

**Evento com
Chancela**

Loulé
Compromisso
com o
Desporto



The project is co-financed by the ERDF through the URBACT Programms.
The information published here reflects the authored views and the Programme
is not liable for any use that may be made of the information concerned.

Por

Tiago Guadalupe
Project Coordinator
LOULÉ

e

Luís Vicente
Correia

IAP Coordinator
LOULÉ

APRESENTAÇÃO DO PROJECTO – LOULÉ

Encontro Nacional das Cidades URBACT

Loulé 24 e 25 Maio 2018

LOULÉ
(PORTUGAL)

BIRMINGHAM
(UNITED KINGDOM)

BURGAS
(BULGARIA)

KRAKOW
(POLAND)

LIEPĀJA
(LATVIA)

ÚSTÍ NAD LABEM
(CZECH REPUBLIC)

VESTFOLD COUNTY
(NORWAY)

ŠIBENIK
(CROATIA)

13TH DISTRICT OF BUDAPEST
(HUNGARY)

RIETI
(ITALY)

PROJECTO VITAL CITIES

O projecto europeu “VITAL CITIES – MAKE YOU ACTIVE”

Tem como principais objectivos:

- ✦ A promoção de estilos de vida activos e saudáveis
- ✦ A luta contra o estilo de vida sedentário
- ✦ O envelhecimento activo
- ✦ E fomentar a coesão social (combate à exclusão social)

O nosso objectivo é combater a exclusão social ao requalificar espaços em áreas residenciais, especialmente as áreas mais desfavorecidas, usando o poder e a linguagem comum do desporto e da actividade física através de acções urbanas inovadoras, equipamentos físicos diversos e serviços melhor organizados e projectados para responder às necessidades da comunidade.



CIDADES DO PROJECTO

São 10 as cidades que integram o projecto europeu
“VITAL CITIES – MAKE YOU ACTIVE”

Loulé é **Lead Partner** do projecto



- ✦ **LOULÉ** (Portugal)
- ✦ **KRAKOW** (Polónia)
- ✦ **USTI NAD LABEM** (Rep. Checa)
- ✦ **VESTFOLD COUNTY** (Noruega)
- ✦ **BUDAPEST -13º Distrito** (Hungria)
- ✦ **BIRMINGHAM** (Reino Unido)
- ✦ **BURGAS** (Bulgária)
- ✦ **LIEPĀJA** (Letónia)
- ✦ **SIBENIK** (Croácia)
- ✦ **RIETI** (Itália)



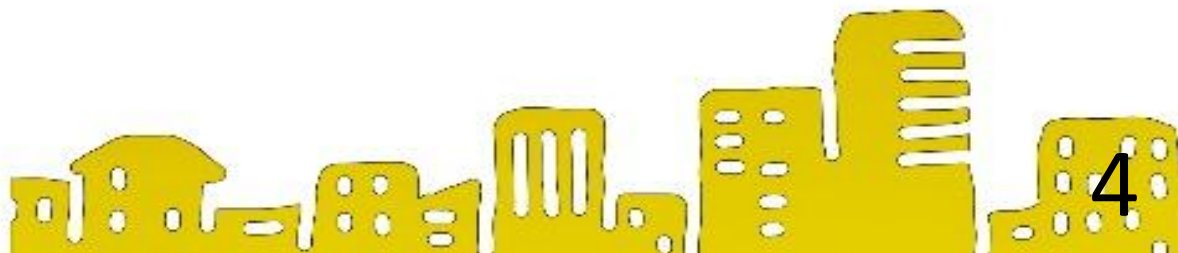
ULG – Grupo de Apoio Local

Os **ULG** (Urbact Local Group) ou **GRUPOS DE APOIO LOCAL**, são um alicerce fundamental do programa URBACT.

Cada parceiro do URBACT terá de criar um **Grupo de Apoio Local**

Objectivos do ULG – Loulé:

- ✦ **Conceber IAP** – Planos Integrados de Acção a nível local, para o desenvolvimento urbano sustentável e para reforçar as capacidades das partes interessadas locais, para desenvolver políticas eficientes
- ✦ Auxiliar na tomada de decisões
- ✦ Ajudar a compreender as necessidades locais
- ✦ Garantir a sustentabilidade dos resultados



IAP / PAL

Estamos desenvolvendo um “**PAL - Plano de Acção Local**” para o município de Loulé que, não sendo um documento vinculativo, deverá ser considerado um instrumento de planeamento, uma ferramenta orientadora, que permita identificar de forma clara e exequível as seguintes questões:

- ✦ **O QUÊ?** (quais as medidas a serem tomadas?), em função de:
- ✦ **PORQUÊ?** (quais os problemas / insuficiências?);
- ✦ **PARA QUÊ?** (quais os objectivos, resultados esperados e metas?);
- ✦ **ONDE?** (qual a zona de incidência?);
- ✦ **COMO?** (qual o método e procedimentos a empregar?);
- ✦ **QUEM?** (responsáveis pela implementação e controle das medidas, e com que parcerias?);
- ✦ **QUANDO?** (qual o prazo para execução das medidas?); e
- ✦ **QUANTO?** (quais os recursos necessários para implementação das medidas?).

