



EDITAL Nº 550/2026

PLANO MUNICIPAL PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO, SAUDÁVEL E INCLUSIVO DO CONCELHO DE VILA FRANCA DE XIRA | 2025-2030

FERNANDO PAULO FERREIRA, PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA

FAZ SABER, em cumprimento do disposto no nº 1, do artigo 56º, do Anexo I, da Lei nº 75/2013, de 12 de setembro, na redação atual, que aprovou e consagrou o Regime Jurídico das Autarquias Locais, que a Assembleia Municipal, na sua sessão ordinária e pública de 24 de junho de 2026, sob proposta da Câmara Municipal, aprovada na sua reunião ordinária e pública de 25 de maio de 2026, deliberou aprovar o Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo do Concelho de Vila Franca de Xira | 2025-2030, o qual foi objeto de consulta prévia e inclusão de contributos das entidades parceiras da Comissão Municipal de Promoção e Proteção da Pessoa Idosa.

Para constar se publica o presente edital e outros de igual teor que vão ser afixados nos locais do costume e publicitado no sítio do município na Internet.

E eu, _____, Diretor do Departamento de Gestão Administrativa e Jurídica, o subscrevi.

Paços do Concelho de Vila Franca de Xira, 25 de junho de 2026

O Presidente da Câmara Municipal,

Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo

Concelho de Vila Franca de Xira | 2025–2030

Índice

1. Introdução e Enquadramento
 2. Visão e Objetivos
 3. Eixos de Intervenção
 4. Metodologia e Governança
 5. Mecanismos de Monitorização e Avaliação
 6. Financiamento e Sustentabilidade
 7. Conclusão
-

1. Introdução e Enquadramento

O envelhecimento demográfico constitui uma das mais significativas transformações sociais contemporâneas. O concelho de Vila Franca de Xira não é exceção a esta tendência: de acordo com os dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) e da PORDATA, em 2021 o concelho contava com aproximadamente 137 529 habitantes, dos quais 18,5% com 65 ou mais anos. O índice de envelhecimento situava-se nos 122 idosos por cada 100 jovens, revelando um claro desequilíbrio na estrutura etária e uma pressão crescente sobre os sistemas de saúde, apoio social e organização comunitária.

Paralelamente, verifica-se uma redução da dimensão média dos agregados domésticos e um aumento expressivo de situações de isolamento social. Estes fatores, aliados à crescente complexidade das relações familiares e à fragilidade de algumas redes de apoio, têm contribuído para o agravamento de fenómenos como o **abandono, a negligência e diversas formas de violência sobre pessoas idosas**. A par das dificuldades económicas, das doenças crónicas e da dependência funcional, estas situações exigem respostas integradas, baseadas na prevenção, na proximidade e no reforço dos direitos humanos.

Neste contexto, o presente Plano assume-se como uma **resposta estratégica e territorializada, assente na promoção da saúde, do bem-estar, da participação cívica, da segurança e da dignidade** das pessoas idosas.

Pretende-se assegurar que o envelhecimento seja vivido de forma ativa, segura e inclusiva, contrariando estereótipos e combatendo desigualdades estruturais.

Este Plano está alinhado com os principais instrumentos de política pública nacionais, nomeadamente:

A Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável em Portugal (2017–2025), que define como pilares:

- A participação plena e significativa das pessoas idosas;
- A promoção da saúde e da autonomia;
- A segurança, proteção e combate à exclusão e violência;
- A valorização do conhecimento e da experiência acumulada.

O Plano Nacional de Envelhecimento Ativo e Saudável 2023–2026, que operacionaliza a referida Estratégia, assumindo como prioridades:

- O reforço da ação intersetorial e da cooperação territorial;
- O desenvolvimento de comunidades amigas das pessoas idosas;
- A criação de redes de proximidade e o apoio personalizado;
- A redução da pobreza e o combate à solidão, exclusão e negligência.

Este Plano Municipal articula-se ainda com a **Estratégia Nacional de Combate à Pobreza (2021–2030)**, assumindo o envelhecimento com dignidade como um eixo prioritário da ação local, em prol de um território mais justo, coeso e solidário.

2. Visão e Objetivos

O presente Plano propõe uma abordagem integrada e orientada para a dignificação do envelhecimento, com base numa visão transformadora e em objetivos concretos que respondem aos desafios locais identificados. A definição de uma visão clara e de objetivos estratégicos permite estruturar a intervenção municipal em torno de princípios de equidade, participação, autonomia e bem-estar. Estes objetivos alinham-se com os compromissos assumidos a nível nacional e europeu, promovendo um envelhecimento ativo, saudável e inclusivo.

