de Segurança Pública (PSP) - O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou o Agente Principal Salgueiro da PSP a fazer uma explanação sobre o Programa Idosos em Segurança. -----

-----De forma a permitir uma maior eficiência na sessão a ordem dos pontos 8 e 9 foi

invertida.-----

----- Ponto nove – Atividade do Instituto Autodidata de Estudos Superiores do Minho (IAESM)
- O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou Adolfo Miranda, Presidente da
Direção do Instituto Autodidata de Estudos Superiores do Minho (IAESM) a fazer uma breve
apresentação sobre a atividade do Instituto. -----

----- Ponto oito – O contributo da Universidade Sénior de Barcelos no processo de
envelhecimento(s) - O Presidente do CLASB, Doutor António Ribeiro, convidou o Dr. Nuno Juncal
Pires, Presidente da Universidade Sénior de Barcelos, a fazer uma breve apresentação sobre o
contributo desta no papel do envelhecimento.. -----

-----O encerramento contou com novo momento musical a cargo do Grupo de Cordofones
e Tuna do IAESM. -----

----- No ponto dez – Outros Assuntos – António Ribeiro divulgou as próximas sessões
plenárias do CLAS previstas para os dias 16 de junho e 15 de julho, em formato online e
presencial respetivamente. -----

----- No ponto onze – Aprovação da Ata em Minuta – Não havendo mais nada a tratar, o
Presidente do CLASB, antes de encerrar a reunião pediu a leitura da minuta da ata, que foi lida
por André Pereira. Foram realizadas as correções sugeridas e a minuta foi colocada à votação da
assembleia, tendo sido aprovada por unanimidade. A sessão foi encerrada pelas dezassete horas
e 20 minutos, da qual foi lavrada a presente ata, que será assinada pelo Presidente do CLASB,
António Ribeiro, André Pereira e Filipa Azevedo que a secretariaram. -----

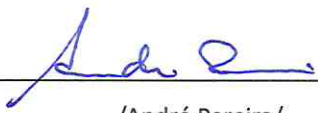
----- De acordo com o definido no Regulamento Interno, a ata será enviada, por correio
eletrónico, a todos os parceiros. Ao fim de dez dias após o seu envio, será considerada aprovada,
caso não surjam discordâncias acerca do seu teor. A ata número setenta e dois será publicada no
sítio eletrónico do Município de Barcelos na área da Rede Social. -----

PRESIDENTE DO CLAS DE BARCELOS


/António Ribeiro/

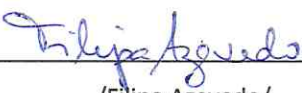
SECRETÁRIO DO CLASB





/André Pereira/

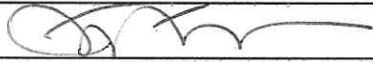
SECRETÁRIA DO CLASB



/Filipa Azevedo/

02 de junho de 2025

Auditório dos Paços do Concelho de Barcelos

NOME DA ENTIDADE	NOME DO REPRESENTANTE
1ª Companhia de Guias de Balugães	
5 – Sensi – Saúde e Bem Estar, Lda	
ACAPA – GSM – Associação de Criadores de Aconchego e Promotores do Acolhimento de Galegos S. Martinho	
ACAPO – Associação de Cegos e Amblíopes de Portugal	
ACEF – Associação Cultural, Educacional e de Formação	
ACES CÁVADO III – Barcelos /Esposende	
ACIB – Associação Comercial e Industrial de Barcelos	
ACRA – Associação Social, Cultural e Recreativa de Alheira	
ADC – Associação para o Desenvolvimento Comunitário Abade de Neiva	
ADRVC – Agência de Desenvolvimento Regional do Vale do Cávado	
Agrupamento 487 - Areias de Vilar	
Agrupamento 724 - Gilmonde	
Agrupamento de Escolas Alcaldes de Faria	
Agrupamento de Escolas Braga Oeste	
Agrupamento de Escolas de Barcelos	
Agrupamento de Escolas de Fragoso	
Agrupamento de Escolas de Vila Cova	
Agrupamento de Escolas Gonçalo Nunes	
Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho, Barcelinhos	
Agrupamento de Escolas Vale D'Este	
Agrupamento de Escolas Vale de Tamel	
Agrupamento de Escuteiros 1016 Ucha	
Agrupamento de Escuteiros 1204 Martim	
Agrupamento de Escuteiros 1225 Rio Côvo Stª Eulália	
Agrupamento de Escuteiros 1250 Adães	
Agrupamento de Escuteiros 1352 de Tamel Santa Leocádia	
Agrupamento de Escuteiros 528 Lijó	
Agrupamento de Escuteiros 559 Lama	
Agrupamento de Escuteiros 561 Macieira de Rates	
Agrupamento de Escuteiros 595 de Arcozelo	
Agrupamento de Escuteiros 829 Fragoso	
Agrupamento de Escuteiros de Cossourado	

Agrupamento nº 84 do Corpo Nacional de Escutas	
Agrupamento nº 86 do Corpo Nacional de Escuteiros de Balugães	
Alheira Futebol Clube	
Alvelos Solidário - Associação IPSS	
AMAR 21 – Associação de Apoio à Trissomia 21	Justified
Amigos da Natureza	
APAC – Associação de Pais e Amigos de Crianças	SituaBranco
APACI – Associação de Pais e Amigos Centrada na Inclusão	
APAL - Associação de Pais de Alvelos	
APDES – Agência Piaget para o Desenvolvimento	
Apoio Humano	
APPDA – Minho	
ARC - Águias de Alvelos	
ARCA – Associação Recreativa e Cultural de Arcozelo	
Artesmusivi - Associação de Artes de Viatodos	Paula Costa
Associação Amigos do Pato	
Associação Baluganense de Cultura e Desporto	
Associação Barqueiros Jovem	
Associação Cantinho da Abadia	
Associação Carapeços Solidário	
Associação Clube Moto Galos de Barcelos	
Associação Cor é Vida	
Associação CorUnum	
Associação Cultural Desportiva Alcaides Faria	
Associação Cultural e Desportiva de Pereira	
Associação Cultural e Recreativa de Creixomil	
Associação Cultural Motocavaquinhos	
Associação Cultural Recreativa e Desportiva de Mariz	
Associação Cultural, Desportiva e Recreativa de Lijó	
Associação de Caçadores de Creixomil	
Associação de Caçadores Santa Justa	
Associação de Criadores de Aconchego e Promotores de Acolhimento de Galegos São Martinho	
Associação de Deficientes Motores de Barcelos	
Associação de Diabéticos do Minho	
Associação de Espondilite Anquilisante	
Associação de Estudantes do IPCA	

Associação de Melhoramentos Macieira de Rates	
Associação de Pais da Escola do Aldão e Casa Nil	
Associação de Pais da Freguesia da Lama	
Associação de Pais de Apoio a Pessoas com Necessidades Especiais – “A Nossa História”	
Associação de Pais de Carreira e Fonte Coberta - FOCA	
Associação de Pais de Creixomil	
Associação de Pais de Galegos S. Martinho	
Associação de Pais de Oliveira	
Associação de Pais de Silveiros	
Associação de Pais dos Alunos das Escolas e JI de Lijó	
Associação de Pais dos Alunos do Centro Escolar da Várzea	
Associação de Pais dos Alunos Escola Básica e Secundária Vale do Tâmega	
Associação de Pais e Amigos da Escola e JI de Encourados	
Associação de Pais e Amigos das Escolas Pré Básica da Ucha	
Associação de Pais e Amigos de Areias de S. Vicente	
Associação de Pais e Enc. de Educação da EB1 e JI de Martim	
Associação de Pais e Enc. de Educação da Escola do 1º Ciclo de Remelhe	
Associação de Pais e Enc. de Educação da Escola EB1 S. Brás, Barcelinhos	
Associação de Pais e Enc. De Educação da Escola Rosa Ramalho - APEEERR	
Associação de Pais e Enc. de Educação de Bastuço Stº Estevão	
Associação de Pais e Enc. de Educação dos Alunos de Macieira de Rates	
Associação de Pais e Enc. de Educação dos Alunos de Negreiros	
Associação de Pais e Enc. de Educação dos Alunos do JI e EB1 de Cossourado	
Associação de Pais e Enc. De Educação JI e EB1 de Milhazes	
Associação de Pais e Enc. de Educação JI e EB1 de Aldreu	
Associação de Pais e Enc. de Educação JI e EB1 Perelhal	
Associação de Pais e Enc. Educação da EB1/JI Viatodos	
Associação de Pais e Enc. Educação de Pereira	
Associação de Pais e Encarregados de Educação de Jardim de Infância e Escolas Primárias de Cristelo	
Associação de pais e Encarregados de Educação de Barqueiros - APEEB	
Associação de Pais EB1 de Carvalhal	
Associação de Pais EB1 e JI Silva	
Associação de Pais EB1/JI Roriz	
Associação de Patinagem do Minho	
Associação de Ténis de Mesa de Braga	
Associação Desportiva Calca Folhas	

Associação Desportiva da Carreira	
Associação Desportiva e Cultural de Tregosa	
Associação Desportiva, Cultural e Recreativa	
Associação Desportiva, Cultural e Recreativa Águias S. Mamede	
Associação do Vale do Neiva "TEATRONEIVA" - A MÓ	
Associação dos Técnicos de Electricidade de Barcelos	
Associação dos Voluntários do Hospital Santa Maria Maior	Cláudia da Viana
Associação Equestre Cultural Recreativa de Lijó	
Associação Folclórica de S. Miguel da Carreira	Lucas Folc
Associação Galo Novo	
Associação Histórias de Recreio	
Associação Humanitária de Rio Côvo Santa Eugénia	Rele
Associação Humanitária dos Bombeiros de Barcelinhos	
Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Viatodos	Armando
Associação Nacional AVC	Deza Ribeiro / Nuno Gonçalves
Associação Olho Meirinho	
Associação Perelhal Solidário	Justificado
Associação Portuguesa de Deficientes	
Associação Portuguesa de Paramiloidose – Núcleo de Barcelos	
Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra	
Associação Recovery	
Associação Recreativa Cultural e Desportiva de Negreiros	
Associação Recreativa e Cultural da Várzea	
Associação Recreativa e Cultural de Sequeade	
Associação Remelhe Saudável	
Associação Social de Pereira	Rele
Associação Social, Cultural e Recreativa de Chorente	Filipa Agredo
ATAHCA - Associação de Desenvolvimento das Terras Altas do Homem, Cávado e Ave	colégio fecund
Barcelos Sénior – Associação Educativa Cultural, Social e Recreativa de Formação Permanente	Rele
Barcelos Solidário – Benémrita Associação Humanitária dos Dadores de Sangue do Concelho de Barcelos	
Câmara Municipal de Barcelos	Rute D. Sousa Romão Soares
Casa do Cruzeiro de Airó	
Casa do Povo de Alvito S. Pedro	Jânia Costa / Ana Oliveira
Casa do Povo de Areias S. Vicente	
Casa do Povo de Durrães	
Casa do Povo de Fragoso	

Centro Social, Cultural e Recreativo Abel Varzim	Ana Campos
Centro Zulmira Pereira Simões – Instituição de Solidariedade Social de Roriz	Alexandre Ruot
Círculo Católico de Operários de Barcelos	Guilherme Barros
Clube Desportivo Juventude S. Pedro	
Colégio La Salle	
Comissão de Protecção de Crianças e Jovens – Barcelos	Justificado
Comissão Fabriqueira de Palme	
Confraria do Senhor dos Passos	
Cooperativa Agrícola de Barcelos, CRL	
Coro Infantojuvenil S. Tiago de Vila Seca	
Corpo Nacional de Escutas - Agrupamento 13 Alcaide Faria	
Corpo Nacional de Escutas - Agrupamento 870 - Vila Seca	
Corpo Nacional de Escutas, Agrupamento 9058	
CRI - Centro de Respostas Integradas de Braga	
Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Barcelos	João Pet.
Cruz Vermelha Portuguesa – Núcleo Aldreu	
Cruz Vermelha Portuguesa – Núcleo Campo	
CSIF ArcosVer	
CSIF Baixo Cávado	
CSIF Baixo Neiva	
CSIF Cávado Sul	Alvaro
CSIF DO Cávado à Franqueira	João
CSIF Moinhos do Neiva	
CSIF Monte D'Assaia	L. L. M. Querência
CSIF Nun'Álvares	
CSIF Poente da Franqueira	
CSIF Rede Seis	
CSIF Sol Nascente	Joana Coutinho
CSIF Sul da Franqueira	
CSIF UMGGALO	Rosa Costa
CSIF Vale do Neiva	
CSIF Vale do Tamel	
E.Leclerc Barcelodis	
EMEC – Empresa Municipal de Educação e Cultura de Barcelos / Escola de Tecnologia e Gestão de Barcelos	
EQUIVAU – Centro Hípico da Quinta do Vau	
Escola Profissional Profitecla	

Casa do Povo de Gândara do Neiva	
Casa do Povo de Macieira de Rates	
Casa do Povo de Martim	
Casa do Povo de Milhazes	
Casa do Povo de Pedra Furada	
Casa do Povo de Rio Côvo Stª Eugénia	
Casa do Povo de Silveiros	
Casa do Povo de Silveiros	Elisabete Botte E. Andrade
Casa do Povo de Viatodos	
Célula 2000, S.A	
Centro Comunitário Moinhos de Vento	Tânia
Centro de Apoio e Solidariedade da Pousa	
Centro de Assistência Social Balugães	
Centro de Bem-Estar Social de Alheira	
Centro de Bem-Estar Social de Barqueiros	
Centro de Solidariedade Social S. Veríssimo	
Centro Distrital de Segurança Social Braga, ISS, I.P.	Três com S.P.J. / Miguel
Centro Humanitário da Cruz Vermelha Portuguesa de Macieira de Rates	Alvaris
Centro Social da Paróquia de Arcozelo	António Pereira
Centro Social de Aguiar	
Centro Social de Cultura e Recreio da Silva	
Centro Social de Durrães	
Centro Social de Remelhe	Adel e Afonso
Centro Social de Vila Frescaíña S. Pedro	
Centro Social do Vale do Homem	
Centro Social e Paroquial de Aguiar	Marisa Machado
Centro Social e Paroquial de Aldreu	
Centro Social e Paroquial de Areias de Vilar	
Centro Social e Paroquial de Barcelinhos	
Centro Social e Paroquial de Carreira	
Centro Social e Paroquial de Fragoso	
Centro Social e Paroquial de Gilmonde	
Centro Social e Paroquial de Tregosa	
Centro Social e Paroquial Imaculado Coração de Maria	
Centro Social Ernesto Gonçalves Costa	
Centro Social S. Teotónio	

Grupo de Jovens de Aldreu	
Grupo de Jovens de Galegos Stª Maria	
Grupo de Jovens de Shalom	
Grupo de Jovens de Vila Seca	
Grupo de Jovens ETC – Ucha	
Grupo de Reserva do Património Cultura e Tradição – Núcleo de Voluntariado	
Grupo Desportivo Águas Santas	
Grupo Desportivo de Macieira de Rates	
Grupo Desportivo e Recreativo "Os Moinhos" de Paradela	
Grupo Desportivo e Recreativo de Campo	
Grupo Desportivo e Recreativo Leocadenses	
Grupo Etnográfico as Lavradeiras	
Grupo Folclórico da Ucha	
Grupo Folclórico de São Lourenço de Alvelos	
Grupo Folclórico de Tregosa	
Grupo Folclórico Juvenil de Galegos Stª Maria	
Grupo Jovens em Movimento	
Grupo Menino Jesus	
Grupo Nova Melodia	
Grupo Operativo da Deficiência e Incapacidade (GODI)	Sílvia Branco
Grupo Operativo de Apoio à Pessoa Idosa (GOI)	Filipa Aguiar
Grupo Recreativo e Cultural de Alvito S. Pedro	
Grupo Teatro Amador "Os Pioneiros da Ucha"	
Grupo Teatro da Carreira	
Grupo Temático do Voluntariado (GTV)	Joana Caruchio
Grupo Verde Aventura	
GTI - Gestão, Tecnologia e Inovação, SA	
IEFP – Centro de Emprego de Barcelos	Fernando
Infantário de Santa Maria de Fonte de Baixo	
Instituto das Irmãs Franciscanas Missionárias de Maria	
Instituto de Reinserção Social – Equipa do Cávado	
Instituto Renascer	2099 / Francisco
Instituto São João de Deus – Casa de Saúde de São João de Deus	Adriana
Instituto São João de Deus – Casa de Saúde de São José	Adriana
Intensify World – Associação Tecnológica e Recreativa	
IPCA – Instituto Politécnico do Cávado e do Ave	

Escola Secundária de Barcelinhos	
Espaço Cuidar +	Joana Coutinho
Fábrica da Igreja de Mariz	
Fábrica da Igreja Paroquial de Aldreu	
Farmácia Filipe	
FECAP – Federação Concelhia das Associações de Pais e Encarregados de Educação do concelho de Barcelos	
FIBRO – Associação Barcelense de Fibromialgia e Doenças Crónicas	
Fraternidade Nuno Alvares - FNA	
Fronteira Filosófica - Associação Cultural e Recreativa	
Fundação AMA Autismo	
Fundação Caixa Agrícola do Noroeste	
Futebol Clube de Negreiros	
Futebol Clube de Roriz	
Futebol Clube Lírio do Neiva	
Gabinete da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis	
GASC – Grupo de Ação Social Cristã	Alexandra Gomes / Nuna Carvalho Wm Roriz - CABO 47 - SP&PZ / SEC
GNR – Guarda Nacional Republicana	
Grupo "Jovens Sem Limites"	
Grupo Bíblico de Lijó	
Grupo BTT Lobos Negros	
Grupo Cénico Lírico do Neiva	
Grupo Coral "Villa Gallegus"	
Grupo Coral da Imaculada Conceição	
Grupo Coral da Lama	
Grupo Coral da Ucha (São Romão)	
Grupo Coral de Macieira de Rates	
Grupo Coral de Paradela	
Grupo Coral de Santiago de Cossourado	
Grupo Coral de Tregosa	
Grupo Coral de Vila Seca	
Grupo Cultural e Etnográfico de Aldreu	
Grupo de Danças e Cantares "As Gamelinhas de Palme"	
Grupo de Danças e Cantares de Aldreu	
Grupo de Estudos Históricos do Vale do Neiva	
Grupo de Jovens "Os Principais" de Vilar de Figos	
Grupo de Jovens da Carreira	

