

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: 059

Formar para Unir Gerações



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* Associação Portuguesa de Psicogerontologia-APP

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

*Designação* ADCEO

*Designação* Universidade Católica Portuguesa

*Designação* FITI - Federação de Instituições de Terceira Idade

*Designação* Junta de Freguesia de Olivais

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Formar para Unir Gerações

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 38. Quinta do Morgado

#### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* De acordo com diagnóstico social da Câmara Municipal de Lisboa, esta cidade tem uma população envelhecida. Na zona Oriental, a Freguesia dos Olivais é aquela que apresenta um maior número de alojamentos com uma pessoa com 65 ou +, cerca de 2688 (censos 2011). Situado nesta freguesia, o Bairro da Quinta do Morgado segue esta tendência, principalmente nas designadas "bandas" do bairro, onde pessoas idosas permanecem em isolamento e com pouca ocupação, recebendo cuidados de prestadores informais, sem formação certificada. Os desempregados, quer sejam familiares, vizinhos ou amigos, garantem algum acompanhamento às pessoas idosas, em situação de vulnerabilidade social. Deste modo, verifica-se uma lacuna ao nível da formação em prestação de cuidados informais, facto do conhecimento de líderes, entidades e comércio locais. Em 2015, a Associação Portuguesa de

Psicogerontologia inquiriu 30 residentes do Bairro da Quinta do Morgado. Os principais problemas identificados foram a solidão das pessoas idosas e o desemprego. Face a tal, os inquiridos apontam como necessário realizar iniciativas de apoio aos idosos e ações de inserção profissional. Foi ainda verbalizado o interesse em atividades de natureza desportiva. Torna-se assim necessário apostar numa formação em atividades participadas e ajustadas às necessidades dos idosos e desempregados, promotoras de envelhecimento ativo, da redução de situações de isolamento e de um diálogo intergeracional.

*Temática preferencial*

Competências e Empreendedorismo

*Destinatários preferenciais*

Outro. Idosos e desempregados.

*Objectivo geral*

No diagnóstico realizado verifica-se que a população da Quinta do Morgado encontra-se maioritariamente envelhecida e constituída por desempregados, que muitas das vezes, residem com as pessoas idosas e/ou prestam cuidados às mesmas. De acordo com informação das instituições locais, as pessoas idosas estão, não raras vezes, em situação de solidão e com necessidade de cuidados qualificados da parte de quem trata. A formação dirigida às pessoas idosas, identificadas como estando em situação de solidão incluindo os seus prestadores de cuidados, representa neste projeto uma estratégia na aquisição de conhecimentos e competências, com vista a tornar os idosos agentes da sua própria mudança, bem como proporcionar-lhes um envelhecimento ativo e a redução de casos de solidão, na medida em que o contexto formativo é um espaço de partilha de saberes e experiências. Pretende-se ainda com este projeto, centrado na temática do empreendedorismo, não apenas que as pessoas idosas (incluindo prestadores de cuidados informais, por exemplo, elementos da vizinhança) recebam formação na área da psicogerontologia e prestação de cuidados, mas também participem em atividades desportivas intergeracionais, que envolvam o movimento, criando-se competências, que por si só sejam promotoras da autonomia e de um envelhecimento saudável, reduzindo-se o sentimento de solidão. No âmbito da criação de um clima favorável ao empreendedorismo, outro objetivo reside em capacitar os desempregados, com historial de apoio a pessoas idosas, através de formação em ajudantes de ação direta. Esta formação, por um lado, é útil na melhoria dos cuidados prestados e, por outro lado, promove a inserção dos formandos no mercado de trabalho local e potencia o seu enquadramento profissional noutras zonas das cidade. Em todas as sessões formativas está previsto incentivar ao conhecimento das respostas locais e de outros territórios vizinhos.

---

**Objetivos Específicos de Projeto**

*Descrição*

Contribuir para a promoção de um envelhecimento saudável e aquisição de competências relativas ao processo de envelhecimento por meio da dinamização de um conjunto de sessões, de formação e informação/sensibilização dirigidas às pessoas idosas em solidão e aos prestadores de cuidados informais, com o apoio de voluntários e estagiários. O conteúdo das sessões resulta de reuniões prévias com o senior advisor com a finalidade da formação refletir os interesses dos idosos, a partir da recolha de sugestões, preocupações e interesses. Em paralelo, através de levantamento dos idosos em situação de solidão que não tenham modo de sair da habitação, pretende-se estimular novas aprendizagens, através de aconselhamento e encaminhamentos. Nas sessões formativas pretende-se promover a partilha, bem como a procura de soluções individualizadas e com aplicabilidade dentro da comunidade, exercendo a cidadania ativa. Pretende-se convidar elementos da comunidade local e entidades que têm uma relação de proximidade com as pessoas idosas (Paróquias, Centros de Dia, Estruturas de Apoio Residencial, Mercados e Associações) para as sessões de formação, em conformidade com os interesses dos formandos, procurando-se combater os estigmas e estereótipos em relação às pessoas idosas.