Visão

Construir um concelho onde todas as pessoas possam envelhecer com dignidade, segurança, autonomia e participação ativa, num território que valoriza o envelhecimento e garante respostas inclusivas e integradas.

Objetivos Estratégicos

- Promover o envelhecimento ativo e saudável.
- Prevenir e combater o isolamento, a solidão e os maus-tratos.
- Reforçar a cidadania e o envolvimento cívico da pessoa idosa.
- Fomentar a inclusão digital e o acesso a serviços.
- Melhorar as condições de mobilidade, acessibilidade e habitabilidade.
- Contribuir para a redução da pobreza entre a população idosa.

3. Eixos de Intervenção

A operacionalização do Plano estrutura-se em torno de cinco eixos estratégicos, que correspondem a domínios-chave da vida das pessoas idosas: participação cívica, saúde e bem-estar, combate ao isolamento e maus-tratos, inclusão digital e acesso à informação, e condições de mobilidade e habitação. Estes eixos refletem as prioridades identificadas localmente e incorporam as orientações das políticas públicas nacionais. Cada eixo inclui medidas concretas e articuladas entre os vários agentes do território, promovendo uma intervenção eficaz, coordenada e adaptada às realidades locais.

Eixo 1 – Participação e Cidadania

Este eixo valoriza o envolvimento ativo das pessoas idosas na vida comunitária e na definição das políticas locais, reconhecendo-as como cidadãos plenos e agentes de mudança. A dinamização da Comissão Municipal e os fóruns intergeracionais são fundamentais para fortalecer a representatividade, combater estereótipos associados à idade e promover uma sociedade mais coesa e democrática.

- Dinamização da Comissão Municipal de Promoção e Proteção da Pessoa Idosa.
- Promoção de fóruns de participação cívica e encontros intergeracionais.
- Inclusão da pessoa idosa nos processos de definição de políticas locais.

Eixo 2 – Saúde e Bem-Estar

O foco na prevenção e na promoção de estilos de vida saudáveis demonstra uma abordagem integrada da saúde, que vai além do tratamento da doença. A articulação com a Unidade Local de Saúde e os apoios à saúde mental são medidas essenciais face ao envelhecimento da população. O reforço da autonomia através do Balcão da Inclusão e do Banco de Ajudas Técnicas evidencia uma preocupação com a equidade no acesso aos cuidados e com a melhoria da qualidade de vida.

- Parcerias com a Unidade Local de Saúde para rastreios e prevenção.
- Promoção de estilos de vida saudáveis (alimentação, mobilidade, exercício físico).
- Apoio à saúde mental, com enfoque na prevenção da ansiedade e depressão.
- Reforço da acessibilidade e apoio à autonomia através do Balcão da Inclusão e do Banco de Ajudas Técnicas, promovendo respostas personalizadas para pessoas com deficiência ou limitações funcionais.

Eixo 3 – Combate ao Isolamento, Solidão e Maus-Tratos

Este eixo aborda um dos maiores desafios sociais do envelhecimento: o isolamento e as situações de vulnerabilidade. A combinação entre medidas de proximidade (teleassistência, linha de apoio, Universidade Sénior) e estruturas especializadas (Centro de Apoio à Vítima, SAASI) traduz uma rede de proteção robusta e humanizada, que promove segurança, bem-estar emocional e inclusão social.

- Mapeamento de situações de vulnerabilidade.
- Funcionamento do serviço de teleassistência e linha de apoio sénior.
- Promoção da Universidade Sénior como espaço de inclusão.
- Funcionamento do Centro de Apoio à Vítima de Vila Franca de Xira (serviço municipal multidisciplinar dirigido a todas as vítimas de crime).
- Articulação com o Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social Integrado (SAASI), presente em todas as Juntas de Freguesia.

Eixo 4 – Inclusão Digital e Acesso à Informação

A aposta na literacia digital é um passo decisivo para reduzir desigualdades e promover a autonomia das pessoas idosas. As oficinas e pontos digitais permitem o acesso a serviços essenciais e favorecem a participação ativa na sociedade digital. Este eixo é especialmente relevante no combate à exclusão tecnológica e na promoção da independência em tarefas do quotidiano.

