



## Plano de Ação 2020

Aprovado em Assembleia Geral 30 de Novembro de 2019

## 1 - Centro Comunitário

### 1.1 - ÁREA I: GABINETE DE AÇÃO SOCIAL

Ação 1- Atendimento e acompanhamento de âmbito social.

Ação 2 Atendimento e acompanhamento no âmbito do apoio alimentar:

Ação 3- Apoio aos arrendatários de Habitação Social

Ação 4- Espaço Famílias

### 1.2 - ÁREA II: EDUCAÇÃO

Ação 1: Educação de Crianças e Jovens

Ação 2: Adultos

### 1.3 - ÁREA III: ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL /CIDADANIA ATIVA

Ação 1: Cidadania Ativa

Ação 2: Arte e Cultura:

Ação 3: Ocupação de Tempos Livres de Crianças e Jovens

Ação 4: Comemoração de efemérides do calendário nacional e de datas significativas:

Ação 5: Comunidade em Ação

## 2 – Ações e Projetos Em Parceria

### 2.1 – ACM/ Programa Escolhas:

- ✓ Projeto Desafios MS E7G – Até Dez 2020

### 2.2 – Câmara Municipal de Sintra

- ✓ PAFI: Programa de Apoio Financeiro às Instituições
- ✓ Sintra em Férias

### 2.3- Instituto Português do Desporto e Juventude – IPDJ

- ✓ Férias em Movimento
- ✓ Ocupação de Tempos Livres de Longa Duração

### 2.4 –Outras parcerias:

- ✓ Requalificar a Casa Seis – Programa Cidadão Ativos
- ✓ Agrupamento de Escolas Aqualva e Mira Sintra:

## 3 - Comemoração do Aniversário de 20 anos da Casa Seis

### 3.1 - Casa Seis - 20 anos/20 Ações

## 1 - CENTRO COMUNITÁRIO

### ÁREA I: GABINETE DE AÇÃO SOCIAL

- **Objetivos gerais:** Promover a inserção social de pessoas e grupos mais vulneráveis, criando condições para responder às necessidades concretas da população; e promovendo a autonomia de indivíduos e famílias;

Objetivos Específicos	Metas	Ações e Atividades
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acompanhar indivíduos e famílias em atendimento social</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar atendimentos e fazer o acompanhamento a indivíduos e famílias.</li> </ul>	<p><b>Ação 1- Atendimento e acompanhamento de âmbito social.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades inerentes à ação: atendimento, informação, encaminhamento, etc.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minimizar carências de âmbito alimentar nas famílias acompanhadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoiar 12 famílias com o cabaz alimentar</li> <li>• Acompanhar 25 famílias de Banco Alimentar</li> <li>• Apoiar 55 crianças/jovens em atividades do Centro Comunitário, com pequenos-almoços e lanches diariamente</li> </ul>	<p><b>Ação 2 Atendimento e acompanhamento no âmbito do apoio alimentar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avaliação e acompanhamento de famílias para Banco Alimentar</li> <li>• Cabaz alimentar</li> <li>• Fornecimento de pequenos-almoços e lanches a crianças/jovens no âmbito do BA</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mediar os processos entre arrendatários e os serviços competentes da área da habitação da CMS;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responder às solicitações de apoio à mediação dos arrendatários da habitação social na Urbanização da Fud, D. Pedro IV e bairro das Bandas, quando solicitado</li> </ul>	<p><b>Ação 3- Apoio aos arrendatários de Habitação Social</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cedência de sala para pagamento de Rendas;</li> <li>• Reuniões de acompanhamento e VDs, conjuntamente com a técnica CMS</li> <li>• Outras ações de mediação</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuir para o desenvolvimento e melhoria das competências parentais e das práticas parentais positivas;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Envolver 20 famílias no Projeto “Entre Pais/Entre Pares” em 8 sessões</li> <li>• Envolver 10 famílias na atividade “Dentro d’Horas” em 25 sessões</li> </ul>	<p><b>Ação 4-Espaço Famílias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projeto “Entre Pais/Entre Pares”</li> <li>• Dentro d’Horas: (Ateliês de Yoga em Família; Ateliês Temáticos)</li> <li>• Atividades de Tempos Livres</li> <li>• Conversas ao fim da tarde</li> <li>• Mobilização Familiar</li> </ul>

