

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2018

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 049

Pro Senior Sta Clara



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* Centro Social e Paroquial da Charneca /Galinheiras

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* AURIC

*Designação* Centro Social e Paroquial da Ameixoeira

*Designação* Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

*Designação* Instituto Politécnico de Lisboa

*Designação* AURPI - Ameixoeira

*Designação* ANAFS - Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias

*Designação* Associação Par - Respostas Sociais

*Designação* Junta de Freguesia de Santa Clara

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Pro Senior Sta Clara

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 67. Alta de Lisboa Centro

#### Síntese do Projecto

*Fase de execução* O projeto assentará nas 3 premissas do Programa Lisboa para todas as Idades, com criação de condições de promoção de vida Ativa no âmbito da intervenção cívica; Promoção da vida Autónoma com diversificação da rede de serviços que promovam a autonomia e prevenção das doenças; Promoção da vida Apoiada na melhoria da rede de serviços para idosos dependentes e cuidadores. As novas respostas incluem acompanhamento individualizado e ações de capacitação em temas como a ed para a saúde e envelhecimento.

*Fase de sustentabilidade* A sustentabilidade inclui um conj de ações para a melhoria da qualidade de vida da pop, diminuindo as desigualdades sociais, ampliando os dtos e garantindo o acesso aos serviços. A criação de uma rede de colaboração entre destinatários, poder público/privado, enquanto co criadores do projeto irá permitir a apropriação do espaço através de uma gestão partilhada de recursos que facilitará a introdução de novos temas e serviços, estando também previsto o pagamento de pequenas contribuições.

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

*Diagnóstico*

O envelhecimento ativo é um processo de otimização de oportunidades para a saúde, segurança e participação, no sentido de aumentar a qualidade de vida (OMS, 2002). Este implica autonomia, independência, qualidade de vida e expectativa de vida saudável. A capacidade de interagir socialmente é fundamental para o idoso, sendo um dos fatores mais relevantes na prevenção ou recuperação de problemas de saúde mental. Portugal é o 4.º país da UE (28 países) com maior % de pessoas idosas. Em 2011, a pop com 65 ou + anos a residir em LX era de 130.960 hab, revelando um quadro populacional envelhecido (23,7%). A Freg Sta Clara apresenta um dos maiores crescimentos da pop idosa previsto até 2026. Os dados do "Balcão de Santa Clara" 2017 indicam que dos 116 idosos atendidos a maioria tem o 1º ciclo (65) ou sem qualquer nível de escolaridade (41), 43 vivem sozinhos e 46 vivem com apenas mais 1 elemento. Estes agregados têm baixos rendimentos, sendo que + de 50% recebem pensões até 500€. Os dados tb apontam para o púb imigrante, nas Galinheiras, tendo sido atendidos 51 imigrantes, que procuram apoio na legalização, procura de emprego, apoio no encaminhamento para outros serviços. Tendo em conta uma pop heterogénea e com necessidades específicas procurar se á dinamizar atividades conjuntas com idosos e imigrantes. Pretende se reforçar não só a participação e o papel das pessoas + velhas nas comunidades e na sociedade, valorizando os seus conhecimentos e saberes, como também o papel da família e da rede informal.

*Temática preferencial*

Inclusão e Prevenção

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

Promover a qualidade de vida dos idosos, ie, os seus níveis de bem estar físico, mental e social através do incentivo ao envelhecimento ativo. Para a prossecução deste objetivo pretende se promover junto da comunidade local, competências pessoais, sociais e de cidadania, de uma forma criativa e adaptada e, capacitar para o empreendedorismo, tendo como objetivo a sustentabilidade futura do Projeto. Será também fundamental dinamizar o trabalho em rede, aproximando as instituições da população. Nesta perspetiva, atividades que envolvam o exercício físico ou intelectual, o relacionamento com os outros e o sentido da utilidade e reconhecimento sociais são consideradas benéficas. As políticas que promovem o envelhecimento ativo tiveram um forte impulso, destacando se o «desafio de promover um envelhecimento saudável e ativo, permitindo a coesão social e uma maior produtividade» (Europe 2020), através da promoção da aprendizagem ao longo da vida, da participação em atividades produtivas durante a reforma, incluindo fora do mercado de trabalho, e em práticas. A itinerância do Balcão de Sta Clara por diversas instituições, incluindo instituições para Seniores da Freguesia, permitiu definir os moldes desta candidatura com base: na identificação das necessidades e principais lacunas das instituições, como a promoção da atividade motora e adequada às limitações dos utentes, estimulação



multi sensorial, rastreios de visão e higiene oral, estimulação cognitiva para os diferentes quadros de saúde mental, apoio no acesso aos serviços, quer para idosos quer imigrantes, através da leitura e interpretação de documentos, dada a baixa escolaridade da população; e criar respostas de proximidade através da articulação com os diferentes serviços.