Junta de Freguesia de Remelhe	
Junta de Freguesia de Rio Côvo Stª Eugénia	
Junta de Freguesia de Roriz	
Junta de Freguesia de Tamel S. Veríssimo	
Junta de Freguesia de Vila Seca	
Junta de Freguesia Galegos S. Martinho	
Junta de Freguesia Galegos Stª Maria	
Junta de Núcleo de Barcelos - Corpo Nacional de Escutas	Rocha Pereira D. A. Lago
KERIGMA – Instituto de Inovação e Desenvolvimento Social de Barcelos	
Lijó Futebol Clube	
Lions Clube de Barcelos	
Mais Juventude de Alvelos	
MCA - Moto Clube de Alvelos	
Médicos do Mundo	Francisco B. S.
Moto Clube de Macieira de Rates	
Moure a Pedalar	
Necessidades Futebol Clube	
Núcleo Desportivo da Silva	
Núcleo Desportivo Santa Eugénia	
Núcleo Local de Inserção de Barcelos	Célia Rojas
Optica 2, Lda	
Palme Futebol Clube	
PSP – Polícia de Segurança Pública de Barcelos	José Miguel. Carlos Solguero
Rancho Folclórico da Casa do Povo Rio Covo Sta. Eugénia	
Rancho Folclórico de Santa Eulália de Oliveira	
Rancho Folclórico e Etnográfico "A Telheira"	
Rancho Folclórico S. Martinho de Courel	
Rancho Infantil da Ucha	
Ronda Cordofones Bairro da Misericórdia Barcelos	
ROTARY Club de Barcelos	
Santa Casa da Misericórdia de Barcelos	
SIRA – Sociedade Instrução e Recreio Aldreense	
SOPRO – Solidariedade e Promoção	Ana Reyoto
Sporting Club da Ucha	
Teatro de Balugas	
Tertúlia Barcelense	

Junta de Freguesia da Lama	Rosa Costa
Junta de Freguesia da Silva	
Junta de Freguesia da Ucha	
Junta de Freguesia da Várzea	
Junta de Freguesia de Abade Neiva	
Junta de Freguesia de Aborím	
Junta de Freguesia de Adães	
Junta de Freguesia de Airó	
Junta de Freguesia de Aldreu	
Junta de Freguesia de Alvelos	
Junta de Freguesia de Arcozelo	Patricia Silva
Junta de Freguesia de Areias S.Vicente	
Junta de Freguesia de Balugães	
Junta de Freguesia de Barcelinhos	
Junta de Freguesia de Barqueiros	
Junta de Freguesia de Cambeses	
Junta de Freguesia de Carapeços	
Junta de Freguesia de Carvalhal	
Junta de Freguesia de Carvalhas	
Junta de Freguesia de Cossourado	
Junta de Freguesia de Cristelo	
Junta de Freguesia de Fornelos	
Junta de Freguesia de Fragoso	
Junta de Freguesia de Gilmonde	
Junta de Freguesia de Lijó	
Junta de Freguesia de Macieira de Rates	
Junta de Freguesia de Manhente	
Junta de Freguesia de Martim	
Junta de Freguesia de Moure	
Junta de Freguesia de Oliveira	
Junta de Freguesia de Palme	
Junta de Freguesia de Panque	
Junta de Freguesia de Paradela	
Junta de Freguesia de Pereira	
Junta de Freguesia de Perelhal	
Junta de Freguesia de Pousa	

Tributo à Vida	
ULS - Unidade Local de Saúde Barcelos/Esposende	Sofia Ribeiro
União de Freguesias de Alheira e Igreja Nova	
União de Freguesias de Alvito S. Martinho, Alvito S. Pedro e Couto	
União de Freguesias de Areias de Vilar e Encourados	
União de Freguesias de Barcelos, Vila Boa, Vila Frescaíña S. Martinho e Vila Frescaíña S. Pedro	
União de Freguesias de Campo e Tamel S. Pedro Fins	
União de Freguesias de Carreira e Fonte Coberta	
União de Freguesias de Chorrente, Góios, Courel, Pedra Furada e Gual	
União de Freguesias de Creixomil e Mariz	
União de Freguesias de Durrães e Tregosa	
União de Freguesias de Gamil e Midões	
União de Freguesias de Milhazes, Vilar de Figs e Faria	
União de Freguesias de Negreiros e Chavão	
União de Freguesias de Quintiães e Aguiar	
União de Freguesias de Sequeade, Bastuço Stº Estêvão e Bastuço S. João	
União de Freguesias de Silveiros e Rio Côvo Stº Eulália	
União de Freguesias de Tamel Stº Leocádia e Vilar do Monte	
União de Freguesias de Viátodos, Grimancelos, Minhotães e Monte Fralães	
União de Freguesias de Vila Cova e Feitos	
União Desportiva S. Veríssimo	
Unidade de Barcelos da Liga Portuguesa Contra o Cancro	
VALDESTE – Cooperativa de Solidariedade Social, CRL	
Venerável Ordem Terceira S. Francisco "Casa Menino de Deus"	
Viver Macieira - Associação Ambiental, Cultural e Desportiva de Macieira de Rates	
Vivifica - Grupo de Jovens de Remelhe	

OUTROS CONVIDADOS	
NOME DA ENTIDADE	NOME DO REPRESENTANTE
PAZ ZA - CRB-DASS	Gracia Correia
Barcelos Sénior	Leonor Figueiredo
Projeto CLDS 56	Carolina Barbosa
Projeto CLDS 56	Fátima Ferreira
ISAUF/ICBAS	Isabel Duarte
Projeto CLDS 56	Mariana Macedo
O Centro Cultural Desportivo	Paulina
PAZ ZA - CRB	William Gomes Araújo

02 de junho de 2025

Auditório dos Paços do Concelho de Barcelos

NOME	RUBRICA
Maria de Fátima Silva Pereira	[assinatura]
Maria de Fátima Silva Pereira	[assinatura]
António de Sousa Lages	[assinatura]
[assinatura]	[assinatura]
Emília Gomes	[assinatura]
Alexandrina Pinto	[assinatura]
Maria Amália da Graça F. Soares	[assinatura]
JOSE GOMES CAMPINHO	[assinatura]
Silvio C. Silva	[assinatura]
VICTOR SECO	[assinatura]
Fernanda Silva	[assinatura]
Rosa Colorado	[assinatura]
Maria Manuela R.P. Gomes	[assinatura]
Osme Alberto Campinho	[assinatura]
Manoel E. Silva	[assinatura]
Angélica Silva	[assinatura]
Manoel F. Funes	[assinatura]
Maria da C. C. Brito	[assinatura]
ANTONIO GONCALVES DA COSTA	[assinatura]
Maria Ceilina Lopes	[assinatura]
M. Lomenço M. Costa	[assinatura]
Maria Conceição Silva Soares	[assinatura]
Jose Baptista Pereira	[assinatura]
[assinatura]	[assinatura]
Maria Lucia Mendes Dias	[assinatura]
Geni Laura Dias Novais	[assinatura]
Maria de Fátima Fernandes Silva	[assinatura]
Mauro Pastor Raimundo Pereira	[assinatura]
[assinatura]	[assinatura]
Maria Gorete Araújo Novais	[assinatura]
Maria Carmélia C. Silva	[assinatura]

Maria de Fátima Tereza Pereira	Pereira
Artur Manuel Oliveira Reis	Reis
Isabel Maria Pereira	Pereira
Deolinda Silva Oliveira Pereira	Pereira
Costa da Silva Oliveira	Costa da Silva
Manuel Figueiredo da Silva	Figueiredo
João Gonçalves Pereira	Pereira
Maria do Carmo Rosário F. Loureiro	Maria Loureiro
Maria Helena Teixeira Veissiere da Silva	Veissiere
Maria de Conceição Teixeira	Teixeira
M. Adelaide Loureiro da Silva	Loureiro
Maria Helena Loureiro da Silva	Loureiro
Maria do Carmo Silva Pereira	Pereira
Rosolins Quintas Pinto	Pinto
Carmela Carvalho	Carvalho
Maria Arminda C. Santos	Santos
Maria Filomena Magalhães Pereira	Magalhães
António José Barros	Barros
Francisco João Beliza F. Torres	Torres
João Carlos Gomes	Gomes
João Carlos Gomes	Gomes
M. Virgínia Mendes S.P. Machado	Machado
Virgínia Mendes S.P. Machado	Machado
Manoel José	Manoel
M. Fátima Silva	Fátima
C. Carvalho	Carvalho
Fátima Aguiar	Aguiar
Esperança Barbosa	Barbosa
Deolinda Aguiar Pereira	Pereira
João Carlos Gomes	Gomes
Maria Candida Santos	Santos
Teresa Maria da Silva	Silva
Esperança C. Lima da C. Pereira	Pereira
Paulo da Silva P. P. Silva	Silva
M. Carmo Costa	Costa

M ^a de Fátima S. Barvatto	FC
Paula Thompson B. Azevedo	Albani
José Domingos Duarte Lameira	Flávio
Elvira Maria Oliveira de A. Silva	Roberto
João Carlos Gonçalves Martins	Marcelo
João Antônio Filho Pereira	Roberto
Renato S. Silva e R. Cavelli	Roberto
Luís Carlos	Roberto
Maria Candida Bilo	Roberto
Rosa Alves de Sousa	Roberto
Ala Maria Santo Antunes	Roberto
Antonio Luis Pacheco Lopes	Roberto
Mano Francisco Bandeira	Roberto
Ma de Fátima Selgueiro Martins	Roberto
João Luiz de Lima	Roberto
Isabel ALBERTO MIRANDA	Roberto
Juliana Alves	Roberto
Marcelo Domingos Gomes	Roberto
Clara Angélica de Fátima Sousa	Roberto
Roberto Luiz A. Lourenço	Roberto
Alfredo Silva Martins	Roberto
Maria Eunice Cruz Jorge	Roberto
Maria Celso Nobre	Maria Celso Nobre
Roberto Silva F. Pinheiro e Proença	Roberto
Paula Irene Vieira Oliveira	Roberto
Maria Luísa Costa Coraie	Roberto
Antônio de Jesus S. Silva	Roberto
João de Deus de Jesus	Roberto
Maria Antônia C. Almeida	Roberto
Mano Angela F. Silva	Roberto
Antônio L. Souza e Silva	Roberto
Conceição Almeida	Roberto
Luís E. P. de Fátima	Roberto
Maria Aminda Silva Pires	Roberto
Maria Amélia Barbosa de Azevedo	Roberto
José Luiz Rodrigues de Azevedo	Roberto



BARCELOS
MUNICÍPIO



Rede Social
de Barcelos

Conselho Local de Ação Social de Barcelos (CLASB)

2 de junho 2025

Envelhecimento Ativo e Saudável contributos para uma sociedade longeva



Mafalda Duarte
Geriatria e Gerontologia
ISAVE | ICBAS

Câmara Municipal de Barcelos | 2 de junho 2025

Enquadramento Geral

1º Desafio: Processo de Envelhecimento

2º Desafio: Envelhecimento Ativo

Pilares | Determinantes do Envelhecimento Ativo

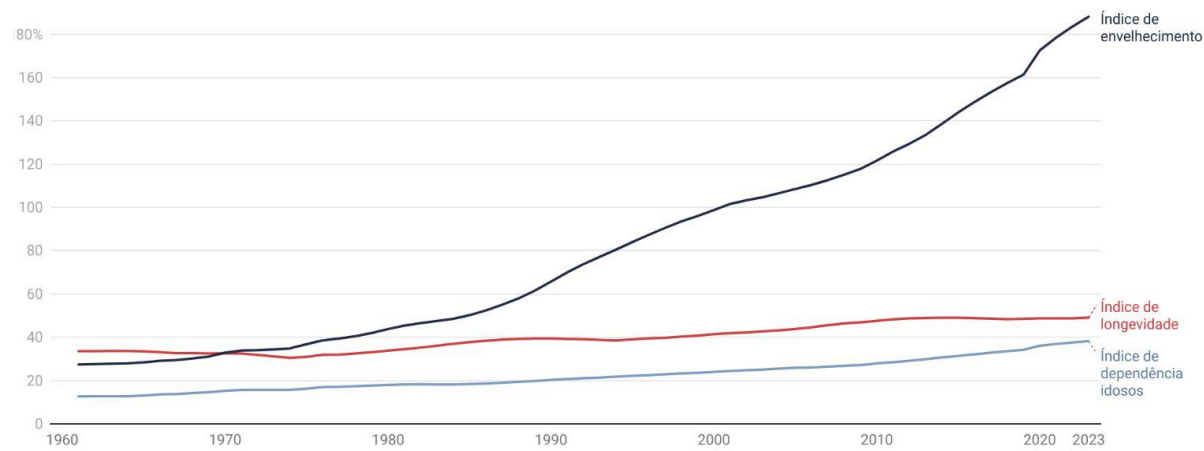
3º Desafio: Envelhecimento Saudável

Plano de Ação para o Envelhecimento Ativo e Saudável (2023- 2026)

4º Desafio: Projetos

Nacionais e Internacionais

Envelhecimento Demográfico



Fonte: Centro de Planeamento e de Avaliação de Políticas Públicas (maio, 2025)

Em Portugal a proporção de pessoas com 65 anos ou mais crescerá de 23,8% em 2022 para **33,6% em 2070** - sistema de saúde e cuidados, exigindo políticas de prevenção e promoção de envelhecimento saudável.

1º Desafio: Processo de Envelhecimento ...

|Envelhecimento segundo Birren processo ecológico, interação do organismo que tem um determinado património genético com o meio físico e social (Paúl, 2006).

|Processo que ocorre continuamente ao longo da idade adulta e da velhice.

|Processo diferencial, em que as características da pessoa idosa vão ser de acordo: história pessoal, experiências ao longo da vida, fatores sociais e culturais, história e condição de saúde e mecanismos adaptativos.

Heterogeneidade da população idosa



Influência as formas de intervenção

1º Desafio: Processo de Envelhecimento ...

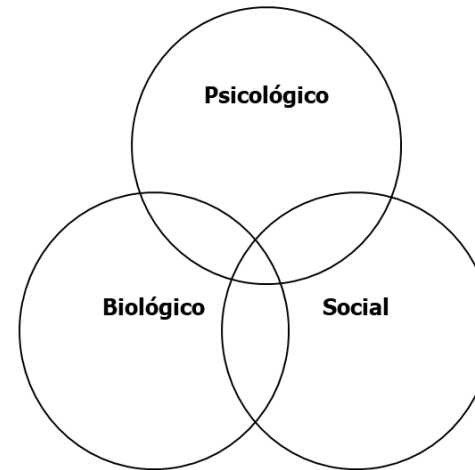
| Perspetiva Biopsicossocial

| Schroots e Birren (1960) o processo de envelhecimento assume 3 componentes:

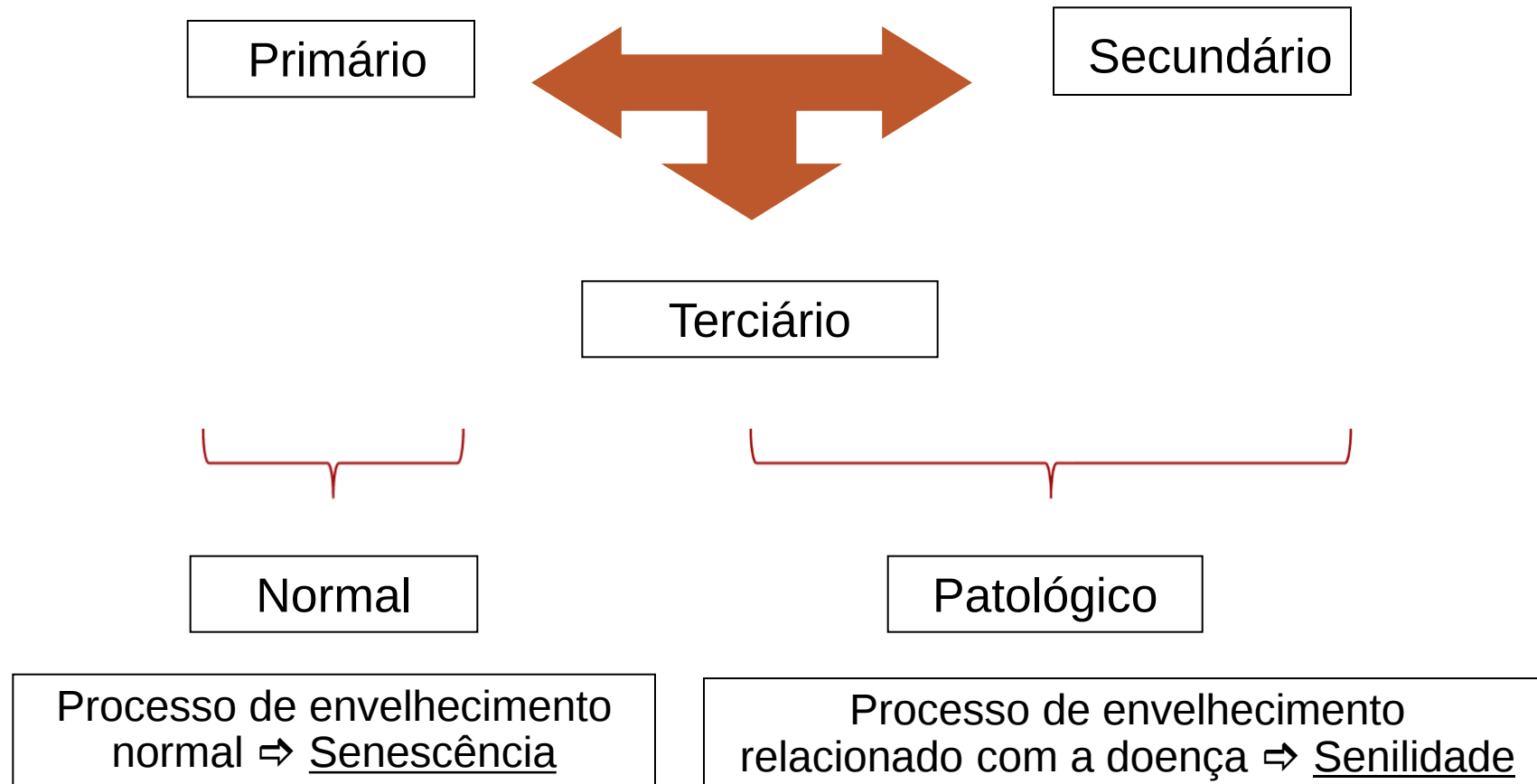
Envelhecimento Biológico

Envelhecimento Social

Envelhecimento Psicológico



Padrões de Envelhecimento



2º Desafio: Envelhecimento Ativo

| OMS (2002) - Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento de Madrid - Active Ageing. A Policy Framework

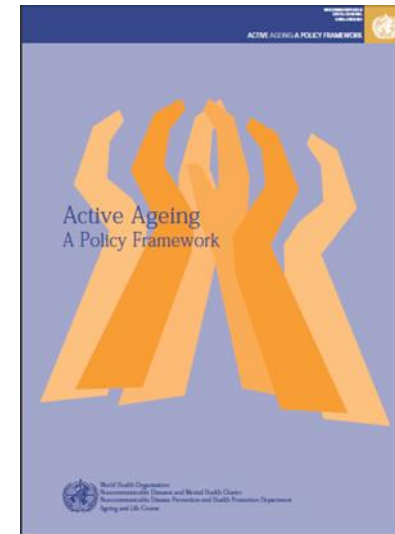
O curso de vida aumentado

Definem-se pilares do Envelhecimento Ativo



Aumentar a expectativa de vida saudável

Aumentar a qualidade de vida



Envelhecimento Ativo

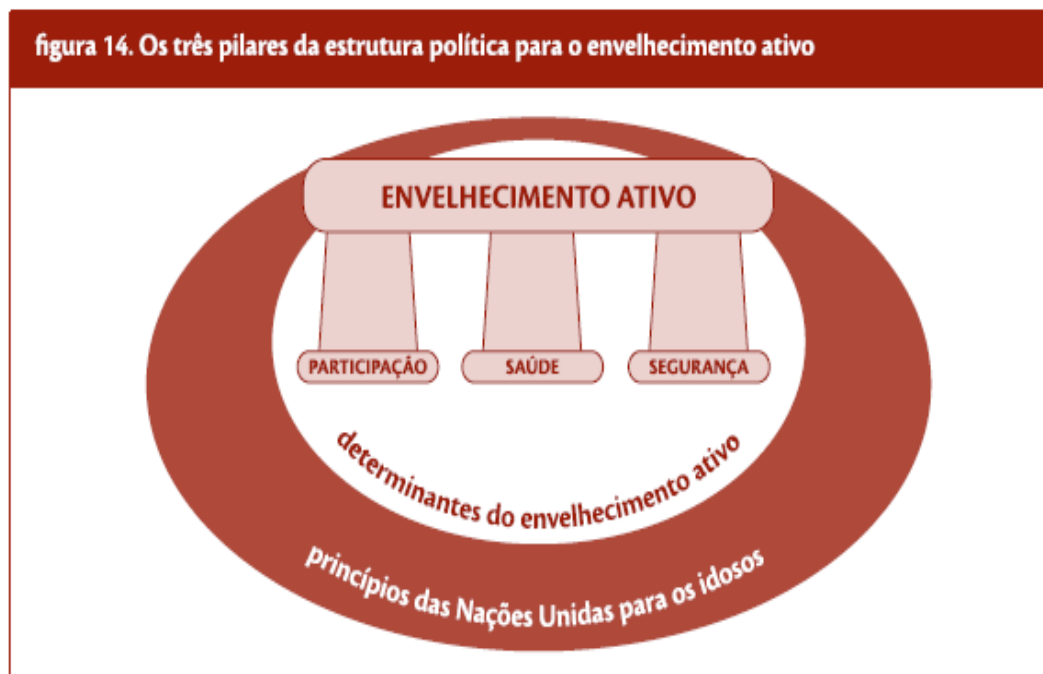
| Conceito sócio-político adotado nos fins dos anos 90.

