

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: 091

Vida MAIS Segura



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 CRISTÃ DE REINserÇÃO E APOIO SOCIAL

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* ASSOCIAÇÃO DE APOIO E SEGURANÇA PSICO-SOCIAL

*Designação* Agrupamento de Escolas D. Dinis, Lisboa

*Designação* Blue Ocean Medical, Lda.

*Designação* AGIRXXI- Associação para a Inclusão Social

*Designação* Junta de Freguesia de Marvila

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Vida MAIS Segura

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 30. Condado

#### Síntese do Projecto

*Fase de execução* Promover a inclusão e prevenção na área da saúde para toda a comunidade mediante ações de prevenção nas áreas dos comportamentos de risco. Proporcionar medicamentos a pessoas com manifesta carência económica e com ato médico praticado. Formar todos os alunos e staff da ES D. Dinis mais todos os funcionários da Junta de Freguesia de Marvila em Reanimação Cardiopulmonar. Formar quatro formadores da ES D. Dinis e dois da JF de Marvila em SBV.

*Fase de sustentabilidade* Os formadores de SBV estarão perfeitamente aptos e capacitados para dar continuidade à formação de novos alunos e munícipes, assim alargando o número de pessoas capazes de intervir em situação de paragem cardiorrespiratória. A ACRAS irá promover as ações de prevenção os alunos que não beneficiaram delas na fase de execução. A MAIS farmácia irá funcionar com medicamentos doados.

---

### DESCRIPÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* De acordo com a Organização Mundial para a Saúde, a saúde define-se como o total bem-estar físico, mental e social, e



não apenas a ausência de doença. A prevenção é uma arma poderosa na prevenção da doença e da inclusão social. Estima-se que em 2020 a obesidade afete 21% dos portugueses e 22% das portuguesas, valores que sobem em 2030 para 27% e 26% em ambos os sexos. Segundo o Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto "a faixa dos adolescentes é na verdade aquela que parece apresentar piores indicadores, destacando-se o baixo consumo de fruta e hortícolas, a elevada ingestão de refrigerantes e a inactividade física". No que diz respeito a comportamentos de risco, o Dr. João Goulão, diretor do SICAD, diz que o consumo de drogas e álcool tem vindo a aumentar em Portugal desde 2012. Quanto à necessidade imperiosa da formação em RCP, ocorrem no país cerca de 10 mil casos de paragem cardiorrespiratória por ano. Segundo dados do INEM, apenas 3% das vítimas sobrevive, o que reflete as lacunas do nosso sistema de socorro pré-hospitalar. Em 57% das paragens cardiorrespiratórias presenciadas não é realizada qualquer manobra de reanimação até chegada do socorro. Sendo Marvila uma freguesia com mais de 1,300 beneficiários de RSI, o apoio na medicação a pessoas com fragilidade económica, é um passo fundamental na promoção da saúde, inclusão e prevenção de quadros doentes agravados.

<i>Temática preferencial</i>	Inclusão e Prevenção
<i>Destinatários preferenciais</i>	Comunidade
<i>Objectivo geral</i>	<p>A saúde é um bem essencial de valor incalculável. Sem ela, não é possível a existência de uma sociedade sustentável. O projeto Vida MAIS Segura assenta na tríade da saúde: Prevenção; Tratamento, via fornecimento de Medicamentos Apoiados para a Inclusão e Saúde; e Reanimação Cardiopulmonar (RCP).</p> <p>Prevenir doenças e comportamentos de risco é fundamental na promoção da saúde a longo prazo. Capacitar os jovens com ferramentas que facilitem as escolhas saudáveis é fundamental para a prevenção de fatores de risco como são o tabagismo, as doenças sexualmente transmissíveis e a má alimentação e sedentarismo, por exemplo.</p> <p>Proporcionar medicamentos a pessoas com comprovada carência económica, para além de ser uma questão de justiça social, é um ato de inclusão porque o circuito do modelo biomédico é completado. A toma atempada de medicamentos pode também ser uma prevenção de agravamento do quadro da saúde dos doentes.</p> <p>Por fim, a formação em RCP é fundamental para fortalecer e alargar a cadeia da sobrevivência. A formação em RCP de mais de 1,400 pessoas é o primeiro passo para a criação de uma rede de life-savers na cidade. Aumentar a possibilidade da sobrevivência a uma paragem cardíaca e melhorar a qualidade de vida dos sobreviventes da mesma é o que implica a formação em RCP.</p>