Face ao reconhecimento, por parte de idosos e imigrantes, e itinerância do projeto considera se pertinente que a intervenção seja na sede do projeto(67) assim como nas Galinheiras, Ameixoeira e Charneca(21) e Grafanil(5) e Quinta de Mourisca(7).

---

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

#### *Descrição*

Promover a inclusão e prevenção no âmbito dos cuidados de saúde primários, dos idosos da Freguesia, através do combate ao isolamento social e aos riscos de solidão. A família, a comunidade e a sociedade têm um forte impacto na forma como se envelhece. Para o cumprimento deste objetivo será fundamental a realização de ações descentralizadas geograficamente, numa perspetiva de partilha de recursos, solidariedade institucional e inovação. Assim, serão dinamizadas ações de formação para instituições e particulares na área da saúde e envelhecimento ativo que culminará numa mostra de talentos da Freguesia de Santa Clara. A parceria com uma Universidade irá contribuir para a realização de um estudo sobre a situação de saúde física e mental da população senior que permitirá adequar a intervenção do projeto e das instituições que servem esta população.

Com o projeto pretende se promover a prevenção e a intervenção na saúde e bem estar, integrando as dimensões física, mental e relacional através de estratégias formais e informais, complementares e multidisciplinares que incidam não só no idoso, mas em todos os subsistemas em que se insere, em particular o familiar e comunitário.

#### *Sustentabilidade*

A realização de ações de formação ao longo do projeto irá permitir dotar os profissionais/cuidadores/famílias com novas ferramentas que possam ser replicadas e adequadas às diferentes realidades das instituições da Freguesia. Pretende se ainda que o projeto favoreça a descentralização de serviços para outras instituições da freguesia, face às limitações da população. Por fim destaca se uma intervenção mais ajustada à realidade com base num diagnóstico realizado por uma universidade que permitirá definir novas



áreas de intervenção do projeto. Neste sentido prevê se alargar a rede de técnicos e de voluntários envolvidos nestes serviços de atendimento e acompanhamento. Esta ampliação poderá resultar também no envolvimento de novos destinatários provenientes de outros territórios BIP/ZIP, como Galinheiras, Ameixoeira e Charneca (21), Grafanil (5) e Quinta de Mourisca(7), e outra população que, não sendo destinatária poderá beneficiar do apoio. No decorrer do projeto serão destacados elementos idosos da comunidade que terão um papel de atores principais na replicação de algumas ações, nomeadamente no apoio informal a cuidadores e imigrantes.

### Objetivo Específico de Projeto 2

#### *Descrição*

Promover as capacidades e competências cognitivas e a capacidade criadora da população idosa através da valorização e aplicação do seu saber fazer consciencializando a do facto de que possuem competências que podem ser utilizadas, quer na promoção direta da sua qualidade de vida, quer em prol da comunidade. Os idosos detêm competências, adquiridas ao longo da vida profissional e outras experiências pessoais e culturais, que as torna capazes de uma atitude proactiva. Enquanto moradores de territórios BIP estão, também, a contribuir para a melhoria de vida dos seus pares e para a coesão social. No decorrer do projeto de 2017 foram identificadas potencialidades nas diversas instituições e seus utentes que serão trabalhadas, na promoção do empreendedorismo. Pretende se proporcionar oportunidades inovadoras, e uma cultura de aprendizagem ao longo do ciclo de vida, realizadas através de atividades estruturadas ou de lazer, sendo que umas serão planeadas e outras decorrem dos próprios interesses dos Idosos.

