



## MINUTA DA ATA DA SESSÃO DE 22 DE DEZEMBRO DE 2025

### 02.18 – APRECIÇÃO E VOTAÇÃO DA PROPOSTA CAMARÁRIA – PROGRAMA “VIVER + SAUDÁVEL – DESPORTO SÉNIOR” – ÉPOCA DESPORTIVA 2025/2026 -----

----- Foi remetida, pela Câmara Municipal, através do **ofício n.º 120769**, datado de **2025.12.17**, certidão da deliberação camarária tomada em reunião realizada a 2025.12.12, solicitando, a este órgão deliberativo, a apreciação e votação da proposta em epígrafe, nos termos da alínea j), do n.º 1, do art.º 25.º, do Anexo I à Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, na sua redação atual. -----

----- Foi ainda remetida documentação anexa ao processo, a qual foi dada a conhecer a todos membros constituintes do plenário. -----

----- Da deliberação camarária consta o seguinte: “No âmbito do programa supramencionado, foi apresentada a informação registada sob o n.º 40.885/2025, do **Serviço de Associativismo, Desporto e Juventude**, a propor a retoma do referido projeto e a concluir conforme se passa a transcrever: “(...) **Conclusão** -----

---- Face ao exposto, remete-se à consideração superior deferimento para início dos procedimentos associados à retoma do projeto “Viver + Saudável – Desporto Sénior, para próxima época desportiva 2025/2026, assim como, celebração de novos protocolos de colaboração com as freguesias aderentes e outras que possam vir a aderir. -----

---- Para esta retoma, apresentamos as seguintes alterações: -----

- Apresenta-se em anexo as normas que estão atualmente em vigor, e proposta de melhoria das mesmas, no sentido de melhorar a organização, coordenação e gestão do programa. -----
- Sugerimos também em anexo, um exemplo de protocolo a celebrar com as juntas/uniões de freguesia, mas também, que possa ser aplicado a qualquer outra entidade do concelho que se queira associar (IPSS's, Associações ou Clubes...). -----
- Propomos a alteração das comparticipações das juntas de freguesia e a possibilidade de existência de 3 núcleos para as freguesias onde existe necessidade de alargar o projeto, tonando-o mais acessível e justo: -----

Locais das Aulas	1 núcleo	2 núcleos	3 núcleos
Freguesias onde as aulas se desenvolvem em espaços sob gestão do município (ex. pavilhões, escolas...)	150.00€	280.00€	330.00€
Freguesias onde as aulas se desenvolvem em espaços de outras entidades (juntas, ipss's...)	140.00€	270.00€	320.00€

- Proposta de contratação de prestadores de serviço, estimando-se um gasto com cada um deles no valor de 1204.00€.-----
- Aquisição de mais material, devido ao aumento do número de alunos, estimando-se um gasto total no valor de 1000.00€ (sem iva) (...).-----

---- O processo encontra-se instruído com a proposta-tipo de texto de protocolo a celebrar com as freguesias e a União das Freguesias de Freixianda, Ribeira do Fárrio e Formigais, deste concelho e com as novas normas de funcionamento referentes do citado programa.-----

---- (Aprovado em minuta)”-----

----- Aberto o período de pedido de esclarecimentos, registou-se a intervenção do membro da Assembleia Municipal:-----

= **CLÁUDIA MARIA PEREIRA CAMPOS**, Grupo Municipal PPD/PSD, expôs o seguinte:

“Senhor Presidente da Assembleia Municipal,-----

Senhor Presidente da Câmara,-----

Senhores Vereadores,-----

Senhoras e Senhores Deputados Municipais,-----

No âmbito do Plano de Ação do Envelhecimento Ativo e Saudável 2023–2026, aprovado em Conselho de Ministros, que assume como compromisso a promoção de uma cidadania sénior ativa, participada e com qualidade de vida, a Bancada do PSD de Ourém pretende sublinhar a relevância do Programa “Viver Mais Saudável – Desporto Sénior” no contexto do nosso concelho.-----

Este programa assume um papel particularmente importante na promoção do bem-estar físico, social e emocional da população com mais de 55 anos, ao incentivar a prática regular de atividade física, combater o sedentarismo e promover estilos de vida mais saudáveis. Trata-se de uma resposta que contribui diretamente para a prevenção da doença, para a manutenção da autonomia funcional e para a melhoria da qualidade de vida dos participantes.-----

Para além da dimensão física, importa destacar o forte impacto social do programa. As atividades desenvolvidas permitem o reforço das relações interpessoais, a criação de novas redes de convívio e o combate ao isolamento social, uma realidade que afeta de forma particular a população sénior. O convívio regular, a participação comunitária e a estimulação cognitiva têm reflexos evidentes ao nível da autoestima, da saúde mental e da satisfação pessoal dos utentes.-----



O programa assume igualmente uma dimensão comunitária relevante, através da articulação com as Juntas de Freguesia e da realização de atividades desportivas, culturais e recreativas em diferentes localidades do concelho. Esta organização descentralizada, com núcleos distribuídos pelas freguesias, garante proximidade, acessibilidade e reforça o sentimento de pertença da população sénior às suas comunidades locais. -----

Importa ainda assinalar o reconhecimento externo alcançado pelo Município, através da atribuição de selos de qualidade e prémios de excelência autárquica, que evidenciam a consistência e a qualidade do trabalho desenvolvido nesta área. A elevada adesão ao programa, com cerca de 400 participantes, confirma o impacto positivo da iniciativa e a confiança que os munícipes depositam neste projeto. -----

Enquanto bancada na Assembleia Municipal, entendemos que o Programa “Viver Mais Saudável – Desporto Sénior” constitui um exemplo de boa prática ao nível das políticas públicas locais, contribuindo para uma população mais ativa, mais saudável e socialmente integrada, e para um concelho mais coeso, solidário e com melhor qualidade de vida. -----

Muito obrigada.” -----

----- **SUBMETIDA A VOTAÇÃO DO PLENÁRIO, FOI A PROPOSTA APROVADA, POR UNANIMIDADE – 36 PRESENÇAS** -----

----- **APROVADO EM MINUTA** -----

----- Assembleia Municipal de Ourém, 22 de dezembro 2025 -----

----- O Presidente da Assembleia Municipal,