*Sustentabilidade*

A criação de um e-book e sua divulgação, a partir das sugestões dos formandos sobre os temas da formação, poderá servir de ponto de partida para formações futuras no mesmo bairro ou noutros territórios de intervenção prioritária. Desde a conceção à implementação, passando pela avaliação do projeto, a entidade promotora compromete-se a formar um grupo de pessoas da comunidade, que nos anos seguintes possam ministrar formação de forma autónoma junto da comunidade, após terminar o apoio financeiro a este projeto, incentivando à autonomia e partilha de experiências dos mais velhos. Pretende-se, assim, capacitar a implementar o projeto de forma autónoma. De facto, considerando que as pessoas idosas na Quinta do Morgado e sobretudo quem cuida delas, com o passar do tempo manifestam problemas decorrentes de um declínio da sua funcionalidade, assegura-se uma formação sólida na área da psicogerontologia e da saúde, que servirá para aumentar a sua qualidade de vida, através da aplicação dos conhecimentos e competências adquiridas. Ficarão disponíveis para a comunidade os 10 computadores, com acesso à internet.

**Objetivo Específico de Projeto 2**

*Descrição*

Decorrente do crescimento dos níveis de desemprego e emprego instável no bairro da Quinta do Morgado, os desempregados assumem-se, cada vez mais, como cuidadores de familiares ou pessoas da comunidade, não estando adequadamente preparados com formação profissional. Daqui resulta que a prestação de cuidados pode não ser orientada para a promoção da autonomia das pessoas idosas, que por





solidão, bem como dos seus cuidadores informais, o que permite ajustar a oferta de atividades. No diagnóstico anexo realizado em 2015, o desenvolvimento de atividades desportivas foi apontado como principal interesse da população inquirida no bairro, pelo que o desporto é uma forma de inclusão que incentiva a participação da população nas atividades da ADCEO. Durante o projeto criar-se-á, como estratégia de sustentabilidade, um grupo de voluntários que possam continuar a apoiar atividades de movimento e de enriquecimento cultural. O facto da Junta de Freguesia de Olivais e a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa terem idosos sinalizados e seus prestadores de cuidados, com quem mantêm relação de acompanhamento social, é facilitador no encaminhamento para continuidade na prática das atividades.

---

## CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

*Actividade 1* Gera\_ções

*Descrição*

As ações de formação, informação/sensibilização distribuem-se por 10 sessões dirigidas aos Idosos Isolados do Bairro da Quinta do Morgado e Prestadores de Cuidados. Estas sessões pretendem dar resposta à problemática identificada - o Isolamento, incentivando a participação dos idosos nestas sessões e/ou capacitando os Prestadores de Cuidados das Pessoas Idosas de "ferramentas" que possam utilizar para diminuir esta problemática. As temáticas apresentadas nas sessões (conforme plano de formação anexo) não são estanques, outras poderemos vir a desenvolver, ajustando o plano à medida das necessidades auscultadas junto dos destinatários de cada ação e dos moradores. Cada ação de formação/informação terá a carga horária de 2 horas. Repartida por uma hora de exposição/demonstração da temática a abordar e 1 hora de debate/diálogo com os formandos, +/- 20 pessoas por cada ação, sinalizados pela Junta de Freguesia de Olivais e Santa Casa da Misericórdia de Lisboa e ou outras instituições. As metodologias utilizadas serão: ativa, interrogativa, expositiva e demonstrativa. Aplicar-se-á dois tipos de avaliação de aprendizagem: avaliação inicial (de diagnóstico) e avaliação final (de consolidação). Estas avaliações serão feitas através de questões orais lançadas ao grupo. Será realizada uma avaliação da qualidade da formação e auscultação de temáticas a abordar no futuro próximo.

*Recursos humanos*

As ações serão coordenadas por um monitor da formação, apoiado por um animador e ministradas por formadores devidamente acreditados, com elevada experiência profissional, capacidade científica, pedagógica e que se encontram associados à APP ou entidades parceiras.