#### *Sustentabilidade*

Tendo como pressuposto a importância da família, da comunidade e da sociedade na forma como se envelhece, com este projeto pretende se tornar o Idoso um ator social ativo, detentor de saberes que possam ser transformados em produtos característicos de cada instituição da Freguesia e vendidos ao público em geral. As atividades que concorrem para este objetivo serão sustentáveis na medida em que partem dos saberes de cada instituição e da troca de saberes interinstitucionais. A venda dos produtos irá gerar receitas para replicação dos produtos e outras despesas relacionadas com as atividades.

### Objetivo Específico de Projeto 3

#### *Descrição*

Promover e apoiar o contacto e a solidariedade entre as diferentes gerações e culturas, garantindo práticas de envelhecimento ativo e saudável, quer através do contacto intergeracional, quer pela promoção de uma maior



consciência na pessoa idosa dos seus recursos internos e das suas capacidades de desenvolvimento do seu potencial máximo, enquanto ator de mudança e com influência no meio que o rodeia.

Promover o acesso à informação através da criação de um espaço de apoio e acompanhamento personalizado, onde seja possível identificar necessidades e a sua resolução, promovendo a capacitação para a integração na comunidade, informar e formar no âmbito dos mecanismos burocráticos relativos aos benefícios sociais, fiscais, de saúde, lazer etc. Este objetivo irá abranger diferentes faixas etárias, assim como imigrantes que consideram o projeto um recurso útil, pela informalidade e facilitação no acesso aos serviços. As atividades que concorrem para este objetivo serão asseguradas não só pela equipa do projeto como pelo grupo de mediadores Idosos que terão um papel fulcral em fase de sustentabilidade.

#### *Sustentabilidade*

Em fase de sustentabilidade o grupo de mediadores, com referência positiva na comunidade, formado no projeto, poderá encaminhar e orientar as pessoas com o apoio do guia do cidadão. Por outro lado, pretende-se em fase de sustentabilidade que a rede de serviços fique mais próxima da população, nomeadamente através de um órgão de gestão, com a participação de parceiros e voluntários, responsável pelo espaço e acompanhamento dos destinatários.

---

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

#### *Actividade 1*

Corpo São

#### *Descrição*

Verifica-se uma lacuna local de avaliação e intervenção na saúde global da população sénior, em particular em situações de idosos com dificuldades de mobilidade. Nesta atividade pretende-se realizar um diagnóstico global e aprofundado da população sénior em diversas áreas como: enfermagem; nutrição; fisioterapia; farmácia; medicina, garantindo a adequação da intervenção na área da saúde na população sénior neste território. Para além do atendimento individualizado estão também previstas sessões práticas e de grupo, nomeadamente na área da fisioterapia, para a prática de exercício físico adequado e exercícios de prevenção da queda.

#### *Recursos humanos*

1 coordenador, 1 técnico de proj, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador e por técnicos representantes das instituições parceiras: ANAFS e ESTeSL. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços, nomeadamente com o Centro de Saúde do Lumiar, para





referenciação ou encaminhamento de situações sinalizadas. Os técnicos que realizam os atendimentos sinalizam e encaminham para outras atividades do projeto (Em formação, *Mente Sã*, *Balcão do Cidadão*, *Ser Criativo* ).

**Local: morada(s)** Salas de formação/reunião: CSPCG-Largo das Galinheiras, nº 10; CSPA-Estrada da Ameixoeira, nº 118; Loja do CSPCG-R. Luís de Sá, nº 1, R/C; Cantina Comunitária da JFSC-Av. Glicinia Quartin, nº 24; ANAFS-R. Arnaldo Assis Pacheco, Lt. 2 Lj. A; AURIC - Campo das Amoreiras: AURPIA - R. Direita da Ameixoeira nº18.

**Local: entidade(s)** Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Junta de Freguesia de Santa Clara, Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira.  
Computador, telefone, material de economato, impressora, equipamentos e material de rastreios de saúde física.

**Resultados esperados** Articular o acompanhamento com entidades parceiras e outras entidades, do território e fora do território, para sinalização, referenciação ou encaminhamento com vista a uma intervenção integrada;

Sinalizar e mobilizar idosos destinatários para outras respostas do projeto;

Elaborar documentos de gestão e registar o nº de atendimentos realizados;

Elaborar documentos de avaliação dos resultados e impacto dos atendimentos realizados (follow up);

Implementar um horário do atendimento individual - 2 x por semana (meio dia), 8h por semana;

Realizar 400 atendimentos/avaliações individuais (40 atendimentos por mês x 10 meses);

Realizar 10 ações de capacitação/prevenção/exercício físico com Idosos nas diferentes instituições da Freguesia;

Envolver 100 participantes nas sessões de grupo.