- Funcionamento de oficinas de literacia digital.
- Instalação de pontos digitais nas freguesias.
- Apoio à utilização de serviços online: saúde, segurança social, finanças, entre outros.

Eixo 5 – Mobilidade, Habitação e Acessibilidades

Ao centrar-se na requalificação dos espaços públicos e na adaptação de habitações e transportes, este eixo contribui para a criação de comunidades verdadeiramente inclusivas. A mobilidade segura e a habitação adaptada são condições básicas para uma vida digna e autónoma, refletindo uma visão de envelhecimento ativo e sustentável.

- Requalificação do espaço público com critérios de acessibilidade universal.
- Promoção de transportes adaptados.
- Apoio à adaptação de habitações.

4. Metodologia e Governança

A execução do Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo de Vila Franca de Xira assenta numa abordagem de governança colaborativa, territorializada e participada, que integra os diferentes atores públicos, sociais, profissionais e comunitários com intervenção direta na vida das pessoas idosas.

Coordenação Geral

Comissão Municipal de Promoção e Proteção da Pessoa Idosa

Entidades Parceiras e Ações Específicas

Juntas de Freguesia: Espaço de proximidade, acolhimento do SAASI, promoção de ações locais.

- Disponibilização de espaços para oficinas de literacia digital, sessões de formação e fóruns cívicos.
- Acolhimento do SAASI nas suas sedes e articulação com a sinalização de situações vulneráveis.
- Apoio logístico e mobilização comunitária para ações do Plano no território.

ULS Estuário do Tejo: Rastreios, prevenção, formação para a saúde.

- Realização de rastreios periódicos e ações de prevenção em articulação com o município.
- Apoio à promoção de estilos de vida saudáveis (alimentação, mobilidade, saúde oral,).
- Formação Cuidadores Formais e Informais
- Colaboração em casos sinalizados de risco físico ou psicológico
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano.

Segurança Social: Encaminhamento, articulação técnica, apoio a respostas sociais.

- Apoio técnico no encaminhamento de situações críticas sinalizadas localmente.
- Monitorização de respostas sociais e articulação com IPSS.
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano.

IPSS: Atividades sociais, cuidados domiciliários, apoio comunitário.

- Promoção de atividades socioculturais e de voluntariado sénior.
- Oferta de respostas de apoio domiciliário e cuidados continuados.

- Cooperação no combate ao isolamento e na dinamização da vida comunitária.
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano através de um representante eleito em Comissão alargada.
- Articulação em rede e na complementaridade entre respostas, reforçando a coesão social e o envelhecimento ativo.
- Investimento na formação contínua das equipas e na inovação social, reforçando o impacto social das suas ações.

GNR/PSP: Prevenção de crimes contra idosos, sessões de sensibilização, articulação em situações de risco.

- Atuação em situações de risco, abandono, violência doméstica ou abuso de pessoas idosas.
- Sessões públicas sobre segurança, prevenção de burlas e violência patrimonial.
- Participação na formação de técnicos e cuidadores informais.
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano.

Ministério Público: Apoio jurídico em situações de maus-tratos, construção de protocolo local.

- Apoio jurídico em situações de maus-tratos, construção de protocolo local;
- Apoio técnico e jurídico em sinalizações de vulnerabilidade;
- Acompanhamento e encaminhamento de casos de vulnerabilidade / incapacidade que impliquem a adoção de medidas legais;
- Intervenção em situações de maus-tratos com vista à abertura de procedimento criminal e/ou adoção de medidas legais de proteção;
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano.

Ordem dos Advogados: Esclarecimento jurídico gratuito, apoio em processos de tutela e abuso patrimonial.

- Promoção de sessões de esclarecimento jurídico gratuito em temas como contratos, testamentos, heranças, abusos e tutela legal.
- Apoio direto a casos encaminhados pelo município ou pelo SAASI.
- Colaboração em campanhas de informação e direitos da pessoa idosa.
- Participação em reuniões técnicas de acompanhamento do Plano.

Liga dos Combatentes: Reconhecimento social, combate ao isolamento de ex-militares, memória histórica.

- Promoção da memória, valorização e integração social dos ex-combatentes idosos e suas famílias
- Participação em atividades de convivência, história oral e reconhecimento público.
- Apoio a casos de isolamento entre antigos militares e suas famílias
- Apoio psicossocial de especialidade aos ex-combatentes e respetivos familiares.