Fatores influenciam o envelhecimento além do estado de saúde - **Determinantes do envelhecimento ativo.**

O termo “ativo” inclui bem-estar psicológico, social e físico.

Apela ao reconhecimento dos direitos universais das pessoas mais velhas e dos princípios da **independência, participação, dignidade, assistência e auto-realização** estabelecidos pela ONU.

Envelhecimento Ativo | Pilares



Fonte: “Envelhecimento Activo: uma politica de saúde” OMS, 2005

Envelhecimento Ativo | Pilares



Participação

- | Participação no mercado de trabalho, no sistema educativo, nas políticas de saúde e sociais.
- | Participação em atividades socioeconômicas, culturais ou espirituais de acordo com os direitos humanos básicos, necessidades e preferências.
- | As pessoas mais velhas continuarem produtivas através de atividades com ou sem retribuição financeira.

Envelhecimento Ativo | Pilares



Saúde

- | Promover a diminuição de fatores de risco para doenças crônicas.
- | Promover os fatores protetores de saúde.
- | Para os que necessitam de cuidados – devem ter acesso ao conjunto de serviços de saúde ou serviços sociais necessários para responderem às suas necessidades.

Envelhecimento Ativo | Pilares



Segurança

- | Políticas e os programas respondem às necessidades sociais, financeiras e físicas, bem como aos direitos das pessoas mais velhas.
- | Promover a proteção e a dignidade das pessoas mais velhas.
- | As famílias e a comunidade são apoiadas para cuidarem.

Envelhecimento Ativo | Pilares

Saúde	Nutrição adequada; Atividade Física; Promover a saúde mental; Promoção da saúde oral; Reduzir o risco de solidão (apoio social); Incluir os mais velhos na avaliação e intervenção do VIH.
Participação	Educação básica e literacia em saúde; trabalho formal e informal; Acesso a transportes; promover uma visão positiva e realista do envelhecimento.
Segurança	Promover a segurança e a justiça a nível social; proteger os direitos das pessoas idosas em momentos de crise; Combater os maus tratos contra idosos.

Envelhecimento Ativo | Pilares

| Centro Internacional de Longevidade do Brasil (ILC-Brasil) (2015) - Envelhecimento Ativo: um marco político em resposta à Revolução da Longevidade.

| **Aprendizagem ao longo da vida:** educação contínua para acompanhar mudanças tecnológicas.



Envelhecimento Ativo | Pilares

Figure 12. The pillars of Active Ageing



(Source: Adapted from WHO 2002 (1))

Active Ageing is the process of optimizing opportunities for health, lifelong learning, participation and security in order to enhance the quality of life as people age.

Fonte: "Active Ageing: A Policy Framework in Response to the Longevity Revolution" WHO, 2015

Determinantes do Envelhecimento Ativo



In "Envelhecimento Activo: uma politica de saúde" OMS, 2005

O que determina o envelhecimento ativo?

| Sistema de saúde e serviço social

Medidas de promoção de saúde, prevenção de doenças e acesso equitativo ao cuidado primário e de Qualidade, serviços de saúde mental.

| Aspectos comportamentais

Adoção de estilos de vida saudáveis, e participação ativa no cuidado da própria saúde (tabagismo, actividade física, alimentação saudável, saúde oral, álcool, medicamentos, adesão terapêutica...).

| Aspectos pessoais

Biologia e genética, fatores psicológicos (atividade cognitiva, funcionamento emocional e motivacional).

O que determina o envelhecimento ativo?

| Ambiente físico

Moradia segura e risco de quedas, serviços de transporte, água limpa, ar puro e alimentos seguros.

| Ambiente social

Apoio social (real e percebido, oportunidades de educação e aprendizagem permanente, proteção contra a violência e maus tratos.

| Económicos

Rendimento e limiar de pobreza, proteção social e trabalho digno.

Envelhecimento Ativo



Promoção de Envelhecimento Ativo

| Manual de Envelhecimento Activo

Ribeiro & Paúl (Coords.) Lisboa: Lidel





Manual de Envelhecimento Ativo



- Introdução aos temas

Orientações práticas

Sugestão de programas nacionais

Como saber mais

Orientações para profissionais e familiares

3º Desafio: Envelhecimento Saudável

| OMS (2015) com o Relatório Mundial sobre o Envelhecimento e a Saúde

| Substitui o conceito anterior de "envelhecimento ativo" (sinónimo apenas de "fisicamente ativo") por um modelo mais centrado na funcionalidade e na capacidade da pessoa idosa – que **permite o bem-estar das pessoas idosas.**

| Novo conceito resulta:

Capacidades físicas e mentais do indivíduo + Ambiente em que vive **Interação entre ambos**

| Promove a inclusão, mesmo de pessoas com dependência ou incapacidade.

Plano de Ação Década do Envelhecimento Saudável 2021–2030 da OMS

Objetivo principal:

Melhorar a vida das pessoas idosas, das suas famílias e das comunidades.

Promoção da capacidade funcional e na redução das desigualdades no envelhecimento.



Eixos de Ação | Áreas Prioritárias

1 | Mudar a forma como pensamos, sentimos e agimos em relação à idade e ao envelhecimento

Combate ao **idadismo** (preconceito e discriminação com base na idade).

Promoção de uma imagem **realista e positiva** em relação à diversidade do envelhecimento.



Eixos de Ação | Áreas Prioritárias

2 | Assegurar que as comunidades fomentam as capacidades das pessoas idosas

Criar **ambientes amigos das pessoas idosas**: acessibilidade, transportes, espaços públicos seguros, habitação adequada.

Fomentar a **inclusão social, a participação ativa e a segurança**.



Eixos de Ação | Áreas Prioritárias

3 | Oferecer cuidados integrados e centrados na pessoa

Serviços de saúde adaptados às **necessidades específicas** das pessoas idosas.

Coordenação entre cuidados de saúde primários, hospitalares, domiciliários e sociais.

Formação de profissionais em **cuidados geriátricos e gerontológicos**.



Eixos de Ação | Áreas Prioritárias

4 | Garantir o acesso a cuidados de longo prazo quando necessário

Suporte a pessoas com **dependência funcional**.

Valorização e apoio aos **cuidadores formais e informais**.

Desenvolvimento de **sistemas sustentáveis** de cuidados de longo prazo baseados na dignidade e na autonomia.



Princípios orientadores da Década

Equidade: Ninguém deve ser deixado para trás- políticas devem considerar as desigualdades sociais e económicas.

Participação significativa: Pessoas idosas devem ser envolvidas nas decisões que afetam as suas vidas.

Base em evidência científica: Ações devem ser informadas por dados e boas práticas.

Colaboração intersetorial: Parcerias entre governos, sociedade civil, setor privado e academia.



Plano de Ação para o Envelhecimento Ativo e Saudável (2023 – 2026)

Pilar I - Saúde e bem-estar

Pilar II - Autonomia e vida independente

Pilar III - Desenvolvimento e aprendizagem ao longo da vida

Pilar IV - Vida laboral saudável ao longo do ciclo de vida

Pilar V - Rendimentos e economia do envelhecimento

Pilar VI - Participação na sociedade.

[Info: https://envelhecimentoativo.pt/seis-pilares/](https://envelhecimentoativo.pt/seis-pilares/)

4º Desafio: Projetos Nacionais

Projeto ATIVE-SE! – Promoção do Envelhecimento Ativo

Promover o envelhecimento ativo e o bem-estar dos séniores no **Concelho de Mértola**:

- Sessões de Informação para a Saúde
- Sessões de Yoga
- Sessões de Desporto
- Sessões de introdução e apoio às Tecnologias de Informação e comunicação (TIC)
- Sessões de Trabalhos Manuais
- Encontros Intergeracionais

[Info: https://adpm.pt/projetos/projetos-concluidos/projeto-ative-se-promocao-do-envelhecimento-ativo/](https://adpm.pt/projetos/projetos-concluidos/projeto-ative-se-promocao-do-envelhecimento-ativo/)



4º Desafio: Projetos nacionais

Forúm Sénior de Santa Maria da Feira

O **Fórum Sénior** é um órgão com função consultiva, independente e aberto, seguindo um princípio democrático local à representação das pessoas idosas do concelho.

Promove uma ampla e transparente análise das políticas dirigidas à população sénior, apresentando sugestões que visem melhorar as atividades desenvolvidas e criar novas iniciativas.

Está aberto à participação de todas as pessoas e todas as tendências políticas, ideológicas, sociais e religiosas, permitindo uma maior abrangência da participação da população e das diversas instituições, públicas e privadas.

Info:<https://cm-feira.pt/grupo-de-reflex%C3%A3o-s%C3%A9nior-de-santa-maria-f%C3%B3rum-s%C3%A9nior>

4º Desafio: Projetos Nacionais

A avó veio trabalhar

Info: <https://www.fermenta.org/pt/>



As universidades sêniiores – RUTIS

Variedade de atividades: pintura, história, línguas, etc.

Info: <https://www.youtube.com/watch?v=4CLYp74Y7wQ>



4º Desafio: Projetos Nacionais

Entrelaça

<https://castiis.pt/entrelaca/>



Pedalar sem Idade

<https://pedalarsemidadeportugal.pt/envelheser/>



4º Desafio: Projetos Internacionais

Centro de Atendimento e Serviços 050+, Associação CASO50+

CARE4DEM



Desenvolver um modelo inovador de grupos de ajuda mútua para os prestadores informais de cuidados a pessoas com demência (apoio em linha).

MentHA



Implementar e validar "Programa de Treino Cognitivo" para pessoas idosas com déficit cognitivo ligeiro ou demência ligeira.

4º Desafio: Projetos Internacionais

Centro de Atendimento e Serviços 050+, Associação CASO50+

Best4OlderLGBTI



Implementar ações de capacitação dos profissionais de saúde/ social para reduzir a desigualdade e a discriminação que as pessoas LGBTI mais velhas enfrentam quando usam serviços públicos.

SINCALA



Desenvolver um modelo baseado nas narrativas dos cuidadores informais de pessoas mais velhas, com o objetivo de desenvolver a resiliência no seio familiar para manter a capacidade de cuidar.

Em suma ...

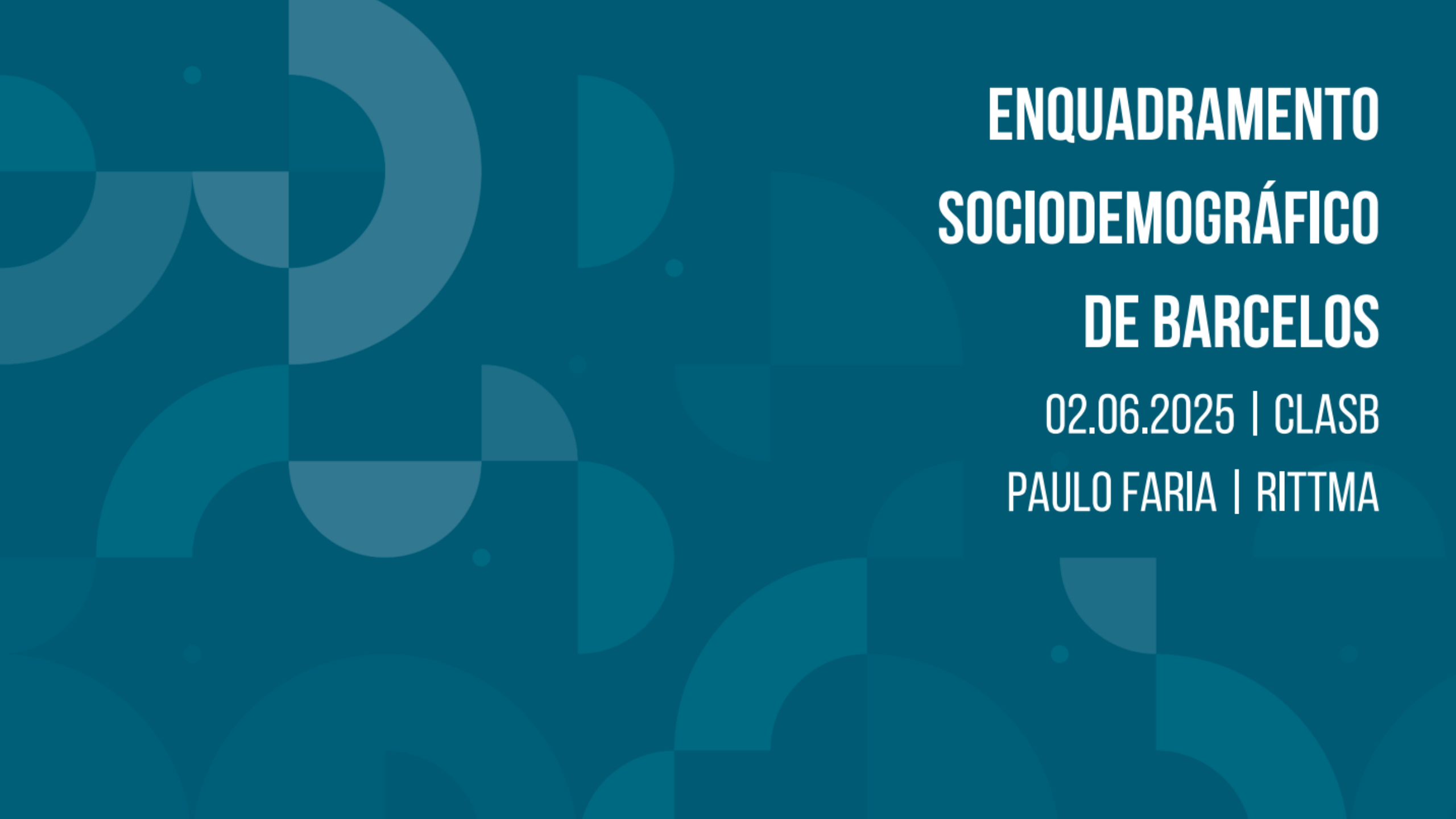
| Promover um envelhecimento ativo e saudável pressupõe prevenir a doença e melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas.

| Atuar sobre as gerações mais novas numa **lógica preventiva** e de **auto-responsabilização** pelo seu processo de envelhecimento.

| Sem esquecer o caráter inclusivo e a necessidade de reconhecer a **longevidade avançada** como um desafio contemporâneo.