**Valor** 7010.00 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11

**Periodicidade** Semanal

**Nº de destinatários** 100

**Objectivos específicos para que concorre** 1

**Actividade 2** *Mente Sã*

**Descrição** Em complementaridade com a avaliação e intervenção do



estado de saúde físico, considera-se essencial realizar avaliações e intervenção ao nível do estado de saúde mental da população sénior. Pretende-se realizar a deteção precoce de estados demenciais e défices cognitivos e realizar actividades de estimulação cognitiva e multissensorial, adaptadas às situações de cada participante. Além de se proporcionar apoio psicológico (avaliação e intervenção) nos casos do espectro das perturbações de humor e ansiedade.

**Recursos humanos**

1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador de projeto e por técnicos representantes das instituições parceiras: ESTeSL e PAR (recursos não financeiros). A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços para referênciação ou encaminhamento de situações sinalizadas. Os técnicos que realizam os atendimentos sinalizam as situações que possam beneficiar de referênciação e encaminhamento para outras atividades do projeto (Em Formação, Corpo São, Balcão do Cidadão e Ser Criativo).

**Local: morada(s)**

Loja gerida pelo Centro Social Paroquial Charneca Galinheiras: Rua Luís Sá, nº 1, R/C, 1750- 354 Lisboa

**Local: entidade(s)**

Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras. Gabinete de trabalho na loja, computador, telefone, material de economato, impressora, equipamentos e material de rastreios de saúde.

**Resultados esperados**

Articular o acompanhamento com entidades parceiras e outras entidades, do território e fora do território, para sinalização, referênciação ou encaminhamento com vista a uma intervenção integrada;

Sinalizar e mobilizar idosos destinatários para outras respostas do projeto;

Elaborar documentos de gestão e registar o nº de atendimentos realizados;

Elaborar documentos de avaliação dos resultados e impacto dos atendimentos realizados (follow up);

Implementar um horário do atendimento individual - 2 x por semana (meio dia), 8h por semana;

Realizar 270 atendimentos (30 atendimentos por mês x 9 meses);

Realizar um diagnóstico sobre a saúde mental da população senior ou com mais de 55 anos.

**Valor**

6572.00 EUR

**Cronograma**

Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10

**Periodicidade**

Semanal





<i>Nº de destinatários</i>	50
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 3</i>	Em Formação
<i>Descrição</i>	<p>Pretende-se capacitar as instituições locais que acompanham idosos (centros de dia, associações de pensionistas, entre outras), através da formação dos seus recursos humanos (cuidadores formais e informais) em áreas identificadas como prioritárias. Desta forma, os funcionários, voluntários e/ou familiares estarão aptos a identificar, diferenciar e intervir mais eficazmente em relação às necessidades específicas de cada idoso: alimentação/nutrição; cognitiva/saúde mental (demência, ansiedade e depressão, défice cognitivo...); mobilidade/prevenção da queda; funcionalidade (atividades de vida diária). A formação deverá ser certificada e adaptada à realidade local, nas áreas: (1) comportamental (comunicação com a pessoa idosa e assertividade; gestão de stress e de conflito; suporte familiar e social...); e (2) técnica (estimulação cognitiva - técnicas de orientação e treino de competências; estimulação multissensorial - dos sentidos primários, sistema vestibular e da propriocepção; estimulação motora - aumento da mobilidade, equilíbrio e prevenção da queda e atraso do declínio funcional/atividades da vida diária). Promove-se assim uma intervenção articulada e concertada entre as instituições com este público alvo e entre estas e os cuidadores informais dos mesmos (familiares ou outros), tendo em vista a melhoria da saúde e qualidade de vida dos idosos e das suas famílias.</p>
<i>Recursos humanos</i>	<p>1 coordenador, 1 técnico de projeto, 4 formadores, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recurso não financeiro). A equipa de projeto (coordenador e técnico), com o apoio dos técnicos parceiros, nomeadamente da ESTeSL e Centro de Saúde do Lumiar, é responsável por todas as tarefas inerentes à divulgação, identificação e recrutamento de formadores e formandos. A equipa irá construir o modelo de formação e o dossier técnico-pedagógico do pacote formativo que contemplará a construção de materiais adaptados à área de intervenção e ao público.</p>
<i>Local: morada(s)</i>	<p>Loja gerida pelo CSPCG da Rua Luís de Sá, nº 1, R/C; sala de formação da Junta de Freguesia de Santa Clara; gabinete de trabalho do CSPCG - Largo das Galinheiras, nº 10; domicílio dos idosos.</p> <p>Cadeiras, flipchart, data show, material de economato, materiais pedagógicos, computador, impressora, telefone.</p>
<i>Local: entidade(s)</i>	<p>Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras; Junta de Freguesia de Santa Clara para formação de curta duração</p>



