

experiências
projectos parcerias
transformar
novo ciclo



**HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL** Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais **BIP/ZIP**

Programa BIP/ZIP 2017

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 032

HABIL(I)DOSOS DO BAIRRO



BAIROS e ZONAS
de Intervenção
Prioritária de Lisboa

Grupo de Trabalho dos Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária (BIP/ZIP)

Rua Nova do Almada, nº 2 - 3º Andar 1100-060 Lisboa | Telefone: 21 322 73 60 | Email - bip.zip@cm-lisboa.pt

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Médicos do Mundo, Associação

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação ORIENTAR - Associação de Intervenção para a Mudança

Designação Centro Social do Exército de Salvação

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação HABIL(I)DOSOS DO BAIRRO

BIP/ZIP em que pretende intervir 57. Empreendimento Municipal - Rua João Nascimento Costa
59. Empreendimento Municipal Rua Carlos Botelho
60. Coop. Rua João Nascimento Costa / Carlos Botelho

Síntese do Projecto

Fase de execução A intervenção da MdM com a população idosa pretende incrementar o papel activo que os seniores podem ter na economia e vida social dos seus bairros. Pretende-se valorizar as potencialidades dos idosos da comunidade, revitalizando um atelier de costura e criando um Banco de Ajudas Técnicas, em resposta às necessidades de pequenos arranjos domésticos e de costura. Irá ser priorizada a implementação de melhorias nos domicílios com recurso a ajudas técnicas, aos utentes do SAD.

Fase de sustentabilidade Pretende-se criar uma rede com os serviços e comércio locais e estreitar estes laços de forma que, com o término do projecto, a alavancagem protagonizada pela MdM dê os seus frutos junto do grupo de trabalho dos idosos e dos parceiros. Prevê-se que a intervenção do Banco de Ajudas Técnicas e do Atelier de Costura se mantenham activos no Serviço de Apoio Domiciliário MdM e ainda, que continue a receber sinalizações das entidades parceiras.

DESCRIÇÃO DO PROJECTO**Objetivo Geral de Projeto**

Diagnóstico O envelhecimento demográfico é uma realidade mundial, sendo Portugal apontado como o sexto país mais envelhecido do mundo. No contexto das consequências e desafios que a maior



longevidade acarreta, a OMS adoptou, no final dos anos 90, o modelo Envelhecimento Activo (EA), entendido como um processo de cidadania plena, em que se optimizam oportunidades de participação, segurança e uma maior qualidade de vida à medida que as pessoas vão envelhecendo. Trata-se de um processo que envolve atitudes individuais de promoção de estilos de vida saudáveis ao longo da vida, de forma a contribuir para a manutenção de autonomia do indivíduo em idade mais avançada. A MdM pretende intervir nos bairros BIP/ZIP: 57; 59 e 60, sobre a temática da Inclusão e Prevenção. São bairros com elevado número de pessoas idosas, onde o envelhecimento demográfico é uma realidade. O PDS 2017-2020 identifica os seniores como um dos grupos mais vulneráveis no que se refere ao acesso a condições de habitação condigna, de saúde, de segurança e de cuidados sociais; as condições de habitabilidade, de mobilidade e de acessibilidade são os aspectos mais referidos como inibidores da sua participação social e como reforço do isolamento e da solidão. Torna-se imperativo as práticas/dinâmicas de proximidade sociocomunitária, desenvolvidas numa lógica de articulação entre instituições, serviços e redes de voluntariado social, associado à divulgação de informações sobre direitos/serviços.

Temática preferencial

Promover a Inclusão e a Prevenção

Destinatários preferenciais

Idosos

Objectivo geral

Tendo como base o Diagnóstico Social e o Plano de Desenvolvimento Social 2017-2020, Eixo 2: Intervenção em Públicos-Alvo – Pessoas Idosas, o objectivo do projecto HABIL(I)DOSOS DO BAIRRO concorrerá para algumas das finalidades do plano. O facto das pessoas idosas poderem estar ocupadas numa actividade que gostam, como exemplo os Ateliers, irá promover a sua autonomia e inclusão social na comunidade, bem como potenciar a longevidade das pessoas idosas com competências sociais reforçadas e fomentar o envelhecimento activo e participação cívica. De forma complementar a introdução de ajudas técnicas nos domicílios sinalizados de idosos com carências económicas comprovadas possibilitará a melhoria do seu estado de saúde e por consequência a qualidade de vida diária.