Obrigada!

mafalda.duarte@isave.pt



ENQUADRAMENTO SOCIODEMOGRÁFICO DE BARCELOS

02.06.2025 | CLASB

PAULO FARIA | RITTMA

SUMÁRIO

POPULAÇÃO

DUALIDADE URBANO-RURAL

ENVELHECIMENTO ACELERADO

AUMENTO DA IMIGRAÇÃO

ALTERAÇÕES NA ESTRUTURA FAMILIAR

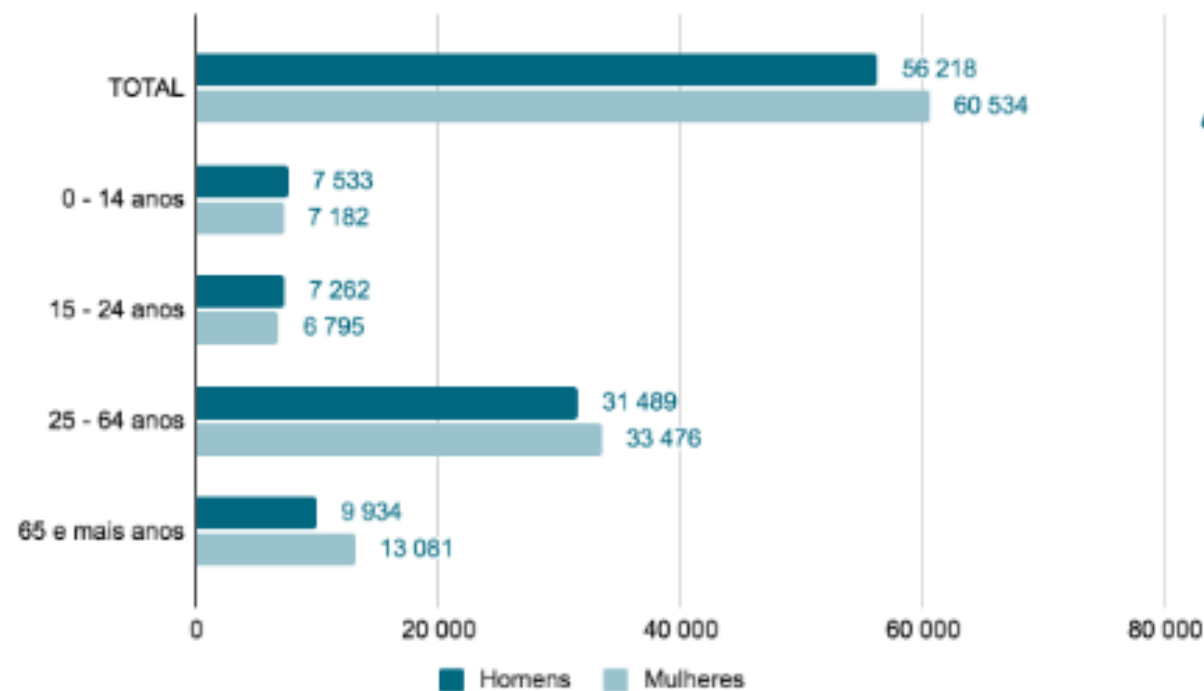
QUALIFICAÇÕES E RENDIMENTOS

BAIXAS QUALIFICAÇÕES

BAIXOS RENDIMENTOS

EMPREGO EM ATIVIDADES DE BAIXO VAB

POPULAÇÃO RESIDENTE



População residente por sexo e grupo etário à data dos Censos 2021



116.752

Censos 2021

-3,0% face aos Censos 2011

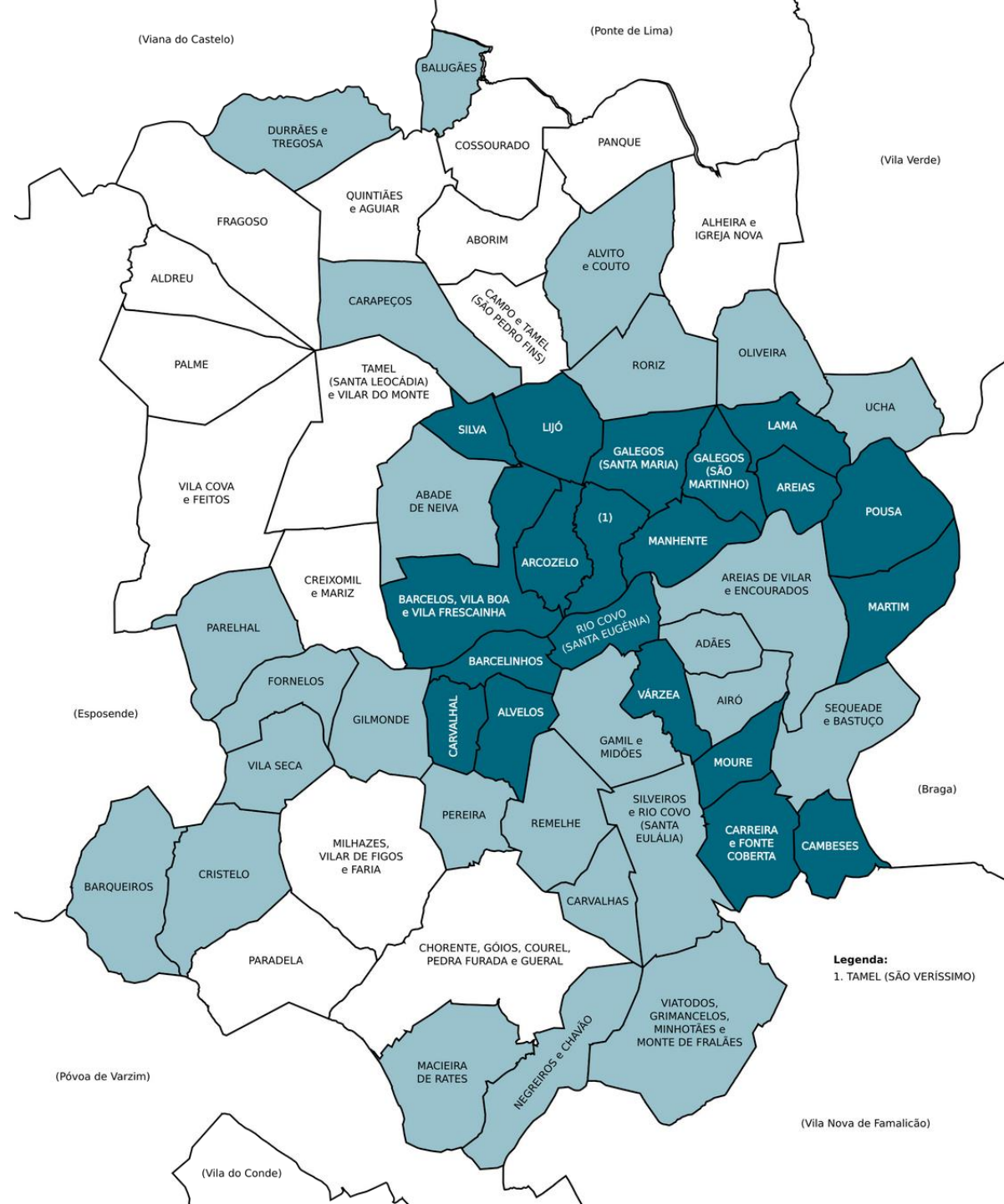


60.534 MULHERES

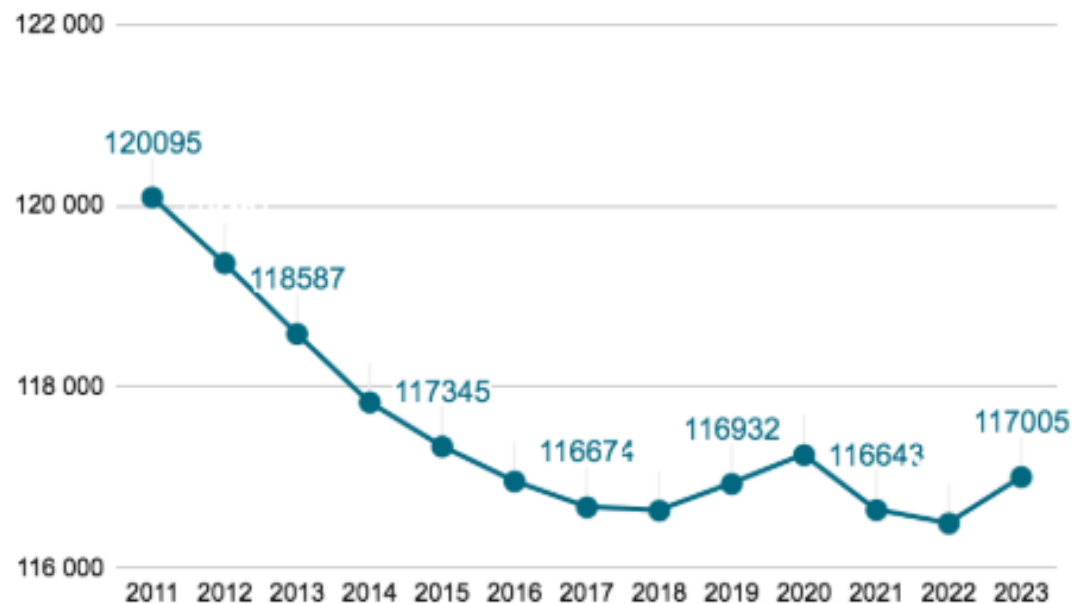
51,9% da POPULAÇÃO

Censos 2021

DISTRIBUIÇÃO DA POPULAÇÃO



EVOLUÇÃO DA POPULAÇÃO



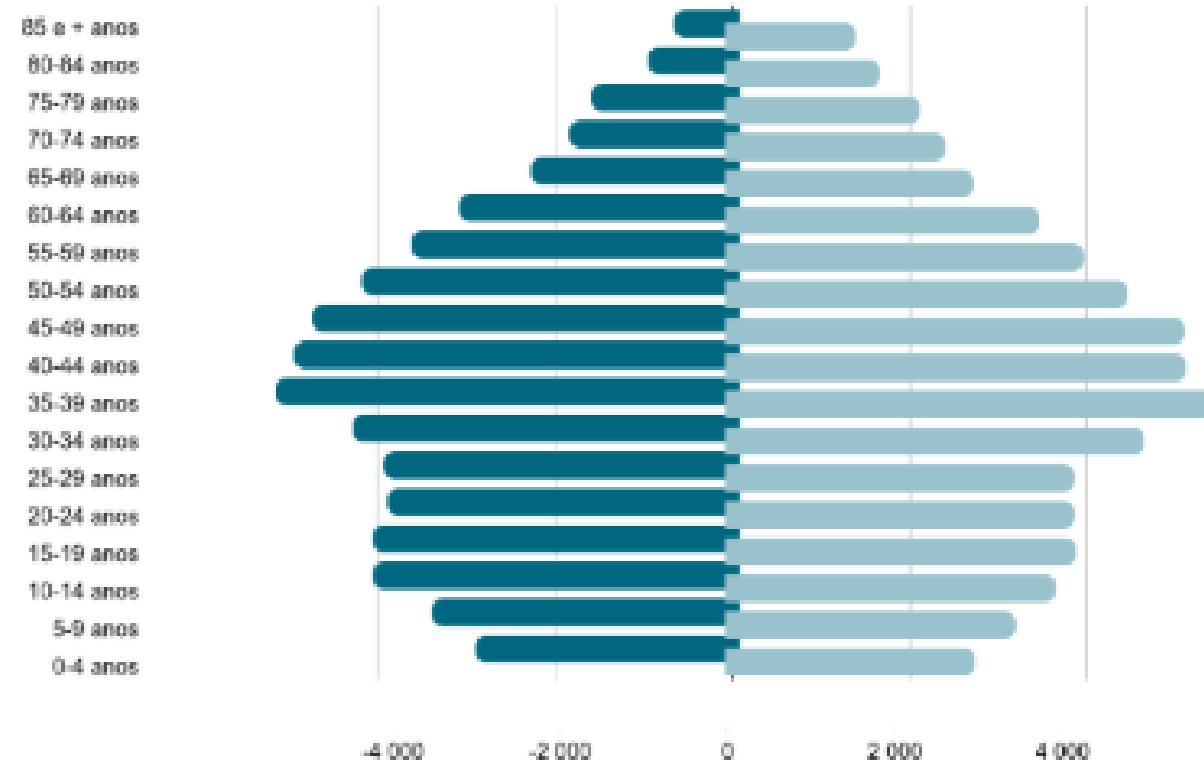
Evolução anual da população residente entre 2011 e 2023



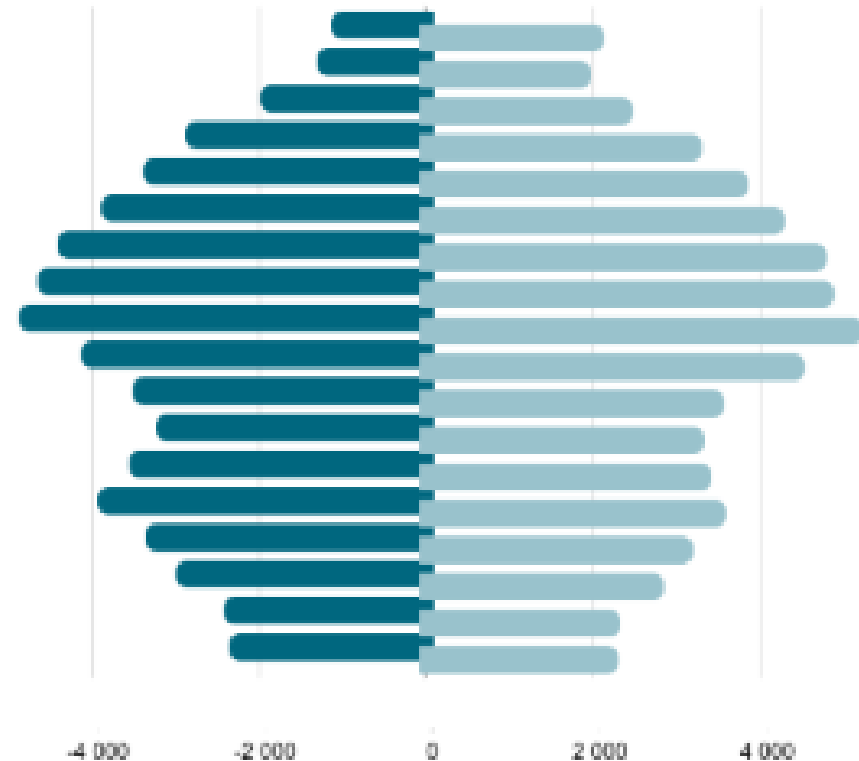
116.752

Censos 2021

-3,0% face aos Censos 2011



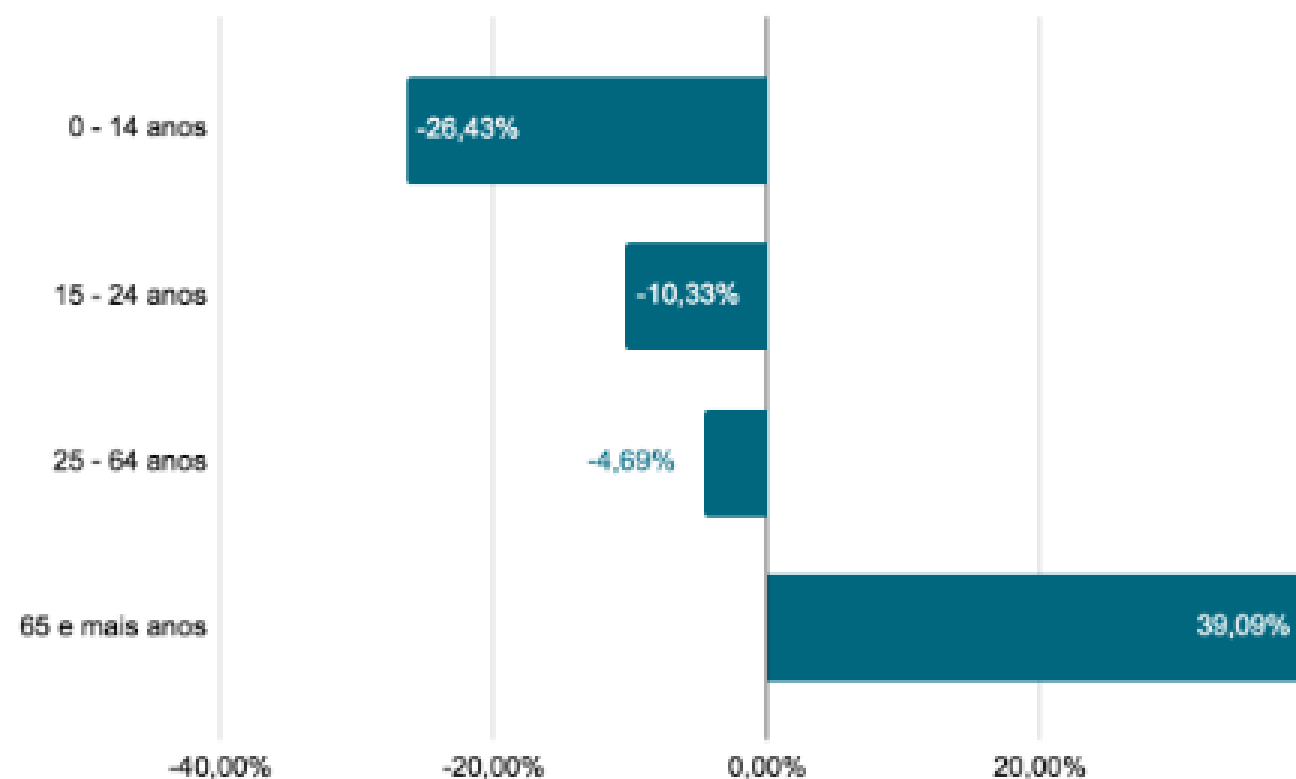
Censos 2011



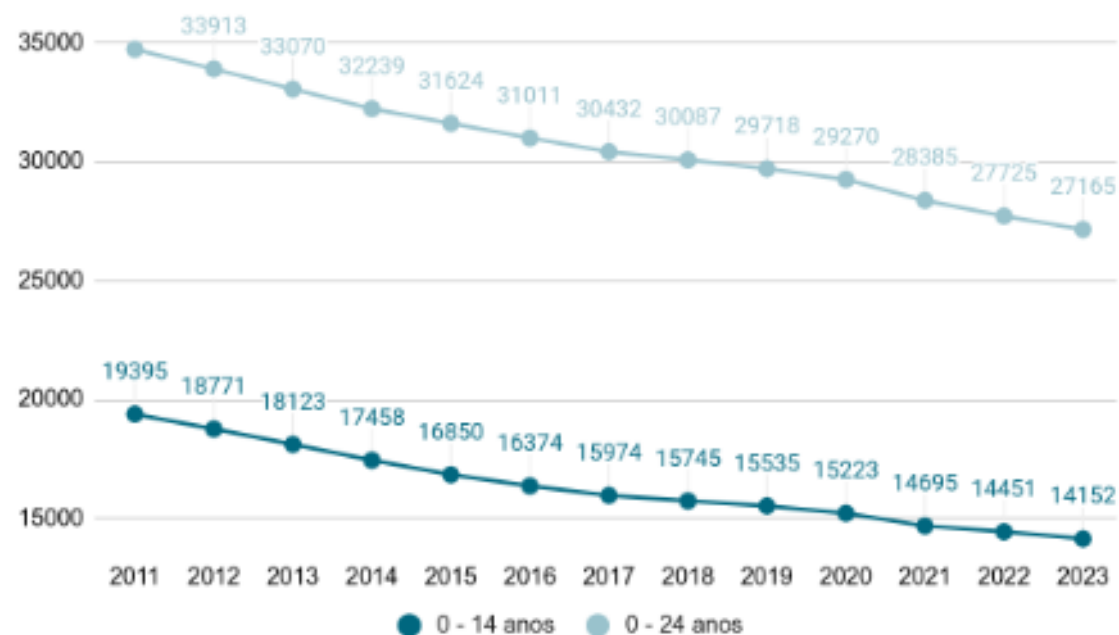
Censos 2021

■ H ■ M

Pirâmides etárias à data dos Censos 2011 e 2021



Variação da população residente por grandes grupos etários entre os Censos 2011 e 2021



Evolução da população jovem, 2011 a 2023 (N.º)



