

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2014

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 119

" Saúde nas Proximidades "



BAIRROS e ZONAS  
de Intervenção  
Prioritária de Lisboa

**Grupo de Trabalho dos Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária (BIP/ZIP)**

Rua Nova do Almada, nº 2 - 3º Andar 1100-060 Lisboa | Telefone: 21 322 73 60 | Email - [bip.zip@cm-lisboa.pt](mailto:bip.zip@cm-lisboa.pt)

### ENTIDADES PROMOTORAS

*Designação* PROSAUDESC

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Associação Pétalas D'Ideias

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* " Saúde nas Proximidades "

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 24. Quinta do Olival  
38. Quinta do Morgado  
58. Coop. - 25 de Abril e Unidade do Povo

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----  
*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* Segundo os resultados do Censo de 2011, cerca de 60% de pessoas idosas com mais de 65 anos, vivem sozinhas e outras que vivem na companhia, aumentou 28% nos últimos dez anos. A PROSAUDESC na sua experiência de intervenção comunitária, tem constatado esta dura realidade. Os idosos além de viverem sozinhos outros isolados, estão mergulhados numa profunda solidão sem suporte familiar, quase todos com problemas graves de saúde entre elas, diabetes e doenças cardiovasculares responsáveis pelas principais causas de morte em Portugal. Muitas unidades de saúde além de distâncias, não adoptam as políticas de medicina preventiva e cuidados primários de saúde. Por outro lado estes públicos vulneráveis são caracterizados pela extrema pobreza, mobilidade e dependência, têm assim muito mais dificuldades de acessibilidade aos poucos serviços disponíveis de acordo com as suas especificidades. Perante esses factos e considerando a carta do BIP ZIP, sobretudo dos bairros que durante estes 4 anos, nunca beneficiaram de qualquer tipo de intervenção,

permitiu-nos decidir esta intervenção por forma a conhecer as suas reais necessidades e agir em busca de soluções para as colmatar ou minimizar. Dos 10 bairros referenciados conforme consta na carta do BIP ZIP todos eles consideravelmente excluídos e prioritários, destaca-se a Quinta do Olival, Quinta do Morgado e Cooperativa 25 de Abril na qual despertou a maior preocupação e sequencialmente uma maior atenção.

<i>Temática preferencial</i>	Inclusão e Prevenção
<i>Destinatários preferenciais</i>	Idosos
<i>Objectivo geral</i>	A " Saúde nas Proximidades" é um projeto itinerário de cariz social com vertente em saúde e tem como objetivo geral intervir de forma preventiva nos bairros consideravelmente excluídos, referenciados pelo BIP ZIP. O projecto está dirigido para a comunidade idosa, tendo em conta as suas fragilidades e hábitos de vida. Assim pretende-se diagnosticar prevenir e articular com outros autores sociais e instituições, por forma a dar respostas as necessidades emergentes.

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

<i>Descrição</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esta actividade consiste em organizar, planear e divulgar o projecto, assim como a realização de reuniões de parcerias e reuniões da equipa, articulação da equipa e reforço das parcerias existentes.</li> <li>- Criação de ferramentas de monitorização e avaliação.</li> </ul> <p>A atividade será desenvolvida no espaço da PROSAUDESC sita na Rua Arnaldo Assis Pacheco Zona 1B- Lote 1 A, loja A.</p>
<i>Sustentabilidade</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Criação dos diferentes grupos de trabalho do projeto.</li> <li>- Criação da imagem de comunicação do projeto.</li> <li>- Construção da rede de encaminhamento e articulação com os cuidados de saúde primários (Centro de Saúde do Lumiar outros a incorporar).</li> <li>- Criação de um documento final de disseminação.</li> <li>- Aquisição de equipamentos para serviços de apoio a todo</li> </ul>

### Objetivo Específico de Projeto 2

<i>Descrição</i>	1- Levantamento e caracterização dos idosos residentes nos 3 bairros abrangente no projeto(dentificar, diagnosticar,
------------------	--



e avaliar diferentes domínios, contextos, situações, problemas e comportamentos dos idosos residentes nos bairros referenciados sobre os quais sejam necessário intervir)

2- Promover a criação de redes de solidariedade informal que permitam um melhor acompanhamento a idosos e a partilha de recursos/informação dentro da comunidade o projeto.

**Sustentabilidade**

A partir da identificação e organização em base de dados, de todos os recursos e atividades realizadas pelas entidades locais de apoio à saúde, será possível criar uma agenda comunitária partilhada, passível de ser divulgada por todos, identificando horários, condições de acesso, etc.. Deste modo, a informação e serviços serão mais facilmente partilhados e haverá uma rentabilização dos recursos já existentes na comunidade.