Como objectivo geral do projecto foi definido o seguinte: Contribuir para a melhoria da saúde e bem-estar da população sénior residente nos bairros BIPZIP, Empreendimento Municipal – Rua João Nascimento Costa; Empreendimento Municipal Rua Carlos Botelho; Coop. Rua João Nascimento Costa/ Carlos Botelho.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1



Descrição

Para alcançarmos o objectivo geral, foi traçado como um dos objectivos específicos: Promover a aquisição de competências técnicas a 70% dos idosos no âmbito do Atelier de Costura e de pequenos Arranjos Domésticos. Prevemos a constituição de dois grupos de idosos, um que será o do atelier de costura e o outro o grupo de bricolage. Pretende-se desta forma manter os idosos activos e a desenvolver actividades em prol da comunidade onde vivem.

Sustentabilidade

O atelier de Costura encontra-se em funcionamento há cerca de 5 anos em que o grupo de costureiras possui já uma dinâmica de trabalho bem estipulada. A execução de arranjos para idosos da comunidade é algo que é bastante solicitado mas até à data a actividade ainda não deu resposta a esta solicitação. Prevê-se através do projecto a organização do grupo e da gestão dos pedidos para no futuro o atelier funcionar de forma autónoma. No que respeita a necessidade de pequenos arranjos domésticos verifica-se um pedido crescente. Uma vez que a comunidade dos BIPZIP assinalados é maioritariamente idosa, estima-se que haverá sempre a sinalização de idosos/domicílios com identificação de necessidades a estes níveis. Em relação à manutenção dos grupos, o facto de ser um projecto comunitário, permite a divulgação informal e desinteressada dos apoios, o que trará novos elementos a participar. Sendo esta uma resposta da comunidade para comunidade, a sustentabilidade do objectivo proposto parece assegurada.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

O segundo objectivo Especifico será: Aumentar a autonomia e a mobilidade de 75% dos idosos sinalizados. A introdução de uma ajuda técnica num domicílio tem duas vertentes, a primeira que é ajudar a pessoa a realizar uma tarefa diária que até ao momento não realiza ou se realiza está dependente de alguém que a ajude e, por outro, como consequência existirá um aumento na sua autonomia, mobilidade e da redução do risco de queda. Da experiência da Médicos do Mundo, esta necessidade é uma realidade diária nos vários domicílios onde presta apoio e a dificuldade na obtenção destas ajudas em alguns casos é a falta de conhecimento da sua existência. O facto de possibilitarmos a introdução destas ajudas para além dos efeitos directos na melhoria de vida, de forma indirecta estaremos a contribuir para que o número de quedas seja menor, logo, menos idas ao hospital, menos internamentos e mais saúde no processo de envelhecimento. As ajudas técnicas serão adquiridas pelo projecto, caso não existam no Banco de AT ou nesta resposta dada por outros parceiros. A prioridade será atribuída segundo critérios de avaliação clínica realizada pelo técnico de saúde, que acompanhará a introdução da AT no domicílio, a sua adaptação por parte do

idoso e a monitorização. Aumentar a longevidade nem sempre é um indicador positivo por si só, ao associarmos-lhe autonomia, mobilidade e acesso a uma qualidade de vida, passa a ser um indicador de sucesso.

Sustentabilidade

A autonomia e mobilidade dos utentes beneficiários são tanto maiores quanto for o discernimento dos apoios prestados. Neste sentido, preconiza-se a cedência de material de ajudas técnicas para que haja uma rentabilização eficiente dos recursos disponíveis e adquiridos ao longo do projecto. No que concerne às entidades parceiras locais, manterão o contacto com estes idosos no sentido de manterem as respostas às sinalizações e o aconselhamento na execução. Acresce a estes dois pontos o espírito protector e de entreaajuda dos idosos com os seus pares, já verificado em grupos de voluntariado anteriores, o que mantém vivo o envolvimento comunitário e abertura a novos participantes.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

-

Sustentabilidade

-

CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

Actividade 1

Atelier de costura

Descrição

Pretende-se que o atelier de costura funcione semanalmente (duas vezes por semana) e que tenha como principal objectivo a recepção de pedidos de arranjos vindos da comunidade e que dê resposta aos mesmos. Para tal, será constituído um grupo de aproximadamente 10 idosos que tenham conhecimentos de costura e gosto por esta arte. A MdM dará apoio técnico para a constituição e gestão do grupo, bem como dos pedidos e resposta aos mesmos. Será um serviço aberto a toda a comunidade, mas com especial enfoque para as pessoas que tenham escassos recursos económicos. O maior investimento seria a aquisição das máquinas, contudo estas serão emprestadas pela MdM, garantindo o projecto a manutenção das mesmas em caso de necessidade.

