

# One Health 4 Cities



(IAP - Integrated Action Plan)  
PAI - Plano de Ação Integrado  
[MUNICÍPIO DE LOULÉ - Portugal]

**loulé**  
Aqui e Agora

Autor: Luís Vicente Correia

## Índice

<i>Acerca deste documento</i> .....	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
<i>Acerca desta rede</i> .....	<i>Error! Bookmark not defined.</i>
<b>Informação de Contactos</b> .....	<b>3</b>
<b>IAP - SECÇÃO 1: Contexto da Cidade &amp; Visão</b> .....	<b>4</b>
<i>Capítulo 1.1 – Visão geral da cidade: Loulé actualmente</i> .....	<i>4</i>
<i>Capítulo 1.2 - Prioridades: A ambição e a motivação de Loulé para integrar o Projeto "One Health 4 Cities"</i> .....	<i>4</i>
<i>Capítulo 1.3 – Desafio local e foco deste IAP</i> .....	<i>5</i>
<i>Capítulo 1.4 – Resumo das alterações/resultados esperados</i> .....	<i>6</i>
<b>IAP - SECÇÃO 2: Lógica geral e abordagem integrada</b> .....	<b>7</b>
<i>Capítulo 2.1 – Definição dos objectivos estratégicos (SMART)]</i> .....	<i>7</i>
<i>Capítulo 2.2 – Objectivos estratégicos e específicos</i> .....	<i>8</i>
<i>Capítulo 2.2.1 - A) Objectivo Estratégico Principal – ENVELHECIMENTO ATIVO</i> .....	<i>8</i>
<i>Capítulo 2.2.1 - B) Integração do objetivo principal (Envelhecimento Ativo) com outros objetivos e         programas da cidade</i> .....	<i>8</i>
<i>Capítulo 2.2.2 – Objectivos Específicos e Operacionais</i> .....	<i>9</i>
<b>IAP - SECÇÃO 3: Detalhes do Plano de Ação</b> .....	<b>12</b>
<i>Chapter 3.1 – Envelhecimento Ativo</i> .....	<i>12</i>
<b>IAP - SECÇÃO 4: Estrutura de implementação</b> .....	<b>21</b>
<i>Capítulo 4.1 - Estruturas de apoio à implementação e monitorização das actividades</i> .....	<i>21</i>
<i>Capítulo 4.2 - Estratégia Geral de Financiamento</i> .....	<i>22</i>
<i>Capítulo 4.3 - Avaliação da relevância das ações/atividades apresentadas neste Plano de Ação Integrado     (IAP) dentro da visão de " One Health "</i> .....	<i>22</i>

## Acerca deste documento

O Plano de Ação Integrado PAI (IAP – Integrated Action Plan) da URBACT é um documento produzido a nível municipal que define ações a implementar na cidade para responder ao desafio específico de política urbana da Rede Uma Saúde para as Cidades (“OH4C - One Health 4 Cities”). O PAI reflete as lições aprendidas com as partes interessadas locais, os parceiros transnacionais e a experimentação das ações a nível local.

Desta forma, os Planos de Ação Integrados (PAIs) fornecem tanto um ponto focal como um objetivo final para a jornada de planeamento de ações que as cidades realizam dentro da sua Rede de Planeamento de Ações URBACT – RPA (URBACT Action Planning Network - APN). Os PAI ajudam a garantir que tanto as discussões a nível local (dentro do Grupo Local URBACT) como o intercâmbio transnacional (entre os parceiros da rede) têm um foco prático no planeamento de um conjunto coerente de ações para abordar o desafio político local em cada cidade participante, incorporando uma abordagem integrada e participativa.

Os Planos de Ação Integrados (PAIs) são orientados para o futuro, definindo as ações que as cidades e os seus parceiros locais irão implementar para além do ciclo de vida da rede URBACT. Por este motivo, cada PAI não só define o que a cidade pretende fazer em relação ao seu tema específico, como também tem um forte foco na implementação, por exemplo, através da identificação de oportunidades específicas de financiamento, estruturas de governação e calendários para a implementação e monitorização das ações.

## Acerca desta Rede

A Rede One Health 4 Cities, uma Rede de Planeamento de Ações do Programa URBACT IV, procura esclarecer como implementar a abordagem “One Health” em políticas públicas, estratégias e projetos urbanos. Composta por cidades com diferentes níveis de experiência em “One Health” e contextos locais distintos, a rede promove um ambiente colaborativo onde os nove parceiros se reúnem para aprender e partilhar experiências: Benissa (ES), Elefsina (GR), Kuopio (FI), Lahti (FI), Loulé (PT), Lyon (FR), Munique (DE), Eurometrópole de Estrasburgo (FR) e Suceava (RO). A rede visa desenvolver ferramentas que capacitem os decisores e as equipas operacionais para aumentar o impacto positivo dos projetos urbanos no bem-estar e na saúde das pessoas, dos animais e do ambiente. O parceiro líder da rede é a cidade de Lyon.

increase the positive impact of urban projects on the well-being and health of people, animals, and the environment. The network’s lead partner is the City of Lyon.

## Informação de Contactos

O principal responsável pelo IAP é:

- Luís Vicente Correia, Coordenador do IAP e do ULG

Informação de contacto:

- Lvc.Lawyers@gmail.com

## IAP - SECÇÃO 1: Contexto da Cidade & Visão

### Capítulo 1.1 - Visão geral da cidade: Loulé atualmente

O concelho de Loulé é muito diversificado. É o mais extenso e populoso do Algarve, com 763,67 km<sup>2</sup>, cerca de 75.000 habitantes, 2 cidades (Loulé e Quarteira) e 9 freguesias. Divide-se em 3 zonas: Serra; Barrocal e Litoral. Beneficia de uma localização geográfica central na região do Algarve.

A densidade populacional é de 95 habitantes/km<sup>2</sup>. Os últimos dados sobre o perfil demográfico são: 9.774 menores de 14 anos; 45.648 adultos entre os 15 e os 64 anos; 16.910 maiores de 65 anos; a variação da população entre 1981 e 2023 foi de +51,6%; o índice de envelhecimento é de 132,5 (*rácio entre a população idosa e a população jovem, geralmente definida como o quociente entre o número de pessoas com 65 ou mais anos e o número de pessoas entre os 0 e os 14 anos*); a população com formação superior é de 12,1%; a taxa de “Alojamento Acolhedor Familiar” é de 2,3 (*número de pessoas por agregado familiar*); a taxa de analfabetismo mantém-se nos 4,8%.

Investe fortemente no turismo, no desporto e na melhoria da qualidade de vida de forma sustentável.

O concelho de Loulé considera as alterações climáticas um dos maiores desafios do século XXI. Loulé procura promover uma resposta coerente em todo o território concelhio aos múltiplos problemas relacionados com as alterações climáticas e posicionar-se na vanguarda nacional nestas questões.

Ao mesmo tempo que se preocupa e combate as alterações climáticas, Loulé ambiciona tornar-se uma cidade saudável, promovendo estilos de vida ativos e saudáveis, combatendo o sedentarismo, fomentando a coesão social e incentivando o envelhecimento ativo (entre outros objetivos).

