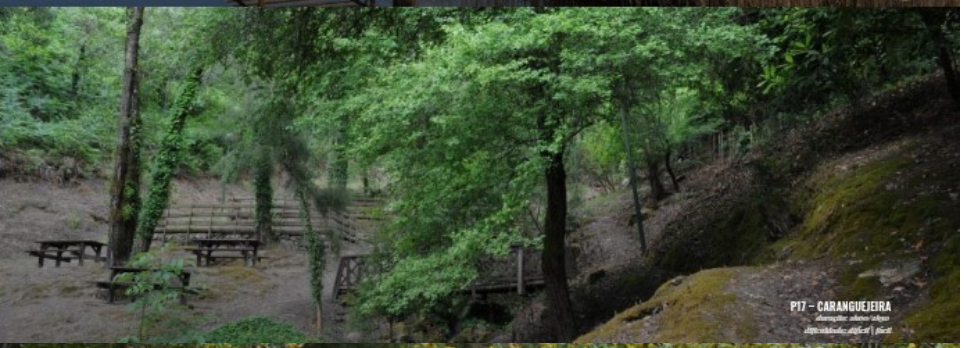
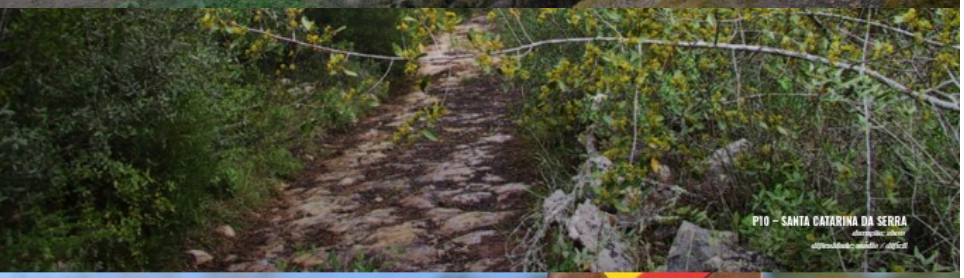
BOAS PRÁTICAS EM ECOFREGUESIAS XXI





Percurso Pedestre Vale do Lapedo

Objetivos: Dar a conhecer o território, nomeadamente a beleza do património natural do Vale do Lapedo, através da prática de exercício físico.
Sensibilizar as pessoas para a mudança de comportamentos relativamente à mobilidade.

Número de pessoas abrangidas: 250

Parcerias: Município de Leiria, Núcleo de Espeleologia de Leiria e com a AMBESSE - Associação de Melhoramentos e Bem Estar de Santa Eufémia.

. PROGRAMA

Semana Solidária 2019

Freguesia de Viseu

SEG 27 . MAIO .

DIA DO AMBIENTE

15h00 - Visita à ETAR Viseu Sul

16h30 - Conferência "VISEU VERDE – CIDADÃO RESPONSÁVEL"
Local: Auditório da ESAM

18h30 - Abertura de exposição temática "Árvores Nativas de Portugal"
Local: Galerias do Parque

TER 28 . MAIO .

DIA DA SAÚDE

10h00 às 16h30 - Rastreios de Saúde gratuitos
Local: Largo da Escadaria da Igreja dos Terceiros

15h30 - Sessão de Ioga
Local: Parque Aquilino Ribeiro

17h00 - Conferência / debate "Vulnerabilidades Sociais.. Caso dos maus tratos a idosos"
Local: Escola Superior de Saúde de Viseu

QUA 29 . MAIO .

DIA DA COMUNIDADE

08h00 - Passeio Sénior ao Douro Internacional

QUI 30 . MAIO .

DIA DO ASSOCIATIVISMO

18h00 - Conferência "Oportunidades e Desafios do Associativismo"
Local: Hotel Grão Vasco

18h30 - Assinatura dos Protocolos de Apoio ao Associativismo

SEX 31 . MAIO .

DIA DA CULTURA E DO VOLUNTARIADO

18h30 - Conferência "Por mui rijos caminhos"...De Viseu chegar à Lapa
Local: Museu da Misericórdia

21h00 - Cidade com Rosto, 4º episódio
Local: Pousada de Viseu

SAB 01 . JUNHO .

DIA DA CRIANÇA

10h00 - Mercado Indo Eu
Local: Rua da Paz

10h30 - Ações grupo alerta para a segurança GAZ
Local: Parque Aquilino Ribeiro

14h00 - Espaço Criança (Insufláveis, pinturas faciais e jogos populares)
Local: Parque Aquilino Ribeiro

14h30 - IV Caminhada do Nariz Vermelho
Local: Igreja de Gumirães

15h00 - Sessão de Autógrafos SEA
Local: Forum de Viseu

17h00 - Mega Piquenique
Local: Parque Aquilino Ribeiro

21h00 - Concerto da SEA
Local: Parque Aquilino Ribeiro

DOM 02 . JUNHO .