Recursos humanos

Os recursos humanos que estarão afectos ao atelier de costura serão a coordenadora de projecto, que terá como responsabilidade a monitorização da actividade, a técnica de projecto que ficará responsável por todo o apoio directo aos idosos, nas actividades regulares do atelier, na gestão do grupo e na recepção e resposta aos pedidos que cheguem

por parte da comunidade.

Local: morada(s) A actividade decorrerá nas salas de catequese, nas instalações da Paróquia do Espírito Santo, sediada na Rua Eng. Maciel Chaves 8, 1900-221 Lisboa.

Local: entidade(s) A entidade que disponibilizará o espaço é a Paróquia do Espírito Santo.

Resultados esperados Os resultados esperados para esta actividade são:
 1. Grupo de 10 idosos que colaboram activamente no atelier de costura;
 2. 50 Arranjos de costura realizados.

Valor 5200 EUR

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

Periodicidade Pontual

Nº de destinatários 40

Objectivos específicos para que concorre 1

Actividade 2 Pequenos Arranjos Domésticos

Descrição A actividade que designamos de Pequenos Arranjos Domésticos, consistirá na constituição de um grupo de idosos com conhecimentos na área da bricolage e que se encontre disponível para se deslocar à casa dos idosos que precisam deste tipo de apoio. Não se pretende a realização de grandes obras mas sim de pequenos trabalhos/reparações ao domicílio. Existem constrangimentos diários que acontecem na casa dos idosos e que, por falta de recursos económicos ou de conhecimento e informação, acabam por perdurar no tempo retirando por vezes qualidade de vida aos mesmos. Os pequenos arranjos domésticos poderão consistir na mudança de uma lâmpada, de um arranjo do estore ou do estendal, de uma tomada que deixou de funcionar. Será um idoso com conhecimentos na área que irá ajudar e prestar o serviço a outro. Para este apoio, pretendemos que o grupo de voluntários idosos seja o mais heterogéneo possível e recuperar as artes de cada um, desde o canalizador, ao carpinteiro e electricista. Sendo estes serviços especializados, caros e difíceis de encontrar pessoas de confiança para a sua realização, pensamos que será uma mais-valia para as partes. Para os que se disponibilizam, que mantem desta forma a sua actividade e utilidade em prol de outro e, para os que recebem, poderem manter alguma qualidade de vida diária.

Recursos humanos Para o desenvolvimento da actividade os Recursos Humanos a

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

afectar será a coordenadora e técnica do projecto, bem como a bolsa de voluntários, grupo de idosos "especialistas" que se irá constituir.

Local: morada(s)

A actividade decorrerá nas salas da catequese, nas instalações da Paróquia do Espírito Santo sediada na Rua Eng. Maciel Chaves 8, 1900-221 Lisboa e em domicílios nos bairros BIP/ZIP: 57; 59 e 60.

Local: entidade(s)

A entidade que disponibilizará o espaço é a Paróquia do Espírito Santo.

Resultados esperados

Os resultados esperados para esta actividade são:

1. Grupo de 5 idosos que colaboram activamente nas actividades de reparações domésticas.
2. Execução de 50 Pequenos arranjos domésticos.

Valor

5400 EUR

Cronograma

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

Periodicidade

Diário

Nº de destinatários

30

Objectivos específicos para que concorre

1

Actividade 3

Banco AT

Descrição

O Banco de Ajudas Técnicas é um banco que se pretende criar para dar resposta às necessidades diárias apresentadas pelos idosos, aos quais a equipa do serviço de apoio domiciliário apoia diariamente. O Banco de Ajudas Técnicas será criado no gabinete que a Médicos do Mundo tem na Paróquia do Espírito Santo e o qual tem espaço para receber e organizar as AT. Neste espaço iremos organizar o equipamento que temos e que nos foi doado e adquirir ajudas técnicas prementes para situações sinalizadas.