Loulé, ao nível do planeamento da mobilidade, numa perspectiva sustentável, procura criar oportunidades para a organização territorial e os sistemas de transportes, visando a melhoria do ambiente urbano e a segurança, factores relevantes para a atractividade turística, terciária e residencial (Promover a utilização dos transportes públicos reduzirá consideravelmente o número de veículos particulares em circulação na cidade, o que levará a uma descarbonização mais rápida, à melhoria da qualidade do ar e da qualidade de vida das pessoas...).

A atual orientação das políticas municipais tem um forte enfoque na sustentabilidade e competitividade (economia de baixo carbono, eficiência energética, energias renováveis, internacionalização, valorização dos recursos endógenos). Estas políticas irão favorecer a transformação da economia de Loulé, incluindo a diversificação da base produtiva e a transição para um turismo mais sustentável, bem como a adoção de um modelo de planeamento e gestão territorial e urbana para ultrapassar os riscos e as situações de

desqualificação decorrentes dos padrões de uso e ocupação do solo (incluindo a dispersão, a promiscuidade funcional e a predominância da mobilidade individual por automóvel). Por outras palavras, o objetivo é uma utilização mais eficiente e estruturada do território. Evitar construções descontroladas, proteger o ambiente e classificar o território de forma mais eficiente (redefinir quais as áreas destinadas à construção, reservas agrícolas, reservas florestais, etc...).

## **Capítulo 1.2 – Prioridades: A ambição e a motivação de Loulé para integrar o Projeto “One Health 4 Cities”**

Os problemas cardiovasculares na população e a obesidade infantil estão a aumentar a um ritmo alarmante, como resultado de um estilo de vida sedentário. Por outro lado, 35% da população pratica algum tipo de desporto regularmente, pelo menos duas vezes por semana, o que está muito acima da média europeia.

Loulé enfrenta um novo desafio para manter os idosos ativos, prevenindo a sua exclusão social e apoiando as suas necessidades de manutenção da autonomia e dos laços sociais. Devido ao aumento da carga de trabalho, as pessoas são sistematicamente levadas a adiar momentos sociais e escolhas de vida ativa, o que resulta em exclusão social e problemas de saúde. Tendo em conta esta realidade e o trabalho desenvolvido desde 2015 para melhorar a saúde da nossa comunidade através da atividade física informal, a nossa motivação é dar continuidade ao que desenvolvemos nos dois projetos anteriores (“Vital Cities” e “Healthy Cities”) e integrar a abordagem One Health na nossa visão e ações futuras, de forma holística.

O objetivo será dar continuidade e melhorar estas políticas, de forma a integrá-las e interconectá-las também com as políticas de proteção ambiental e de saúde animal, sendo o principal objetivo o “ENVELHECIMENTO ATIVO”.

## **Capítulo 1.3 – Desafios Locais e Foco deste IAP**

A diversidade desportiva é, desde há muito, uma marca distintiva do Concelho de Loulé, onde se praticam mais de 69 modalidades desportivas, distribuídas por 57 clubes e associações, envolvendo diariamente cerca de 8.000 atletas inscritos, que competem a todos os níveis (local, regional, nacional e internacional). A diversidade reina na cidade: da ginástica à natação, da equitação à corrida de pombos, do triatlo ao andebol e do BMX ao motocross. Loulé dispõe de uma extensa infraestrutura desportiva: a cidade dispõe de 241 instalações desportivas, das quais 137 estão abertas ao público, oferecendo mais de 30 modalidades aos cidadãos. Em média, são utilizadas por 50.000 pessoas por mês.

Em Loulé existe uma forte tradição no ciclismo. O “Louletano Desportos Clube”, o maior clube do concelho, alcançou diversas conquistas a nível nacional. O clube aposta na formação, em conjunto com o “Clube de BTT Terra de Loulé”, que se destaca como a principal escola de ciclismo de montanha em Portugal e uma das maiores da Europa.

O concelho de Loulé possui o maior número de campos de golfe (13) da região algarvia. A linha de costa, com cerca de 13 km, permite a prática de atividades náuticas igualmente

importantes. Entre estes, o CIMAV (Clube Internacional da Marina de Vilamoura) é o mais significativo em termos de vela, surf e muito mais. O rugby, o basquetebol e o hóquei em patins estão também a ganhar cada vez mais importância, não só pelo número de participantes, mas também porque promovem o concelho através das suas conquistas.

O concelho de Loulé possui o maior número de campos de golfe (13) da região algarvia. A costa do concelho, com cerca de 13 km, permite a prática de atividades náuticas igualmente importantes. Entre estes, o CIMAV (Clube Internacional da Marina de Vilamoura) é o mais significativo em termos de vela, surf e muito mais. O rugby, o basquetebol e o hóquei em patins estão também a ganhar cada vez mais importância, não só pelo número de participantes, mas também porque promovem o concelho através das suas conquistas.

O sistema público de partilha de bicicletas conta com 36 estações e mais de 200 bicicletas. É um sistema guiado por GSM. Há iniciativas de cidadãos a crescer em plataformas sociais como grupos de ciclistas no Facebook.

### **O desafio do princípio “Desporto para Todos”**

As grandes instalações desportivas do concelho são utilizadas para desportos formais, bem organizados e centralizados, com treinos programados. Existe uma necessidade crescente de mudança nesta abordagem, uma vez que este formato não atinge eficazmente os grupos-alvo mais vulneráveis (crianças, pessoas em situação de vulnerabilidade, idosos) e é utilizado principalmente pela população mais abastada.

O município reconheceu a necessidade de passar do desenvolvimento de grandes instalações centralizadas para equipamentos desportivos urbanos de menor escala, integrados nas zonas residenciais. Envolver os residentes de zonas desfavorecidas em atividades desportivas é também um desafio para Loulé. O objetivo do município é abrir as zonas desfavorecidas, ligando a comunidade através da criação de espaços públicos e instalações desportivas: espaços abertos e seguros, próximos da comunidade. Em suma, tornar o desporto acessível a todos os residentes do concelho.

A aplicação desta nova abordagem exige também uma mudança de mentalidade na autarquia, para eliminar a compartimentação dos diferentes departamentos (Social, Desporto, Planeamento Urbano) e desenvolver uma abordagem holística e integrada.

### **O desafio de encontrar um sistema de monitorização adequado**

Para implementar uma transição bem-sucedida de instalações centrais para equipamentos comunitários integrados, o município necessita de dados suficientes sobre as necessidades dos seus residentes e os seus hábitos desportivos. O desafio, neste sentido, é encontrar os métodos mais adequados para monitorizar a actividade desportiva no concelho e aplicá-los às circunstâncias locais.

Estes não são objetivos finais, mas sim meios para atingir objetivos mais abrangentes e holísticos que incluem temas como: saúde física e mental; racionalização e optimização dos recursos naturais e protecção do ambiente (combate às alterações climáticas, racionalização de um recurso escasso como a água...); saúde animal (biodiversidade, protecção das espécies autóctones, etc...).

Em síntese, o foco deste IAP é compreender o tema "Saúde" de uma forma holística: Ambiente; Pessoas e Animais.

