

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2017

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 036

**Solidariedade por um sorriso**



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* Paramedicos de Catástrofe Internacional

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Associação de Reformados do Bairro do Condado-Marvila-Lisboa

*Designação* Associação Socio Cultural dos Moradores do Bairro Marquês de Abrantes

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Solidariedade por um sorriso

*BIP/ZIP em que pretende intervir*

1. Casalinho da Ajuda
2. Dois de Maio
29. Flamenga
31. Armador
34. PRODAC

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* setembro de 2017 a agosto de 2018

*Fase de sustentabilidade* Dois anos após o Termino do projeto (setembro de 2018 a agosto de 2020), ainda que as atividades que não envolvam custos de manutenção possam perdurar, uma vez que funcionamos apenas com voluntários que terão todo gosto em assegurar esses serviços e dar continuidade à nossa atividade nos BIPS a intervir.

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* Vivemos hoje em sociedades cada vez mais envelhecidas e isoladas sem acesso aos cuidados básicos de saúde pelo isolamento e deficiências de locomoção para se dirigirem aos cuidados primários de saúde. As Freguesias de Marvila e Ajuda, e em concreto os bairros do Condado, Alfinetes/Salgadas, Marquês de Abrantes, Casalinho e 2 de maio, não escapam a esta inevitabilidade. Neste

reconhecimento, urge, pois, pensar como envelhecer saudavelmente e que tipo de envelhecimento estamos a promover. Marcado pelo peso significativo de uma população com mais idade, estes bairros apresentam ainda outras problemáticas associadas a esta faixa etária, como sejam, o nível de isolamento social a que boa parte destes idosos estão sujeitos e a existência de algum tipo de limitações na sua mobilidade e que ameaçam agravar, ainda mais, as suas possibilidades de convívio, interação social e deslocação aos meios de saúde. Apesar disto, as instituições de proximidade apresentam algumas potencialidades e condições que podem, quando bem explorados e canalizados, contribuir para a inversão desta tendência de isolamento que dificulta o diagnóstico precoce de patologias de uma faixa cada vez mais significativa da sua população residente e, ainda, contribuir para fomentar um verdadeiro envelhecimento saudável e consciente. Uma comunidade sensível à importância de controlar e cuidar da sua saúde e dos que lhes são próximos.

*Temática preferencial*

Inclusão e Prevenção

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

Este projeto tem como seu principal objetivo promover o envelhecimento saudável dos residentes dos BIPS selecionados, prevenindo patologias ou identificando-as precocemente e monitorizá-las com acompanhamento dos nossos profissionais de saúde através das visitas domiciliárias e encaminhamento aos cuidados primários de saúde ou meios hospitalares, mediante identificação ou marcação prévia por parte do Município. Preparar os idosos para os sinais e/ou sintomas bem como os jovens que lhes são próximos e poderão ajudar a prevenir e identificar possíveis patologias dos seus familiares e vizinhos.

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição*

Acompanhar os cuidados de saúde nos BIPS. Realizar rastreios mensais gratuitos, em cada BIP, de glicémia, colesterol, hipertensão, Doenças cardiovasculares e vacinação preventiva a classes de risco. Receber sinalizações dos parceiros, por serem entidades próximas das comunidades, para necessidades de transportes a consultas, meios complementares de diagnóstico e



tratamentos de fisioterapia por carência económica ou dificuldades de locomoção.

**Sustentabilidade**

Através do estímulo pretende-se alertar para a importância de monitorizar a saúde e alguma patologia já diagnosticada. Criar hábitos e condições capazes de garantir o incentivo de marcar consultas e análises/exames de rotina e saber a quem e como recorrer em caso de emergência.

**Objetivo Específico de Projeto 2**

**Descrição**

Estabelecer laços de confiança com o munícipe acompanhado e sinalizado, que poderão ajudar a quebrar a solidão deste idoso através de 2 telefonemas semanais ou visitas ao domicílio que também ajudarão os nossos profissionais a identificar sinais ou sintomas de alguma patologia e encaminhá-los e/ou acompanhar aos cuidados de saúde adequados.

**Sustentabilidade**

Através dos laços de confiança criados com o acompanhamento e deslocação, aos cuidados de saúde, mediante a marcação prévia, ficará a noção de que não se encontra sozinho e poderá sempre que necessário ligar para a instituição para pedir ajuda ou partilhar uma preocupação, de forma a combater o isolamento e retardar doenças neurodegenerativas ou do foro psiquiátrico.