A elaboração do **PAL - Plano de Acção Local**, pode então ser definida como uma actividade criteriosa, onde se estabelece os fins a atingir, os meios a empregar, a oportunidade do seu uso, e os resultados a esperar.



IAP / PAL

A base para este “**PAL - Plano de Acção Local**”, para o município de Loulé, foi o “**IAP – Integrated Action Plan**” desenvolvido durante o projecto.

A metodologia usada no IPA foi a “**SWOT Analysis**” das áreas alvo:

Strengths	Weaknesses	Opportunities	Threats
-----------	------------	---------------	---------

(“**Análise FOFA**” = Pontos Fortes; Oportunidades; Fraquezas; Ameaças)

Quanto a:

- **Património cultural e estrutura funcional-espacial;**
- **Meio Ambiente**
- **Economia**
- **Sociedade**

A **Identificação dos problemas existentes** relacionados com os principais temas do projecto nas áreas alvo teve como base os principais desafios ao nível:

- **Política e planeamento**
- **Nível sócio-espacial**
- **Negócios, financiamento e gestão**



ULG - PARCEIROS LOCAIS

Urbact Local Group – Parceiros Locais. Dividimos em:

Parceiros Locais – Freguesias de Loulé: 4 das freguesias do concelho de Loulé, principalmente as 2 onde as áreas alvo são (“S. Clemente” e “Quarteira”).

Parceiros Locais Institucionais – IPSS tais como:

"ASMAL" (Associação de Saúde Mental do Algarve);

"Existir" (Associação que desenvolve actividades no âmbito da intervenção de populações inválidas e desfavorecidas);

"Centro de Saúde de Loulé" (centro de saúde público de Loulé);

"Unidade Operacional de Gestão de Habitação Social" do município de Loulé;

"IPDJ" (Instituto Português do Desporto e da Juventude);

Parceiros Locais – Clubes Desportivos (clubes formais e informais) tais como:

“CTL – Clube de Ténis de Loulé” (*baby ténis, ténis, Pilates Clínico, Zumba, Kung Fu...*); “Clube BTT Terra de Loulé” (*ciclismo, BTT...*); “Clube de Basket de Quarteira” (*basquetebol*);

“Tubarões” (*basquetebol*); “Let’s Go Run” (*corrida*); “Cool Runners”; “Passadeira Vermelha”;

“Corridas à Sexta” (*corrida*); e “Quarteira Beach Sports”; etc...



INTERVENÇÕES

A) ESTRUTURAIS

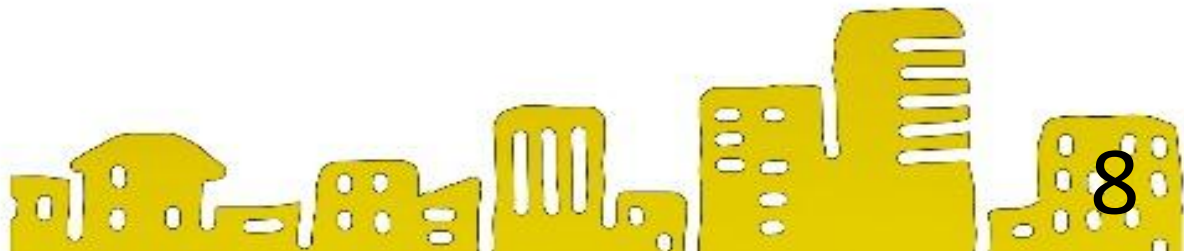
As intervenções estruturais previstas foram em 3 áreas alvo específicas:
2 na cidade de Quarteira e 1 na cidade de Loulé (*o concelho de Loulé tem 2 cidades*).