DIA DO DESPORTO E BEM ESTAR

09h00 - II Caminhada Solidária da APPR
Local: Parque de Santiago

10h00 - Correr... Saltar e Lançar
Local: Parque de Santiago

Semana Solidária

A Junta de Freguesia de Viseu, localizada no coração da cidade, promove anualmente a Semana Solidária durante a qual acontecem diversas iniciativas em articulação com as escolas, município e outras instituições e parceiros.

Na sua 3ª edição em 2019 a programação contempla diversos **dias temáticos — Ambiente, Saúde, Comunidade, Associativismo, Cultura e Voluntariado, Criança, Desporto e Bem-estar** durante os quais acontecem conferências, visitas e muitas outras atividades.

Bus Solidário

O Bus Solidário destina-se ao **transporte organizado e gratuito** da população para serviços de saúde e outros de carácter público.

Público-alvo: população idosa e indivíduos em situação de carência económica.

Número de pessoas abrangidas: 258 (671 deslocações).

Parcerias: Câmara Municipal da Amadora no âmbito do Plano Estratégico para o Envelhecimento Sustentável 2016-2025.

Valorização de praças e jardins

- Colocação de parques infantis
- Colocação de novo mobiliário urbano (mesas, bancos, papeleiras)
- Requalificação de canteiros

Estas ações permitiram reforçar o potencial para o encontro e interação em espaço público.

HORTA COMUNITÁRIA "ALTO DOS GAIOS"

Ano de implementação: 2009
N.º de talhões: 6
Área média: 30 M^2
N.º de pessoas envolvidas: 163

As Hortas Comunitárias são parte integrante da Estrutura Ecológica do concelho de Cascais, e estão localizadas em parques e espaços verdes de lazer, trazendo uma **nova utilização ao espaço público**, onde as diferentes gerações podem conviver.

Todos os horticultores recebem **formação prática e teórica** sobre agricultura sustentável e sobre as normas de convivência nos espaços comuns das hortas. A utilização do espaço requer o cumprimento das regras estabelecidas no **Regulamento das Hortas Comunitárias**, ou seja, a utilização correta dos recursos oferecidos, uma convivência sã entre horticultores, bem como, o cumprimento das técnicas de uma agricultura sustentável e livre de químicos.

ESPÉCIES INVASORAS

Ipomoea indica
(Bons-dias)

Arundo donax L
(Cana)

Datura stramonium
(Figueira do Diabo)

Ailanthus altissima
(Espanta-lobos)

ORÇAMENTO PARTICIPATIVO

Verba: 10.000 euros
Projetos vencedores:
OP2016 | Projeto Comunidade Viva – Escola Ativa
Consiste na valorização da zona envolvente à Escola Secundária de Rio Tinto, através de **pintura de murais de grafitis** com significado para a escola e a cidade e da renovação da iluminação e espaços ajardinados e acessibilidades.

OP2017 | Construção do Parque Infantil de Corim
Consiste na construção de um parque infantil em terreno propriedade da Paróquia.

OP2018 | Colocação de sinalizadores luminosos nas passadeiras da Freguesia
Executado em 25 passadeiras da freguesia existentes num raio de 40 metros de estabelecimentos de ensino da freguesia.

PROGRAMA "JUNTA AMIGA"

Junta Amiga - O Projeto Junta Amiga visa dar apoio aos mais idosos através da **execução de pequenas reparações** nas suas casas, sem qualquer custo pelo serviço.

O "Junta Amiga", é um projeto que consiste na realização de pequenas intervenções, como **substituição de lâmpadas, torneiras, vidros, fechaduras e até pintura de paredes ou realização de uma limpeza**. Para além dos idosos, também portadores de deficiência ou doença crónica também podem ser abrangidos, desde que estejam em situação de carência económica e vulnerabilidade social.

Já foram abrangidas por este tipo de serviço **80 pessoas**.

SERVIÇOS PORTA-A-PORTA

- **Prestação do Acompanhamento Psicossocial** das pessoas em situação de isolamento e de maior vulnerabilidade, permitindo-lhes o acesso a esclarecimentos ou resolução de questões socioeconómicas e de saúde.

- **Promoção da saúde através da arte e cultura**, a Junta de Freguesia promove ações no âmbito do projeto Visitarte - projeto multidisciplinar que leva arte e outros serviços da Junta ao domicílio dos idosos isolados, através de teatro, pequenas performances musicais, entre outros.