<b>Resultados esperados</b>	<p>Recrutar 15 formandos das instituições locais/cuidadores;          Construir um programa transversal de formação, replicável, para instituições que prestam apoio à Terceira Idade;          Realizar pelo menos uma ação de formação de 25h certificada;          Realizar 4 vídeos demonstrativos de técnicas simples a aplicar pelos RH nas instituições e pelos idosos e cuidadores informais em casa.</p>
<b>Valor</b>	6135.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 6, Mês 7
<b>Periodicidade</b>	Pontual
<b>Nº de destinatários</b>	15
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1
<b>Actividade 4</b>	Talentos de Santa Clara
<b>Descrição</b>	<p>Evento com a participação ativa das instituições parceiras e dos participantes do projeto, envolvendo uma mostra de talentos trabalhados nas diferentes instituições, em grupos formais e informais locais. O intuito é desmistificar a representação social da pessoa idosa, divulgando as suas competências e potenciando a sua saúde integral. Esta atividade será o evento final do projeto.</p>
<b>Recursos humanos</b>	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo.
<b>Local: morada(s)</b>	<p>Loja do CSPCG - Rua Luís Sá, nº 1, R/C          Gabinete de trabalho do CSPCG - Largo das Galinheiras, nº 10 Junta de Freguesia de Santa Clara - Parque Oeste</p> <p>Material de economato, computador, impressora, fotocopadora, material de filmagem, material de divulgação do evento, material produzido durante o projeto.</p>
<b>Local: entidade(s)</b>	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras Junta de Freguesia de Santa Clara
<b>Resultados esperados</b>	<p>Alcançar 25 participantes diretos (no concurso/mostra de talentos);          Alcançar 200 participantes indiretos (pessoas a assistir ao evento);          Envolver no mínimo 8 entidades parceiras;          Maior conhecimento das pessoas e das instituições do trabalho que é realizado em cada instituição/serviço local e de como e quem poderá beneficiar dele (informação obtida</p>

através de questionário breve às mesmas).

<i>Valor</i>	3943.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Pontual1
<i>Nº de destinatários</i>	25
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2

*Actividade 5* Ser Criativo

*Descrição*

A observação decorrente do trabalho em parceria no território permitiu identificar pessoas que não estão no ativo - imigrantes em situação irregular; pessoas com mais de 55 anos desempregadas e com dificuldade de reintegração no mercado de trabalho; pessoas com problemas de saúde que limitam a possibilidade de integração no mercado de trabalho; adultos com dificuldade em apresentar uma imagem cuidada por dificuldades económicas; e idosos reformados/pensionistas. Todavia, estas pessoas manifestam interesse e competências adquiridas ao longo da vida, em trabalhos anteriores e/ou nos seus países de origem, com conhecimentos válidos em atividades de costura, cozinha, estética/beleza, artesanato, canto/dança, cuidados de saúde, arranjos/pintura e outros. Tendo em vista a troca e transmissão destes saberes entre gerações, idosos e não idosos, criar-se-á um espaço para dinamização de pequenos workshops, ateliers e venda de produtos.

*Recursos humanos* 1 coordenador, 1 técnico de projeto, 7 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros), 7 voluntários idosos das instituições. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de elementos da comunidade que possam dinamizar os workshops. O coordenador irá articular com outros serviços para referenciação de idosos.

*Local: morada(s)* CSPCG-Largo das Galinheiras, nº 10; CSPA-Estrada da Ameixoeira, nº 118; Loja do CSPCG-R. Luís de Sá, nº 1, R/C; Cantina Comunitária da JFSC-Av. Glicinia Quartin, nº 24; AURIC - Campo das Amoreiras: AURPIA - R. Direita da Ameixoeira nº18;  
Gabinetes de trabalho (CSPCG), cadeiras, flipchart, material de economato, computador, matéria prima para produtos, impressora, data show, telefone.