Estas são as áreas mais pobres, com mais problemas de exclusão social, com mais necessidades económicas, sociais, educacionais e desportivas:

A1) ZONA ENVOLVENTE AO ESTÁDIO MUNICIPAL (em Loulé)

A2) ZONA ENVOLVENTE À ABELHEIRA E AMENDOEIRA (em Quarteira)

A3) RUAS COPPINGEN E STUTTGART (em Quarteira)



INTERVENÇÕES

B) Funcionais

A interligação e a cooperação entre todas as partes envolvidas (Câmara Municipal e Parceiros Locais) levaram à criação de vários eventos/programas gratuitos, que são considerados como modelo a seguir:

B1) EVENTOS DESPORTIVOS

B2) CONFERÊNCIAS/SEMINÁRIOS

B3) OUTROS EVENTOS

B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS

(Não incluídos no Projecto Vital Cities, mas com o mesmo espírito)



A1) Área do Estádio Municipal

ZONA ENVOLVENTE AO ESTÁDIO MUNICIPAL

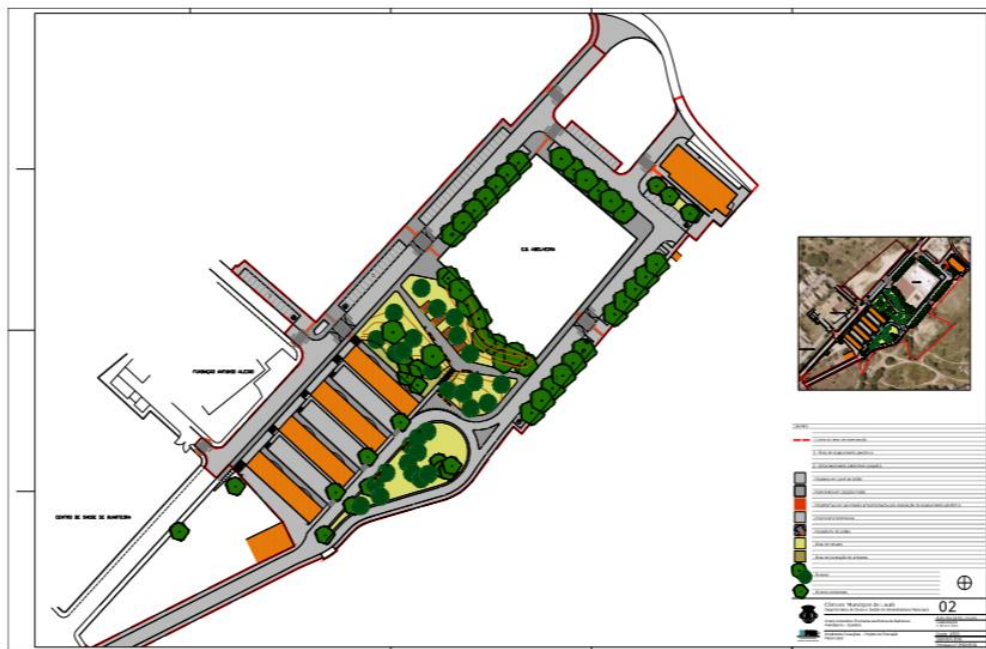
- Na cidade de Loulé.
- Será requalificada a zona envolvente ao Estádio Municipal, valorizando-a para a prática desportiva e abrindo-a para novas valências.
- Ponto Principal: Criar uma nova solução para o muro do estádio, uma vez que esta é uma barreira entre os bairros vizinhos, a escola e as ruas.
- Investimento: 400.000,00€
(a ser concluído antes do final de Junho de 2018)



A2) Área de Abelheira e Amendoeira

ZONA ENVOLVENTE À ABELHEIRA E AMENDOEIRA

- Em Quarteira.
- Nesta área de intervenção, pretende-se **criar uma ligação entre os dois bairros** que permita recuperar toda a área para que possa ser aproveitada integralmente pela população.
- Investimento: 417.000,00€
(a ser concluído antes do final de 2018)



A3) Ruas Coppingen e Stuttgart

RUAS COPPINGEN e STUTTGART

- Em Quarteira.
- Uma área densamente povoada no coração da cidade de Quarteira.
- criação de um espaço verde, arborizado, com equipamentos de outdoor fitness e espaço infantil que ficarão ao serviço da população, com o objectivo de estimular a actividade física e a vida social.
- Investimento: 240.000,00€
(já concluído)



B1) Eventos Desportivos – Exemplos:

➔ “AGOSTO ACTIVO”

Pilates Clínico, Thai Chi, Zumba, Yoga, Marcha, Running, Street Workout, Fusion Afro Fit Dance...

➔ “QUINZENA VITAL CITIES”

(2 semanas em Março): Ténis, Clinic Pilates, Tai Chi, March, BTT-cycling, Zumba, Free Dance, Mix Training, Boxe, Hydrotherapy, Aquafitness, Hydro Deep



B1) Eventos Desportivos – Exemplos:

→ “PÁSCOA ACTIVA”

(em Maio) com Rastreio Médico
Conferências e Actividades Desportivas:
Ténis, Clinic Pilates, Zumba, Zumba
Gold, Kizomba, Latin Dances, Marcha,
Running, Cycling, BMX, Piloxing,
Capoeira, Street Workout...