A Junta de Freguesia da Estrela articula-se ainda com vários projetos de voluntariado, tais como o Saúde Porta-a-Porta, Associação Amigos Improváveis e com a Conferência São Vicente de Paulo - que realizam vistas ao domicílio de idosos isolados.

PROJETO “AVÓS E NETOS”

O Projeto Avós e Netos está inserido no Programa Pombal 65+ da Comissão Social de Freguesia de Pombal que tem como objetivo **promover um envelhecimento ativo e o bem-estar dos seniores** da freguesia de Pombal.

Parceiros: Coletividades da freguesia

Pessoas abrangidas: 213

Este projeto tem como objetivo principal a promoção de encontros intergeracionais entre os idosos que estão inscritos no Projeto Aldeias 65+ e as crianças que frequentam as Atividades de Animação de Apoio à Família da Junta de Freguesia de Pombal.

LOURIÇALÍADAS

Objetivo: Promover a interactividade entre as coletividades da Freguesia. Durante 13 dias (um dia por fim de semana - 2 em cada mes) , cada coletividade organiza uma **atividade desportiva/lúdica** em que as restantes associações são convidadas para a participar.

Parceiros: Todas as coletividades da freguesia

Pessoas abrangidas: 500

Esta iniciativa aconteceu em 2018 e volta a acontecer em 2020.

PROJETO "COMUNIDADES CRIATIVAS PARA A INCLUSÃO DIGITAL"

Objetivo: O projeto "Comunidades Criativas para a Inclusão Digital" proporciona aos cidadãos, meios que permitam aumentar os níveis de competências digitais, promovendo mais igualdade de oportunidades, mais cidadania e mais participação, principalmente junto de população mais vulnerável, com menor acesso e menor possibilidade de utilização das novas tecnologias.

Parceiros: Associação Empresarial de Mangualde, Santa Casa da Misericórdia de Mangualde, CLDS3G, Pais em Rede, IPV - Instituto Politécnico de Viseu, Universidade Sénior de Mangualde

Pessoas abrangidas: 100

BANCO DE TERRAS E INCUBADORA DE BASE RURAL

O Banco de Terras, através da sua Incubadora de Base Rural, é um instrumento pelo qual os proprietários podem **arrendar ao Município terrenos abandonados**, para que este os subarrende a empreendedores com vontade em criar o seu próprio negócio agrícola ou de base rural.

A Junta de Freguesia, fazendo parte do concelho consultivo, promoveu ações de divulgação e contacto porta a porta com proprietários e empreendedores na nossa freguesia.

Parceiro: Município de Guimarães

Pessoas envolvidas: 10

PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO LOCAL DE BASE COMUNITÁRIA

Fundo comunitário para apoio ao empreendedorismo, criação de emprego e empregabilidade.

Até ao momento já abrangeu 12 empresas e continuará em desenvolvimento.

Parceiros: Câmara Municipal de Cascais, Junta de Freguesia de Alcabideche, Associação TESE12 empresas

As estratégias de DLBC visam **promover iniciativas de inclusão social,** nomeadamente de combate à pobreza e à exclusão social e ao abandono escolar, através de medidas de inovação social e de empreendedorismo social em territórios urbanos desfavorecidos.

BERÇO DO EMPREENDEDORISMO

Resultante da proposta vencedora do Orçamento Participativo Jovem de 2015 e dirigida especialmente a pessoas recenseadas na Freguesia, preferencialmente jovens, este projeto pretende criar condições que visem fomentar a criação e desenvolvimento de empresas, associações ou cooperativas, proporcionando as condições físicas de instalação na sua fase inicial.

Parceiros: GIP AVINTES

Pessoas abrangidas: 100

Montra de Natal

Objetivos: Fidelizar o público ao Comércio Tradicional de Santa Marta de Portuzelo, através da decoração das montras do comércio local
Em 2018 o tema foi: "Reciclar para Decorar", uma vez que é preocupação do executivo sensibilizar a população para as questões do ambiente e sustentabilidade.

Número de pessoas abrangidas: 2.000

Parceria: Associações da Freguesia, integrando parte do júri. Empresas locais.

Corrida do Entrudo das Aldeias do Xisto de Góis

Missão: Divulgação da tradição e estórias das aldeias, promoção do artesanato local, promoção das unidades de alojamento e restauração do concelho.

Objetivos: Aumentar o número de dormidas no concelho, combater a sazonalidade, promover o património Imaterial.

Parcerias: Organização de Lousitânea - Liga de Amigos da Serra da Lousã, Parceiros: Freguesia de Góis; Município de Góis; ADXTUR