*Local: entidade(s)* Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Junta de Freguesia de Santa Clara, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, Centro de Dia do Alto do Lumiar (SCML),



	Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira (SCML).
<i>Resultados esperados</i>	Realizar 36 ws/ateliers (1 por semana x 9 meses) dinamizados por participantes formadores do projeto para outros participantes formandos (em pequenos grupos); - Envolver pelo menos 7 idosos dinamizadores da atividade; Envolver pelo menos 50 participantes; Exposição e venda dos produtos produzidos para criação de bolsa de sustentabilidade da atividade Ser Criativo.
<i>Valor</i>	6572.00 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>	57
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 6</i>	Balcão do Cidadão
<i>Descrição</i>	Identificaram se necessidades e novas áreas de intervenção decorrentes da baixa escolaridade registada na Freguesia de St <sup>a</sup> Clara (5,5% de analfabetismo), da situação de inatividade de cerca de 1/3 dos jovens e de esta ser uma das áreas críticas de desemprego de Lisboa, com maior presença de imigrantes (II DSL, RSL 2015 2016), tal como evidenciado na recolha de dados do Projeto Balcão de Santa Clara - BIP/ZIP 2017. Assim, pretende se criar um espaço de atendimento aberto à comunidade em geral para prestar informação, aconselhamento e orientação no apoio à procura ativa de formação/emprego; apoio ao imigrante; e apoio à leitura, interpretação e preenchimento de documentos; informações sobre a rede local de serviços/instituições (matrículas, inscrições, formações a decorrer, apoio ao estudo, serviços de saúde, apoios sociais, etc.); e mediação com os serviços. O objetivo é promover uma gestão mais eficaz da vida diária dos participantes e responder às necessidades imediatas e específicas de cada pessoa, apresentando sugestões e resolução de problemas e, por outro lado, sinalizar situações que possam beneficiar da continuidade do apoio para além do inicialmente prestado. Neste espaço realizar se ão atividades como: elaboração de CV e candidaturas a emprego; treino de competências básicas; informação e encaminhamentos sobre a regularização de documentação; entre outras informações.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador de projeto, por técnicos representantes das instituições parceiras e por voluntários idosos da comunidade. A equipa de projeto



irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços para referênciação ou encaminhamento de situações sinalizadas.

<i>Local: morada(s)</i>	Loja do CSPCG - Rua Luís Sá, nº 1, R/C Gabinete de trabalho do CSPCG - Largo das Galinheiras, nº 10
<i>Local: entidade(s)</i>	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras
<i>Resultados esperados</i>	Realizar 204 atendimentos (2vezes/semana x 12 meses); Número de situações resolvidas/encaminhadas por áreas de intervenção (Formação/Emprego, Saúde, Habitação, Regularização); - Grau de satisfação dos utentes através de aplicação de questionário; Elaborar um Guia Orientador de Acesso à Formação/Emprego, Saúde, Habitação e outras Informações Locais.
<i>Valor</i>	4381.00 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>	80
<i>Objectivos especificos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 7</i>	Entre Gerações
<i>Descrição</i>	Dinamização de atividades intergeracionais nas diferentes instituições da freguesia de Santa Clara com população idosa, com o apoio da PAR que irá desenvolver um programa com 15 jovens do 8º ano das escolas da Freguesia. Este programa será criado pelo grupo de jovens, de acordo com os seus interesses e tendo em conta a população idosa e os seus próprios interesses.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador, 1 técnico externo (com afetação de 9h/mês ao projeto) que trabalhará com os jovens em contexto escolar; 5 técnicos parceiros formais e não formais (recurso não financeiro).
<i>Local: morada(s)</i>	CSPCG-Largo das Galinheiras,nº 10; CSPA-Estrada da Ameixoeira, nº 118; Loja do CSPCG-R. Luís de Sá, nº 1, R/C; Cantina Comunitária da JFSC-Av. Glicinia Quartin, nº 24; AURIC - Campo das Amoreiras: AURPIA - R. Direita da Ameixoeira nº18; Centro de Dia do Alto do Lumiar (SCML) - Rua Vasco da Gama Fernandes.  Gabinetes de trabalho (CSPCG), cadeiras, flipchart,