PÁSCOA ACTIVA

10 a 23 de Abril

Loulé lidera o projecto europeu "Vital Cities - Make You Active", do qual fazem parte dez municípios europeus.

Promover um estilo de vida activo e saudável que contribua não só para combater o sedentarismo enraizado, mas também para fomentar a coesão social. É este um dos propósitos do projecto europeu.

A Câmara Municipal de Loulé juntamente com diversos parceiros locais, no âmbito do referido projecto europeu desafia a população do concelho a participar nas actividades "PÁSCOA ACTIVA" que irão decorrer de 10 a 23 de Abril, com diversas actividades gratuitas e abertas a toda a comunidade.

A participação é totalmente GRATUITA e NÃO carece de inscrição prévia. Os interessados em realizar as iniciativas, "só" têm que estar no local e hora marcada. Para qualquer esclarecimento adicional, enviar e-mail para tiago.guadalupe@cm-loule.pt. Aceite o desafio e deixe-se contagiar por uma PÁSCOA ACTIVA, fit, repleta de movimento e boa disposição.

www.louledesporto.com



QUARTEIRA

10/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" RASTREIOS MÉDICOS - 10h00 às 12h30 / 14h00 às 15h30
Local: Tenda Junto à EB 1 e à da Abelheira

10/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" KARATE - 11h00 (EB 1 e à da Abelheira)
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Karate Loulé e Associação "Núcleo de 1º"

10/4, 11/4, 17/4 e 20/4 - ATLETISMO - 19h00 | Pista de Atletismo (Estádio Municipal)
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Centro Desportivo de Quarteira

10/4, 17/4 e 20/4 - MARCHA/CORRIDA - 19h00 | Pista Municipal de Quarteira
Organização: Câmara Municipal de Loulé

12/4 e 19/4 - MARCHA/CORRIDA | 20h15 | Parque de estacionamento do Edifício A1 Set (ao lado da rodoviária)
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Quarteira (Parque Municipal)

13/4 - BMX | Das 17h às 19h | Pista de BMX
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube BMX Loulé

14/4 - PILOXING | 18h | Calçada (frente ao hotel Dom José)
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing

15/4 - ZUMBA PARTY | 17h | Calçada (frente ao hotel Dom José)
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing

11/4 e 13/4 - CAPOEIRA | 18h30 | Largo da Junta de Freguesia
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Associação Loulé de Capoeira

16/4 - PASSADO BTT | 9h | Praça da Mar
Nível: Iniciação | 30 Km
Organização: Câmara Municipal de Loulé e BTT Quarteira

LOULÉ

110/4 e 13/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" TREINO FUNCIONAL | 18h | Estádio Municipal de Loulé (junto ao portão norte)

11/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" RASTREIOS MÉDICOS - 10h00 às 12h30 / 14h00 às 15h30
Local: Tenda Junto ao Campo Municipal de Futebol de Loulé

11/4 e 12/4 - TÊNIS | 18h00 | Clube de Ténis de Loulé
11/4 - Mado: 5 aos 12 anos | 12/4 - Mado: +12 anos
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube de Ténis de Loulé

11/4 e 18/4 - KUNG FU | 19h | Parque Municipal (junto ao bar do Rugby)
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube de Ténis de Loulé

LOULÉ (continuação)

12/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" Alimentação Saudável "A Sopa com Jovens e Famílias" - 14h30
Local: Gabinete do Bairro "Espaço K" Loulé

14/4 - Hóspedes do Bairro "Mente Sá Corpo Sá" - 15h00
Local: Sala de Festas Municipal de Loulé

Armada de Teatro "Grupo ao Luar Teatro" - 16h30
Local: Rua dos Bairros Loulé

Caça ao Ovo da Páscoa - 17h00
Local: Rua dos Bairros de Loulé
Organização: Câmara Municipal de Loulé

12/4 - MIX TRAINING | 13h | Pavilhão Desportivo Municipal
Organização: Câmara Municipal de Loulé

12/4 e 19/4 - ZUMBA | 18h30 | Estádio Eng. Duarte Pacheco
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube de Ténis de Loulé

12/4 e 19/4 - STREET WORKOUT | 19h00 | Circuito Street Workout (Parque Municipal)
Organização: Câmara Municipal de Loulé

13/4 e 17/4 - PILATES | 18h00 | Parque Municipal (junto ao bar do Rugby)
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube de Ténis de Loulé

13/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" TÊNIS (Das 10h às 12h) | Polidesportivo da escola EB1 e 4º 3 - Loulé