Promover estilos de vida ativos e saudáveis, combatendo o sedentarismo, fomentando a coesão social, o envelhecimento ativo num ambiente saudável, definindo novos princípios e implementando novos projetos que reflitam a visão de "Uma Só Saúde" ("One Health").

## Capítulo 1.4 – Resumo das alterações/resultados esperados

Em síntese, com a partilha de experiências e métodos que a participação num Projecto Urbact nos proporciona, queremos criar um Plano de Acção Integrado (PAI) dinâmico a utilizar por todos os parceiros locais (em articulação com a autarquia).

O resultado final será uma melhor articulação entre todos os agentes da nossa sociedade, de forma a termos uma forma mais precisa e inclusiva de alcançar uma "Sociedade Saudável" (visão holística de "Uma Só Saúde" – "One Health").

# IAP – SECÇÃO 2: Lógica Geral e Abordagem Integrada

## Capítulo 2.1 – Definição dos Objectivos Estratégicos (SMART)

Nesta "Secção 2", Loulé estabelecerá os "objetivos estratégicos e específicos" que nortearão o nosso Plano Integrado de Ação (PIA), para que tenhamos um plano dinâmico a ser utilizado por todos os parceiros/partes interessadas locais (em articulação com a autarquia). Procuramos uma melhor articulação entre todos os agentes da nossa sociedade, de forma a termos uma abordagem mais precisa e inclusiva de uma "Sociedade Saudável" ainda mais abrangente (visão holística de "One Health").

Pretendemos que os objetivos aqui apresentados reflitam não só a nossa realidade, mas também a nossa prioridade e visão estratégica para o concelho de Loulé, seguindo os critérios SMART (específicos, mensuráveis, atingíveis, relevantes e com prazo definido).

NOTA: Neste momento, como felizmente contamos com um grande número de membros da ULG, de áreas muito diversas, tais como: Institutos públicos; Centro de saúde; Universidade; Clubes desportivos, sociais e recreativos; etc., estamos ainda a tentar integrar, de forma holística, todos os seus projetos, objetivos, recursos humanos e técnicos, bem como as áreas de intervenção. Por conseguinte, o conteúdo desta "Secção 2" será atualizado permanentemente.



## Capítulo 2.2 – Objetivos Estratégicos e Específicos

Lista provisória dos objectivos estratégicos do nosso IAP (Loulé) [Ver a "Nota" no capítulo anterior]. Apresentados segundo os critérios “SMART” [específicos, mensuráveis, atingíveis, relevantes e com prazo definido].

### 2.2.1 - A) Objectivo Estratégico Principal – ENVELHECIMENTO ATIVO

Tornamo-nos uma cidade saudável, promovendo estilos de vida ativos e saudáveis, combatendo o sedentarismo, fomentando a coesão social e incentivando o **envelhecimento activo**.

Queremos melhorar a saúde (física e mental) e o bem-estar da população.

A nossa preocupação não é que as pessoas "*vivam mais 20 ou 30 anos*". Isto é para a ciência!

A nossa preocupação é que as pessoas tenham "*melhor qualidade nos últimos 20 ou 30 anos de vida*"!

- **Específico:** Promover a atividade física; manter os idosos ativos, prevenindo a exclusão social e o sedentarismo, e apoiando as suas necessidades de manutenção da autonomia e dos laços sociais.
- **Mensurável:** aumentar a participação da população (principalmente da população idosa) nas atividades físicas, desportivas e recreativas da sociedade em pelo menos 15% por ano.
- **Atingível:** otimizar as infra-estruturas existentes, os recursos técnicos e programáticos e as parcerias com os sectores privado e comunitário (principalmente, os membros da ULG).
- **Relevante:** melhorar a qualidade de vida de toda a cidade (população local, visitantes e turistas).
- **Prazo definido:** atingir estes objetivos até 2030.

### 2.2.1 - B) Integração do objetivo principal (Envelhecimento Ativo) com outros objetivos e programas da cidade.

Embora o nosso principal objetivo seja o "Envelhecimento Ativo", não pode ser encarado de forma isolada, sem integração e interligação com outros objectivos que a cidade de Loulé desenvolve. Por exemplo: "Alterações Climáticas"; "Descarbonização"; etc.

Sobre as **ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS**: mitigar os efeitos das alterações climáticas. Otimizar os recursos hídricos (captação, retenção e utilização) de forma sustentável para a fauna e flora locais (ecossistema). Proteger e adaptar a vegetação autóctone para que seja mais resiliente e preparada para as alterações climáticas.

- **Específico:** Melhorar a gestão e a utilização dos recursos hídricos. Implementar métodos mais eficientes de captação e retenção de água (subterrânea e pluvial). Proteger a biodiversidade.



- **Mensurável:** Reduzir o consumo de água e adaptar os espaços públicos verdes às alterações climáticas, substituindo a vegetação autóctone por vegetação mais eficiente e preparada para a escassez de água (árvores autóctones de sequeiro...).
- **Atingível:** Melhorar a educação e a sensibilização ambiental. Utilizar sistemas de rega mais eficientes.
- **Relevante:** Responder de forma mais eficiente aos desafios da gestão da água provocados por períodos de seca cada vez mais frequentes (atualmente, chove em Loulé menos de 2 meses por ano. Frequentemente, verificam-se períodos de 8 a 9 meses sem chuva).
- **Prazo definido:** No máximo até 2030.

Sobre a DESCARBONIZAÇÃO, através da criação de um plano de mobilidade mais eficiente, mais ecológico e menos poluente, Loulé procura criar oportunidades para a organização territorial e os sistemas de transportes, visando melhorar o ambiente urbano e a segurança, fatores relevantes para a atratividade turística, terciária e residencial (promover a utilização dos transportes públicos reduzirá consideravelmente o número de veículos particulares a circular na cidade, o que levará a uma descarbonização mais rápida, à melhoria da qualidade do ar e da qualidade de vida das pessoas...).

O nosso plano de mobilidade inclui também o incentivo ao uso da bicicleta, seja como meio de transporte para o trabalho e/ou escola, seja como meio de lazer/desportivo.

Para uma implementação estratégica mais eficiente do nosso “plano de mobilidade”, procuramos integrá-lo no nosso “Plano Territorial e Urbano”. Trata-se de um modelo de planeamento e gestão territorial e urbana para superar os riscos e as situações de desqualificação resultantes dos padrões de uso e ocupação do solo (incluindo a dispersão, a promiscuidade funcional e a predominância da mobilidade individual em automóvel...).

- **Específico:** Implementar uma rede de transportes públicos gratuita para toda a população. Atualmente, o transporte é gratuito apenas dentro da cidade.
- **Mensurável:** Reduzir ao máximo o número de veículos na cidade.
- **Atingível:** Rede de transportes públicos melhor e mais eficiente, juntamente com a criação/expansão de parques de estacionamento.
- **Relevante:** Incentivar o uso da bicicleta como meio de transporte diário privilegiado.
- **Prazo definido:** No máximo, em 4 anos.

## **2.2.2 - Objetivos Específicos e Operacionais**

Detalhes dos “objetivos específicos e operacionais” relacionados com o nosso “principal objetivo estratégico”, o “Envelhecimento Ativo”, para uma implementação mais eficiente.