**Objetivos Específicos de Projeto**





articulação com a médica, fazem a triagem, classificação e armazenamento em gabinete próprio para futura dispensa aos utentes. Ao longo dos três anos da farmácia social, já apoiamos mais de 500 utentes. A visibilidade dada pelo projeto Vida MAIS Segura do Bip Zip será aproveitada para ampliar a capacidade de angariação de medicamentos doados.

### Objetivo Específico de Projeto 3

#### Descrição

A reanimação cardiopulmonar (RCP) é fundamental, não apenas para salvar vidas, mas para melhorar exponencialmente a qualidade de vida das vítimas de paragem cardíacas que sobrevivem, garantindo uma oxigenação dos órgãos vitais durante a paragem. É uma competência que todo o cidadão deveria de dominar. Assim, o projeto Vida MAIS Segura contempla a formação de todos os alunos e colaboradores da ES D. Dinis e de todos os funcionários da Junta de Freguesia de Marvila, criando assim uma rede de mais de 1,400 salva-vidas.

A formação será realizada seguindo o formato de mass-training do INEM e da American Heart Association. Para além destes, iremos formar 6 formadores em Suporte Básico de Vida, sendo quatro funcionários da ES D. Dinis e dois funcionários da Junta de Freguesia de Marvila.

#### Sustentabilidade

A sustentabilidade assenta no facto do projeto Vida MAIS Segura garantir 6 formadores no terreno, a fim de poderem replicar, repetir e reforçar a formação em RCP. Assim, os funcionários da ES D. Dinis podem dar SBV aos novos alunos no ano seguinte, reforçar as competências daqueles que serão formados ao longo do primeiro ano e alargar a oferta ao agrupamento. Pela Junta de Freguesia de Marvila, os formadores podem dar SBV a grupos comunitários, clubes desportivos e recreativos, etc.

---

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

#### Actividade 1

Prevenções

#### Descrição

Promover a inclusão e prevenção na área da saúde mediante ações de prevenção nas áreas dos comportamentos de risco. As temáticas serão a alimentação saudável e atividade física; a promoção antitabágica; a promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos aditivos; e a sexualidade segura. Trata-se de colocar à disposição dos alunos ferramentas proativas para poderem estar melhor preparados a tomar decisões saudáveis no que respeita à saúde e à cidadania ativa.

Criaremos uma ponte de comunicação entre os alunos e as entidades formadoras e seus profissionais, criando mecanismos de consulta e resposta anónima para que os



alunos possam ter um espaço seguro onde desfazer dúvidas, medos e mitos. Os resultados serão divulgados mensalmente nas plataformas Facebook e Instagram, em formato "Já agora, sabias que..." por forma a que nenhum aluno se veja exposto.