Bombeiros Voluntários: Segurança no domicílio, participação em teleassistência e resposta de emergência.

- Ações de sensibilização para segurança no domicílio, prevenção de incêndios e quedas.
- Apoio à teleassistência sénior, com resposta em emergência.
- Participação em simulações e planos de evacuação adaptados à população idosa.

Associações Culturais, Recreativas e Desportivas:

- Promoção de atividades inclusivas adaptadas à população idosa.
- Integração de seniores em dinâmicas associativas e eventos locais.
- Envolvimento no combate ao isolamento e promoção do bem-estar.

Associações de Reformados, Pensionistas e Idosos:

- Participação direta na conceção e avaliação das políticas locais para o envelhecimento.
- Organização de atividades socioculturais, lúdicas e recreativas que contribuem para a participação e coesão social.
- Articulação com Juntas e Câmara Municipal para dinamização de eventos, convívios e programas de lazer sénior.
- Promoção do associativismo sénior enquanto espaço de representação, entreaajuda e autodeterminação.

Grupos de Autorrepresentação de Pessoas Idosas:

- Envolvimento ativo na elaboração, implementação e monitorização do Plano.
- Participação nos fóruns de cidadania sénior e sessões de consulta pública.
- Promoção da voz e protagonismo da pessoa idosa nas decisões locais.
- Dinamização de grupos de trabalho temáticos, centrados nos direitos, experiências e propostas da população sénior.

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira: Identificação, acompanhamento e coordenação das sinalizações de pessoas idosas, visando uma intervenção municipal concertada, articulada e ajustada à realidade concelhia.

- Desenvolvimento de um programa formativo intergeracional, visando o estímulo intelectual, a participação cultural, artística científica, social e combate à solidão das pessoas idosas.
- Promoção, dinamização e participação em ações e campanhas de sensibilização nas áreas da cultura, desporto, saúde e voluntariado sénior.
- Serviço especializado de apoio multidisciplinar (social, jurídico e psicológico), dirigido à população sénior vítima de violência.
- Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social personalizado e de proximidade junto das pessoas idosas, em situação de carência e desigualdade socioeconómica, dependência, disfunção, exclusão ou vulnerabilidade social, visando a mobilização de recursos e serviços competentes para a plena integração comunitária e o desenvolvimento das respetivas capacidades.
- Serviço especializado de informação, mediação e orientação das pessoas com deficiência e/ou incapacidade no acesso a direitos e benefícios de acordo com os recursos e respostas existentes.
- Disponibilização de equipamentos de ajudas técnicas (cadeiras de rodas, andarilhos, camas articuladas, entre outros), promovendo a autonomia, qualidade de vida e a permanência no domicílio.
- Promoção da acessibilidade e da mobilidade através do apoio à eliminação de barreiras arquitetónicas e comunicacionais nas habitações e ou acessos.
- Serviço especializado de informação, mediação e acompanhamento de migrantes, promovendo a inclusão social, no acesso e encaminhamento para as respostas existentes, em matérias de regularização documental, educação, saúde, segurança social, habitação, entre outros.

5. Mecanismos de Monitorização e Avaliação

A implementação de um plano estratégico exige não apenas um desenho rigoroso das ações, mas também instrumentos de monitorização e avaliação contínua, que garantam a sua eficácia, pertinência e ajustamento ao longo do tempo.

No caso do Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo de Vila Franca de Xira, os mecanismos de monitorização assumem particular importância por três razões fundamentais:

1. **Permitem aferir o impacto real das medidas adotadas**, com base em dados objetivos e evidência local;
2. **Facilitam a articulação e corresponsabilização entre as entidades parceiras**, assegurando um trabalho colaborativo, coerente e transparente;
3. **Dão voz à população idosa**, valorizando a participação contínua dos cidadãos na avaliação e redefinição das políticas que lhes dizem respeito.

Assim, a monitorização será feita com base numa lógica **cíclica, participativa e orientada por resultados**, com os seguintes instrumentos e dinâmicas:

- **Plano de Ação bienal**, elaborado pela **Comissão Restrita (CMPPPI)**, nas reuniões agendadas para o efeito, com metas concretas, entidades responsáveis, indicadores e prazos definidos para cada medida a implementar;
- **3 Reuniões anuais da Comissão Alargada (CMPPPI)**, envolvendo todos os parceiros para análise de progresso e reorientação de estratégias;
- **Relatórios anuais de acompanhamento, monitorização e avaliação dos resultados alcançados na implementação do plano de ação, elaborados pela Comissão Restrita;**
- **Estratégias bienais de avaliação participativa**, com envolvimento da comunidade sénior, associações de reformados, grupos de autorrepresentação e estruturas locais, garantindo que o Plano evolui com base nas realidades sentidas e vividas.

