

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2016

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 116

Cabelos Brancos...Coroas de Beleza"



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

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Fábrica da Igreja Paroquial de São Maximiliano Kolbe do Vale de Chelas

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação Cabelos Brancos...Coroas de Beleza"

BIP/ZIP em que pretende intervir 29. Flamengo

31. Armador

32. Quinta das Salgadas / Alfinetes

Síntese do Projecto

Fase de execução -----

Fase de sustentabilidade -----

DESCRIÇÃO DO PROJECTO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico Este Projeto e o conjunto de ações constitui uma evolução e continuidade do trabalho que temos vindo a desenvolver com a população sénior, na procura de ações de suporte ao idoso, particularmente a perseveração das suas capacidades cognitivas, de forma a manter-se no seu domicílio. A nossa experiência revela a evolução positiva desde a entrada em Centro de Dia de idosos que anteriormente estavam isolados em casa e deprimidos, sem objetivos, para uma atitude mais ativa, relacionamento interpessoal renovado e maior capacidade de autonomia.
Trata-se de um Projeto na freguesia Marvila ao nível do apoio sénior, representando uma crescente proximidade com a comunidade, apelando à sua participação reduzindo o impacto do isolamento social dos idosos e promovendo a manutenção das suas competências cognitivas, mantendo-os mais ativos e autónomos.

Temática preferencial Inclusão e Prevenção

Destinatários preferenciais

Idosos

Objectivo geral

Pretende-se criar um Gabinete de Estimulação Cognitiva, ações com vista ao desenvolvimento do potencial sénior nas suas dimensões bio-psico-social, contribuindo para a neutralização da imagem de caducidade etária bem como do envolvimento da comunidade em geral promovendo a autonomia, intergeracionalidade, proatividade, manutenção da qualidade de vida, conservando o idoso no seu meio familiar, continuação da aprendizagem ao longo da vida; promoção e elevação da 3ª idade; qualificação de recursos humanos na área da saúde física e mental;

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

criação de um espaço, gabinete de estimulação cognitiva, cadeirões de relaxamento para promover o bem estar de idosos mais fragilizados. Este gabinete de estimulação cognitiva servirá para assegurar um acompanhamento psicológico com o objetivo de preservar ou melhorar a memória, a atenção e o raciocínio do idoso. Este gabinete vai ajudar o idoso para um envelhecimento mais ativo.

Sustentabilidade

Com os recursos humanos já existentes, com a contratação de uma Ajudante de Ação direta afeta apenas a este projeto, com uma bolsa simbólica a uma ou duas fisioterapeutas.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

"Além de melhorar a condição da pele e da musculatura, o objetivo é proporcionar aos nossos idosos uma maior qualidade de vida, serenidade, equilíbrio emocional e contribuir para as eventuais necessidades desta fase da vida", Entre as atividades a realizar pelo projeto estão:
- limpeza de pele, massagem facial e relaxante.
Atividades psicomotoras, jogos etc "Queremos oferecer algo que muitos não tiveram, melhorando assim a auto-estima e o bem-estar destes idosos", estas massagens, ajudarão também a melhorar a circulação sanguínea, linfática e diminuir as tensões musculares.

Sustentabilidade

angariação de fundos, parecerias e voluntariado. Mediante um acordo valor simbólico a Manicure e Pedicure e ou esteticista.
voluntariado de jovens e adultos da Paróquia.

Objetivo Específico de Projeto 3



Descrição Envelhecer com qualidade de vida é um dos grandes desafios nos dias de hoje, principalmente no que diz respeito aos hábitos de vida saudável, isso inclui uma boa alimentação, exercícios físico e mental e uma maior atenção na área da saúde. Mas, é possível compensar as mudanças naturais da idade e favorecer a boa forma e a saúde com projetos voltados à melhor idade. Quando envelhecemos com saúde, chamamos essa fase da vida de senescência, se envelhecemos com vários problemas de saúde e limitações físicas, chamamos esse período de senilidade.

Sustentabilidade Continuar as aulas de ginástica já existentes para os idosos do Centro Dia, abrindo à comunidade noutra dia (uma vez por semana).
recorrendo aos estagiários de Desporto mediante uma bolsa

CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

Actividade 1 Oficinas lúdicas

Descrição Atividades psicomotoras (é importante a utilização de oficinas lúdicas como estratégia para a estimulação psicomotora e promoção da qualidade de vida.

Recursos humanos Ajudante Ação Direta, animadoras, tec Serv social, Fisioterapeutas

Local: morada(s) -

Local: entidade(s) -

Resultados esperados socialização, valorização das capacidades, aumento da auto-estima e sensação de bem-estar do idoso. Diminuição do isolamento, que muitos deles se encontram.