<b>Recursos humanos</b>	Para além das técnicas da ACRAS (médica, farmacêutica, assistente social), contaremos com a colaboração de técnicos da AASPS e formadores voluntários da Ocean Medical
<b>Local: morada(s)</b>	Escola Secundária Dom Dinis; R. Manuel Teixeira Gomes 66, 1950-189 Lisboa
<b>Local: entidade(s)</b>	Agrupamento de Escolas D. Dinis
<b>Resultados esperados</b>	Quatro sessões com 250 alunos cada. Empowerment e capacitação por parte dos alunos na hora de fazer escolhas no que diz respeito a comportamentos de risco na área da saúde. Faremos questionários prévios sobre as temáticas a serem leccionadas e inquéritos sobre alterações de comportamentos após a conclusão das mesmas. A plataforma informativa servirá de reforço de comportamentos saudáveis.
<b>Valor</b>	7500.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 3, Mês 5, Mês 7, Mês 9
<b>Periodicidade</b>	Pontual4
<b>Nº de destinatários</b>	1000
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1
<b>Actividade 2</b>	MAIS Farmácia
<b>Descrição</b>	Dispondo de uma médica especialista em medicina interna, uma farmacêutica e uma assistente social, a ACRAS pretende apoiar pessoas com comprovada carência económica com a aquisição dos medicamentos, objeto de ato médico prévio. Os parceiros da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, AGIR XXI, Junta de Freguesia de Marvila e restantes parceiros da Comissão Social de Freguesia encaminharão os utentes para serem apoiados. Os utentes dirigir-se-ão ao Centro de Apoio Social da ACRAS, onde o pedido de apoio será validado pela equipa técnica. O medicamento será levantado numa das farmácias com as quais a ACRAS tem protocolo de colaboração.
<b>Recursos humanos</b>	Assistente social, médica e farmacêutica da ACRAS
<b>Local: morada(s)</b>	Centro de Apoio Social da ACRAS, Rua Botelho de Vasconcelos, Lt. 560, 1º e 2º, 1950-045 Marvila
<b>Local: entidade(s)</b>	Centro de Apoio Social da ACRAS



<i>Resultados esperados</i>	apoiar pelo menos 300 pessoas com medicamentos
<i>Valor</i>	33500.00 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>	Diário
<i>Nº de destinatários</i>	300
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 3</i>	RCP - Reanimação Cardiopulmonar
<i>Descrição</i>	A reanimação cardiopulmonar (RCP) é fundamental, não apenas para salvar vidas, mas para melhorar exponencialmente a qualidade de vida das vítimas de paragem cardíacas que sobrevivem, garantindo uma oxigenação dos órgãos vitais durante a paragem. É uma competência que todo o cidadão deveria de dominar. Assim, o projeto Vida MAIS Segura contempla a formação de todos os alunos e colaboradores da ES D. Dinis e de todos os funcionários da Junta de Freguesia de Marvila, criando assim uma rede de mais de 1,400 salva-vidas.
<i>Recursos humanos</i>	Os formadores da ACRAS e da Ocean Medical em SBV e outros formadores voluntários.
<i>Local: morada(s)</i>	Escola Secundária Dom Dinis; R. Manuel Teixeira Gomes 66, 1950-189 Lisboa e Junta de Freguesia de Marvila; Av. Paulo VI 4, 1950-159 Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Pavilhão da ES D. Dinis e sala multiusos da Junta de Freguesia de Marvila
<i>Resultados esperados</i>	Formar 1400 pessoas em RCP e 6 formadores em Suporte Básico de Vida
<i>Valor</i>	9000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 2, Mês 4, Mês 6, Mês 8, Mês 10, Mês 11
<i>Periodicidade</i>	Pontual6
<i>Nº de destinatários</i>	1400
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**



Nº de parceiros mobilizados 12

**Constituição da equipa de projeto**

*Função* Coordenadora

*Horas realizadas para o projeto* 520

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Gestor

*Horas realizadas para o projeto* 1040

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Assistente Social

*Horas realizadas para o projeto* 1040

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Farmacêutica

*Horas realizadas para o projeto* 520

*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%)* 0

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

**Destinatários (Resultados)**

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP*







<i>Encargos com pessoal interno</i>	17520.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	4500.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	0.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	1250.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	26730.00 EUR
<i>Equipamentos</i>	0.00 EUR
<i>Obras</i>	0.00 EUR
<i>Total</i>	50000 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	ASSOCIAÇÃO CRISTÃ DE REINserÇÃO E APOIO SOCIAL
<i>Valor</i>	50000.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	ACRAS
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	17000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Afetação das horas investidas por parte da médica e farmacêutica sem contrapartida financeira no projeto.
<i>Entidade</i>	Ocean Medical
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	4000.00 EUR
<i>Descrição</i>	uso de todo o material pedagógico nas sessões de formação de RCP

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	50000 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	50000 EUR
<i>Total do Projeto</i>	71000 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	2700