*Local: morada(s)*

-





<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Criação de uma base de dados com informação sobre situações de isolamento na Quinta do Morgado. Elaboração de um e-book com conteúdos formativos e formação de uma bolsa de voluntários da comunidade. Recolha de forma interativa de contributos e sugestões dos formandos, registando-se em dossier criado para o efeito. Realização de 25h de formação organizadas por temas. Aumento progressivo da participação ativa dos destinatários, com uma previsão final de participação de 60% dos previstos nas sessões de formação.
<i>Valor</i>	19406.00 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>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	20
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 2</i>	Gerar Ajudantes para as Gerações
<i>Descrição</i>	Sendo o território caracterizado por desemprego, baixas qualificações e desocupação, a realização do curso de ajudante em ação direta constitui uma certificação a disponibilizar, dada também a elevada procura de prestadores de cuidados especializados, com o acentuar do envelhecimento da população. Pretende-se capacitar os moradores desempregados, que detenham o perfil exigido, de competências profissionais ao nível das relações interpessoais, tecnologias de informação, enquadramento jurídico e da prestação de cuidados de saúde, higiene e conforto, bem como para a melhoria da qualidade dos cuidados prestados às pessoas idosas vulneráveis do Bairro da Quinta do Morgado. De acordo com documento anexo da FITI, o curso integra para além dos 4 módulos, visitas de estudo a Serviços de Apoio Domiciliário (SAD), que se anteciparão ao período de estágio em contexto de trabalho de 176h, numa instituição ou empresa, preferencialmente local, de SAD. O curso prevê duas ações de formação com 66 horas teórico-práticas em contexto de sala, divididas em 22 sessões de 3 horas e 176 horas de estágio em SAD.
<i>Recursos humanos</i>	4 formadores que irão ministrar a formação; 1 coordenador da formação que irá fazer a preparação, acompanhamento e avaliação da formação e 1 assistente administrativo para prestar apoio na preparação da documentação e material didático. O monitor e o animador acompanharão o curso.
<i>Local: morada(s)</i>	-



<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Realizar duas ações de formação de ajudantes de ação direta com 242 horas, que irão contribuir para a melhoria da prestação de cuidados à população idosa, que formará 24 profissionais qualificados. Integrar 60% dos formandos, com aprovação, no mercado de trabalho, prioritariamente no Bairro e na Freguesia de Olivais.
<i>Valor</i>	11740.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	24
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 3</i>	Gera_ações em movimento
<i>Descrição</i>	Estas atividades têm como finalidade o convívio, num clima descontraído com partilha de hábitos de vida saudável, de forma a promover-se o envelhecimento ativo. Com a criação de duas turmas de 10 pessoas idosas incluindo os seus prestadores de cuidados, orientadas para exercícios de movimento, pretende-se que experimentem várias modalidades desportivas e lúdicas, para que sejam definidas as modalidades preferenciais. Procurar-se-á enfatizar a pertinência do acesso às novas tecnologias de informação como combate ao isolamento, promovendo para isso sessões de consulta à internet com o apoio de um animador na sala equipada com computadores. Destas experiências resultará uma reportagem fotográfica das actividades, sendo definido pelo senior adviser a organização de algumas sessões ao ar livre e em espaços verdes da freguesia.
<i>Recursos humanos</i>	As atividades serão dinamizadas por professor e acompanhadas por animador, monitor e fotografo, este último quando se justificar.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Constituição de um grupo de voluntários, composto por um número mínimo de 5 pessoas. Aumentar a proximidade entre a população do bairro e a relação destes para com a ADCEO e outros parceiros e espaços públicos, com equipamentos desportivos nos espaços verdes. Envolvimento de 3 novos parceiros e de 2 voluntários residentes na Quinta do Morgado na organização destas actividades. Dos 20 participantes das actividades pretende-se atingir uma adesão



	mínima de 50%.
<i>Valor</i>	18593.00 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>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	20
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3

### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

#### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados*

5

#### 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

*Função*

Animador

*Horas realizadas para o projeto*

1764

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP*

Financeira

*Morador no bairro do projeto*

Sim

*Função*

Monitor

*Horas realizadas para o projeto*

882

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP*

Não Financeira

*Morador no bairro do projeto*

Sim

*Função* Estágio  
*Horas realizadas para o projeto* 882  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Voluntária  
*Horas realizadas para o projeto* 48  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Voluntário  
*Horas realizadas para o projeto* 48  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Mediador associativo  
*Horas realizadas para o projeto* 48  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Gestor da formação  
*Horas realizadas para o projeto* 154  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Assistente administrativo  
*Horas realizadas para o projeto* 156  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não



<i>Função</i>	Senior Advisor
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	54
<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 &gt;= 75%)</i>	2
<i>Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto</i>	6

**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>	56
<i>Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes</i>	30
<i>Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes</i>	1

**Equidade**

<i>Nº de destinatários com deficiência / doença mental</i>	2
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	40
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	24
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	0
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	32
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	5

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	0
--	---



Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	0
Nº de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	3
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	2
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

#### ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

##### Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	20715.00 EUR
Encargos com pessoal externo	10717.00 EUR
Deslocações e estadias	560.00 EUR
Encargos com informação e publicidade	182.00 EUR
Encargos gerais de funcionamento	4141.00 EUR
Equipamentos	13424.00 EUR
Obras	0.00 EUR
<b>Total</b>	<b>49739 EUR</b>

##### Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Associação Portuguesa de Psicogerontologia-APP
Valor	49739.00 EUR

##### Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	A Associação Desportiva e Cultural da Encarnação e Olivais
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2459.00 EUR

*Descrição* O valor de referência para as atividades desportivas é de 25€ por hora do instrutor, passando a ser imputado a este projeto 20€. O aluguer da sala era de 20€ por hora e passou a ser 10€. Disponibilização de pessoal para garantir o normal funcionamento das atividades realizadas nas suas instalações.

---

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	49739 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	49739 EUR
<i>Total do Projeto</i>	52198 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	64