Organização: Câmara Municipal de Loulé e Clube de Ténis de Loulé

13/4 - DIAS ABERTOS no BAIRRO LOULÉ e QUARTEIRA "DE TODOS PARA TODOS" Rodagem da Cidadania - das 14h00 às 16h30
Gabinete do Bairro "Espaço K" Loulé
Organização: Câmara Municipal de Loulé

18/4 e 19/4 - KIZOMBA | 21h00 | Ginásio "Espanhóis"

18/4 - Nível: avançado | 19/4 - Nível: iniciação
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Associação Loulé de Pilates e Piloxing

19/4 - MARCHA/CORRIDA | 18h30 | Pistas Municipais
Organização: Câmara Municipal de Loulé

22/4 - DANÇAS DE SALÃO (LATINAS) | 14h30 | Escola EB 1 nº4
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Associação Loulé de Pilates e Piloxing

22/4 - FORMAÇÃO CREDITADA "Ser Treinador no Campeonato Nacional (Métodos e Exigências)" | 18h | Sala da Assembleia Municipal
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé e Associação Loulé de Pilates e Piloxing

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

23/4 - SEMINÁRIO "Trinco de Jovens no Andorl" | Das 10h às 17h | Pavilhão Desportivo Municipal de Loulé
A participação na formação não é gratuita e carece de inscrição prévia.
Organização: Câmara Municipal de Loulé, Associação Loulé de Pilates e Piloxing e Associação Loulé de Andorl

B1) Eventos Desportivos – Exemplos:

→ **“INDIVIDUALIDADES NA ESCOLA”**
(todo o ano): Programa que leva vários campeões nacionais às escolas para brincar e conversar com os estudantes



→ **“CLUBES NA ESCOLA”**
(todo o ano): Programa que leva vários clubes desportivos às escolas para apresentar e promover o desporto



B1) Eventos Desportivos – Exemplos:

➔ “VERÃO ACTIVO”

(de Julho a Setembro): Clinic Pilates, Zumba, Yoga, March, Running, Street Workout, Fusion Afro Fit Dance...

➔ “JOGANDO E APRENDENDO”

(em 2018): Voleiball, Basketball, Handball, Fitness, etc...

Para crianças, no Pavilhão Desportivo Municipal



Verão Ativo

A Câmara Municipal de Loulé, no âmbito do projeto europeu que o município lidera – “VITAL CITIES” – desafia toda a população do concelho e os muitos visitantes que nesta altura do ano escolhem o concelho de Loulé para passar férias, a terem um VERÃO ATIVO, repleto de movimento e boa disposição.

O objectivo é claro, ou seja, promover um estilo de vida activo e saudável que contribua não só para combater o sedentarismo enraizado, mas também para fomentar a coesão social.

Trata-se de uma organização da Câmara Municipal de Loulé em parceria com parceiros locais do projeto europeu “VITAL CITIES” (Let's go run, Corrida à sexta, Passadeira Vermelha, Cool Runners, Quarteira night runners, Centro de saúde de Loulé e Quarteira beach sports).

Todas as actividades são gratuitas e não carecem de inscrição (com excepção das duas formações que terão lugar em Loulé).

www.louledesporto.com

ATIVIDADES EM LOULÉ

ZUMBA
Terças | 08h00/08h45 | Praça da República (junto à Câmara Municipal)
Quintas - 19h30/20h15 - Largo São Francisco

PILATES
Segundas e Sextas | 19h30/20h15 | Parque Municipal (junto ao bar do Rugby)

STREET WORKOUT
Quartas | 19h00/19h45 | Parque Municipal (junto ao Skate Park)

MARCHA / CORRIDA (“Cool Runners”):
Segundas | 20h30 | Largo do Tribunal

ATIVIDADES EM QUARTEIRA

STREET WORKOUT
Terças e Quintas | 19h45/20h30 | Calção Nascente (Círculo street workout)

ZUMBA
Segundas | 19h00 | Largo da Junta de Freguesia de Quarteira

PILATES & YOGA
Sábados | 10h30 | Largo da Junta de Freguesia de Quarteira

MARCHA / CORRIDA (“Quarteira Night Runners”):
Quartas | 20h30 | Parque de estacionamento do edifício Al Sol (ao lado da rodoviária)

FUSION AFRO FIT DANCE
Sextas | 20h30 | Largo da Junta de Freguesia de Quarteira



Verão Ativo

3 de Julho a 15 de Setembro

LOULÉ (PORTUGAL) BIRMINGHAM (UNITED KINGDOM) BURGAS (BULGARIA) KESKON (FINLAND) LEPÄÄ (FINLAND) OSTIAD LARSEN (NORWAY)
VESTFOLD COUNTY (NORWAY) BRENN (GERMANY) 15TH DISTRICT OF BUDAPEST (HUNGARY) RIETI (ITALY)