**0 - 24
anos**

27.165

Estimativas 2023

23,22% da população

23,14% Portugal
22,39% Norte
23,94% Cávado



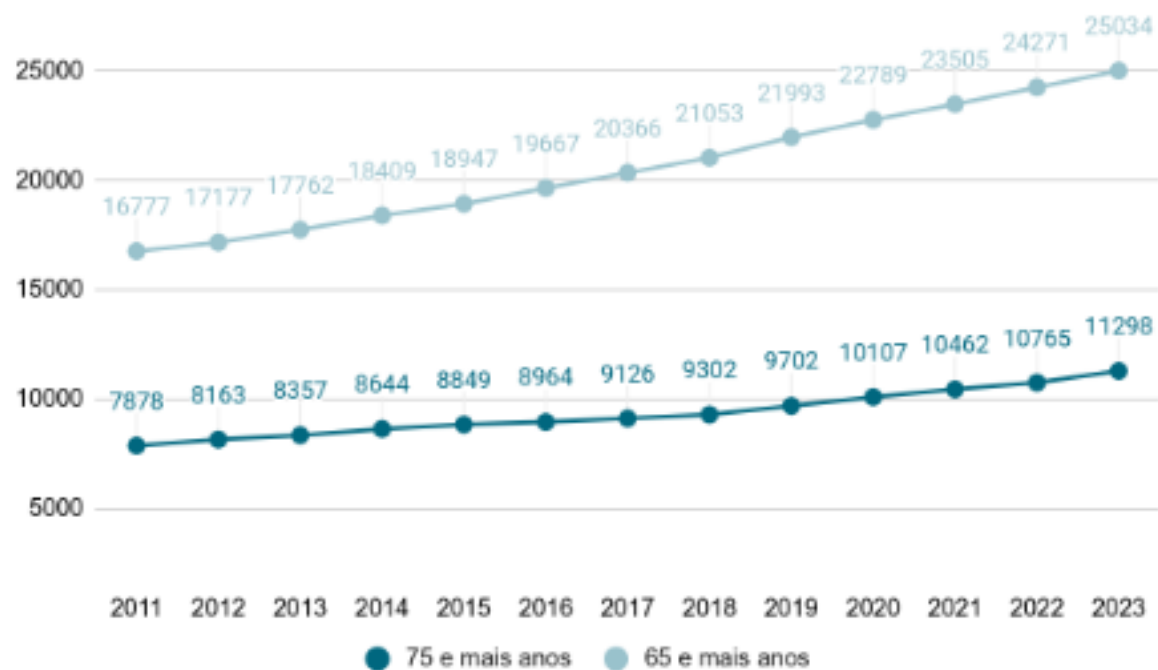
**0 - 14
anos**

14.152

Estimativas 2023

12,10% da população

12,82% Portugal
12,05% Norte
12,93% Cávado



Evolução da população idosa, 2011 a 2023 (N.º)



21,40%

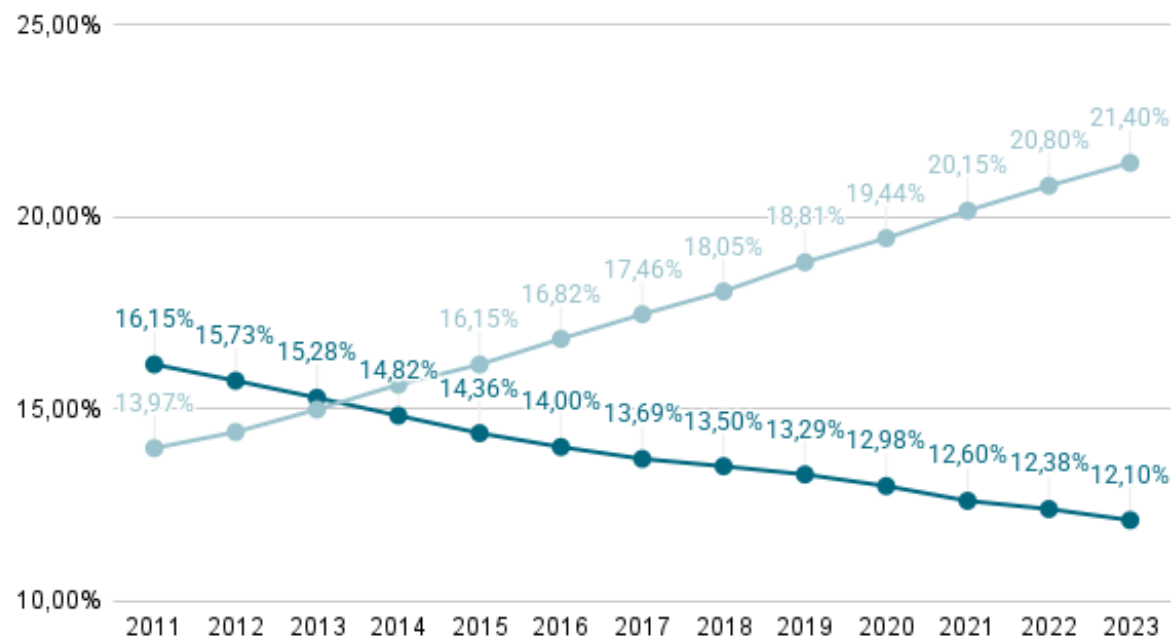
Estimativas de 2023

24,10% Portugal

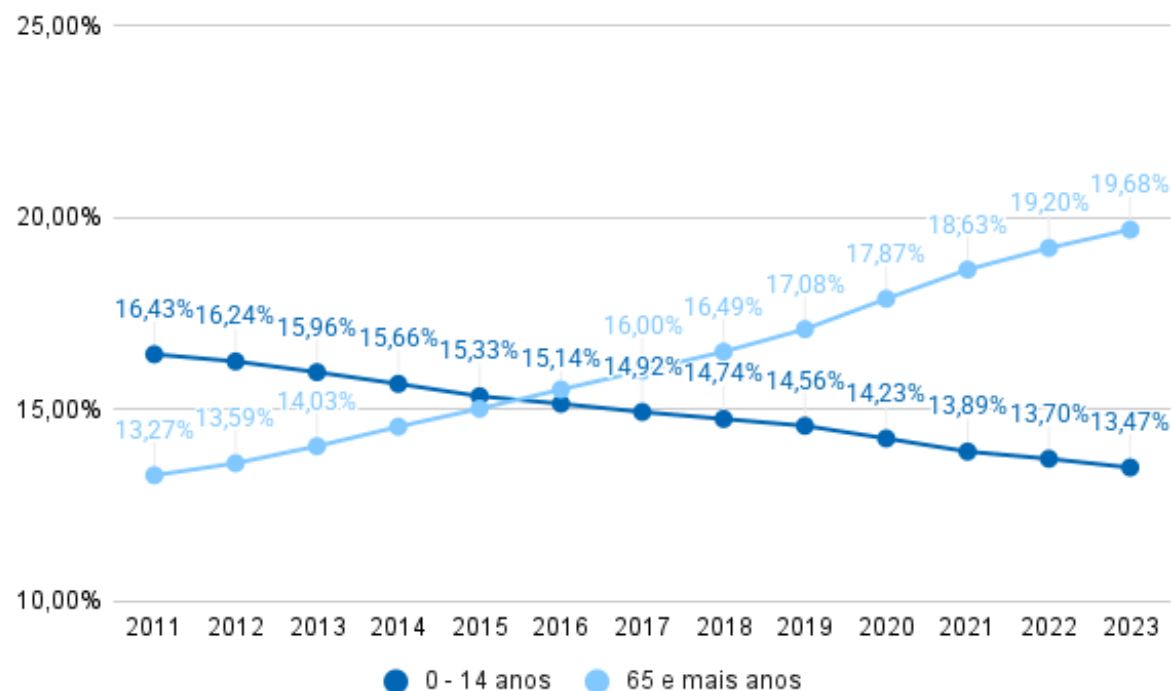
23,78% Norte

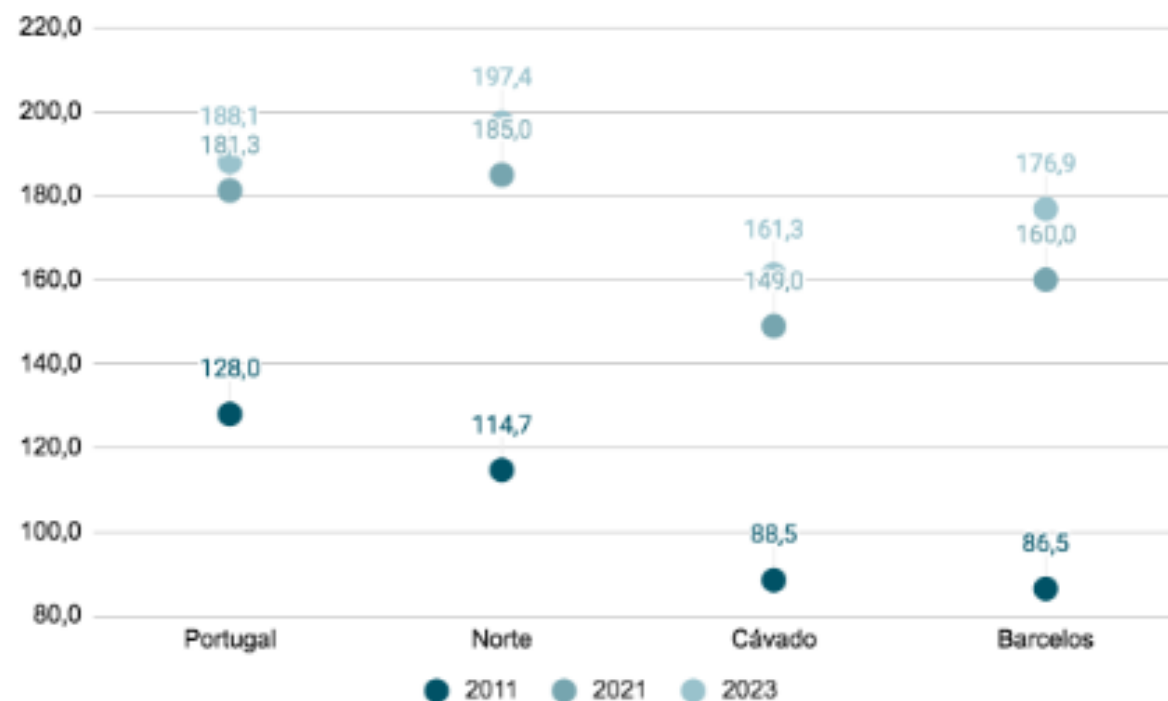
20,85% Cávado

BARCELOS



BRAGA





Índice de envelhecimento, 2011, 2021 e 2023



176,9

ÍNDICE DE ENVELHECIMENTO

176,9 idosos por cada 100 jovens

2023

188,1 Nacional
197,4 Norte
161,3 Cávado



32,2

**ÍNDICE DE DEPENDÊNCIA
DE IDOSOS**

2023

38,2 Nacional
37,1 Norte
31,5 Cávado

45,1

ÍNDICE DE LONGEVIDADE

2023

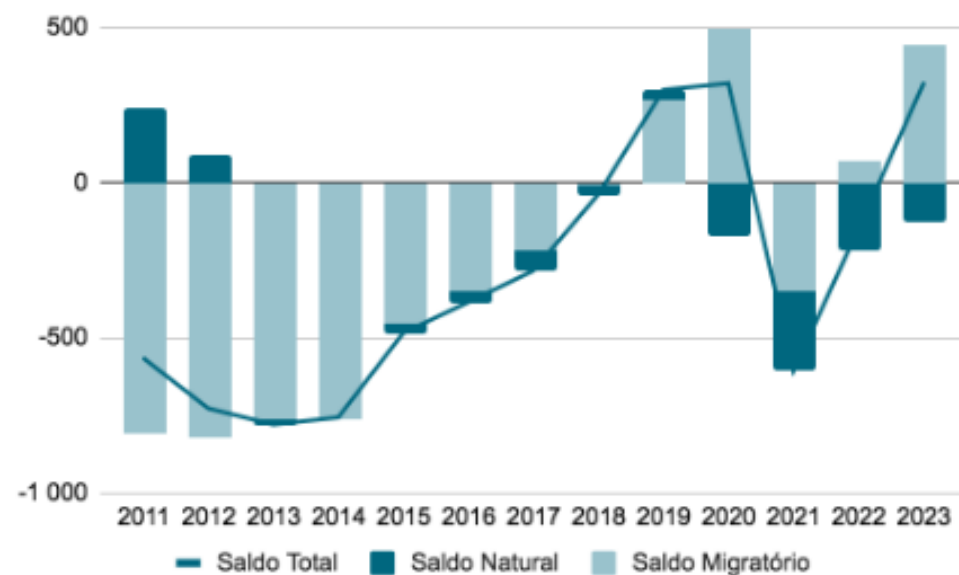
49,1 Portugal
47,0 Norte
45,7 Cávado

50,4

**ÍNDICE DE DEPENDÊNCIA
TOTAL**

2023

58,5 Nacional
55,8 Norte
51,0 Cávado



- 125
SALDO NATURAL

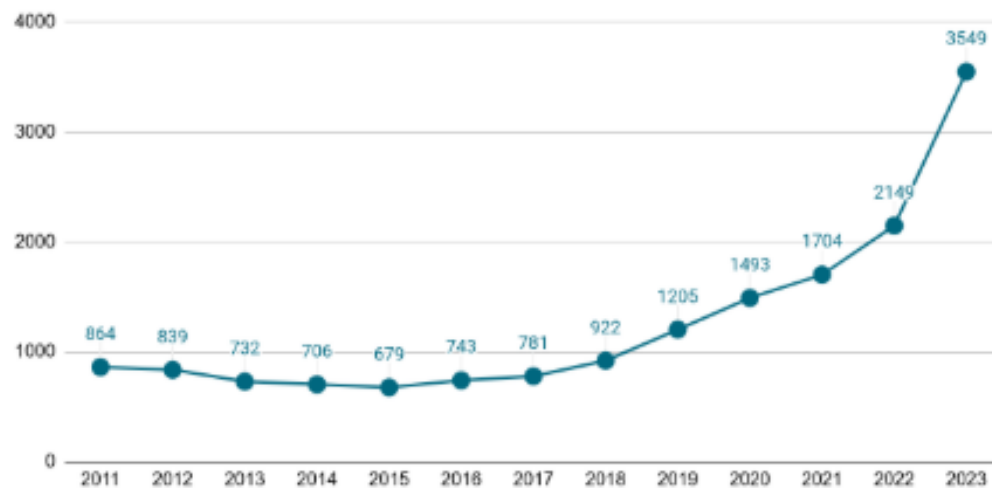
+ 446
SALDO MIGRATÓRIO

+ 321
SALDO TOTAL

2023

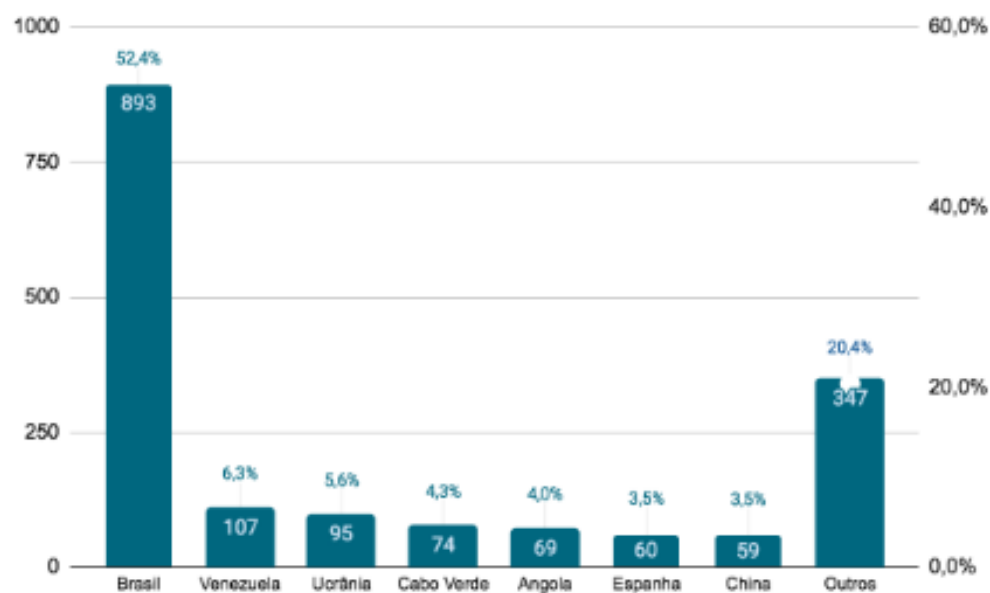
Saldo Natural, Migratório e Total, entre 2011 e 2023

POPULAÇÃO ESTRANGEIRA



3 549
ESTRANGEIROS COM ELR
3,03% da população
2023
+ 18,6% face a 2022

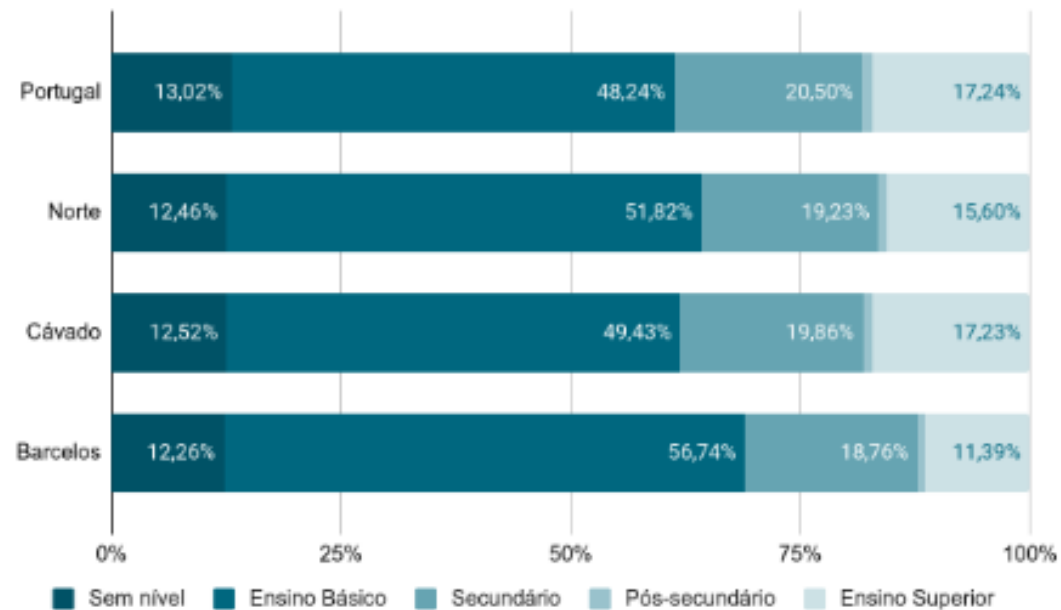
População estrangeira com estatuto legal de residente, 2011 - 2023 (N.º)



50%⁺
ORIGEM BRASILEIRA
2021

População com estatuto legal de residente, por nacionalidade, 2021 (%)