1 - a) Organizar eventos desportivos, recreativos, sociais e culturais e promover a prática de desporto/atividade física (formal e informal) com vista ao envelhecimento ativo, com a colaboração directa dos membros do ULG.

### **Operacional:**

- “Páscoa Ativa”, “Verão Ativo” e “Natal Ativo” (atividades desportivas gratuitas para todos, com a participação de técnicos municipais e de clubes, professores e monitores desportivos). Por exemplo: no último “Verão Ativo”, tivemos mais de 200 eventos desportivos gratuitos para a população.

- “Individualidades na Escola” (Programa que leva vários campeões nacionais e internacionais às escolas para jogar e conversar com os alunos locais. Possibilidade de utilização de campeões nacionais e internacionais entre as cidades desta rede).
- “Clubes na Escola” (Programa que leva vários clubes desportivos às escolas para apresentar e promover o desporto).
- Aulas de dança (salsa, kizomba, bachata...), aulas de ioga, pilates, etc..., para idosos.

1 - b) Seminários /Conferências acerca do envelhecimento Ativo.

**Operacional:**

- Workshops/seminários sobre “Conhecimento e Memória” (workshops/seminários com enfoque na reflexão sobre o passado, na reflexão sobre o presente e na preparação para o futuro, identificando pistas para o amanhã).
- Ciclos de Conversação “Semeie Hoje...Colha Amanhã...” dedicados ao “Bem-estar no Envelhecimento” (O envelhecimento faz parte do ciclo natural da vida, mas a forma como este processo ocorre pode influenciar diretamente a forma como as pessoas vivem esta fase).
- Implementar estratégias de bem-estar na demência.
- Melhorar e sensibilizar para o bem-estar durante o envelhecimento.
- Apresentar a perspetiva da neuropsicologia e a partilha de respostas sociais e multidisciplinares que promovam a integração dos idosos na dinâmica da sociedade da nossa cidade.

1 - c) Semana de Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável da Loulé - Envelhecer e Viver (entrada livre).

**Operacional:**

- Continuar a organizar a "Semana de Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável de Loulé - Envelhecer e Viver".
- Ampliar e promover melhor as sessões interativas sobre estilos de vida e a promoção da saúde mental e física, da atividade física, das palestras...
- Aumentar o número de especialistas em diversas áreas relacionadas com as questões do envelhecimento ativo e dos direitos das pessoas idosas.

1 - d) Reforço/Melhoria do recém-criado “CCEA - Centro de Competências para o Envelhecimento Ativo”. Instituto nacional com sede em Loulé.

O CCEA tem como objetivo promover uma abordagem positiva ao envelhecimento, capacitando os profissionais para oferecer cuidados e serviços diferenciados e de elevada qualidade que melhorem a qualidade de vida das pessoas idosas.

**Operacional:**

- Capacitar e habilitar todas as pessoas que lidam com o envelhecimento de alguma forma e, por conseguinte, desenvolver técnicas de resposta e de estímulo ao envelhecimento ativo nas suas diversas dimensões.
- Capacitar os trabalhadores/colaboradores das entidades envolvidas na prestação de cuidados a idosos, os cuidadores informais de idosos e as entidades que promovem a criação e o desenvolvimento de projetos nestas áreas.
- Formulação de políticas públicas dedicadas ao envelhecimento.

1 – e) Reforço da recém-criada linha telefónica “**Loulé Solidário**”. Linha de apoio social e psicológico, disponível através do telefone local 800289600, gratuita e aberta todos os dias das 9h00 às 20h00. Gerida pelo Departamento de Acção Social da Câmara Municipal de Loulé em colaboração com outras entidades, algumas das quais são membros da ULG. (40% dos utentes da linha e das refeições são desempregados recentes, 20% estão desempregados de longa duração, 26% são reformados e apenas 14% são pessoas ativas).

**Operacional:**

- Reforço da equipa de atendimento (nos primeiros 30 dias foram atendidos 950 pedidos de apoio direto).
- Reforço das refeições servidas (4.405 refeições foram servidas neste local e outras 785 foram entregues a pessoas que não podiam sair de casa, num total de 5.190 refeições).
- Reforço do apoio na aquisição e entrega de medicamentos a pessoas que não podem sair de casa.
- Alargamento das áreas de intervenção.

1 – f) Transporte público urbano gratuito para toda a população.

**Operacional:**

- Os principais utilizadores do sistema de transportes públicos urbanos (dentro das áreas urbanas) são os idosos. Assim, com a implementação do "transporte gratuito para todos", conseguimos uma grande redução da utilização de veículos na cidade (luta pela descarbonização), maior mobilidade, maior inclusão social e uma melhoria da qualidade de vida.

1 – g) Rede de “*Cidades e Vilas que Caminham*”

**Operacional:**

- Loulé aderiu à Rede “*Cidades e Vilas que Caminham*” em 14 de dezembro de 2023, através de um protocolo com o Instituto das Cidades e Vilas com Mobilidade (ICVM).
- O objetivo é incentivar a população, sobretudo os idosos, a caminhar em vez de utilizar os automóveis.
- Trata-se de uma ação que, para além de aumentar os benefícios para a saúde das pessoas, contribuirá também para a melhoria da qualidade de vida urbana, com redução das emissões de CO2 e dos problemas de trânsito e estacionamento associados, contribuindo para a mitigação das alterações climáticas.
- Esta rede foi criada com o objetivo de estabelecer uma plataforma de partilha de experiências e soluções que constituem excelentes exemplos de boas práticas urbanas em termos de mobilidade sustentável, fluída e ativa. É um projeto que visa garantir, aos municípios membros, o desenvolvimento de trabalhos para uma cidade mais qualificada e inclusiva, onde caminhar se torne o principal meio de transporte.

## IAP - SECÇÃO 3: Detalhes do Plano de Ação

### Capítulo 3.1 – ENVELHECIMENTO ATIVO

Com este Plano Integrado de Ação (PIA), para promover um **ENVELHECIMENTO ATIVO**, Loulé quer tornar-se uma cidade saudável (física e mental), incentivando a atividade física, promovendo estilos de vida ativos e saudáveis, combatendo o sedentarismo e fomentando a coesão social, atendendo às necessidades dos idosos e preservando a sua autonomia e laços sociais.

Para isso, temos ações (planeadas ou já iniciadas), descritas de seguida com mais detalhe.

**OBS.:** Esta é ainda uma lista provisória. Existem “ações” e “indicadores específicos” (como por exemplo: “Indicadores de monitorização”; “Mitigação de riscos”; e “Impacto da Saúde Única”) que apresentaremos posteriormente.