ATIVIDADES EM ALMANCELA

YOGA
4 a 28 de Julho:
Terças e Sextas | 08h00/08h45 | Jardim das Comunidades

PILATES
1 de Agosto até 14 de Setembro:
Terças e Quintas | 19h30/20h15 | Jardim das Comunidades

TREINO FUNCIONAL
Quartas e Sextas | 19h30/20h15 | Jardim das Comunidades

MARCHA / CORRIDA (“Passadeira Vermelha”)
Segundas e Quintas | 20h30 | Jardim das Comunidades

OUTRAS ACTIVIDADES:

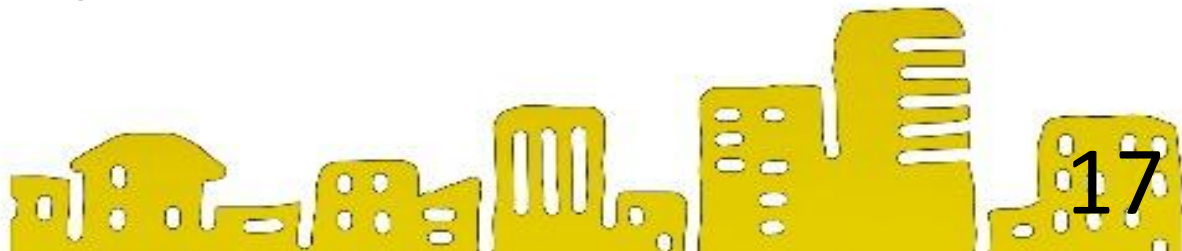
- 7 de Julho | Corrida “Brilhante” em Vilamoura
- 8 e 9 de Julho | Formação: “Low Pressure Fitness: hipopressivos nível 1”
- 22 de Julho | Formação: “Observação e Análise no Futebol”
- 28 de Julho | I Sunset Zumba VERÃO 2017 | 19h00 | Praça do Mar | Quarteira
- 18 de Agosto | I Sunset 2017 Fusion DANCE 2 | 19h00 | Praça do Mar | Quarteira
- 25 de Agosto | Corrida “Branca” Aquashow
- 1 de Setembro | II Sunset Zumba VERÃO 2017 | 19h00 | Praça do Mar | Quarteira



B2) Conferências/Seminários

EXEMPLOS:

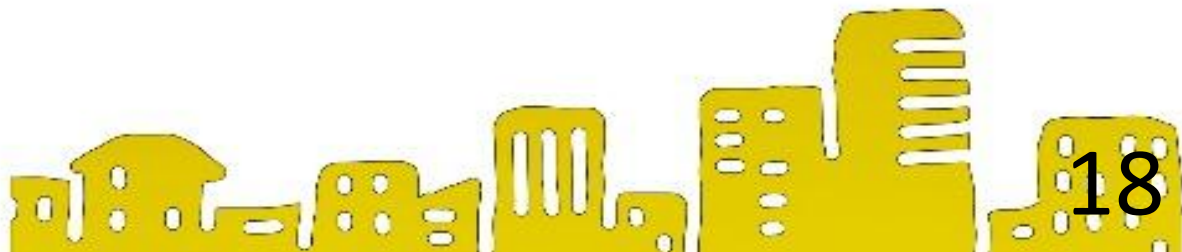
- SEMINÁRIO “COMPROMISSO COMO DESPORTO” : Com tópicos como financiamento desportivo e actividade física como instrumento de inclusão e promoção da saúde
- SEMINÁRIOS CREDITADOS PELO “IPDJ” (*Instituto Português do Desporto e da Juventude*) : “Jogos reduzidos e condicionados na prática do futebol”; “Obesidade e os novos desafios da actividade física”; "Ser Treinador no Campeonato Nacional - Métodos e Requisitos"; "Formação de Jovens no Andebol"; "Ténis na Escola"...
- SEMINÁRIOS COM ACTIVIDADES FÍSICAS: “Alimentação Saudável - A Sopa com Jovens e Famílias”; “Há Histórias no Bairro - Corpo Saudável, Mente Saudável”; “Observação e análise no futebol”



B3) OUTROS EVENTOS

EXEMPLOS:

- ➔ ASMAL – Projectos de teatro e dança
- ➔ EXISTIR – Actividade física adaptada, “yoga do riso”...
- ➔ CENTRO DE SAÚDE DE LOULÉ - Aulas abertas de "Higiene Corporal" e "Prevenção de Queda"
- ➔ “CAÇA AO OVO DA PÁSCOS”, para crianças
- ➔ “SEMANA DA MOBILIDADE URBANA” (Setembro 2016 e 2017), promoção, reflexão e debate sobre a necessidade de mudar o comportamento face a questões de mobilidade, a fim de torná-lo mais sustentável e menos nocivo para o meio ambiente
- ➔ “CONFERÊNCIA SOBRE O ENVELHECIMENTO ACTIVO” (9 Maio 2017)
Organizada pela Cruz Vermelha Portuguesa, Universidade do Algarve, Câmara Municipal de Faro e Câmara Municipal de Loulé