QUALIFICAÇÕES



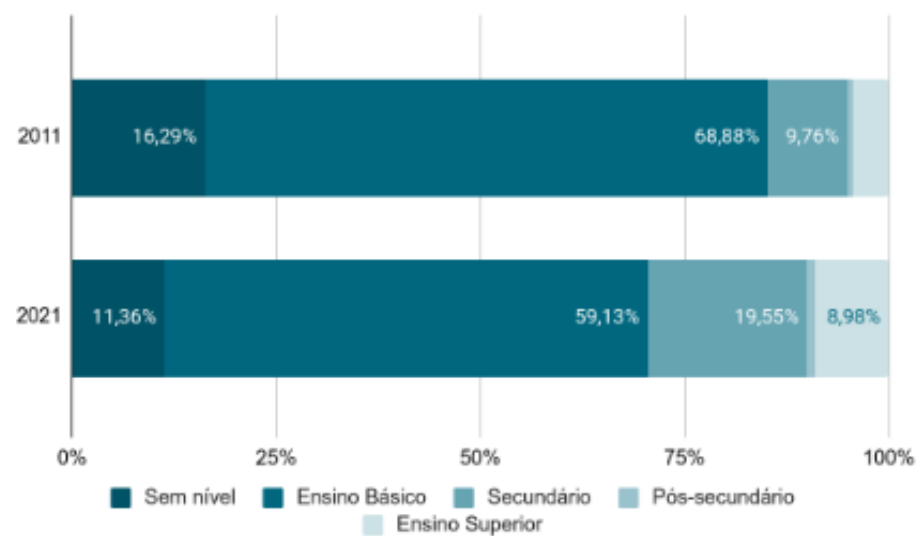
POPULAÇÃO COM FORMAÇÃO SUPERIOR

Censos 2021

17,24% Portugal
15,60% Norte
17,23% Cávado

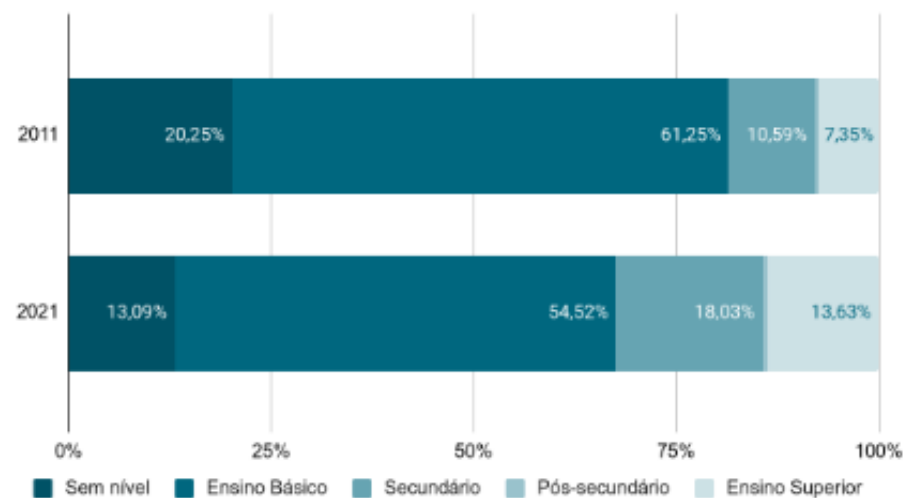
Qualificações da população face a outros territórios, segundo os Censos 2021 (%)

HOMENS



8,98%
HOMENS C/ FORMAÇÃO
SUPERIOR
 4,5% Censos 2011

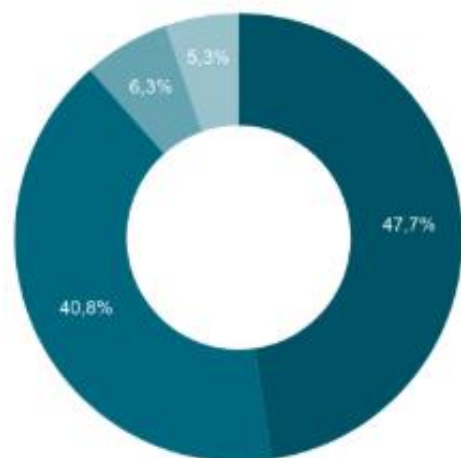
MULHERES



13,6%
MULHERES C/ FORMAÇÃO
SUPERIOR
 7,4% Censos 2011

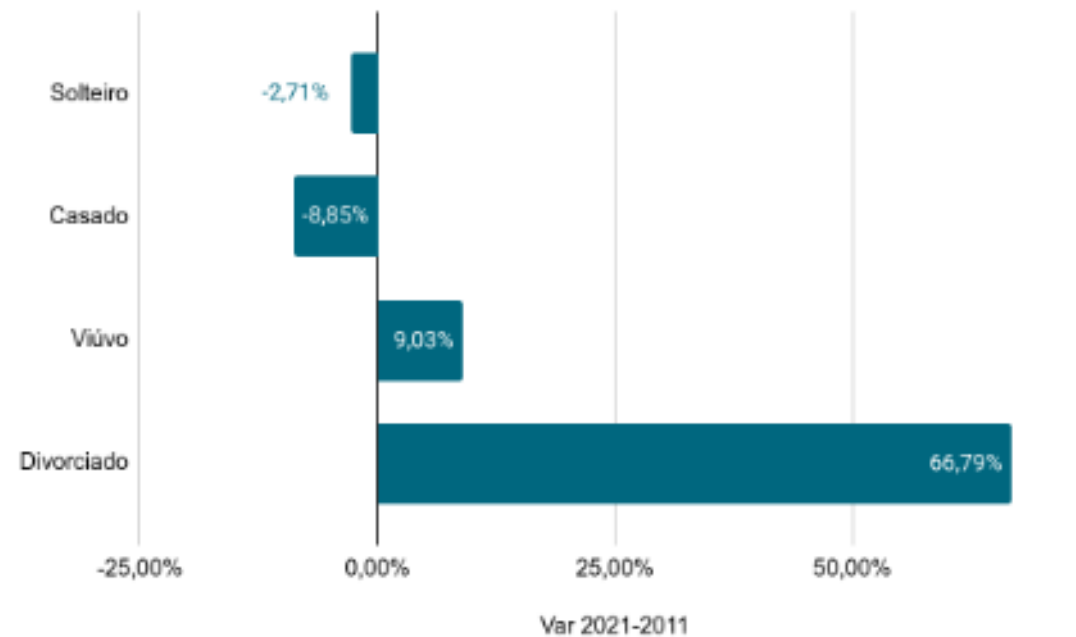
Nível de formação da população, segundo os Censos 2011 e 2021 - homens e mulheres (%)

ESTRUTURA FAMILIAR



- Casado
- Solteiro
- Viúvo
- Divorciado

Censos 2021



Variação da população por estado civil entre os Censos 2011 e 2021

Agregados domésticos privados nos alojamentos familiares clássicos, à data dos Censos 2021 (N.º e %)

	Total	N.º de pessoas do agregado doméstico privado								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9 ou +
N.º	40 168	6 115	11 407	9 910	8 850	2 588	958	251	51	38
%	100	15,22	28,407	24,67	22,03	6,44	2,38	0,62	0,13	0,09



2,87 PESSOAS
DIMENSÃO MÉDIA DOS
AGREGADOS

Censos 2021

2,46 Portugal
2,57 Norte
2,75 Cávado

15,22% (6 115)
AGREGADOS UNIPESOAIS
dos quais

8,3% (500⁺)
65⁺ ANOS
Censos 2021

14,63% (5 221)
NÚCLEOS FAMILIARES
MONOPARENTAIS
dos quais
87,3% (4 558)
MÃE COM FILHOS
Censos 2021

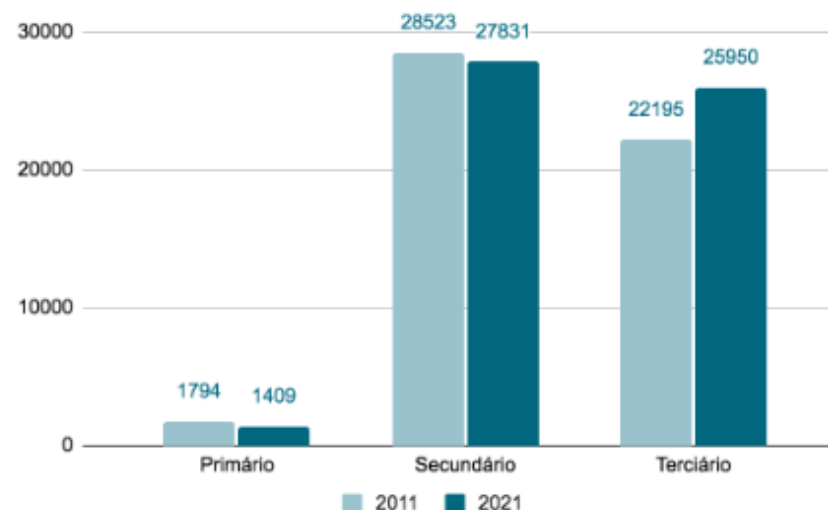
RENDIMENTO E EMPREGO

Ganho médio mensal dos trabalhadores por conta de outrém, 2011 e 2021 (€)

Território	2011	2021		Δ 2021-11
Portugal	-	1 289,50 €	100,0%	-
Norte	949,10 €	1 187,20 €	92,1%	25,1%
Cávado	873,30 €	1 134,30 €	88,0%	29,9%
Barcelos	779,30 €	1 033,10 €	80,1%	32,6%

Poder de compra per capita, 2021 (%)

Território	2011	2021	Δ 2021-11
Portugal	100,0	100,0	0,00%
Norte	89,2	92,9	4,12%
Cávado	85,9	91,7	6,82%
Barcelos	72,6	81,6	12,45%



População empregada por setor económico, à data dos Censos 2011 e 2021 (N.º)

1.033,10€
GANHO MENSAL MÉDIO

2021

Trabalhadores por conta de outrém

80,1% da média nacional



81,6%

PODER DE COMPRA PER CAPITA

2021

Face ao índice nacional

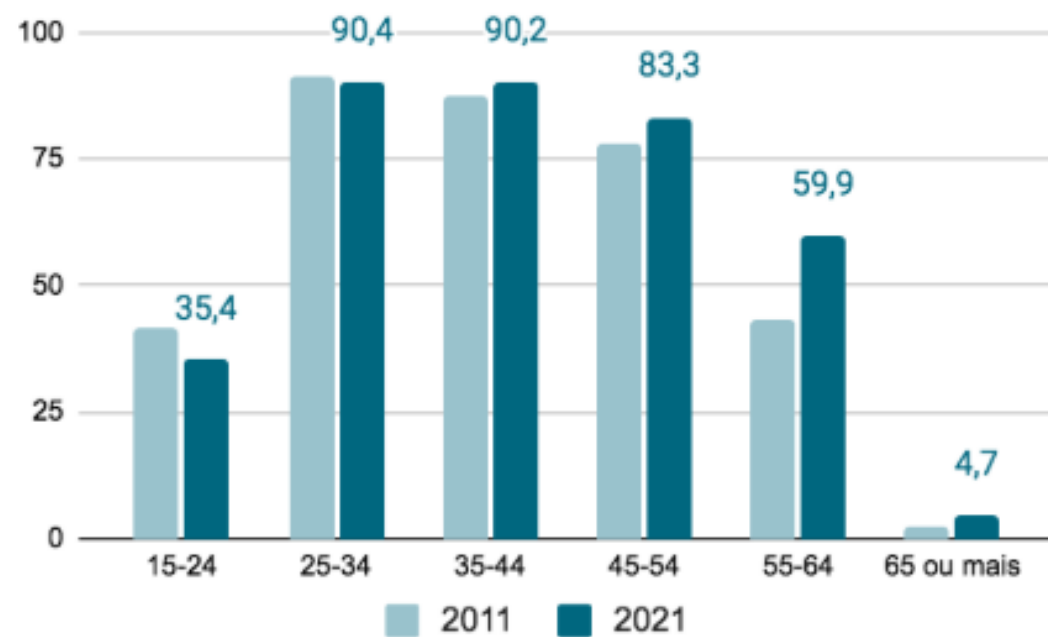


50,4%

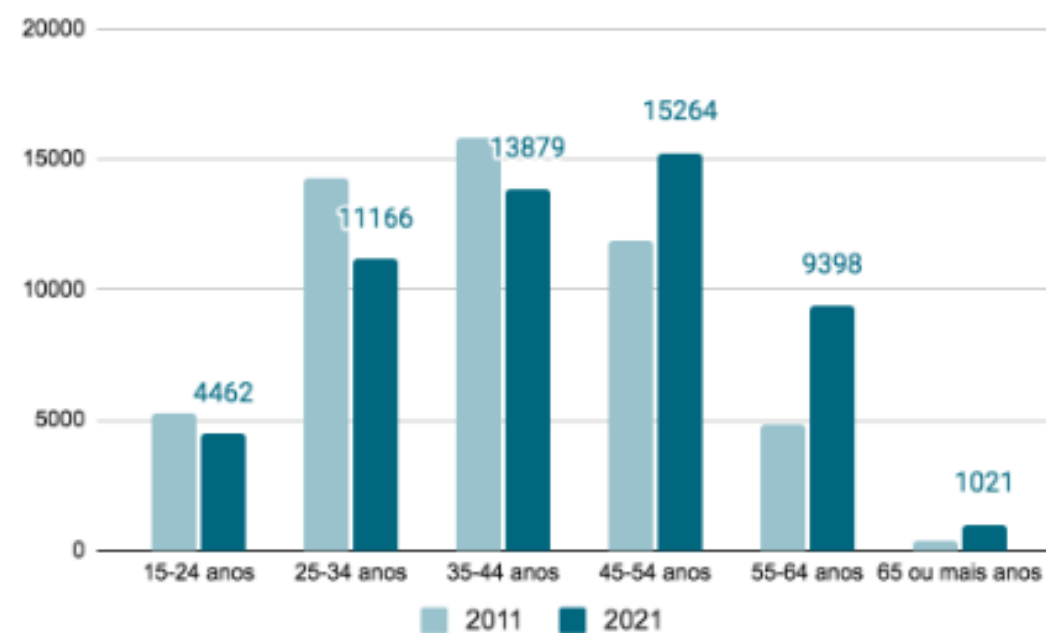
POPULAÇÃO EMPREGADA NO
SETOR SECUNDÁRIO

Censos 2021

24,8% Portugal
33,5% Norte
37% Cávado



Taxa de atividade por grupo etário, à data dos censos 2011 e 2021 (%)



População empregada por grupo etário, à data dos Censos 2011 e 2021 (N.º)

OBRIGADO PELA ATENÇÃO

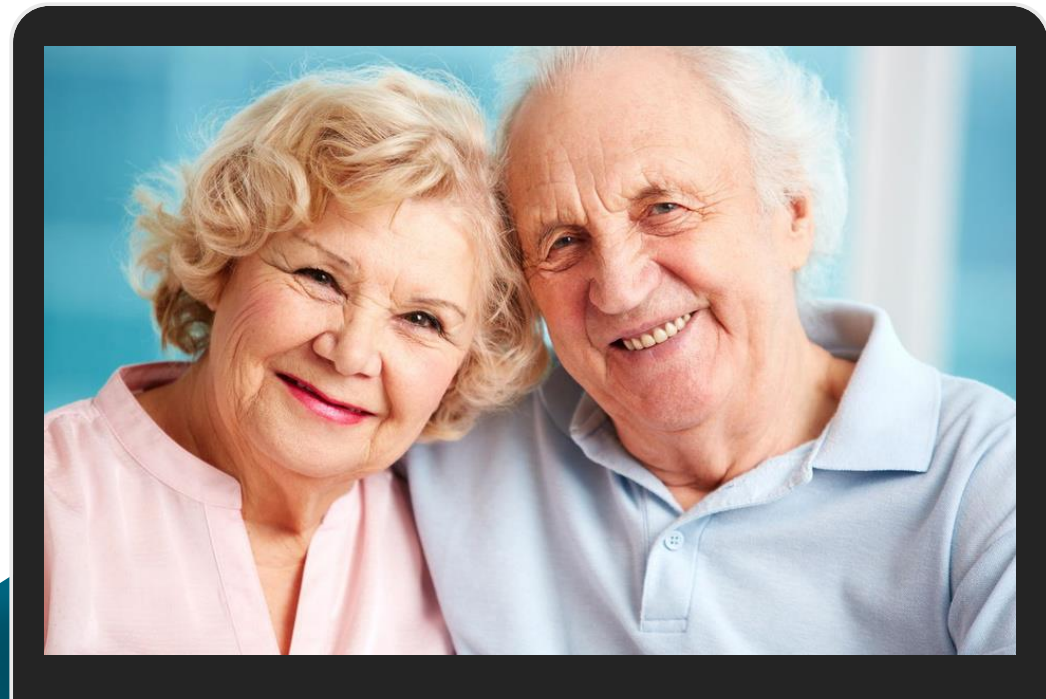
PAULO.FARIA@RITTMA.COM

968 120 762

rittma
liderar a mudança

Apoios + 65 anos

Barcelos



Apoio ao Arrendamento Habitacional

O Programa de Apoio ao Arrendamento Habitacional tem como objetivo contribuir para uma melhor integração social das pessoas e famílias com carências socioeconómicas a residir no concelho de Barcelos, assegurando o direito à igualdade de oportunidades, à coesão social e à dignidade.

Os requerentes pensionistas por velhice e/ou invalidez, que simultaneamente preencham as condições de acesso e auferam um rendimento per capita igual ou inferior a 115 % do valor do Indexante dos Apoios Sociais (IAS), podem beneficiar do apoio constante do presente Regulamento.



**AÇÃO SOCIAL E
SAÚDE**



geral@cm-barcelos.pt



253 809 600

Projeto Radar Social

O Piloto Radar Social é uma medida integrada na Componente 03 – Respostas Sociais – RE-C03-i01 – Novas Gerações de Equipamentos e Respostas Sociais, do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), surge como objetivo de identificar e mapear situações de maior vulnerabilidade entre os quais pessoas mais velhas, com destaque para os casos de isolamento. Este mapeamento permitirá uma análise detalhada das áreas mais frágeis.

- Equipa multidisciplinar de 5 técnicos
- Duração do Projeto em 27 meses (até março 2026) e abrangência concelhia.

Como sinalizar:

- e-mail: radarsocial@cm-barcelos.pt
- contacto telefónico: 253 809 600 (ext. 4712) | 915 288 417

Boccia Sénior de Barcelos

O Campeonato Boccia Sénior de Barcelos, promovido pelo Município, incentiva o convívio, a inclusão e o envelhecimento ativo dos seniores. Com cerca de 300 participantes de 23 instituições, os jogos semanais culminam numa final a 7 de junho. Acessível e adaptado, o Boccia estimula corpo e mente, combatendo o isolamento e valorizando a população sénior.

Hidro Sénior

O Hidro Sénior é um programa de atividade aquática adaptada, promovido pelo Município de Barcelos para a população sénior. Realizado nas Piscinas Municipais, incentiva um estilo de vida ativo e saudável, promovendo o bem-estar físico e o convívio social. As inscrições decorrem nas Juntas de Freguesia aderentes.

Diabetes em Movimento

O Diabetes em Movimento é um programa gratuito de exercício físico para pessoas com diabetes tipo 2, com sessões em Adães, três vezes por semana. Promove saúde, autonomia e bem-estar, ajudando a controlar a glicose, reduzir riscos cardiovasculares e combater o isolamento social.

Barcelos Sénior Fit

O Barcelos Sénior Fit é um programa gratuito da Câmara Municipal de Barcelos destinado a maiores de 65 anos e utentes das IPSS locais. Promove o envelhecimento ativo através de atividades como ginástica de manutenção, treino de força, alongamentos, treino funcional e caminhadas, realizadas em diversos pavilhões do concelho com técnicos qualificados. Para além dos benefícios físicos, combate o isolamento social e melhora o bem-estar geral. As inscrições são efetuadas nas Juntas de Freguesia.