#### 3.1.1 - “VERÃO ATIVO”

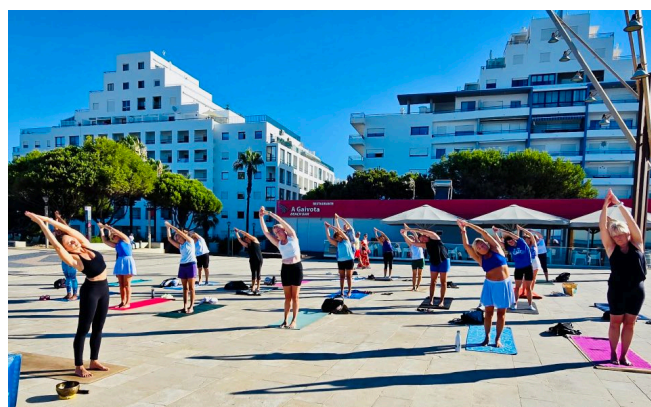
##### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Através da atividade física (formal e informal), incentivar a participação de todos, com foco na população idosa, em atividades desportivas gratuitas, recorrendo a técnicos municipais e de clubes, professores e monitores desportivos, durante o verão (julho a setembro). O objetivo é realizar mais de 200 eventos desportivos gratuitos para a população durante estes três meses. Participação gratuita. Programação ainda por definir.

- **Período:** Julho a Setembro. Repetir-se anualmente.

- **Financiamento:** Orçamento Municipal.

- **Responsável:** Município de Loulé. Com a participação de todos os Clubes Desportivos inscritos na lista de membros do ULG.



### 3.1.2 - “PÁSCOA ATIVA”

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

Através da atividade física (formal e informal), incentivar a participação de todos, com foco na população idosa, em atividades desportivas gratuitas, recorrendo a técnicos municipais e de clubes, professores e monitores desportivos, durante o período da Páscoa. O objetivo é oferecer eventos desportivos gratuitos para a população durante este período. Participação gratuita. Programação ainda por definir.

- **Período:** Durante as duas semanas da Páscoa (varia em cada ano, de acordo com o calendário gregoriano). Repetir-se-á anualmente.
- **Financiamento:** Orçamento municipal.
- **Responsável:** Município de Loulé. Com a participação de vários clubes desportivos inscritos na lista de membros do ULG.

### 3.1.3 - “NATAL ATIVO”

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

Através da atividade física (formal e informal), incentivar a participação de todos, com foco na população idosa, em atividades desportivas gratuitas, com o auxílio de técnicos municipais e de clubes, professores e monitores desportivos, durante o mês de Natal. O objetivo é oferecer eventos desportivos gratuitos para a população durante este período. Participação gratuita. Programação ainda por definir.

- **Período:** Durante o mês de dezembro. A repetir todos os anos.
- **Financiamento:** Orçamento municipal.
- **Responsável:** Município de Loulé. Com a participação de vários clubes desportivos inscritos na lista de sócios da ULG.

### 3.1.4 - “AULAS DE DANÇA”

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

Aulas de dança (como: Salsa, Bachata, Kizomba, etc...), aulas de ioga e pilates para idosos.

- **Período:** Todo o ano (exceto no verão), duas vezes por semana. Repetir anualmente.
- **Financiamento:** Orçamento municipal e da freguesia de São Clemente (paróquia de Loulé).
- **Responsável:** A freguesia de São Clemente (membro do ULG).



### 3.1.5 - “SEMANA DO CLIMA”

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

Aumentar a consciencialização da população, com foco na população idosa, para o problema das alterações climáticas. Através de diversas atividades. Por exemplo:

"Yoga...com o Clima"; "Caminhada pelo Clima"; "Pilates...com o Clima"; "Zumba ao Pôr do Sol...com o Tempo"; "Vamos ao parque"; "Sessão Plenária do Conselho Local de Acompanhamento da Acção Climática do Concelho de Loulé" (já na sua 10ª edição); "Conferência de Estudantes sobre Adaptação às Alterações Climáticas" (já na sua 6ª edição); Exibição de filme temático; Lançamento do livro "Horizontes da Sustentabilidade".

- **Período:** 19 a 25 de maio de 2025. Repetir-se-á todos os anos.

- **Financiamento:** Orçamento Municipal.

- **Responsável:** Município de Loulé.





### 3.1.6 - “CONHECIMENTO E MEMÓRIA”: Workshops/seminários

#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Workshops/seminários com especialistas de diferentes áreas, com o objetivo de refletir sobre o passado, pensar no presente e preparar o futuro, identificando pistas para o amanhã. Serão também identificadas estratégias de bem-estar na demência. Participação gratuita. Programação a definir.

- **Periodicidade:** Mínimo de uma vez por ano. Com possibilidade de repetição trimestral ao longo do ano.
- **Financiamento:** Orçamento municipal.
- **Responsável:** Município de Loulé. Com a participação de vários membros do ULG e especialistas convidados.



### 3.1.7 - Ciclos de conversas "PLANTE HOJE... COLHA AMANHÃ..."

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

Workshop/seminário dedicado ao “Bem-estar no Envelhecimento”. O envelhecimento faz parte do ciclo natural da vida, mas a forma como este processo ocorre pode influenciar diretamente a forma como as pessoas vivem esta fase. Os objetivos são também: identificar estratégias de bem-estar na demência; aumentar e sensibilizar para o bem-estar durante o envelhecimento; apresentar a perspetiva da neuropsicologia e a partilha de respostas sociais e multidisciplinares que promovam a integração dos idosos na dinâmica da sociedade urbana; etc. Participação gratuita. Programação a definir.

**- Periodicidade:** Mínimo de uma vez por ano. Repetir anualmente.

**- Financiamento:** Orçamento municipal.

**- Responsável:** Câmara Municipal de Loulé. Com a participação de vários membros da ULG e especialistas convidados.

### 3.1.8 - “SEMANA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL LOULÉ - ENVELHECER E VIVER”

**- Etapas de Implementação/Objectivo:**

É uma semana que, sobretudo através de atividades físicas (formais e informais), incentiva todos, com o foco na população idosa, a participar em atividades desportivas gratuitas, etc.

Aumentar e promover melhor as sessões interativas sobre estilos de vida e a promoção da saúde mental e física, atividade física, palestras...

Aumentar o número de especialistas em diversas áreas relacionadas com as questões do envelhecimento activo e dos direitos das pessoas idosas. Participação gratuita. Programação ainda a definir.

Entre outras atividades, o programa incluiu:

a) apresentação do "Plano de Emergência Familiar e Kit de Emergência Individual"

b) Palestras sobre: "Menopausa"; "Como lidar com a demência"; "A importância da autonomia e da dignidade na terceira idade"

c) "Bora lá ao Parque... Sénior" (um dia inteiro no parque com atividades de saúde e bem-estar, arte, espaços de informação para idosos, demonstrações culinárias...)

**- Periodicidade:** Uma vez por ano. A repetir anualmente. Este ano decorreu entre 29 de setembro e 4 de outubro de 2025. Participação gratuita.

**- Financiamento:** Orçamento municipal

- **Responsável:** Município de Loulé. Com a participação de vários membros da ULG e especialistas convidados.