## ÁREA II: EDUCAÇÃO

Objetivos Gerais: Promover a participação da população em geral em atividades de educação e formação

Objetivos Específicos	Metas	Ações e Atividades
<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover o sucesso escolar e prevenir o absentismo e o abandono escolar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acompanhar e envolver 60 crianças/jovens em diferentes percursos educativo;</li> <li>Obter o sucesso escolar de 50 crianças/jovens acompanhados nesta área;</li> <li>Realizar 2 reuniões com a coordenação das escolas de 1º ciclo,</li> </ul>	<p><b>Ação 1: Educação de Crianças e Jovens</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acompanhamento e orientação dos percursos educativos</li> <li>Sala de Estudo</li> <li>Acesso às Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs)</li> <li>Reuniões com Escolas</li> <li>Reuniões com Encarregados de Educação</li> <li>Sessões de Informação/debates</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Desenvolver competências pessoais, sociais e emocionais em crianças de 1º ciclo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 10 crianças em grupos de competências pessoais, sociais e emocionais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grupos AI (Acompanhamentos Individuais) de 1º Ciclo</li> <li>Grupos de competências "Pensar para Agir"</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a relação entre instituições as famílias na vida escolar das crianças e jovens;</li> <li>Sensibilizar as famílias para a importância de um acompanhamento da vida escolar dos filhos;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar 2 reuniões e envolver 15 encarregados de educação</li> <li>Realizar 10 ações de intervenção individual com encarregados de educação;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reunião com Pais/Encarregados de Educação</li> <li>Atendimentos individuais com Pais/Encarregados de Educação</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver os adultos no processo de capacitação para a autonomia e de desenvolvimento das competências pessoais, sociais e socioprofissionais;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 10 adultos em 25 sessões de capacitação</li> </ul>	<p><b>Ação 2: Adultos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciação à Língua Portuguesa (Melhoria das competências da Literacia)</li> <li>Informática</li> <li>Sessões temáticas</li> </ul>



**ÁREA III: Animação Sociocultural /Cidadania Ativa**

**Objetivos Gerais:** Desenvolver atividades dinamizadoras da vida social e cultural, fomentando a participação da comunidade de modo a prevenir situações de exclusão social;

Objetivos Específicos	Metas	Ações e Atividades
<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a melhoria de competências promotoras de inclusão, reforçando o sentimento de pertença e identidade social;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 100 indivíduos em atividades promotoras de inclusão, reforçando o sentimento de pertença e identidade social;</li> <li>Realizar 4 atividades que reforcem sentimento de pertença e identidade social;</li> </ul>	<p><b>Ação 1: Cidadania Ativa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Voluntariado Comunitário</li> <li>Ações Cívicas: temas: Mês da Prevenção dos Maus-tratos Infantis (Abril); Mês do Migrantes (Setembro), Convenção sobre os Direitos das Crianças (Novembro); Direitos Humanos (Dezembro);</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover atividades que facilitem o conhecimento mútuo das culturas existentes na comunidade e as relações interculturais favorecendo uma relação saudável entre pares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 80 indivíduos em atividades que promovam o conhecimento mútuo das culturas existentes na comunidade e as relações interculturais favorecendo uma relação saudável entre pares</li> </ul>	<p><b>Ação 2: Arte e Cultura:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grupos de Teatro: Participação na 28ª mostra de Teatro das Escolas de Sintra.</li> <li>Grupos de Dança;</li> <li>Grupos de Música</li> <li>Grupo de Batuque "Batucadeiras Crétcheu Casa Seis"</li> <li>Passeios e Visitas Culturais</li> <li>Festa da Cachupa</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar estilos de vida saudáveis;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 50 indivíduos em atividades promotoras de estilos de vida saudável</li> </ul>	<p><b>Ação 3: Ocupação de Tempos Livres de Crianças e Jovens</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saídas Lúdico pedagógicas</li> <li>Ateliês Temáticos</li> <li>Oficinas de criatividade</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Incentivar a participação dos adultos em Sessões de informação e sensibilização, contribuindo para o pleno exercício da cidadania</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Envolver 20 adultos nas Oficinas Temáticas</li> <li>Envolver 40 jovens e adultos em sessões de informação temáticas</li> </ul>	<p><b>Ação 4: Comemoração de efemérides do calendário nacional e de datas significativas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15/05: Dia da família</li> <li>01/06: Dia da Criança</li> <li>17/12: Festa de Natal</li> </ul> <p><b>Ação 5: Comunidade em Ação</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Oficinas temáticas: a planear com as participantes</li> </ul> <p><b>Ação 6: Sessões de informação temáticas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sessões de informação temáticas: Direitos e Deveres na Habitação Social; Planeamento Familiar e DSTs; Reaproveitamento Alimentar, Sensibilização sobre Violência Doméstica</li> </ul>

