ATA N.º 21/2026

----- Aos doze dias do mês de outubro do ano de dois mil e vinte e seis, pelas dezoito horas, reuniu extraordinariamente o executivo da Junta de Freguesia da União de Freguesias do Cacém e São Marcos, nas instalações do Centro Carlos Paredes - Cultural, Lúdico e Recreativo de São Marcos, sitas na Avenida do Brasil, s/n.º, São Marcos, com a presença dos seguintes membros: o Presidente, Sr. Paulo José Barroso Adrego, o Vogal Secretário, Sr. Vítor Manuel Fernandes Matos Rego Mendes, a Vogal Tesoureira, Sra. Sandra Maria Santos Pereira Bernardino e os Vogais: Sra. Maria Leonor Gomes Pena Lopes Vieira, Sra. Isabel Maria Prioste Bugalho e Sr. João David Barata Rodrigues. O Vogal, Sr. António Mascarenhas Lopes Semedo não esteve presente por motivos de ordem pessoal.----------

----- O Sr. Presidente declarou aberta a reunião e apresentou a ordem do dia, passando esta a constar do seguinte: PONTO ÚNICO – Apresentação do Plano Estratégico de Ação Social, Psicologia e Envelhecimento Ativo.----------

----- **PONTO ÚNICO** - Apresentação do Plano Estratégico de Ação Social, Psicologia e Envelhecimento Ativo. ----

----- Foi apresentado pelos técnicos das várias áreas de intervenção da União das Freguesias do Cacém e São Marcos o **Plano Estratégico de Ação Social, Psicologia e Envelhecimento Ativo**, contando com a participação da Dra. Ana Mendes, Psicóloga, da Dra. Beatriz Pica, Assistente Social, da Dra. Sandra Ferreira, Assistente Social, da Dra. Sofia Silvério, Psicóloga, e de Tiago Cochicho, Técnico de Desporto.----------

----- Este plano visa promover o bem-estar e a qualidade de vida da população, reforçar as redes de apoio social e psicológico, prevenir situações de vulnerabilidade e exclusão social e incentivar o envelhecimento ativo, saudável e participativo. Para a concretização destes objetivos, pretende-se dar continuidade a um conjunto integrado de iniciativas e ações que respondam às necessidades da comunidade, valorizando a dignidade humana, a igualdade de oportunidades, a solidariedade e a inclusão social.----------

----- Paralelamente, o plano procura incentivar o envelhecimento ativo, criando oportunidades para que as pessoas idosas mantenham uma vida autónoma, saudável e socialmente participativa. Para esse efeito, serão promovidas atividades de convívio, ocupação dos tempos livres, estimulação cognitiva, promoção da saúde e bem-estar, bem como iniciativas que favoreçam a partilha de experiências, a valorização dos conhecimentos e o reforço das relações interpessoais e intergeracionais.----------

----- A promoção da saúde mental e do equilíbrio emocional constitui igualmente uma dimensão fundamental deste plano, através da sensibilização para a importância do bem-estar psicológico, da prevenção do isolamento e da identificação precoce de situações que possam comprometer a qualidade de vida dos cidadãos.----------

----- Terminada a apresentação, o Presidente, Sr. Paulo Adrego, agradeceu a todos os técnicos o trabalho desenvolvido, a disponibilidade demonstrada e os esclarecimentos prestados, salientando a relevância dos

contributos apresentados para a análise e compreensão dos assuntos em apreço, os quais serão posteriormente submetidos à apreciação da Assembleia de Freguesia do Cacém e São Marcos, em sessão extraordinária a realizar no próximo dia vinte e um de outubro.----------

------ Por fim foi ainda deliberado aprovar a presente Ata em minuta. ----------

------ Nada mais havendo a tratar o Presidente deu por encerrada a reunião pelas vinte e uma horas.----------

O Presidente,

Paulo José Barroso Adrego

O Vogal Secretário,

Vítor Manuel Fernandes Matos Rego Mendes