B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS

(não incluídos no Projecto Vital Cities, mas como mesmo espírito)

EXEMPLOS:

- Escola gratuita para crianças até 18 anos
- Livros Escolares gratuitos até ao 9º ano de escolaridade
- Acesso gratuito à Biblioteca (toda a população)
- Refeições para todos os estudantes (até nas férias escolares)
- Vários desportos gratuitos para os alunos da escola primária
- Actividades desportivas, culturais e recreativas gratuitas (quase), para os estudantes, nos períodos de férias
- “Loulé Solidário” - Programa para ajudar as famílias com problemas financeiros temporários



B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS

(não incluídos no Projecto Vital Cities, mas como mesmo espírito)

➔ Renovação do Parque Municipal

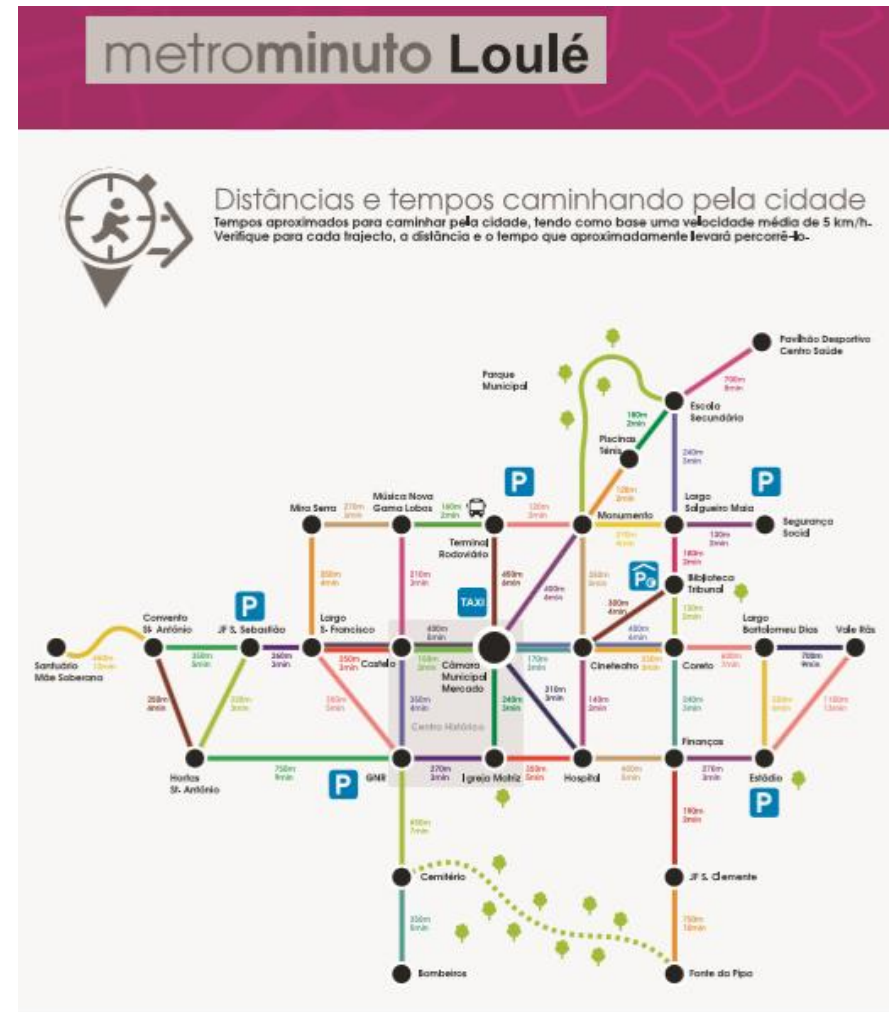


B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS

(não incluídos no Projecto Vital Cities, mas como mesmo espírito)

→ Mapa “MetroMinuto”

(com distâncias e tempos caminhando pela cidade de Loulé)



B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS (não incluídos no Projecto Vital Cities, mas como mesmo espírito)

➔ “1º Encontro sobre o Envelhecimento Activo”

Comemoração do
“Dia das Pessoas Idosas”

I Encontro Sobre Envelhecimento Activo

12 OUTUBRO 2017 9h00 – 18h00 Auditório José António Madeira – Escola Secundária de Loulé

9h » Abertura do Secretariado

9h30 » Sessão de Abertura

Presidente do Conselho Local de Ação Social Loulé

Diretora de Segurança Social » Centro Distrital de Faro do Instituto da Segurança Social

Presidente da Administração Regional de Saúde do Algarve IP

Presidente da Câmara Municipal de Loulé

10h » MESA REDONDA:

SERÃO AS CIDADES ESPAÇOS AMIGÁVEIS PARA AS PESSOAS IDOSAS?