## 2 – Ações e Projetos Em Parceria

### 2.1 – ACM/ Programa Escolhas: Projeto Desafios MS E7G 2019/2020

O Projeto Desafios MS E7G tem como objetivo principal fomentar a inclusão social de crianças e jovens residentes na Freguesia de Aqualva e Mira Sintra, com um especial enfoque nos descendentes de migrantes e de comunidades ciganas do território de Mira Sintra, através da promoção da igualdade, da não discriminação e do reforço da coesão social.

Este projeto é direcionado para jovens com idades compreendidas entre 6-25 anos pretendendo intervir junto destes, aliando as metodologias de co-responsabilização e da educação não formal. Para isso centraremos a nossa atuação em 50 participantes diretos, sendo 38 descendentes de migrantes e 9 da comunidade cigana, com um enfoque entre os 14-18 anos. O projeto pretende ainda envolver 168 participantes indiretos, sendo 40 destes familiares.

#### Entidade Promotora e Gestora

Casa Seis – Associação para o Desenvolvimento Comunitário

#### Entidades Parceiras do Consórcio

Câmara Municipal de Sintra  
Junta de Freguesia de Aqualva e Mira Sintra  
Agrupamento de Escolas de Aqualva e Mira Sintra  
AE Sintra – Associação Empresarial de Sintra  
OMNOVA  
CPCJ – Sintra Oriental

#### Equipa

Coordenador – André Caeiro  
Técnico – Benvindo Costa  
Monitora – Narcisa Veiga  
Monitora – Vânia Cristóvão  
Monitor Apoio Matemática (6h/semana) – Ivan Lima;  
Monitora Apoio Português (6h/semana) – Ana Patrícia Salgueiro;

#### Atividades:

##### Medida I – Sucesso Escolar

- Oficina das Letras;
- Oficina dos Números;
- Escola Digital;
- FormaWay;
- Sala de Estudo;
- Quadro de Honra.

##### Medida II – Emprego, Empregabilidade e Empreendedorismo

- Oficina do Emprego;
- JES – Jovens Empreendedores Sociais;
- Empreende-te
- TICertifica

##### Medida III – Dinamização Comunitária, Participação e Cidadania

- Powertech;
- Ondas Sonoras;
- Clube de Jovens – Cidadãos Ativos;
- Move It;
- Cidiverte;
- Bari Roma;
- Famílias em Ação;
- Power On,
- Bairro Positivo!;
- Tutoria;
- Oficina das Artes;
- Badja Sabi.

## 2.2 – Câmara Municipal de Sintra

2.2.1 PAFI: Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem Fins Lucrativos Promotoras de Desenvolvimento Social e de Saúde.