<p><b>29 SET 2025 - 2ª feira</b></p> <p><b>BIBLIOTECA MUNICIPAL LOULÉ</b></p> <p><b>15h00</b> Ação de sensibilização <b>MENOPAUSA: NÃO O FIM, MAS SIM O INÍCIO</b> <i>Associação para o Planeamento da Família</i></p> 	<p><b>02 OUT 2025 - 5ª feira</b></p> <p><b>SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL, SEGURANÇA E FLORESTAS, LOULÉ</b></p> <p><b>15h00</b> Sessão Informativa <b>16h30</b> PLANO DE EMERGÊNCIA FAMILIAR &amp; KIT DE EMERGÊNCIA INDIVIDUAL <i>Serviço Municipal de Proteção Civil, Segurança e Florestas</i></p>	<p><b>04 OUT 2025 - Sábado</b></p> <p><b>BORA LÁ AO PARQUE.. SÊNIOR!!</b> <i>Celebração do Dia Internacional da Pessoa Idosa 2025</i></p> <p><b>10h00</b> <b>ESPAÇO SAÚDE E BEM ESTAR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emocionalmente (sessão de bem estar)</li> <li>• Yoga</li> <li>• Massagem</li> <li>• Batidos com o Coração</li> <li>• Rastreo de Doenças Cardiovasculares</li> <li>• Workshop de Expressão Corporal</li> <li>• Aula Experimental De Pilates Clínico</li> <li>• Prevenção de Quedas</li> </ul> <p><b>15h00</b> <b>ESPAÇO DE ARTE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Workshop de Escrita Criativa</li> <li>• Workshop de Dança Criativa</li> <li>• Oficinas do BairrART</li> <li>• Oficina Mãos no Barro</li> <li>• Círculo de Tambores</li> </ul> <p><b>ESPAÇO INFOSENIOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Câmara Municipal de Loulé</li> <li>• Segurança Social IP</li> <li>• DECO Algarve</li> <li>• Guarda Nacional Republicana de Loulé</li> </ul> <p><b>ESPAÇO SHOWCOOKING</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O Prato Certo</li> <li>• Animação Musical</li> </ul> <p><b>PARQUE MUNICIPAL DE LOULÉ</b></p> <p>PARTICIPAÇÃO GRATUITA. SUJEITA A INSCRIÇÃO OBRIGATORIA. TEL. 800 289 600 (CHAMADA GRATUITA)</p>
<p><b>30 SET 2025 - 3ª feira</b></p> <p><b>BIBLIOTECA MUNICIPAL LOULÉ</b></p> <p><b>15h00</b> Ação de sensibilização <b>16h30</b> FUGIR DA DEMÊNCIA <i>Unidade Local de Saúde do Algarve EPE (UCC Genetes de Loulé)</i></p>	<p><b>03 OUT 2025 - 6ª feira</b></p> <p><b>14h30</b> Desfile de Moda <b>16h30</b> A MODA PARA TODAS AS IDADES <i>Banco do Tempo de Quarteira</i> <b>PRAÇA DO MAR - QUARTEIRA</b></p> <p><b>18h00</b> Ciclo de Conversas com Maria Jesus Névoa <b>19h30</b> A IMPORTÂNCIA DA AUTONOMIA E DA DIGNIDADE NA VELHICE <b>BIBLIOTECA MUNICIPAL LOULÉ</b></p> 	<p><b>15h00</b> <b>BAILE SOCIAL</b> <b>18h00</b> <b>SALÃO DE FESTAS MUNICIPAL DE LOULÉ</b></p>
<p><b>01 OUT 2025 - 4ª feira</b></p> <p><b>CENTRO PAROQUIAL E SOCIAL DE LOULÉ</b></p> <p><b>15h00</b> Espetáculo de Teatro <b>16h30</b> REGATEIRICES EM DOSE DUPLA <i>Associação Cultural, Artística, Recreativa e de Bem-Estar</i></p>		



### 3.1.9 - Reforço/Melhoria do recentemente criado “CCEA - CENTRO DE COMPETÊNCIAS DE ENVELHECIMENTO ATIVO”

- Etapas de Implementação/Objectivo:

O objetivo é o reforço/aperfeiçoamento do recém-criado “CCEA - Centro de Competências de Envelhecimento Ativo”. Trata-se de um instituto nacional sediado em Loulé, recentemente membro da ULG.

O CCEA visa promover uma abordagem positiva ao envelhecimento, capacitando os profissionais para oferecerem cuidados e serviços diferenciados e de elevada qualidade que melhorem a qualidade de vida das pessoas idosas.

Capacitar e habilitar todas as pessoas que lidam com o envelhecimento de alguma forma e, por conseguinte, desenvolver técnicas de resposta e de estímulo ao envelhecimento ativo nas suas diversas dimensões.

Capacitar os trabalhadores/colaboradores das entidades envolvidas na prestação de cuidados a idosos, os cuidadores informais de idosos e as entidades que promovem a criação e o desenvolvimento de projetos nestas áreas.

Formulação de políticas públicas dedicadas ao envelhecimento.



- **Período:** Permanente, durante todo o ano.
- **Financiamento:** Combinação do orçamento municipal e do orçamento do governo central.
- **Responsável:** Município de Loulé.

### 3.1.10 - Reforço da recentemente criada linha telefónica “LOULÉ SOLIDÁRIO”

#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

O objetivo é o reforço da recém-criada linha telefónica “Loulé Solidário”. Trata-se de uma linha de apoio social e psicológico, disponível gratuitamente através do telefone local 800289600 e aberta todos os dias, das 9h00 às 20h00. Gerida pelo Departamento de Ação Social da Câmara Municipal de Loulé, em colaboração com outras entidades, algumas das quais são membros da ULG.

Reforço da equipa de atendimento (nos primeiros 30 dias foram atendidos 950 pedidos de apoio direto).

Reforço das refeições servidas (foram servidas neste espaço 4.405 refeições e entregues outras 785 a quem não podia sair de casa, num total de 5.190 refeições).

Reforço do apoio na aquisição e entrega de medicamentos a quem não pode sair de casa.

Aumentar o número de áreas de intervenção.

Melhor e maior assistência à população idosa.

- **Período:** Permanente, durante todo o ano.
- **Financiamento:** Orçamento municipal.
- **Responsável:** Município de Loulé.

### 3.1.11 – “TRANSPORTE PÚBLICO URBANO GRATUITO PARA TODOS”

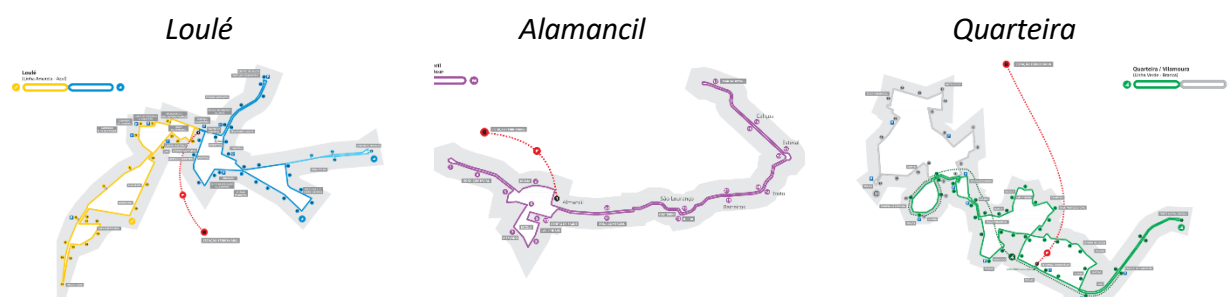
#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Os principais utilizadores do sistema de transportes públicos urbanos (dentro das zonas urbanas) de Loulé (Loulé, Almancil e Quarteira) são idosos. Assim, com a implementação do "**Transporte Gratuito para Todos**", Loulé implementou uma grande redução no uso de veículos dentro da cidade (luta pela descarbonização), maior mobilidade, maior inclusão social, melhoria na qualidade de vida e uma melhor e maior assistência à população idosa.