	material de economato, computador, despesas de deslocação dos jovens, impressora, data show, telefone
<b>Local: entidade(s)</b>	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, Centro de Dia do Alto do Lumiar (SCML)
<b>Resultados esperados</b>	- 80 participantes diretos, dos quais 20 jovens e 60 idosos; - 30 participantes indiretos (outros idosos que assistem, mas não participam diretamente); - dinamização de 9 ações de 2h cada por Instituição de Seniores da freguesia.
<b>Valor</b>	3066.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	80
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	3
<b>Actividade 8</b>	Seniores pela Cidadania
<b>Descrição</b>	Capacitação de um grupo de Seniores ativos que sejam uma referência positiva na comunidade e que possam acompanhar a equipa do projeto em algumas das atividades que decorrem no Balcão do Cidadão (ex. procura de emprego, encaminhamento para formação, interpretação de documentos, entre outras) e apoiar na elaboração do Guia, sendo, após o término do projeto, recursos humanos que garantirão o acompanhamento de algumas situações quer de Idosos quer de Imigrantes.
<b>Recursos humanos</b>	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). A formação do grupo será assegurada pelo coordenador de projeto e por técnicos representantes das instituições parceiras. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de Idosos.
<b>Local: morada(s)</b>	Loja do CSPCG Rua Luís Sá, nº 1, R/C Gabinete de trabalho do CSPCG - Largo das Galinheiras, nº 10
<b>Local: entidade(s)</b>	Centro Social e Paroquial da Charneca/Galinheiras
<b>Resultados esperados</b>	- Identificar pelo menos 15 Idosos da freguesia; - Capacitar um grupo de 15 idosos nas áreas de intervenção do projeto, para garantir a sustentabilidade do mesmo; - Participação voluntária de 1h/semana x 15 voluntários em





	atividades do projeto - Nº de atendimentos realizados pelos voluntários Seniores.
<i>Valor</i>	3504.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	15
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 9</i>	Balcão de Trocas
<i>Descrição</i>	O trabalho desenvolvido pelos parceiros no terreno e a recolha de sugestões e solicitações por parte de moradores, destinatários e não destinatários, permitiu identificar a necessidade de reforçar a rede de apoio alimentar (cedência e trocas), já existente no território. O reforço da rede e inovação da resposta passa pela prestação de serviços simples à população Idosa com carências económicas (acompanhamento ao supermercado; pequenas reparações, entre outras). Com o objetivo de valorizar e aplicar as competências dos destinatários em benefício próprio e da sua comunidade, pretende-se gerir um banco de trocas de bens por serviços. O sistema tem como moeda de troca, para acesso a bens em falta, o tempo dos destinatários, através da realização de serviços pontuais em prol dos Idosos e da sua comunidade. Prevê-se ainda ampliar as campanhas não só a bens alimentares como acessórios de apoio à mobilidade dos idosos (andarilhos, bengalas, canadianas, entre outros), tendo esta sido uma necessidade identificada pelo Centro de Saúde do Lumiar.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador, 1 técnico, 13 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). O coordenador é responsável por todas as tarefas inerentes à implementação da atividade: organizar stock; estabelecer parcerias e organizar campanhas de angariação de bens junto de empresas e outras entidades; levantamento, gestão e priorização dos serviços a prestar à comunidade; combinação entre perfil de competências/disponibilidade dos destinatários para serviços; acompanhamento das tarefas a realizar junto de particulares. Eq. de projeto será responsável pelas inscrições, realização e registo de trocas.
<i>Local: morada(s)</i>	Loja do CSPCG - Rua Luís Sá, nº 1, R/C Gabinete de trabalho do CSPCG - Largo das Galinherias, nº 10
<i>Local: entidade(s)</i>	Centro Social e Paroquial da Charneca/Galinherias
<i>Resultados esperados</i>	Envolver as instituições locais enquanto dinamizadores de campanha de angariação de bens;



Fomentar o sentido de responsabilidade e de entre ajuda dos destinatários promovendo o desenvolvimento de competência pessoais e sociais através da realização de tarefas pontuais e de curta duração;