Estes mecanismos asseguram que o Plano Municipal não seja um documento estático, mas **sim um instrumento vivo, adaptável e centrado nas pessoas**, preparado para responder com qualidade e proximidade às necessidades da população idosa de Vila Franca de Xira.

A participação da Comissão Municipal de Promoção e Proteção da Pessoa Idosa, das entidades parceiras e da própria população sénior será fundamental para uma avaliação participativa e transparente. Pretende-se, assim, garantir que o Plano evolui em coerência com as necessidades da população e com os objetivos estratégicos definidos.

A monitorização e avaliação do Plano são componentes essenciais para garantir a sua eficácia, pertinência e melhoria contínua. Este processo será realizado com base em indicadores definidos, metas concretas e mecanismos regulares de acompanhamento.

Etapa	Frequência	Instrumento
Avaliação Intercalar	2027	Relatório técnico

Avaliação Final	2030	Estudo de impacto
Monitorização Contínua	Anual	Indicadores e relatórios
Consulta Pública	Bienal	Fóruns e inquéritos

6. Financiamento e Sustentabilidade

A viabilidade do Plano depende da mobilização de recursos financeiros, técnicos e institucionais adequados. O Município de Vila Franca de Xira assume o compromisso de garantir os meios necessários à concretização das medidas propostas, complementando-os com candidaturas a programas de financiamento nacional e europeu. A sustentabilidade do Plano será reforçada através de parcerias estratégicas, da mobilização da sociedade civil e da integração de práticas inovadoras e eficientes na gestão das respostas locais dirigidas à população idosa.

- Recursos próprios do Município.
 - Candidaturas a programas de financiamento em vigor (PRR, Portugal 2030, fundos da Estratégia Nacional de Combate à Pobreza, entre outros).
 - Protocolos com entidades públicas e privadas.
 - Envolvimento da comunidade e valorização do voluntariado sénior.
-

7. Conclusão

O **Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo de Vila Franca de Xira (2025–2030)** constitui uma resposta estratégica, humanista e participativa aos desafios colocados pelo envelhecimento demográfico, social e institucional do território. Mais do que um conjunto de ações setoriais, este Plano configura-se como um **compromisso político e comunitário com o envelhecimento digno, seguro e valorizado**, promovendo uma abordagem transversal que inclui saúde, cidadania, proteção, inclusão digital, mobilidade e habitação. Ao envolver ativamente uma vasta rede de entidades públicas, sociais e comunitárias — desde as Juntas de Freguesia ao Ministério Público, passando pelas IPSS, ULS, forças de segurança, universidade seniores Liga dos Combatentes, bombeiros, Ordens profissionais e sociedade civil —, o Plano traduz uma governança colaborativa, orientada para resultados, centrada na proximidade e na escuta ativa da população idosa.

É também um instrumento de planeamento orientado por **valores éticos e princípios de justiça intergeracional**, que procura garantir que cada pessoa possa envelhecer com autonomia, inserção social, acesso a direitos e continuidade da participação ao longo da vida.

Em articulação com a Estratégia Nacional de Combate à Pobreza e com os instrumentos nacionais de envelhecimento ativo e saudável, este documento estratégico visa, de forma clara e estruturada:

- **Reduzir desigualdades estruturais** que afetam a população sénior;
- **Promover respostas adaptadas aos territórios** e aos contextos locais de vulnerabilidade;
- **Fortalecer os vínculos intergeracionais e comunitários**, valorizando a experiência e o saber das pessoas mais velhas;
- **Proteger contra todas as formas de violência, negligência e exclusão**, com redes locais de resposta.

A sua concretização exige **monitorização regular, flexibilidade estratégica e vontade política contínua**, em articulação estreita com a população-alvo e os agentes locais.

Assim, o **Plano Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Inclusivo de Vila Franca de Xira (2025–2030)**, constitui um marco fundamental na construção de um Município comprometido com a integração plena das pessoas idosas — um Concelho onde o envelhecimento seja sinónimo de continuidade de vida, e não de afastamento da cidadania.