Recursos humanos

Os recursos humanos afectos ao Banco de Ajudas Técnicas serão a coordenadora de projecto, a técnica que será responsável pela gestão, organização do espaço e equipamento e os parceiros formais e informais, que poderão doar ajudas técnicas caso as tenham.

Local: morada(s)

A actividade decorrerá nas salas da catequese, nas instalações da Paróquia do Espírito Santo sediada na Rua Eng. Maciel Chaves 8, 1900-221 Lisboa.

Local: entidade(s)

A entidade que disponibilizará o espaço é a Paróquia do Espírito Santo.



| | |
|---|--|
| Resultados esperados | O resultado que prevemos alcançar é a criação do Banco de Ajudas Técnicas e que este no final do projecto se encontre a funcionar em pleno. |
| Valor | 8400 EUR |
| Cronograma | Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12 |
| Periodicidade | Semanal |
| Nº de destinatários | 30 |
| Objectivos específicos para que concorre | 2 |
| Actividade 4 | AT ao Domicilio |
| Descrição | <p>No seguimento da criação do Banco de Ajudas Técnicas pretende-se que as mesmas sejam aplicadas nos domicílios sinalizados. As ajudas técnicas (AT) a implementar consistem em barras para wc, bancos e cadeiras para duche, adesivo antiderrapante, andarilhos, canadianas, camas articuladas, cadeiras de rodas, caixas de medicação semanal, entre outros. O processo de implementação das AT inicia-se com a sinalização da situação do idoso por parte da comunidade e parceiros. Após este contacto, a equipa fará a sua avaliação presencial, averiguando as necessidades impostas e o risco de queda existente. Após diagnóstico, far-se-á o plano e, posteriormente, a sua implementação. A criação de uma base de dados/inventário será imprescindível para a verificação da existência e disponibilidade da AT. O projecto para a concretização desta actividade, e sempre que o banco não possua a AT, irá recorrer ao apoio de outros bancos existentes na cidade e articular de forma à rentabilização dos recursos. Caso a AT não exista em banco, e a necessidade do idoso seja considerada prioritária e urgente, será adquirida através de recursos do projecto. Todo este procedimento é registado no processo. A equipa e os idosos dos pequenos reparos darão resposta à implementação da AT no domicílio e realizarão o ensino acerca da sua utilização, manutenção e devolução quando já não for necessária. Posteriormente será reavaliada a situação, visando o incremento da mobilidade e autonomia do idoso/cuidador.</p> |
| Recursos humanos | Os recursos humanos afectos serão a coordenadora de projecto, técnica e o grupo de voluntários idosos constituído para as reparações domésticas. Os parceiros formais e informais também irão ter um papel fundamental para apoiar na doação de AT ou partilha de alguns materiais. |
| Local: morada(s) | A actividade irá acontecer na casa dos idosos sinalizados, |

sendo que estes residem nos Bairros: Empreendimento Municipal - Rua João Nascimento Costa; Empreendimento Municipal Rua Carlos Botelho; Coop. Rua João Nascimento Costa/ Carlos Botelho.

Local: entidade(s)

A Médicos do Mundo, através da sua Representação Lisboa, sediada na Rua Almirante Sarmiento Rodrigues, dará o suporte técnico/ supervisão da actividade.

Resultados esperados

Com a introdução das Ajudas Técnicas no domicílio dos idosos sinalizados, esperamos como resultados:

1. Aumento autonomia e da mobilidade com introdução de ajudas técnicas adaptadas a 75% da população com necessidades identificadas;
2. Redução do risco de queda em 75% dos casos sinalizados.

Valor

3600 EUR

Cronograma

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

Periodicidade

Diário

Nº de destinatários

30

Objectivos específicos para que concorre

2

Actividade 5

Avaliação e Monitorização Projecto

Descrição

A avaliação e monitorização do projecto estarão presentes desde o início do projecto. A primeira etapa do projecto passará pela divulgação do mesmo junto dos parceiros e comunidade. Primeiro com o objectivo de apoiarem na sinalização de idosos, quer para fazerem parte dos ateliers, quer para serem beneficiários do apoio destes.

A etapa da monitorização das actividades ficará a cargo dos idosos, que serão responsáveis pelos registos dos apoios dados/domicilio, bem como lhes será solicitado apoio para os inputs durante as reuniões mensais, para a elaboração dos relatórios a apresentar.

A avaliação do projecto estará espelhada nos relatórios através do cumprimento de indicadores, para os quais serão envolvidos os parceiros formais e informais.