Moderadora: Ivone Ferreira, Presidente Associação Vencer o Tempo

Espaço Público Para Todos » Paula Teles, Eng.º

A Cidade Amiga das Pessoas Idosas » Maria João Quintela, Médica

A Participação no Espaço Público

Boas Práticas dos Projetos:
Cantinho da Amizade; Banco do Tempo;
A Avó Vêjo Trabalhar

11h » Pausa Saudável

11h20 » MESA REDONDA:

ENVELHECIMENTO, SAÚDE E BEM ESTAR

Moderadora: Ivone Ferreira, Presidente Associação Vencer o Tempo

Exercite o Seu Cérebro

» Vasco Catarino, Neuropsicólogo

A Promoção da Saúde Mental

» Renata Trindade, Médica Psiquiatra

Alimentação na Prevenção da Demência

» Teresa Sancho, Nutricionista

Estratégia Nacional de Envelhecimento

Ativo e Saudável » (a confirmar)

“Como Eu Quero Envelhecer” - Resultados Preliminares dos Fóruns dos Cidadãos do concelho de Loulé | EAPN Portugal, Núcleo Distrital de Faro

13h » Almoço Livre

14h30 » Oficinas Temáticas

Escola Secundária de Loulé

Alimentação Para Um Envelhecimento Saudável » Teresa Sancho & Lisa Cartaxo » ARS Algarve IP

Yoga do Riso “O Riso é mesmo bom para a Saúde?” » Joanne Helms – Escola do Riso

16h-18h » Café Memória

“Vamos falar sobre a Doença de Alzheimer e outras Demências” » Isabel Sousa & Catarina Alvarez - Associação Alzheimer Portugal

Escola Secundária de Loulé

Inscrição Obrigatória através dos contactos:

Divisão de Coesão Social e Saúde

Tel: 289 400 882

Email: dcs_loule@cm-loule.pt

Destinatários:

Profissionais; Estudantes; População em Geral

FEIRA Envelhecimento Ativo

13 OUTUBRO 2017 10h – 17h
Parque Municipal de Loulé

10h » Cantar a Memória
(Associação de Saúde Mental do Algarve)

10h-12h30 » Oficina “Suporte Básico de Vida”
(Bombeiros Municipais de Loulé)

11h » Yoga

11h » Cinotécnica (Guarda Nacional Republicana)

ALMOÇO LIVRE

15h » Tuna da Academia
(Academia do Saber de Quarteira)

15h30 » Teatro Somos Diferentes
(Cruz Vermelha Portuguesa - Núcleo de Faro-Loulé)

16h30 » Teatro Juvenil “Alerta para não lhe acontecer” (Espaço K)

OUTRAS ATIVIDADES

Jogos Tradicionais

Exposição de Brinquedos
(Associação de Saúde Mental do Algarve)

Beleza e Imagem

Promoção da Saúde
(Unidade de Cuidados na Comunidade Gentes de Loulé
ACES do Algarve | Central)

12 outubro
I Encontro Sobre
Envelhecimento Ativo
Escola Secundária de Loulé
Auditório José António Madeira

13 outubro
FEIRA
Envelhecimento Ativo
Parque Municipal Loulé

Organização:

Câmara Municipal de Loulé | Rede Social de Loulé



Comemoração do

Dia das
Pessoas Idosas
2017

12 a 13 de
OUTUBRO 2017



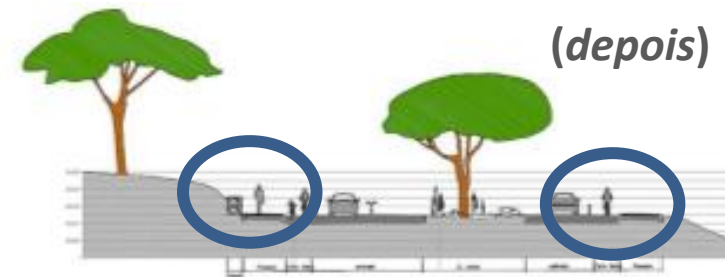
B4) PROGRAMAS MUNICIPAIS

(não incluídos no Projecto Vital Cities, mas como mesmo espírito)

→ Construção aprovada de
Novas Avenidas com:

- Faixas de Corrida/Caminhada
- Ciclovias

“Avenida do Atlântico” (Quarteira)



“Circular Norte” (em Loulé)

(antes)



(depois)