DESPORTO



geral@cm-barcelos.pt



253 809 600

CULTURA

Município de Barcelos **promove iniciativas gratuitas ou com descontos para pessoas com mais de 65 anos** e pessoas com deficiência, garantindo acesso inclusivo à cultura, lazer e formação. Destacam-se **espetáculos com Língua Gestual Portuguesa e audiodescrição, e eventos como o Dia dos Avós, focados na celebração intergeracional**. A programação inclui atividades culturais gratuitas, tertúlias, oficinas e workshops que estimulam criatividade e convívio, promovendo o envelhecimento ativo, bem-estar e inclusão social.

Promove ainda **atividades gratuitas para o bem-estar físico, mental e social**, oferecendo momentos de lazer adaptados a diferentes interesses. Entre as iniciativas, destacam-se:

- **visitas guiadas ao centro histórico,**
- **rotas culturais, gastronómicas e de natureza,**
- **workshops de pintura do Galo de Barcelos,**
- **passeios de barca no Rio Cávado**
- **conversas vínicas sobre os vinhos regionais.**

Estas ações incentivam o envelhecimento ativo, a socialização e a valorização do património cultural e natural de Barcelos.



geral@cm-barcelos.pt



253 809 600

Transportes - TUBA

Os Transportes Tuba são o sistema integrado de mobilidade de Barcelos, concebido para oferecer soluções eficientes, acessíveis e sustentáveis. Combinam uma rede de transportes públicos, mobilidade suave (como bicicletas) e parques de estacionamento estratégicos, permitindo a utilização flexível de automóveis, autocarros, bicicletas e deslocações a pé.

O sistema conta com passes acessíveis:

- **Passe Zona 1** para deslocações locais
- **Passe Zona 2** para viagens em todo o concelho.

As **pessoas com 65 anos ou mais e reformados beneficiam de um desconto de 50%.**

Este modelo promove uma mobilidade inclusiva e sustentável, reduzindo o impacto ambiental e incentivando alternativas ao transporte individual.



Onde fazer o Cartão?

Agente Transdev
Avenida Doutor Sidónio Pais
4750-423 Barcelos

Bilheteira Transdev
Central de Camionagem de Barcelos

Documento Necessário: Cartão de Cidadão

PROJETO ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL

PROJETO “ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL EM BARCELOS”

O Município de Barcelos submeteu a candidatura do projeto “Envelhecimento ativo e saudável em Barcelos” ao Aviso NORTE2030-2024-6 | Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI).

ENTIDADE COORDENADORA: Município de Barcelos

ENTIDADES COPROMOTORAS: Centro Social da Paróquia de Arcozelo

Cruz Vermelha Portuguesa

SOPRO – Solidariedade e Promoção

Além dos parceiros beneficiários da operação, a execução envolverá informalmente os seguintes parceiros, entre outros que venham a ser necessários: Juntas de Freguesia e Uniões de Freguesia; ULS Barcelos/ Esposende; Rede Social de Barcelos; IPCA; Intensify World.

OBJETIVO GERAL

PROMOVER O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL EM BARCELOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

PROMOVER ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS

DESENVOLVER REDES DE APOIO E SERVIÇOS

INTEGRAR POLITICAS MULTISSETORIAIS

PREVENIR VULNERABILIDADES (promover um envelhecimento ativo e saudável)

FORTALECER O ENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

CAPACITAR CUIDADORES E APOIO A PESSOAS DEPENDENTES

PROMOVER A SAÚDE MENTAL

GESTÃO SUSTENTÁVEL DE RECURSOS DEMOGRÁFICOS E TERRITORIAIS

MONITORIZAÇÃO E AVALIAÇÃO CONTÍNUA

CONTRIBUIR, A NÍVEL LOCAL, PARA A REALIZAÇÃO DO PROGRAMA NORTE 2030 E ESTRATÉGIAS SETORIAIS

A nível international:

Agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável

Pilar Europeu dos Direitos Sociais

- Sobretudo os ODS: 3 – saúde de qualidade, 10 – reduzir as desigualdades, 11 – cidades e comunidades sustentáveis.
- Domínios da proteção social e inclusão, igualdade de oportunidades e acesso a serviços essenciais. Promoção da autonomia das pessoas mais velhas, incentivando a sua participação ativa; reforço no acesso a cuidados de saúde de qualidade; e inclusão social intergeracional, combatendo a desigualdade e discriminação etária.

A nível nacional:

Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não-Discriminação 2018-2030
(Portugal + Igual)

- Promoção da igualdade entre mulheres e homens: capacitação digital e a literacia.
- Prevenção e combate à violência contra as mulheres e violência doméstica: apoio a vítimas.
- Combate à discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de género e características sexuais.
- Promoção da conciliação entre a vida profissional, familiar e pessoal: apoio a cuidadores informais.

Estratégia Nacional de Combate à Pobreza 2021-2030

- Garantir um modelo de proteção social adequado e inclusivo.
- Reforçar a acessibilidade e qualidade dos serviços essenciais.
- Reduzir as desigualdades e promover a inclusão social.
- Garantir uma educação inclusiva e promover o acesso ao conhecimento.
- Promover um modelo de desenvolvimento territorial inclusivo e sustentável.
- Garantir uma abordagem integrada e sustentável do combate à pobreza e exclusão social.

Plano de Ação do Envelhecimento Ativo e Saudável 2023-2026

- Saúde e bem-estar.
- Autonomia e vida independente.
- Desenvolvimento e aprendizagem ao longo da vida.
- Participação social e intergeracional.
- Proteção e Direitos.
- Informação e conhecimento.

Plano de Desenvolvimento Social de Barcelos 2030

- Eixo 2 – Saúde e bem-estar.
- Realização do projeto estruturante 2.5 Plano Municipal para o Envelhecimento Saudável.

CLDS 5G

- Complementaridade em ações destinadas a adultos mais velhos.

Destinatários

Pessoas mais velhas (65 anos ou mais)
Famílias, Cuidadores, Voluntários

Duração

2025-2028 (36 meses)
Data de início: 07.03.2025

Abrangência

Concelho de Barcelos

ATIVIDADES DO PROJETO

Entidade responsável e equipa afeta ao projeto

INICIATIVA	ENTIDADE RESPONSÁVEL, recursos humanos	METAS
BARCELOS + ATIVO Ações de sensibilização e capacitação / comunidade prática das famílias ao nível do envelhecimento ativo e saudável, promovendo a interação social, reduzindo o isolamento e a solidão das pessoas mais velhas.	Centro Social da Paróquia de Arcozelo: técnica serviço social, assistente operacional	45 sessões 675 destinatários (Famílias; Pessoas + 65)
PESSOAS MAIS VELHAS NO PARQUE Dinamização de atividades lúdicas e dinâmicas para a população de pessoas mais velhas, que estimulem o bem-estar físico e emocional e promovam o sentimento de pertença à comunidade. Edição de um vídeo promocional das pessoas mais velhas como um cidadão proativo de e para a comunidade.		3 convívios 1500 destinatários (Pessoas + 65)

ACADEMIA + 65

Espaço de dinamismo e estimulação para fortalecer vínculos comunitários, relações interpessoais e intergeracionais, através da promoção de atividades desportivas, ações educativas e motivacionais que aumentem a literacia em saúde e encorajem a adoção de estilos de vida saudáveis e o bem-estar geral.

OFICINA DA MEMÓRIA E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

Desenvolvimento de atividades de estimulação cognitiva em parceria com instituições que trabalham a temática do envelhecimento e minimização de perdas cognitivas através das novas tecnologias. Promover a capacitação das pessoas para a gestão autónoma das suas atividades de vida diárias, integrando atividades criativas, culturais e educativas que promovam a saúde cerebral.

WORKSHOP LITERACIA + 65

Promover a inclusão digital dos pessoas mais velhas, dotando os participantes dos conhecimentos necessários para superar barreiras digitais. Capacitar as pessoas mais velhas para a utilização de ferramentas digitais que facilitam a comunicação, gestão da saúde, finanças ou lazer.

Município de
Barcelos:

Daniela Pereira,
Lillian Araújo,
Mariana Fernandes,
Tiago Batista.

675 destinatários
(Pessoas + 65)

Município de
Barcelos:

Cátia Miranda,
Daniela Pereira.

675 destinatários
(Pessoas + 65)

Município de
Barcelos:

Cátia Miranda,
Lillian Araújo

45 workshops
675 destinatários
(Pessoas + 65)

EQUIPA CUIDIN

Visa acompanhar e apoiar os cuidadores, promovendo a proximidade, aliviando as suas dificuldades e preenchendo lacunas no cuidado em momentos de ausência dos mesmos.

Através da parceria com o Estrutura Barcelos + Voluntário, propõe-se a capacitação de voluntários para prestar cuidados temporários.

SOPRO: João Silva

90 destinatários
(45 cuidadores;
45 voluntários)

BARCELOS AMIGO: INTERVENÇÃO SOCIAL E VOLUNTARIADO

Visa mitigar as fragilidades sociais, cognitivas, emocionais e habitacionais da população mais velha do concelho de Barcelos.

Pretende promover o combate à solidão e isolamento social, melhor qualidade de vida para esta população, assegurando condições habitacionais mais seguras, confortáveis e adaptadas às suas necessidades. Sensibilizar a comunidade em geral para os desafios e oportunidades do envelhecimento.

SOPRO: João Silva

30 iniciativas
30 destinatários
(voluntários)

TELEASSISTÊNCIA

Pretende diminuir o isolamento das pessoas mais velhas no concelho de Barcelos, especialmente os que se encontram em situação de vulnerabilidade e isolamento social.

Atendimento de chamadas, acompanhamento e apoio em emergência, assessoria médica à distância, alertas para medicamentos e consultas, chamadas com familiares e terceiros.

Cruz Vermelha
Portuguesa:
Inocência Pina

Articulação no
território: Cátia
Miranda

50 destinatários
(Pessoas + 65)

CARTÃO BARCELOS 65 +

Iniciativa que visa melhorar a qualidade de vida das pessoas mais velhas, proporcionando acesso a bens e serviços com desconto em áreas como comércio, restauração, saúde, apoio domiciliário, beleza, entre outros, através de um cartão.

Pretende desenvolver programas e atividades que incentivem o convívio intergeracional e o envolvimento em redes de apoio locais, reduzindo a solidão e fortalecendo laços sociais.

Município de
Barcelos,
Graça Correia

2000 destinatários
(Pessoas + 65)

COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO AO IDOSO

Pretende assegurar os direitos das pessoas mais velhas e promover o seu bem-estar.

Resposta integrada aos desafios que as pessoas mais velhas enfrentam, considerando fatores como o isolamento social, violência, carência económica e dificuldades no acesso a serviços .

Criar mecanismos acessíveis para que esta população possa conhecer e usufruir de serviços, programas e apoios existentes no território, garantindo equidade no acesso.

Município de
Barcelos:
Graça Correia

1 Comissão Municipal de
Proteção ao Idoso

EU E A MINHA REFORMA

Adquirir conhecimentos e desenvolver competências que permitam a tomada de decisões financeiras corretas e informadas, a melhoria da capacidade de avaliação de riscos, prevenção de situações de fraude e burla, ou outras que comprometam a sustentabilidade financeira e prejudiquem o bem-estar e qualidade de vida de cada um, com prejuízos familiares e sociais. Proporcionar formação prática no uso de plataformas e ferramentas digitais que promovam a inclusão financeira digital de forma segura e eficiente.

Município de
Barcelos: Graça
Correia

3 iniciativas
75 destinatários
(Pessoas + 65)

Nº Ativ. 7	ENTIDADE BENEFICIÁRIA	TIPO DE VÍNCULO (Interno/Externo)	PERFIL PROFISSIONAL	FUNÇÕES A DESEMPENHAR
1	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Ação Social Sandra Manuela Martins Igreja	Coordenação
2	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Ação Social Maria da Graça Correia da Silva	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente institucional
2	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Desporto Mariana Lídia Figueiredo Fernandes	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente da atividade física
2	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Desporto Tiago Manuel Dias Baptista	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente da atividade física
2	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Nutricionista Lillian Barca Araújo	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente da saúde e bem estar
2	Município de Barcelos	Interno	Téc. Superior Animação Sociocultural Daniela Carmen Costa Pereira Martins	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente cultural, cognitiva e de literacia
2	Município de Barcelos	Interno	Técnico Superior Serviço Social	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente institucional
2	SOPRO	Interno	Téc. Superior Serviço Social João Silva	Execução de iniciativas da atividade 2: Equipa CuidIn; Barcelos Amigo
2	Cruz Vermelha	Interno	Técnico Superior Inocência Pina	Execução de iniciativas da atividade 2: Teleassistência
2	Centro Social Paróquia de Arcozelo	Interno	Téc. Superior Ciências Sociais	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente lúdica e de envelhecimento ativo
2	Centro Social Paróquia de Arcozelo	Interno	Assist. operacional	Execução de iniciativas da atividade 2 na vertente lúdica e de envelhecimento ativo

INICIATIVA	ENTIDADE / ELEMENTO EQUIPA
BARCELOS + ATIVO	Centro Social da Paróquia de Arcozelo: técnica serviço social, assistente operacional.
PESSOAS MAIS VELHAS NO PARQUE	Centro Social da Paróquia de Arcozelo: técnica serviço social, assistente operacional.
ACADEMIA +65	Município de Barcelos: Daniela Pereira, Lillian Araújo, Mariana Fernandes, Tiago Batista.
OFICINA DA MEMÓEIA E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA	Município de Barcelos: Cátia Miranda, Daniela Pereira.
WORKSHOP LITERACIA +65	Município de Barcelos: Cátia Miranda, Lillian Araújo.
EQUIPA CUIDIN	SOPRO: João Silva
BARCELOS AMIGO: INTERVENÇÃO SOCIAL E VOUNTARIADO	SOPRO: João Silva
TELEASSISTÊNCIA	Cruz Vermelha Portuguesa: Inocência Pina; articulação no território: Cátia Miranda
CARTÃO BARCELOS 65+	Municipio de Barcelos: Graça Correia
COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO À PESSOA IDOSA	Municipio de Barcelos: Graça Correia
EU E A MINHA REFORMA	Municipio de Barcelos: Graça Correia

Reunião Ordinária da Câmara Municipal, de 14-04-2025, foi apresentada a Proposta n.º 54 Projeto “Envelhecimento ativo e saudável em Barcelos”, submetido ao Aviso NORTE2030-2024-6 | Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI): para conhecimento do acordo entre copromotores – tendo sido deliberado por unanimidade.

GESTÃO, MONITORIZAÇÃO, ACOMPANHAMENTO E AVALIAÇÃO

Ojetivos específicos:

- O1.1. Garantir a boa execução da operação;
- O1.2. Garantir a adequada execução da operação, do seu financiamento comunitário e dos seus benefícios à população-alvo e aos munícipes em geral;
- O1.3. Garantir a adequada avaliação dos resultados da operação.



Conselho estratégico da operação



Foram criados instrumentos para monitorizar o acompanhamento da execução da operação.

INSTRUMENTOS DO PROJETO

IDENTIFICAÇÃO DA EQUIPA TÉCNICA

Documento de apoio à coordenação a preencher por cada elemento da Equipa Técnica para efeitos de contacto.

MEMORANDOS/ATAS E REGISTO DE PRESENÇAS DE TODAS AS REUNIÕES

Elaboração de memorando/ata (conforme aplicável) e registo de presenças de todas as reuniões do projeto, a cargo da equipa técnica afeta ao projeto, em regime rotativo por ordem alfabética. Documentos de apoio à coordenação.

FICHA DE ACOMPANHAMENTO MENSAL

A preencher mensalmente por cada elemento da equipa técnica, de modo a acompanhar a execução de atividades. O documento deverá ser preenchido e entregue pelo/a técnico/a afeto/a ao Projeto até ao 5º dia útil do mês seguinte nos serviços de ação social e saúde. Documento de apoio à coordenação.

INSTRUMENTOS DO PROJETO – ATIVIDADES, EVIDÊNCIAS

Na execução das atividades, por cada atividade, o dossier técnico-pedagógico deverá conter os seguintes instrumentos:

Declaração de consentimento informado

Documento no qual consta a autorização do/a participante ou representante para a sua participação na atividade e recolha de dados, em conformidade com o RGPD.

Registo de presenças

Documento no qual consta a assinatura/ nome do/a participante e a sua idade.

Relatório da atividade

Documento a elaborar no final de cada atividade e no qual deve constar uma breve descrição da atividade, o nº de participantes, o(s) elemento(s) da Equipa Técnica, dinamizador(es/as) caso se aplique, idades. A este documento devem ser anexadas 4 fotos da atividade e outras evidências da atividade (e.g., elementos de divulgação).

Registo de Avaliação

Grau de satisfação dos participantes nas atividades.

Grau de satisfação das entidades envolvidas.

Conselho Estratégico da Operação

- Constituição do Conselho Estratégico da Operação: Vereador do Pelouro Social e Saúde e um representante de cada parceiro beneficiário: aprovação e revisão da operação, do plano detalhado de trabalhos e dos relatórios de progresso, propondo recomendações à coordenadora da equipa de trabalho. Reunirá periodicamente, pelo menos 1 vez por ano.

Procedimentos equipa técnica

- Plano de ação e execução das atividades do projeto;
- Preenchimento e envio mensal dos modelos de acompanhamento e monitorização, juntar as evidências;
- Comunicação e participação nas reuniões conjuntas, no mínimo 1 vez por mês;
- Utilização da barra de financiamento em todos os suportes de comunicação das atividades do projeto.

Plano de comunicação

- **Website com secção exclusiva dedicada ao projeto;**
- Comunicar a operação, os seus benefícios aos munícipes e população da região e nacional, comunicar o apoio comunitário do fundo FEDER e do programa NORTE 2030;
- Plataformas digitais do Município (e.g. Facebook, Instagram) para divulgar conteúdos informativos, vídeos testemunhos e atualizações das iniciativas;
- Press releases; notícias e artigos em jornais; newsletters comunitárias;
- Cartazes, Folhetos, e banners em locais estratégicos (e.g. Juntas e Uniões de Freguesia, supermercados);
- Lançamento e apresentação pública;
- Emails informativos, Conselho Local de Ação Social, Rede Social, CSIF's;
- Realização de um vídeo com uma duração não inferior a um minuto, para apresentação da operação respetivos objetivos e resultados, com cedência de direitos de autor às entidades financiadoras.

OBRIGADO PELA VOSSA ATENÇÃO!



Estrutura de Políticas Sociais da CIM do Cávado | junho de 2025





Cávado + Inclusivo

Planos de Ação Intermunicipais para a Inclusão Ativa de Grupos Vulneráveis (ITI)

Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas - Ação 1 – Idoso + autónomo



O projeto **Cávado + Inclusivo** visa contribuir para a inclusão ativa de grupos vulneráveis, em dimensões como a inclusão social por via da cultura, **o envelhecimento ativo das pessoas idosas**, a empregabilidade e a integração no mercado de trabalho, a não institucionalização e a vida autónoma na comunidade de pessoas com deficiência ou incapacidade.