Recursos humanos

Os RH afectos a esta actividade serão os Idosos que participam nas actividades (costura e reparos), os beneficiários dos arranjos, os idosos que beneficiarão das ajudas técnicas, parceiros formais e informais, comunidade e equipa do projecto. Serão envolvidos todos os beneficiários directos e indirectos do projecto.

| | |
|---|--|
| <i>Local: morada(s)</i> | Dependendo do momento, a actividade poderá realizar-se na Representação Lisboa da MdM, na Rua Almirante Sarmiento Rodrigues, nas Instalações da Paróquia do Espírito Santos ou nas instalações de um parceiro da comunidade. |
| <i>Local: entidade(s)</i> | Será a Médicos do Mundo através da Representação Lisboa. |
| <i>Resultados esperados</i> | Os resultados esperados são os previstos no quadro lógico do projecto (documento em anexo). |
| <i>Valor</i> | 3600 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> | 55 |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 1, 2 |

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 15

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador de Projecto

Horas realizadas para o projeto 1170

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico de Projecto

Horas realizadas para o projeto 1040

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Voluntários (costura)

Horas realizadas para o projeto 1040
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Sim

Função Voluntários (bricolage)
Horas realizadas para o projeto 780
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Sim

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 destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 40

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 0

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 0

Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 0

Nº de destinatários mulheres 30

Nº de destinatários desempregados 0

Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 0

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) 35

| | |
|---|----|
| <i>Nº de destinatários imigrantes</i> | 0 |
| Produtos/Elementos tangíveis da intervenção | |
| <i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i> | 50 |
| <i>Nº de intervenções em edifício para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade</i> | 60 |
| <i>Nº de intervenções no espaço público</i> | 0 |
| <i>Nº de publicações criadas</i> | 0 |
| <i>Nº de páginas de Internet criadas</i> | 0 |
| <i>Nº de páginas de facebook criadas</i> | 0 |
| <i>Nº de vídeos criados</i> | 0 |
| <i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i> | 0 |
| <i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i> | 0 |
| <i>Numero de Ajudas Técnicas angariadas</i> | 70 |

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

| | |
|--|-----------|
| <i>Encargos com pessoal interno</i> | 16800 EUR |
| <i>Encargos com pessoal externo</i> | 0 EUR |
| <i>Deslocações e estadias</i> | 0 EUR |
| <i>Encargos com informação e publicidade</i> | 0 EUR |
| <i>Encargos gerais de funcionamento</i> | 4600 EUR |
| <i>Equipamentos</i> | 4800 EUR |
| <i>Obras</i> | 0 EUR |
| <i>Total</i> | 26200 EUR |

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Médicos do Mundo, Associação

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Valor 26200 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Associação Orientar

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 500 EUR

Descrição Valor estimado para o RH da entidade afecto ao projecto nomeadamente na divulgação das actividades e na sinalização de idosos para os ateliers e para beneficiar de apoio. A avaliação do projecto será partilhada por todos os intervenientes e a presença dos parceiros formais e informais será solicitada em momentos chave.

Entidade Paróquia do Espírito Santo

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 360 EUR

Descrição A Paróquia do Espírito santo é parceiro da MdM desde o ano de 2001, neste projecto irá ceder o espaço físico, nomeadamente as salas da catequese que se encontram disponíveis e que possibilitarão o desenvolvimento dos ateliers. No mesmo espaço MdM possui um gabinete onde presta as consultas de enfermagem e onde será organizado o Banco de Ajudas Técnicas.

Entidade Macovinci - Soc. Mat. Construção Lda

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 600 EUR

Descrição O Sr. João Carlos da Silva colaborador da empresa de Macovinci, irá apoiar na consultoria dos materiais de bricolage a adquirir para as várias intervenções domiciliárias.

Entidade Exercito de Salvação

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 500 EUR

Descrição Valor estimado para o RH da entidade afecto ao projecto nomeadamente na divulgação das actividades e na sinalização de idosos para os ateliers e para beneficiar de apoio. A avaliação do projecto será partilhada por todos os intervenientes e a presença dos parceiros formais e informais será solicitada em momentos chave.

TOTAIS

| | |
|--|-----------|
| <i>Total das Actividades</i> | 26200 EUR |
| <i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i> | 1960 EUR |
| <i>Total do Projeto</i> | 28160 EUR |
| <i>Total dos Destinatários</i> | 185 |

