



A QUEM SE DESTINA?

Residentes no concelho de Valongo, com idade igual ou superior a 65 anos, em situação de isolamento e solidão e/ou insuficiente retaguarda familiar, em permanência no seu domicílio.

Nós vamos até si!...

Tlm: **967 148 953**
E-mail: **eccos@cm-valongo.pt**



VALONGO
CÂMARA MUNICIPAL

GABINETE DA
REDE SOCIAL



967 148 953
eccos@cm-valongo.pt

Fórum Cultural Vallis Longus
Rua 5 de outubro, loja AT/AU
4440- 503 Valongo



WWW.CM-VALONGO.PT
[@MUNICIPIODEVALONGO](https://www.instagram.com/municipiodevalongo)



José Manuel Ribeiro
Presidente da Câmara Municipal de Valongo

Seguindo a tendência das sociedades ocidentais contemporâneas, o Concelho de Valongo revela uma população cada vez mais envelhecida, isolada – física e socialmente – e dependente. Segundo os dados do último momento censitário, em 2020, residiam em Valongo 18 332 pessoas com 65 ou mais anos. Destes, 12,5% residiam em situação de isolamento.

O sentimento de solidão e isolamento aumenta a vulnerabilidade da população idosa, pelo que urge a necessidade de garantir mecanismos de proteção e acompanhamento que promovam o bem-estar físico, mental e emocional.

Envelhecer no lugar onde se viveu a maior parte da vida e onde estão as suas principais referências constitui uma vantagem que devemos preservar. Nas próximas décadas, o Ageing in Place será a prática mais eficaz para atender às necessidades desta população, adaptando as respostas às características de cada pessoa.

Acreditamos que o projeto ECCoS – Em Casa com Saúde, com a sua abordagem inovadora de intervenção social, será a solução.

PROJETO ECCOS – EM CASA COM SAÚDE

O QUE É?

Projeto de inovação social, promovido pela **Câmara Municipal de Valongo**, que pretende **combater o isolamento e a solidão** de idosos e idosas residentes no município.

Esta iniciativa visa a complementaridade e articulação de uma equipa multidisciplinar com pessoas voluntárias e com respostas existentes na comunidade, relativas às áreas da saúde, lúdica e social, sendo a **intervenção em contexto domiciliar**.

QUAL O SEU OBJETIVO?

Pretende-se **suprimir as necessidades** dos/as beneficiários/as aumentando a rede de suporte, socialização, o sentimento de segurança e as suas competências e diminuindo o sentimento de solidão e isolamento, **promovendo**, assim, a **permanência na habitação**.

COMO FUNCIONA?

- Sinalização de Beneficiários/as;
- Avaliação diagnóstica no domicílio, realizada pela equipa técnica multidisciplinar;
- Definição do plano individual de intervenção e atribuição de Gestor de Caso;
- Intervenção no domicílio, recorrendo à rede social e à participação cívica de Voluntários/as.

Ageing in Place

“O lugar ideal para envelhecer é aquele que eu já conheço... a minha casa”.