**Objetivo Específico de Projeto 3**

**Descrição**

Envolver mais a população para a necessidade de cuidar do seu bem-estar físico e psicológico e diagnosticar precocemente alguma patologia, estão planeados workshops nas instalações de cada parceiro e ações de formação nos Agrupamentos de Escolas dos BIPS, subordinados aos temas dos Diabetes, Colesterol, quedas, alimentação, cuidados sazonais e sintomatologia de doenças cardiovasculares de forma a identificá-los rapidamente e conseguir pedir ajuda de emergência médica.

**Sustentabilidade**

Através de um conjunto de atividades informativas pretende-se sensibilizar a comunidade, em geral, e os mais idosos, em particular, para os problemas do envelhecimento saudável e encontrar, em conjunto, formas e estratégias para lidar com o aparecimento ou monitorização de patologias.

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO**



|   |  |
|---|--|
| <b>Actividade 1</b>                             | Transporte aos cuidados de saúde   |
| <b>Descrição</b>                                | Identificada e sinalizada pelos parceiros, realizar o transporte de todos os munícipes, em carência económica ou com dificuldades de locomoção, aos cuidados de saúde de forma gratuita por dois dos nossos 250 voluntários, para poderem ser acompanhados às consultas ou meios complementares de diagnóstico bem como a determinados tratamentos como sessões de fisioterapia. |
| <b>Recursos humanos</b>                         | Dois voluntários da área da saúde e uma coordenadora.  |
| <b>Local: morada(s)</b>                         | A partir da habitação do munícipe até ao local pretendido e o seu regresso à habitação.  |
| <b>Local: entidade(s)</b>                       | Uma viatura adaptada e exclusivamente para esse fim e combustível  |
| <b>Resultados esperados</b>                     | Sensibilizar a comunidade e os idosos em especial, de que não se encontram sozinhos e não têm que abdicar de um direito fundamental, o do acesso à saúde, por carência económica ou dificuldades de locomoção, bem como a solidão por não terem ninguém que os acompanhe e os oriente.   |
| <b>Valor</b>                                    | 25770.00 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>                            | Diário   |
| <b>Nº de destinatários</b>                      | 450  |
| <b>Objectivos específicos para que concorre</b> | 1  |
| <b>Actividade 2</b>                             | O telefone toca  |
| <b>Descrição</b>                                | Combate à solidão e despiste de algum problema de saúde ou social através de contacto telefónico 2 vezes por semana ou visita domiciliária, consoante a vontade do idoso, e previamente encaminhado pelos parceiros formais.   |
| <b>Recursos humanos</b>                         | Um voluntário e uma coordenadora   |
| <b>Local: morada(s)</b>                         | Sede dos Paramédicos de Catástrofe internacional- PCI  |
| <b>Local: entidade(s)</b>                       | 1 telefone com ligação à rede  |
| <b>Resultados esperados</b>                     | Pretende-se que os idosos sintam que não se encontram sozinhos e que sempre que necessário poderão igualmente expor as suas preocupações para a sede dos PCI e pedir ajuda em caso de necessidade.   |
| <b>Valor</b>                                    | 6250.00 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>                            | Semanal   |
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 350   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 2   |
| <br>  |   |
| <i>Actividade 3</i>                             | Rastreios de prevenção  |
| <i>Descrição</i>                                | Realização de um rastreio mensal gratuito em cada BIP, aberto à população para despiste de alguma patologia e aconselhamento por parte de um profissional de saúde a marcar uma consulta ou realizar algum meio de diagnóstico.   |
| <i>Recursos humanos</i>                         | três voluntários e uma coordenadora   |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | local a designar como mais oportuno por cada BIP com os parceiros.  |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | Aparelhos de medição de glicémia, colesterol, tensão arterial, Índice de massa corporal. Consumíveis doados por Farmacêuticas.  |
| <i>Resultados esperados</i>                     | Criar hábitos de rastreio à população para despiste futuro e identificação precoce de patologia que possa surgir sem se acomodarem e ignorar sintomas com a desculpa que será cansaço. Monitorizarem o seu estado físico e sua saúde para um envelhecimento saudável.   |
| <i>Valor</i>                                    | 3250.00 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>                      | 2000  |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 1   |
| <br>  |   |
| <i>Actividade 4</i>                             | Formações preventivas de saúde  |
| <i>Descrição</i>                                | Promover ações de formação junto da população jovem, mais precisamente Agrupamento de Escolas dos BIPS selecionados de forma a envolver os jovens na deteção de sinais de patologias dos seus familiares e vizinhos. As formações serão subordinadas aos temas de primeiros socorros e suporte básico de vida, bem como ao temas apresentados nos workshops aos idosos: Diabetes, |