Promover a auto valorização dos destinatários através do reconhecimento do seu saber fazer adquirido com experiência pessoal e profissional;

Realizar campanhas de angariação de bens junto de empresas e entidades locais (por exemplo escolas, estabelecimentos comerciais, serviços locais de atendimento ao público);

Criar documentos de regulamentação, gestão e monitorização do funcionamento da atividade (ex: regulamento, inventário, registo diário da atividade, ficha de usuário do banco, documentos de registo das trocas efetuadas)

Envolver pelo menos 40 Idosos com carência económica;  
- Envolver pelo menos 40 adultos em situação de carência económica e alimentar;

Realizar 120 trocas de bens por serviços (8h/semana x 12 meses).

<i>Valor</i>	2628.00 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>	60
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2

### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

#### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* 14

#### Constituição da equipa de projeto

*Função* Coordenador

*Horas realizadas para o projeto* 1848

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

<i>Função</i>	Técnico Part-Time
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	1050
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não

**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>	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>	482
<i>Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes</i>	600
<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>	0
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	0
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	40
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	20
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	287
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	51

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	5
--	---

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	0
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	4
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

Encargos com pessoal interno	29111.00 EUR
Encargos com pessoal externo	4500.00 EUR
Deslocações e estadias	1500.00 EUR
Encargos com informação e publicidade	1000.00 EUR
Encargos gerais de funcionamento	5500.00 EUR
Equipamentos	2200.00 EUR
Obras	0.00 EUR
<b>Total</b>	<b>43811 EUR</b>

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

Entidade	Centro Social e Paroquial da Charneca /Galinheiras
Valor	43811.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

Entidade	ANAFS
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1078.00 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

**Descrição** - As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da Anafs, com a duração de 3h: 450€  
 - Cedência de material para realização de rastreios de saúde no valor de 300€.  
 - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8€=328€

**Entidade** Instituto Politécnico de Lisboa

**Tipo de apoio** Não financeiro

**Valor** 7430.00 EUR

**Descrição** - As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade, Escola Superior de Tecnologia e Saúde de Lisboa, do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da ESTeSL, com a duração de 3h: 450€  
 - Cedência de material para realização de rastreios de saúde no valor de 500€.  
 - Disponibilização de RH da Escola Superior de Tecnologia e Saúde de Lisboa para atendimentos de saúde: 3 Estudantes x 7,5€/h x 288h=6480€

**Entidade** AURIC

**Tipo de apoio** Não financeiro

**Valor** 456.00 EUR

**Descrição** - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8€=328€  
 - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8€=96€  
 - Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8€= 32€

**Entidade** AURPI AMEIXOEIRA

**Tipo de apoio** Não financeiro

**Valor** 456.00 EUR

**Descrição** - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8€=328€  
 - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8€=96€  
 - Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8€= 32€



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

<i>Entidade</i>	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	578.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da SCML, com a duração de 3h: 450€</p> <p>- Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8€=96€</p> <p>- Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8€= 32€</p>
<i>Entidade</i>	Junta de Freguesia de Santa Clara
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1074.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da Junta de Freguesia de Santa Clara, com a duração de 3h: 450€</p> <p>- Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8€=328€</p> <p>- Sala de formação com base no valor de 8€/hora de sala para actividade 3 (Em Formação) 25h x8 €=200€</p> <p>- Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8€=96€</p>
<i>Entidade</i>	PAR - Associação
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	810.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da PAR, com a duração de 3h: 450€</p> <p>- Seguro do grupo de jovens para actividade intergeracional (Entre Gerações - actividade 7) = 92€</p> <p>- Consultas de psicologia no âmbito da actividade 2 (Mente Sã) 10€/h x 4h/mês x 9 meses=360€</p>
<i>Entidade</i>	Centro Social e Paroquial da Ameixoeira





<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	906.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico do CSPA, com a duração de 3h cada: 450€</p> <p>- Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8€=328€</p> <p>- Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8€=96€</p> <p>- Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8€= 32€</p>
<i>Entidade</i>	Centro de Saúde do Lumiar
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	650.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5€/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico do Centro de Saúde do Lumiar com a duração de 3h: 450€</p> <p>- Disponibilização de recursos humanos para dinamizar Actividade 3 (Em Formação) - 10h x 20€ =200€;</p>

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	43811 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	43811 EUR
<i>Total do Projeto</i>	57249 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	482