**Objetivo Específico de Projeto 3**

**Descrição**

Acolher, prevenir, apoiar de forma personalizada e acompanhar os idosos garantindo o bem estar e qualidade de vida.

**Sustentabilidade**

Ao executar este objectivo vai permitir prevenir, doenças, , proporcionando apoios, capacitação, a qualidade de vida

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO**

**Actividade 1**

Planeamento/Organização/Divulgação

**Descrição**

- Esta actividade consiste em organizar, planear e divulgar o projecto, assim como a realização de reuniões de articulação da equipa e reforço das parcerias existentes. Criação de ferramentas de monitorização e avaliação. Reuniões com parceiros locais e da área do município de Lisboa com intervenção direta e/ou indireta no acompanhamento de idosos.  
- Aquisição de materiais e equipamentos  
- Produção de materiais de informação e divulgação

**Recursos humanos**

A actividade será constituída por 4 técnicos, sendo tendo a coordenadora do projecto o papel de coordenação de todas as atividades, 1 enfermeiro 1 técnica social e 1 motorista.

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -



<b>Resultados esperados</b>	Criação de uma equipa multidisciplinar e recursos, bem como todas as condições para a execução do projeto. Pretende-se que a divulgação do projeto abrange o maior nº de pessoas residentes nos referidos bairros
<b>Valor</b>	1500.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Semanal
<b>Nº de destinatários</b>	1200
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1
<b>Actividade 2</b>	Sinalização/Caract/Acompanhamento
<b>Descrição</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboração de fichas de atendimento</li> <li>- Elaboração e aplicação de questionários</li> <li>- Triagem de casos</li> <li>- Identificação e caracterização dos idosos (número, estado de saúde, situação de dependência, suporte familiar isolamento, etc).</li> <li>- Encaminhamento para os serviços competentes</li> <li>- Avaliação de atividades</li> </ul> <p>Esta acção é realizado mediante um atendimento presencial na Unidade Móvel.</p>
<b>Recursos humanos</b>	Recursos humanos constituídos 1 psicóloga, 1 assistente social 1 enfermeiro e 1 mediador por parte da entidade promotora. Entidades Parceiras . 2 tecnicos voluntários
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número máximo de idosos residentes nos bairros referenciados.</li> <li>- Diagnóstico das entidades e autores sociais com intervenção e acompanhamento de idosos, nomeadamente tipo de reposta, necessidades e prioridades.</li> </ul>
<b>Valor</b>	15270.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Semanal
<b>Nº de destinatários</b>	150

*Objectivos específicos para que concorre*

2

**Actividade 3**

Oficinas sobre a Promoção de saúde

*Descrição*

Realização de 6 oficinas de promoção da saúde dirigidos aos idosos dos 3 bairros, nos quais serão abordados temas relacionados com o auto cuidado, gestão da medicação, saúde oral e gestão da alimentação (alimentação saudável).  
Reuniões com a equipa técnica  
Reuniões com os parceiros  
Avaliação de atividades

*Recursos humanos*

- Esta atividade será desenvolvida por 3 técnicos de saúde especializados sendo: 1 técnico saúde oral, 1 nutricionista, 1 enfermeiro, sob a coordenação.

*Local: morada(s)*

-

*Local: entidade(s)*

-

*Resultados esperados*

Espera-se uma maior capacitação de idosos em termos preventivos e de educação para a saúde  
Criação de materiais informativos em suporte digital e em papel (flyer ou brochura plastificada) a entregar aos participantes no final de cada sessão.  
Criação de materiais informativos personalizados em determinadas situações

*Valor*

3270.00 EUR

*Cronograma*

Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 7, Mês 8, Mês 9

*Periodicidade*

Mensal

*Nº de destinatários*

120

*Objectivos específicos para que concorre*

3

**Actividade 4**

Campanhas de indicadores de saúde

*Descrição*

- A campanha consiste em realizar 6 rastreios de indicadores de saúde aos idosos (estado nutricional, diabetes, triglicéridos, hipertensão arterial, colesterol IMC) em cada bairro totalizando 18 no todo.  
Para a sua realização pretende a aquisição de materiais e equipamentos para o efeito nomeadamente, aparelhos de glicemia, materiais de enfermagem e outros  
Reuniões com parceiros  
Avaliação de atividade