Emerge do reconhecimento da necessidade de garantir a participação ativa de todos em atividades, proporcionando oportunidades para que se sintam parte integrante da sociedade.



Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas - Ação 1 – Idoso + autónomo

cimcavado.pt



Cávado
Inclusivo
Inclusão Social

Acresce ainda e na senda do **envelhecimento progressivo e acelerado da população da região do Cávado, uma intervenção focada na melhoria das condições de todos** face ao fenómeno que afeta o país como um todo, mas com características e desafios específicos para esta região. O Cávado, enfrenta uma série de questões demográficas, sociais e económicas associadas ao envelhecimento populacional.



Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas



AÇÃO 1 – IDOSO + AUTÓNOMO

Pretende-se **promover a longevidade e vida autónoma das pessoas idosas**, atendendo a referências e contextos territoriais desfavorecidos, através do **desenvolvimento de competências pessoais, sociais e artísticas**, com a implementação de atividades que estimulam o movimento, a criatividade e o vínculo social, proporcionando um ambiente acolhedor e estimulante para o desenvolvimento integral.

Além disso, ressalta a importância de criar oportunidades que demonstrem como, com orientação adequada e estímulo contínuo, as pessoas idosas podem ampliar as suas habilidades, explorando novos horizontes de expressão e realização pessoal.

Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas



Intermunicipal - Ação 1 – Idoso + autónomo

Pretende-se o desenvolvimento de **atividades artísticas com vista a promover a longevidade dos idosos através do desenvolvimento de competências pessoais, sociais, emocionais e artísticas** estimulando também a felicidade e bem-estar;

Capacitando técnicos e familiares para os sinais de alerta para patologias e outros problemas de saúde.

Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas

Intermunicipal - Ação 1 – Idoso + autónomo

Dança inclusiva para um envelhecimento ativo: uma metodologia que utiliza a dança como ferramenta para promover o envelhecimento ativo e a qualidade de vida dos idosos. Focada no desenvolvimento de competências pessoais, sociais, emocionais e artísticas, essa abordagem reconhece a dança como um meio poderoso para estimular a autonomia, a interação social e a expressão criativa entre os idosos.

Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas

cimcavado.pt



Cávado
Inclusivo
Inclusão Social

Intermunicipal - Ação 1 – Idoso + autónomo

- a) Programa de promoção de competências, por via da arte com idosos**
- b) Exercícios cognitivos e práticas de retardamento da institucionalização, hábitos da vida saudáveis;**
- c) Programa de atividades de estimulação em proximidade por via da cultura;**
- d) Capacitação para as IPSS (técnicos) para disponibilizarem atividades diferenciadoras;**
- e) Encontro Intermunicipal de Boas Práticas;**
- f) Compilação de memórias, testemunhos, experiências/vivências e partilhas de atividades – Intermunicipal;**

Comunidade Intermunicipal do Cávado



Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas - **Ação 1 – Idoso + autónomo**



cimcavado.pt

Cávado
Inclusivo
Inclusão Social

- a) **Sessões regulares em grupo - sessões de dança regulares**, realizadas com periodicidade a definir (semanal; quinzenal...); Estas sessões e residências serão dinamizadas nas instituições (lares, centros de dia...). **432 horas / ano / total Cávado**
- b) Residência artística, que exploram artes plásticas e teatro, permitem que os participantes vivenciem e experimentem as diversas artes. Cada residência culmina numa mostra, com participação opcional, respeitando os limites dos participantes e evitando qualquer pressão para exposição pública. **90 horas / ano / total Cávado**
- c) Parcerias e envolvimento em atividades culturais/artísticas (visitas, assistir a espetáculos) através de parcerias estratégicas com instituições culturais locais contribuindo para o desenvolvimento social e comunitário dos envolvidos. **2 saídas / ano**

Promoção da longevidade e da vida autónoma das pessoas idosas - **Ação 1 – Idoso + autónomo**

- d) **Formação / capacitação aos técnicos das instituições. 30 horas / ano;**
- e) Avaliação e melhoria contínua - a utilização de instrumentos de avaliação possibilita uma monitorização rigorosa da eficácia das intervenções. Aplicar os instrumentos ao longo do projeto permite ajustes contínuos, respondendo às necessidades dos participantes com precisão;
- f) Maleta pedagógica artística e livro de implementação - para disseminar boas Práticas;
- g) Apresentação dos resultados - videodança, maleta pedagógica-artística, resultados da avaliação de impacto.



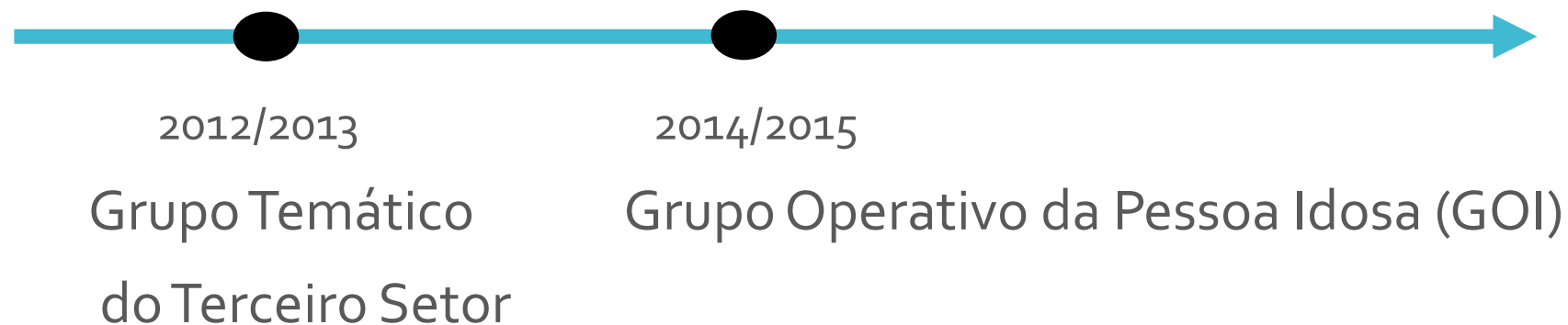
Grata pela Atenção!



GRUPO OPERATIVO DA PESSOA IDOSA (GOI)

Desafios identificados

O que é o GOI?



Atualmente integra 31 instituições



Centro de Convívio, Centro de Dia, Serviço de Apoio ao Domicílio, Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas

Objetivo:

promover o envelhecimento ativo das pessoas idosas que integram as respostas sociais das instituições do concelho, tendo em conta as necessidades dos idosos e o seu bem-estar.

Plano de Ação

- Agenda Recreativa
- Comunicação e Marketing
- Formação / Ações de sensibilização
- Crónicas do meu tempo
- Prevenção da Violência
- Novas tecnologias
- Usos e costumes na nossa terra



Desafios identificados

- Envelhecimento Populacional
- Isolamento social e a identificação dessas situações
- Demências e outras patologias neurodegenerativas



Respostas especializadas

Equipa capacitada

- Dores emocionais

Desafios identificados

- Programas intergeracionais
- Polos seniores descentralizados
- Programas de novas tecnologias
- Programas de atividade física (incluindo pessoas com maiores dificuldades de mobilidade)



Muito obrigada pela atenção!

O Programa Apoio 65 - Idosos em Segurança

“PRESENTE PELA PROXIMIDADE, PRÓXIMA NA SEGURANÇA!” – ESTRATÉGIA PSP 2025-2027





É UM PROGRAMA ESPECIAL DE POLICIAMENTO DE PROXIMIDADE, BASEADO EM TRÊS GRANDES LINHAS:

1. Implementação do modelo de ação policial ajustado às necessidades e características específicas da população idosa;
 2. Participação ativa das comunidades locais e colaboração direta com as instituições que prestam apoio a esta população;
 3. Divulgação de conselhos de segurança junto da população idosa, visa:
 - Garantir as condições de segurança e a tranquilidade das pessoas idosas;
 - Promover o conhecimento do trabalho das Forças de Segurança;
 - Ajudar a prevenir e a evitar situações de risco.
-



A ação policial junto da população idosa, inserida num contexto preventivo, é efetivada quer através da realização de ações de sensibilização, onde são prestados vários conselhos de segurança, quer através de visitas domiciliárias com avaliação, sinalização, acompanhamento e encaminhamento dos idosos, para instituições de apoio social, quer ainda mediante o reforço do policiamento dos locais habitualmente frequentados por idosos.

São dados conselhos de segurança:

- Em casa
- Na rua
- Nos transportes públicos
- No seu próprio veículo
- Fraudes, esquemas e burlas
- O que fazer se for vítima de crime
- Como reagir em caso de assalto



POLÍCIA
SEGURANÇA PÚBLICA



Pulseira Estou Aqui Adultos

A PSP identifica a necessidade de garantir a segurança de adultos que, pelas mais variadas razões, possam sofrer alguma desorientação na via pública. As pulseiras ESTOU AQUI são dirigidas a pessoas que, em função da idade ou de patologia, possam ficar desorientadas ou inconscientes, ainda que momentaneamente, na via pública.

O programa tem por objetivo garantir a segurança de todos os utilizadores na via pública, e promover o reencontro célere com o familiar ou conhecido previamente indicado.

O pedido pode ser feito pelo próprio utilizador, através da opção Pedido pelo(a) Próprio(a), ou por um terceiro através da opção Pedido Instituição/Cuidador.

As instituições que queiram aderir ao programa podem fazer um só registo para vários utilizadores. Para tal devem utilizar a opção Pedido Instituição/Cuidador e indicar que se trata de um pedido de instituição.



POLÍCIA
SEGURANÇA PÚBLICA



BARCELOS SÉNIOR
UNIVERSIDADE SÉNIOR DE BARCELOS
ENSINO SUPERIOR NÃO FORMAL 50+

“A aprendizagem contínua é vital no processo de envelhecimento, contribuindo para a saúde cerebral, a prevenção de declínio cognitivo e a promoção de um envelhecimento ativo e saudável” (OMS, 2012).

Se, aos 3 anos, entramos na pré-escola para aprendermos a ser autónomos, a partir dos 50 anos, mantemo-nos ou reentramos nas universidades seniores para aprendermos a não perder a autonomia e crescer na nossa realização pessoal, transformando, progressivamente, conhecimento em sabedoria.

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE BARCELOS

PROMOÇÃO DA PESSOA, PRIVILEGIANDO A SUA FORMAÇÃO

EDUCAÇÃO/ APRENDIZAGEM
PERMANENTE E AO LONGO DA VIDA



ENVELHECIMENTO(S)
ATIVOS E SAUDÁVEIS

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE BARCELOS
FOCO NA APRENDIZAGEM

- OFICINAS – DISCIPLINAS -
- CURSOS TEMÁTICOS -
- VISITAS DE ESTUDO -
- MOBILIDADE / ERASMUS -



SAÚDE E BEM ESTAR
(INCLUINDO ATIVIDADE FÍSICA)

ARTES MUSICAIS
ARTES PLÁSTICAS E VISUAIS
LINGUA E EXPRESSÕES
HISTÓRIA(S), FILOSOFIA E CIDADANIA
LINGUAS ESTRANGEIRAS

- COMUNIDADE(S) -



AULAS ABERTAS
PRESCRIÇÃO CULTURAL
PREPARAÇÃO DA REFORMA
FORMAÇÃO CERTIFICADA
TRABALHOS E ESTÁGIOS
ACADÉMICOS

CLUBE BS
FOCO NA CONVIVENCIALIDADE

- ATUAIS E ANTIGOS ALUNOS -



ESPAÇOS DE ENCONTRO
AULAS ABERTAS
ATIVIDADE FÍSICA
OFICINAS

PASSEIOS CULTURAIS

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE BARCELOS
OFERTA CURRICULAR (SAÚDE, ARTE E CULTURA)

SAÚDE E BEM ESTAR	OFICINA DE SAÚDE E BEM ESTAR DANÇA GINÁSTICA GINÁSTICA APLICADA HIDOGINÁSTICA PILATES YOGA	ARTES MUSICAIS	FORMAÇÃO MUSICAL TÉCNICA VOCAL CAVAQUINHOS PIANO CURSOS TEMÁTICOS COMPLEMENTARES CORO CAVAQUINHOS TUNA
HISTÓRIA(S), FILOSOFIA E CIDADANIA.	BARCELOS, PATRIMÓNIO, HISTÓRIA E TRADIÇÕES CIDADANIA HISTÓRIA HISTÓRIA FILOSOFIA PENSAMENTO IDEOLOGIAS HISTÓRIA DA RELIGIÃO E DAS RELIGIÕES		FOTOGRAFIA MANUALIDADES PINTURA CURSOS TEMÁTICOS COMPLEMENTARES
LINGUAS ESTRANGEIRAS	FRANCÊS INICIAÇÃO INGLÊS INICIAÇÃO INGLÊS ELEMENTAR INGLÊS INTERMÉDIO	LINGUA MÃE E EXPRESSÕES DA LÍNGUA	LATIM LINGUA, CULTURA E COMUNICAÇÃO LITERATURA E LEITURAS ENCENADAS TEATRO



IAESM

**INSTITUTO AUTODIDÁTICO DE ESTUDOS
SUPERIORES DO MINHO**

BARCELOS

02/06/2025



Bem-vindos,

- É com muito gosto que aqui estou hoje para partilhar convosco a experiência do IAESM – Instituto Autodidata de Estudos Superiores do Minho, com sede em Barcelos. Uma instituição que tem vindo a afirmar-se como uma referência no envelhecimento ativo, inclusivo e participativo.
- Fundado em 1995, e a celebrar 30 anos de existência a 29 de novembro deste ano, o Instituto nasceu da vontade de um grupo de cidadãos que acreditaram na importância da educação ao longo da vida e na valorização dos saberes e competências da população sénior.
- Hoje contamos com 103 associados, que participam ativamente nas várias dimensões da nossa vida associativa.



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:

1. Aprendizagem informal – com aulas regulares de Francês, Inglês, História, Informática, Pintura e Trabalhos Manuais, além de sessões mensais dedicadas à Saúde, Cidadania, Português, ao programa “Ative a sua Memória” e às nossas Conversas “À Deriva”, que estimulam o pensamento e o debate.



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:

2. Atividades físicas – com sessões semanais de Ginástica e Hidroginástica, fundamentais para o bem-estar e a mobilidade.



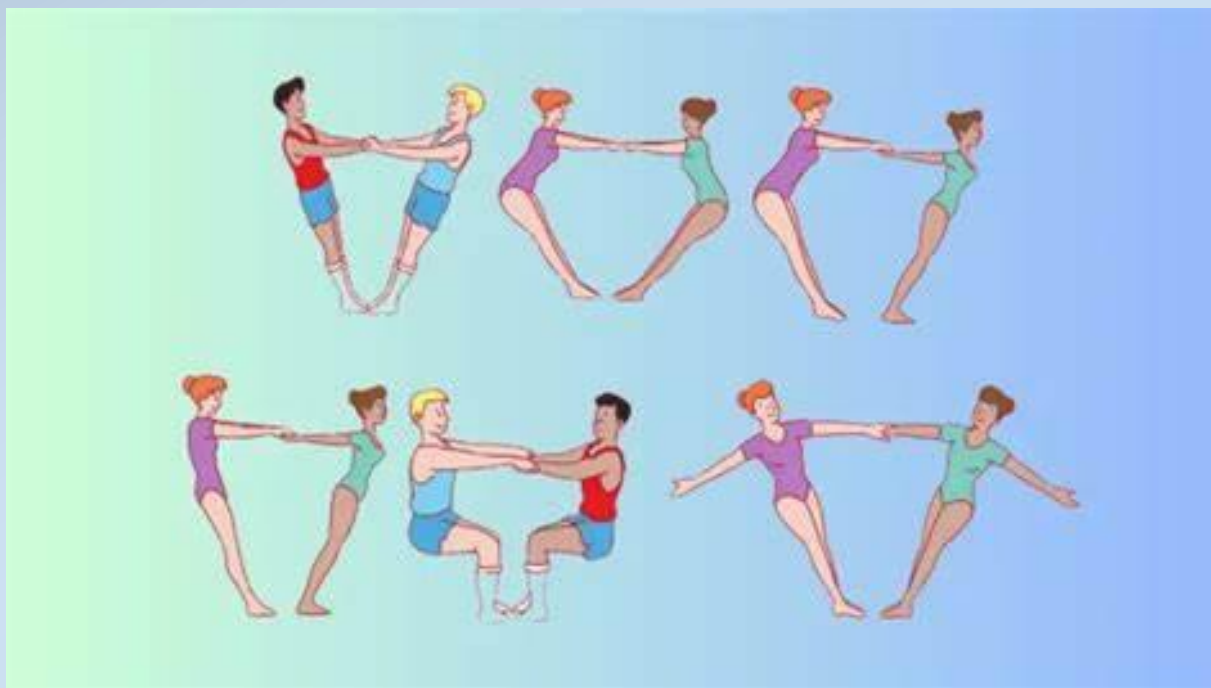
A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:



HIDROGINÁSTICA



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:



GINÁSTICA



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:

- 3. Cultura e expressão artística – através dos grupos de Cordofones | Tuna, Danças e Cantares e Teatro, que desenvolvem o talento, reforçam os laços entre os participantes e representam o Instituto em diversas comunidades alegrando os utentes dos Lares, bem como os espectadores em salas de coletividades, do nosso concelho, não esquecendo o Teatro Gil Vicente de Barcelos.



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:



TEATRO



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:



CORDOFONES



A nossa missão concretiza-se em três grandes áreas:



DANÇAS E CANTARES



VISITAS DE ESTUDO

- A tudo isto somam-se as nossas Visitas de Estudo guiadas, realizadas ao longo do ano letivo, que nos levam a conhecer e viver de perto o património cultural e natural, ampliando o conhecimento e o Convívio.



VISITAS DE ESTUDO



PORTO



SANTUÁRIO DO SAMEIRO



IAESM

- A nossa abordagem é autodidata e colaborativa: não temos exames nem hierarquias, mas sim partilha, entusiasmo e uma enorme vontade de continuar a aprender e a contribuir.
- Publicamos anualmente a revista “O Inovador”, espelho das nossas atividades e da voz ativa dos nossos associados.



IAESM

- Num tempo em que se fala tanto de envelhecimento, o nosso testemunho é claro: envelhecer com dignidade e qualidade é possível quando há oportunidade de participar, de aprender e de sentir-se útil. Publicamos anualmente a revista “O Inovador”, espelho das nossas atividades e da voz ativa dos nossos associados.



IAESM

- O IAESM - Instituto Autodidata de Barcelos, é, acima de tudo, um espaço de vida, onde os anos contam – não como peso, mas como riqueza acumulada ao serviço da comunidade.



IAESM

Muito obrigado pela vossa atenção

IAESM, 02/06/2025