Este programa da Câmara Municipal de Sintra tem por objetivo contribuir para potenciar a qualidade da intervenção das entidades sem fins lucrativos legalmente constituídas com sede social e/ou atividades desenvolvidas nas áreas social e da saúde no concelho de Sintra e contempla três eixos de apoio financeiro: ao investimento (Eixo 1), a projetos e atividades (Eixo 2) e ao arrendamento (Eixo 3). Por norma a Casa Seis concorre aos Eixos 1 e 2.

Até Março 2020 (relativos ao PAFI 2019)

- Eixo 1: 2. EIXO 1 - Apoio Financeiro ao Investimento: Obras de manutenção dos diferentes espaços utilizados pela Casa Seis
- Eixo 2: Apoio Financeiro a projetos e Atividades (Reforço às atividades do Plano de Ação 2019)

- ✓ **Projeto A: Famílias em Ação:** Todos na Cozinha; Dentro d’Horas; Conhecer o mundo; Mobilização familiar
- ✓ **Projeto B: CulturART:** Grupo Batacadeiras Cretcheu; Batak-kodé (crianças); Grupo Badja Sabi; Grupo de Teatro

Para o Plano de Ação 2020 a Proposta para o PAFI 2020 constará de:

EIXO I: obras CAFAP;

Eixo II: todas as atividades de comemoração dos 20 anos Casa Seis e Festa da Cachupa

2.2.2: Sintra em Férias: apoio da Câmara Municipal de Sintra para a realização das atividades de Férias de Verão.

## 2.3- Instituto Português do Desporto e Juventude – IPDJ

2.3.1: **Programa Férias em Movimento:** criado a pensar na ocupação saudável dos tempos livres dos/as jovens e pretende fomentar o desenvolvimento de projetos úteis à comunidade e visa promover a ocupação saudável dos tempos

livres dos/as jovens no período de férias escolares, através da prática de atividades lúdico-pedagógicas, e incentivar o conhecimento de diversas regiões do país.

As atividades de campos de férias podem enquadrar-se nas seguintes áreas: Desporto, Ambiente, Cultura, Património histórico e cultural, Multimédia; Outras, de relevante interesse para os jovens.

2.3.2: **Programa OTL (Ocupação dos Tempos Livres):** criado a pensar nos jovens a partir dos 18 anos. A Casa Seis propõe, juntamente com os jovens, projetos desenhados para serem desenvolvidos durante as pausas letivas, sendo possível integrar até 10 jovens, que prestam apoio aos técnicos e monitores nas atividades desenvolvidas pela Casa Seis nas férias de verão.

## 2.4 –Outras parcerias:

- 2.4.1: **Requalificar a Casa Seis – Programa Cidadão Ativos (Financiador: Fundação Calouste Gulbenkian/Parceiro executante: Logoframe)**

O projeto tem como objetivo geral reforçar a capacidade da Casa Seis, com ferramentas de diagnóstico, de intervenção e de avaliação, de modo a permitir a elaboração autónoma de planos de ação, planos estratégicos, e também a gestão da sua execução, através de um processo de consultadoria externa, com uma entidade com experiência comprovada na matéria, e utilizar métodos participativos que envolvam ativamente os colaboradores da Casa Seis.

- 2.4.2: **Agrupamento de Escolas Aqualva e Mira Sintra: K+ “Kaminhos Positivos”** (em proposta)

Este programa pretende ser desenvolvido pela Casa Seis, em parceria com o Agrupamento de Escolas Aqualva e Mira Sintra, envolvendo as turmas do 4º ano do 1º Ciclo do Ensino Básico. Visa promover a melhoria das competências pessoais e sociais de forma a facilitar a transição de ciclos.