- **Período:** Permanente, durante todo o ano.

- **Financiamento:** Orçamento municipal.

- **Responsável:** Município de Loulé.



### 3.1.12 – PROGRAMA “EMOCIONALMENTE”

#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Programa promovido pela Câmara Municipal de Loulé, que pretende trabalhar as emoções e a auto-estima através de técnicas terapêuticas, promovendo o envelhecimento activo.

- **Periodicidade:** Várias vezes por ano. Geralmente quinzenalmente. Participação gratuita, com agendas futuras ainda a definir.

- **Financiamento:** Orçamento Municipal e Paroquial de São Sebastião.

- **Responsável:** Paróquia de São Sebastião (membro do ULG).





### 3.1.13 – “VIII CIMEIRA DE ENERGIA E CLIMA” (28 e 29 de Julho de 2025) - Loulé

#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Uma parceria entre o Município de Loulé e o Fórum Energia e Clima. O objetivo é promover o debate em torno do tema "NATUREZA E CLIMA: A Urgência de Agir". O programa abordou questões-chave como a implementação de políticas de ação climática para a conservação da natureza, ecossistemas em risco e soluções inovadoras para a sua proteção, bem como estratégias eficazes de comunicação, sensibilização e envolvimento cívico para a conservação.

Entre outras atividades, o programa incluiu:

- a) Apresentação do "Movimento Climático das Mulheres" e da "Rede de Mulheres Guardiãs da Natureza e do Desenvolvimento Sustentável do Mundo Rural". O objetivo é promover projetos de intervenção em zonas rurais, especialmente em áreas protegidas, contribuindo para a regeneração e recuperação dos ecossistemas e da biodiversidade, a utilização sustentável dos recursos endógenos e a promoção de projetos para a transição para uma economia de baixo carbono e resiliente ao clima.
- b) Exposição "Com os Pés no Chão e as Mãos no Mar – 6.000 Anos de História de Quarteira"
- c) Vários painéis de discussão, tais como: "Como é que as alterações climáticas afectam a biodiversidade?"; "Políticas de Ação Climática para a Conservação da Natureza"; "Desertificação e Ordenamento do Território"; "Ecossistemas em Risco e Soluções Inovadoras para a sua Proteção"
- d) Apresentação do projeto "Árvores na Nossa Cidade"
- e) Apresentação do livro "A Desertificação em Portugal"

- **Periodicidade:** Sem frequência fixa. Este ano foi a VIII edição, entre 28 e 29 de julho de 2025. Participação gratuita.

- **Financiamento:** Município de Loulé.

- **Coordenação:** Município de Loulé (e freguesias de Almancil e Quarteira - membros do ULG).





### 3.1.14 – “Loulé + Social”

#### - Etapas de Implementação/Objectivo:

Loulé inaugurou um novo espaço que reúne um vasto leque de serviços comunitários de assistência, apoio e serviços sociais a tempo inteiro, "desde o nascimento até à terceira idade". No "**Loulé + Social**", há sempre alguém disponível para auxiliar quem procura ajuda nas diferentes fases do ciclo de vida, desde crianças e jovens em risco até aos idosos.

Promover o bem-estar físico e psicológico dos indivíduos e das famílias, ajudar a fortalecer as redes de apoio familiar e social e ter sempre presente a coesão social da região são os pilares desta iniciativa da Câmara Municipal de Loulé, que contará com aproximadamente 35 técnicos especializados.

**Serviços integrados no "Loulé + Social"**, com o apoio dos parceiros locais da Rede Social:

- a) **Apoio Social Geral** (Assistência social e acompanhamento a tempo inteiro; Equipa da linha da frente "Radar Social" para identificação de situações de vulnerabilidade; Apoio a beneficiários do Rendimento Social de Integração (RSI); Acesso ao Regulamento "Loulé Solidário" (apoio às despesas básicas) e ao "Cartão Abem");
- b) **Serviços para Idosos** ("Cartão Municipal do Idoso" com benefícios para reformados com mais de 60 anos; "Oficina Móvel" gratuita para pequenas reparações domésticas);
- c) **Inclusão e Acessibilidade** ("Balcão Itinerante de Inclusão" para pessoas com deficiência; "Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes");
- d) **Combate à Situação de Sem-Abrigo** ("Centro de Planeamento e Intervenção para Pessoas em Situação de Sem-Abrigo"; Equipa de abordagem de rua e respostas habitacionais - "Moradia Primeiro" e apartamentos partilhados);
- e) **Apoio à Família e à Infância** (Apoio psicológico e terapia da fala; Rastreio visual infantil; "Centro de Apoio à Vida" para grávidas e puérperas em risco);
- f) **Saúde e Bem-estar** (Serviço de Psico-Oncologia; Projectos de grupo "Emocionalmente" e "BairrART"); g) Etc...

- **Periodicidade:** Funcionamento permanente (inaugurado em 21 de outubro de 2025). Participação gratuita.
- **Financiamento:** Município de Loulé.
- **Coordenação:** Município de Loulé (com o apoio de vários parceiros locais da Rede Social).