Valor 12000.00 EUR

Cronograma Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 20

Objectivos específicos para que concorre 2, 3

Actividade 2 A Alegria da Terceira Idade

Descrição Terapias grupais: psicológica, fala, ocupacional, arte terapia, bibliotecária "chá com livros", dançoterapia,



	musicoterapia, Fado e Zumba, FlashMob. Terapia através da expressão dramática;
<i>Recursos humanos</i>	Psicóloga, animadoras internas, Prof de Teatro, Prof de Musica
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	que se sintam amados e úteis; que possam dar conta que a sabedoria e a beleza dos cabelos brancos duram até mais...
<i>Valor</i>	8017.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	20
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 3</i>	A Beleza na Terceira Idade
<i>Descrição</i>	Concurso da Mulher e Homem mais bonito. depois de uma sessão fotográfica, exposição e votação de 3 o Meninos e Meninas séniores mais belos para concurso que serão eleitos as belezas de marvila
<i>Recursos humanos</i>	Animadoras, esteticista, voluntaria costureira, fotografo voluntario. Várias valências da Instituição, Igrejas
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	elevar a autoestima dos "meninos e meninas", promover a motivação, a alegria de viver e a valorização da beleza na terceira idade.
<i>Valor</i>	5000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	10
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2, 3

Actividade 4	Os idosos e as novas tecnologias
Descrição	Recurso a novas tecnologias para capacitar os seniores para o domínio das mesmas criando um espaço onde os utentes possam aprender as novas tecnologias.
Recursos humanos	Animadoras, Tec serv social, ajudante acção Direta, Tec Informática
Local: morada(s)	-
Local: entidade(s)	-
Resultados esperados	Que se sintam úteis e não velhos atirados a um canto; que possam tratar dos seus próprios assuntos com mais autonomia
Valor	7750.00 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 5	Sala de estimulação
Descrição	Sala de Estimulação Cognitiva, para trabalhar as várias funções cognitivas (atenção, memória, linguagem, funções executivas. Orientado por psicólogo já existente na equipa técnica. Pelo nosso entendimento este programa permitirá aos utentes do centro social Dr. Ayres de Mendonça e da estrutura residencial para pessoas idosas, sentir que as atividades da instituição são adequadas às suas necessidades e que as mesmas são diversificadas de outras respostas sociais semelhantes.
Recursos humanos	Psicóloga, animadoras, ajudante de acção direta,
Local: morada(s)	-
Local: entidade(s)	-
Resultados esperados	Melhorar a memória, atenção e o raciocínio do idoso
Valor	7500.00 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal

<i>Nº de destinatários</i>	10
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 6</i>	Intergeracionalidade
<i>Descrição</i>	Os idosos com a sabedoria contam aos mais novos as histórias das suas vidas e os mais novos transformam através do desenho em arte, regressando aos lares dos idosos esses desenhos . Serão contos de fada
<i>Recursos humanos</i>	Animadoras, educadoras e professoras da escola Luis António Verney, Agrupamento Escolas D. Dinis
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	simplesmente que se sintam felizes
<i>Valor</i>	7840.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Pontual
<i>Nº de destinatários</i>	10
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 4

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador do Projeto

Horas realizadas para o projeto 400

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Função Tec Serv Social
Horas realizadas para o projeto 960
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Animadora
Horas realizadas para o projeto 960
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Serv Administrativos
Horas realizadas para o projeto 480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Aux Serv Gerais
Horas realizadas para o projeto 720
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Voluntários
Horas realizadas para o projeto 480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Fabrica da Igreja Paroquial São maximiliano Kolbe
Horas realizadas para o projeto 480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não



<i>Função</i>	Escolas da Freguesia
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	120
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Sim
<i>Função</i>	Associação Moradores Bairro do Condado
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	100
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Sim
<i>Função</i>	ARBC
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	100
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Sim

Criação de emprego (Impacto)

<i>Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)</i>	0
<i>Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto</i>	0

Destinatários (Resultados)

<i>Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)</i>	90
<i>Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes</i>	90
<i>Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes</i>	0

Equidade

<i>Nº de destinatários com deficiência / doença mental</i>	0
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	0
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	0
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	0
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	50
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	0

Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	0
<i>Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade</i>	0
<i>Nº de intervenções no espaço público</i>	0
<i>Nº de publicações criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de Internet criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	0
<i>Nº de vídeos criados</i>	0
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	0
<i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i>	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

<i>Encargos com pessoal interno</i>	14637.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	30220.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	0.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	250.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	0.00 EUR



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Equipamentos 3000.00 EUR

Obras 0.00 EUR

Total 48107 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe

Valor 48107.00 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Fábrica da Igreja Paroquial São Maximiliano Kolbe do Vale de Chelas

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 100.00 EUR

Descrição Cedência dos espaços; Incentivo á Comunidade para o Voluntariado, encaminhamento das situações de idosos isolados

TOTAIS

Total das Actividades 48107 EUR

Total de Outras Fontes de Financiamento 48107 EUR

Total do Projeto 48207 EUR

Total dos Destinatários 90