|   |   |
|---|---|
|   | Colesterol, quedas, alimentação, cuidados sazonais e sintomatologia de doenças cardiovasculares.  |
| <i>Recursos humanos</i>                         | dois profissionais de saúde com CCP de formadores e uma coordenadora  |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | Nos Agrupamentos de Escolas dos BIPS identificados  |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | Sala, computador, videoprojetor   |
| <i>Resultados esperados</i>                     | Espera-se que os jovens adquiram conhecimentos sobre como cuidar da sua saúde e dos dos seus familiares e vizinhos, sabendo identificar sintomas das patologias apresentadas e mais comuns nos idosos, de forma a alertá-los para a necessidade de procurar um profissional de saúde. |
| <i>Valor</i>                                    | 2350.00 EUR   |
| <i>Cronograma</i>                               | Mês 2, Mês 3, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9   |
| <i>Periodicidade</i>                            | Pontual 7 meses, baseado no calendário escolar  |
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 500   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 3   |

### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

#### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* 5

#### Constituição da equipa de projeto

*Função* Coordenadora

*Horas realizadas para o projeto* 960

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Dois voluntários da área da saúde

*Horas realizadas para o projeto* 1848

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira



Morador no bairro do projeto Não

Função Um voluntário da área social

Horas realizadas para o projeto 1400

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função dois voluntários da área da saúde com CCP

Horas realizadas para o projeto 128

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

#### Criação de emprego (Impacto)

Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%) 1

Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto 0

#### Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 500

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 2800

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 3

#### Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 0

Nº de destinatários mulheres 0

Nº de destinatários desempregados 0



|  |      |
|--|------|
| <i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i> | 500  |
| <i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i> | 2300 |
| <i>Nº de destinatários imigrantes</i>            | 0    |
| <i>População adulta</i>                          | 500  |

**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>   | 1 |
| <i>Nº de páginas de facebook criadas</i>   | 1 |
| <i>Nº de vídeos criados</i>  | 0 |
| <i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>  | 1 |
| <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>          | 9000.00 EUR  |
| <i>Encargos com pessoal externo</i>          | 0.00 EUR     |
| <i>Deslocações e estadias</i>                | 5500.00 EUR  |
| <i>Encargos com informação e publicidade</i> | 300.00 EUR   |
| <i>Encargos gerais de funcionamento</i>      | 4620.00 EUR  |
| <i>Equipamentos</i>                          | 18200.00 EUR |
| <i>Obras</i>                                 | 0.00 EUR     |



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

*Total* 37620 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* Paramedicos de Catástrofe Internacional

*Valor* 37620.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Associação de Reformados do Bairro do Condado- Marvila

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 3000.00 EUR

*Descrição* Diagnóstico social previamente realizado por um técnico social e sinalização/ marcação para apoio de transporte e/ou combate à solidão através dos telefonemas ou Visitas Domiciliárias. Apoio na divulgação dos serviços.

*Entidade* Associação Sócio cultural dos Moradores do Bairro Marquês de Abrantes

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 500.00 EUR

*Descrição* Apoio na divulgação e sinalização de idosos a necessitarem dos nossos cuidados.

*Entidade* Junta de Freguesia de Ajuda

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 3000.00 EUR

*Descrição* Diagnóstico social previamente realizado por um técnico social e sinalização/ marcação para apoio de transporte e/ou combate à solidão através dos telefonemas ou Visitas Domiciliárias. Apoio na divulgação dos serviços.

*Entidade* Unidade Operacional de Emergência

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 6000.00 EUR

*Descrição* Unidade parceira que executa toda gestão dos voluntários, passando pela entrevista, seleção, formação técnica e realização da escala de serviços.

*Entidade* Agrupamento de Escolas D. Dinis

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 100.00 EUR



*Descrição* Identificação das turmas disponíveis e aptas a receberem as formações de forma a chegarmos ao maior número de pessoas.

---

**TOTAIS**

|  |           |
|--|-----------|
| <i>Total das Actividades</i>                   | 37620 EUR |
| <i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i> | 37620 EUR |
| <i>Total do Projeto</i>                        | 50220 EUR |
| <i>Total dos Destinatários</i>                 | 3300      |