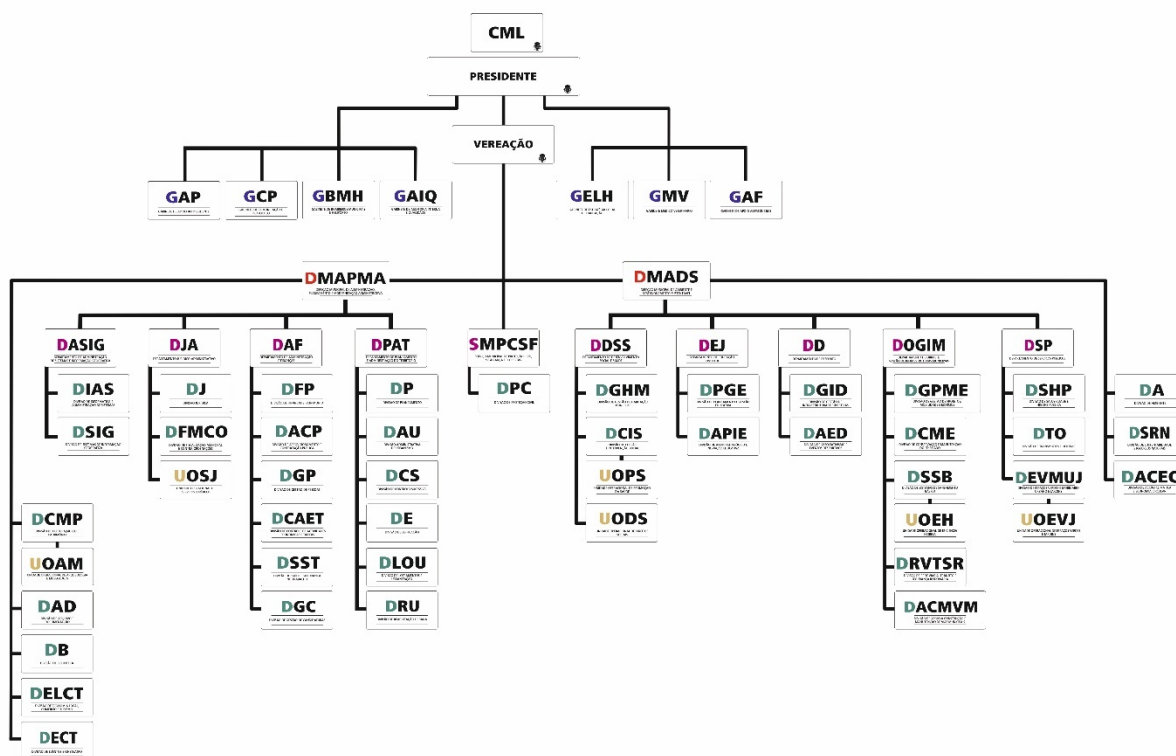


## Capítulo 4.1 – Estruturas de apoio à implementação e monitorização das atividades.

A estrutura de apoio à implementação das atividades já iniciadas e/ou a iniciar será sempre baseada nos respectivos serviços municipais. Além disso, os Parceiros Locais (membros do ULG) colaboram de acordo com as suas áreas de intervenção/operação.

Administrativamente, o concelho de Loulé está dividido, ao nível mais elevado, num "Presidente" e "8 Vereadores". Cada Vereador possui diversas "Pastas" com os seus respetivos "Departamentos" e "Divisões".





Certos eventos/atividades incluídos neste Plano Integrado de Ação- PIA (IAP) são transversais a várias Vereações e Departamentos. Por exemplo:

#### ENVELHECIMENTO ATIVO

Envolve vários Vereações / Departamentos:

Eventos; Desportos; Educação; Saúde e Ação Social; Juventude; Promoção da Cidadania; Ação Climática; Ambiente; etc...

Colaboração com Parceiros Locais (membros do ULG):

4 Freguesias (Parceiros Institucionais); Vários Clubes Desportivos (Clubes sem fins lucrativos); Diversas instituições públicas (IPSS)

A **monotorização das atividades** já é mais descentralizada que a implementação. Alguns resultados da monotorização têm a coordenação e/ou colaboração dos Parceiros Locais (ULG) tais como: Universidade do Algarve; ABC – Algarve Biomedical Centre; Clubes Desportivos; Juntas de freguesia; etc...

O objetivo é que os dados recolhidos durante a monitorização das atividades sirvam para melhorar as políticas municipais locais, de forma a integrar a visão holística de "One Health" nos Planos de Ação Locais e outros Planos Estratégicos Municipais.

## Capítulo 4.2 – Estratégia Geral de Financiamento

As atividades e/ou projetos são financiados, na sua maioria, pelo orçamento municipal.

Apenas alguns eventos e/ou projetos contam com financiamento conjunto com os Orçamentos de Parceiros Locais (ULG). Por exemplo:

- “AULAS DE DANÇA” – Orçamento da Junta de freguesia de “São Clemente”
- “CCEA - Centro de Competências de Envelhecimento Ativo” - Orçamento do Governo Central
- Programa “EMOCIONALMENTE” - Orçamento da Junta de freguesia de “São Sebastião”

Embora o financiamento seja principalmente municipal, o apoio e a colaboração dos Parceiros Locais (ULG) são essenciais em termos de logística, conhecimento, experiência, recursos técnicos e humanos.

### **Capítulo 4.3 – Avaliação da relevância das ações/atividades apresentadas neste Plano de Ação Integrado – PAI (IAP) dentro da visão de "One Health".**

Para avaliar a relevância das ações/atividades apresentadas neste IAP, dentro da visão "One Health", em Loulé, foi realizada uma análise preliminar do impacto destas ações/atividades nas três áreas funcionais da visão holística "One Health" (saúde humana, saúde animal e saúde ambiental), classificando este nível de impacto como: elevado; moderado; ou baixo.

	ATIVIDADE	IMPACTO	IMPACTO ONE HEALTH
1	VERÃO ATIVO	Elevado	Promove a saúde física e mental e a coesão social; integração com ambientes naturais e sustentáveis
2	PÁSCOA ATIVA	Moderado	Promove a saúde física e mental e a coesão social; integração com ambientes naturais e sustentáveis
3	NATAL ATIVO	Moderado	Promove a saúde física e mental e a coesão social; integração com ambientes naturais e sustentáveis
4	AULAS DE DANÇA	Moderado	Promove a saúde física e mental e a coesão social; Envelhecimento Ativo
5	“SEMANA DO CLIMA”	Elevado	Aumentar a consciencialização sobre a necessidade de combater as alterações climáticas. Alargar as políticas de

			sustentabilidade ambiental
6	CONHECIMENTO E MEMÓRIA workshops/seminários	Moderado	Promove a coesão e a inclusão social. Aumenta a sensibilização e a responsabilidade partilhada, identificando estratégias de bem-estar na demência
7	Ciclo de Conversas " PLANTE HOJE... COLHA AMANHÃ"	Moderado	Promove a coesão e a inclusão social. Aumenta a consciencialização e a responsabilidade partilhada, fortalecendo a visão "One Health"
8	"SEMANA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL DE LOULÉ - ENVELHECIMENTO E VIDA"	Elevado	Envelhecimento ativo. Promoção dos direitos das pessoas idosas. Promoção de estilos de vida saudáveis e da saúde física e mental, atividade física, palestras...
9	Reforço do "CCEA - CENTRO DE COMPETÊNCIAS DE ENVELHECIMENTO ATIVO"	Elevado	Promover uma abordagem positiva ao envelhecimento, capacitando os profissionais para oferecer cuidados e serviços diferenciados e de elevada qualidade que melhorem a qualidade de vida das pessoas idosas. Criar políticas públicas dedicadas ao envelhecimento
10	Reforço da recentemente criada linha telefónica "LOULÉ SOLIDÁRIO"	Elevado	Linha de apoio social e psicológico. Apoio à inclusão social. Reforço da qualidade de vida e das necessidades básicas da população
11	"TRANSPORTE PÚBLICO URBANO GRATUITO PARA TODOS"	Elevado	Descarbonização. Melhorar a qualidade de vida na cidade de forma mais sustentável. Proteção ambiental
12	Programa "EMOCIONALMENTE"	Elevado	Trabalhar as emoções e a autoestima através de técnicas terapêuticas, promovendo o envelhecimento ativo. Promover a saúde mental. Reforçar a visão "One Health"
13	"VIII CIMEIRA DE ENERGIA E CLIMA"	Elevado	Impacto direto na proteção da biodiversidade com repercussões diretas na saúde humana, animal e ambiental. Fortalecimento da visão "One Health"
14	"LOULÉ +SOCIAL"	Elevado	Assistência comunitária, apoio e serviços sociais a tempo inteiro, "do nascimento à terceira idade". Promover o bem-estar físico e psicológico dos indivíduos e das famílias.