### 3-Comemorações do Aniversário de 20 anos da Casa Seis

#### 3.1 – 20 anos, 20 Ações

1. 06 de Janeiro: Abertura do Ano das Comemoração – Árvore dos 20 anos
2.  Janeiro: Concurso interno de Logotipo “20 anos da Casa Seis”
3.  8 de fevereiro: Gala Escolhas
4.  27 de fevereiro: Tertúlia “Jogo dos Direitos”
5.  21 de março: (sábado): Dia da Árvore: Plantar 20 Árvores (parceria com CECD)
6.  Abril: Graffiti alusivo aos 20 anos (Entrada do Espaço Jovem ou parede externa do Observatório)
7.  Abril: Atividade a planear
8.  17 de maio: Comemoração do Dia das Famílias: Pic nic anual
9.  04 de junho: Comemoração do Dia da Criança - Festa de Rua (sábado)
10. 19 de junho: Festa Aniversário - interna
11. 21 de junho: (Domingo): Festa de Aniversário com a Comunidade
12.  Julho: Festival da Juventude
13.  Agosto: Mural 20 anos – criação de um mural coletivo ao longo das férias.
14.  Setembro: Uma atividade do Entre Pais/Entre Pares
15.  Setembro: Fórum Comunitário “O papel da Casa Seis na Comunidade de Mira Sintra”
16. 01 outubro: Abertura da Exposição “Casa Seis 20 Anos” (CCLM)
17. 14 de outubro: Jornada de Reflexão “Casa Seis em 20 anos”
18. 04 de novembro: Seminário Institucional
19. Dezembro: Encontro da “Família Alargada Casa Seis”
20.  20 de dezembro Festa de Natal das Famílias e encerramento das comemorações.



**II.7 –Outras parcerias: continuação das ações e projetos desenvolvidos no quadro de parcerias e de Redes locais e regionais onde a Casa Seis tem uma intervenção ativa:**

- Parceria com **Câmara Municipal de Sintra** (cedência do espaço de Ação Social/Administração): além da grande colaboração que temos com diversas Divisões e intervenção que temos em vários Grupos temáticos organizados pela CMS, a Casa Seis está comprometida em estudar e transmitir os dados e as preocupações sobre a situação da população do Urbanização da Fund. D. Pedro IV.
- Membro do **Núcleo Imigrante de Sintra**, Membro dos Colégios da Infância, da Família e Comunidade e dos **Imigrantes**, Grupo coordenado pela CMS/DSAS, que reúne diversas associações de Imigrantes ou que trabalham com esta população, para tratar de problemáticas comuns.
- Membro do Núcleo Executivo do **CLAS - Conselho Local de Ação Social do Concelho de Sintra**: Sintra Biénio 2019/2020; Representante do Colégio das Instituições Particulares de Imigrantes no CLAS.
- Cooperação com a **Fundação D. Pedro IV** (cedência do espaço "Centro de Recursos/Espaço Jovem).
- Parceria com a **Câmara Municipal de Sintra** no Plano Concelhio para a Integração de Imigrantes de Sintra.
- **Comissão Social de Freguesia de Aagalva Mira Sintra**: A Casa Seis participa ativamente no Núcleo Executivo da Comissão Social da Freguesia, na Comissão especializada de Apoio às Famílias e na Comissão Especializada de Apoio Alimentar, entre outros.

- **CPCI - Comissão de Proteção de Crianças e Jovens – Sintra Oriental** como membro da comissão alargada.
  - **OMNOVA**: apoio a atividades de voluntariado, de férias, donativos na época natalícia.
  - **Sport Club de Mira Sintra**: conta com aulas de Jiu Jitsu gratuitas a 10 crianças até aos 14 anos; aulas a baixo custo, em sistema de bolsas, a jovens a partir dos 15 anos.
- Integra outras redes e uniões como:**
- **UDIPSS-Lisboa**, União das IPSS de Lisboa.
  - **AESintra** – Associação Empresarial do Concelho de Sintra.
  - **EAPN Portugal-Lisboa**: Rede Europeia Anti Pobreza.
  - **Rede Europeia TANDEM PLUS**.

**Por fim, durante todo o ano, a Casa Seis irá continuar em ações pontuais:** colaboramos com outras instituições, quer do Concelho de Sintra, quer de outros Concelhos: IEFP - Instituto do Emprego e Formação Profissional, Centro de Saúde de Mira Sintra (Sessões de Informação); PSP - Polícia de Segurança Pública (atividades em conjunto, como jogos de futebol); Comité Português para a UNICEF (Sessões de Informação).