<i>Recursos humanos</i>	Para realização da atividade será necessário 1 enfermeiro , 1 auxiliar e 1 motorista
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Identificação de situações de risco e encaminhamento e articulação com o centro de saúde. Criação de uma "agenda comunitária" de acesso à saúde, onde serão disponibilizados os dias e locais de realização de rastreios das diferentes instituições na comunidade. Prevenção de doenças dos idosos
<i>Valor</i>	8700.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	500
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 5</i>	Atendimento Psicossocial
<i>Descrição</i>	<p>Prestar apoio individual e personalizado com objectivo de criar um espaço de confiança, onde o utente pode expressar e transmitir as suas preocupações e emoções, para que o psicólogo apoiar .</p> <p>Intervenção em grupo: esta intervenção inclui toda uma série de actividades - passeios, convívios, excursões, festas, etc. - que visam desenvolver as relações interpessoais e combater a solidão e inactividade característica desta população.</p> <p>Intervenção familiar: no caso dos utentes que se encontram inseridos numa família, é fundamental compreender a rede familiar, uma vez que é a partir da compreensão dos processos familiares que se têm desenvolvido estratégias que promovam uma mudança adaptativa, melhorando a qualidade de vida familiar e do próprio. Um outro objectivo desta intervenção tem sido o de reforçar os laços com a família para que o utente se sinta apoiado emocionalmente</p>
<i>Recursos humanos</i>	Para a dinamização da atividade, pretende-se contratar a tempo parcial, 1 técnica social, 1 psicóloga, 1 enfermeiro, 1 auxiliar de acção direta. Pretende-se ainda mobilizar 2 voluntariados
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-

<i>Resultados esperados</i>	Espera-se minimizar o sofrimento dos idosos em situações de dependência, garantir melhor qualidade de vida e o bem estar
<i>Valor</i>	10500.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	75
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 6</i>	Jornada de Saúde Pública
<i>Descrição</i>	Pretende-se terminar o projecto com esta atividade cujo objetivo é congregar as várias instituições que trabalham com idosos no sentido de partilhar experiências e as boas práticas por um lado, por outro alertar as entidades com responsabilidades nas políticas sociais, no sentido de criar mais programas e alternativas para as problemáticas dos idosos. Planeamento, contactos, reuniões, divulgação elaboração de documentos, aquisição e avaliação são atividades que se pretende com esta iniciativa.
<i>Recursos humanos</i>	Para a dinamização de atividade serão envolvidos 1 técnicos das entidades promotora bem como toda a equipa técnica(5) Serão de igual forma envolvidos outros voluntários das entidades parceiras.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Espera-se com esta acção sensibilizar todos os autores e rescisor das políticas sociais para uma melhor atenção a problemática dos idosos Manter as entidades alertadas na perspectiva da solução.
<i>Valor</i>	3500.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3
<i>Periodicidade</i>	PontualUma no fim do projeto
<i>Nº de destinatários</i>	120
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3



*Nº de parceiros mobilizados* -----

**Constituição da equipa de projeto**

**Criação de emprego (Impacto)**

*Nº de novos postos de trabalho criados  
com a constituição da equipa de projeto  
(com uma afetação >= 75%)* -----

*Nº de novos postos de trabalho criados  
como resultado da intervenção do  
projeto* -----

**Destinatários (Resultados)**

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP  
destinatários de atividades em que é  
possível a identificação dos  
participantes (formativas, pedagógicas,  
lúdicas)* -----

*Nº total acumulado de destinatários de  
atividades onde não é possível a  
identificação clara dos participantes* -----

*Nº de atividades onde não é possível a  
identificação clara dos participantes* -----

**Equidade**

*Nº de destinatários com deficiência /  
doença mental* -----

*Nº de destinatários mulheres* -----

*Nº de destinatários desempregados* -----

*Nº de destinatários jovens (- de 30  
anos)* -----

*Nº de destinatários idosos (+ de 65  
anos)* -----

*Nº de destinatários imigrantes* -----

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

*Nº de produtos concebidos para venda /  
demonstração* -----

*Nº de intervenções em edificado para  
criação de serviços ou atividades  
dirigidas à Comunidade* -----

*Nº de intervenções no espaço público* -----



Nº de publicações criadas	-----
Nº de páginas de Internet criadas	-----
Nº de páginas de facebook criadas	-----
Nº de vídeos criados	-----
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	-----
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	-----

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

<i>Encargos com pessoal interno</i>	18144.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	15116.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	1900.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	2100.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	4280.00 EUR
<i>Equipamentos</i>	1200.00 EUR
<i>Obras</i>	0.00 EUR
<i>Total</i>	42740 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	PROSAUDESC
<i>Valor</i>	42740.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	Centro de Saúde de Lumiar
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	100.00 EUR
<i>Descrição</i>	O centro de saúde é um excelente parceiro pela experiência demonstrada nos outros projetos. Assim sendo vai também colaborar neste projeto, sobretudo aos idosos residentes no Bairro da Quinta do Olival que corresponde a área geográfica. Esta parceria consiste em apoiar algumas



acções de divulgação e de acolhimento dos utentes encaminhados.

---

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	42740 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	42740 EUR
<i>Total do Projeto</i>	42840 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	2165