

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: 072

Unidos pelo 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 Associação de Andebol de Lisboa

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Escola Superior de Saúde Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação Unidos pelo Bairro

BIP/ZIP em que pretende intervir 51. Cascalheira / Alvito Velho

Síntese do Projecto

Fase de execução

Criar e administrar serviços de apoio na área da fisioterapia e da enfermagem, destinados aos idosos. Promover o envelhecimento ativo e saudável da população senior através de: prevenção da demência através de diversas atividades (ex. estimulação cognitiva); incentivar a prática de exercício físico; promover passeios, workshop, partilha de experiências, entre outros.
Promover uma "competição" entre bairros, envolvendo os próprios moradores, para conseguirem ter o melhor bairro e o mais limpo.

Fase de sustentabilidade

Conseguida através da consolidação das parcerias e pelo envolvimento da comunidade. Pretende-se que a comissão de moradores dê continuidade ao projeto já que ficam criadas as bases para a manutenção de boas práticas. Os programas de workshops e sessões de sensibilização contribuem para assegurar a intervenção direta e envolvimento ativo de toda a comunidade. O espaço ficará recuperado (em conformidade com as necessidades existentes e respetivas alterações, durante a fase de execução do projeto).

DESCRIÇÃO DO PROJECTO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico

A zona do Alvito Velho caracteriza-se por problemáticas como o isolamento geográfico, que promove o isolamento da população. A população residente é, na sua maioria, idosos ou imigrantes (fixação de pessoas sem ligação ao território), factor que promove a falta de coesão social. Quanto à população idosa, podemos identificar quais as

problemáticas a ela inerente: o isolamento, a dependência física, psíquica e/ou social, baixos recursos económicos, ausência de suporte familiar, entre outros.

O bairro do

Alvito Velho é um bairro isolado com zonas de abandono e segregação. Existe um cenário de isolamento e abandono que continua a crescer. Identificou-se elevada existência de casas degradadas e vazias dificultando relações de proximidade, intergeracionais e de pares. A inexistência de espaço público comum e acesso a serviços de apoio estruturados impediu também a cidadania ativa, competências comunicativas, sociais, expressivas e criativas; dificuldade de compromisso mútuo; imaginário e repertório partilhado.

Temática preferencial

Promover a Inclusão e a Prevenção

Destinatários preferenciais

Idosos

Objectivo geral

Promover o envelhecimento ativo e saudável dos idosos, levando à integração na Comunidade e na Sociedade. Contribuir para a melhoria dos cuidados com a saúde, a mobilidade e a acessibilidade, promovendo a integração social dos mais idosos. Promover a coesão social da comunidade, através da capacitação para a cidadania ativa e criação de imagem positiva do bairro criação e administração de serviços de apoio de fisioterapia e de enfermagem e rastreios de saúde, bem como promoção do envelhecimento ativo e saudável da população sénior, através da prevenção da demência (ex. Estimulação cognitiva e da memória) .

A promoção da participação ativa dos moradores, através da dinamização de reuniões comunitárias, formações, envolvimento da comunidade na dinamização de atividades e levantamento de dados concretos sobre o bairro, com os habitantes, para melhor combater os problemas existentes. Melhoria da imagem do bairro e melhoria das relações de vizinhança, através de uma 'competição' com o objetivo de conseguirem ficar com o melhor bairro e o mais limpo (envolve consciência ambiental e responsabilidade na qualidade da vida do bairro), passeios culturais e atividades dirigidas à população idosa.

A relação com outras instituições fora do bairro é também uma finalidade. O foco deste projeto está na promoção do envelhecimento ativo e saudável da população sénior, no fortalecimento de dinâmicas saudáveis entre os moradores e na redução da prevalência de comportamentos desajustados, através do aumento e consolidação de uma rede comunitária entre instituições dentro e fora do bairro, que permita assim a renovação da vida e da imagem do mesmo. A sustentabilidade da sua ação, no sentido de continuar a perspetivar a melhoria da vida em comunidade baseia-se no envolvimento dos moradores na dinamização de atividades e na consolidação da parceria com a Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha (no registo está como CVP delegação de Lisboa).

Descrição Disponibilizar serviços de apoio nas áreas da fisioterapia e de enfermagem aos idosos (inclui rastreios de saúde que se verifiquem adequados e necessários).

Sustentabilidade A valorização dos cuidados de saúde e consequente melhoria do bem estar dos idosos, aliado à consolidação da parceria com a ESSCVP (Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa) contribuem para uma sustentação e continuação da existência destes serviços, mesmo depois de terminada a nossa intervenção.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição Promover o envelhecimento ativo e saudável dos idosos, tendo por base 3 pilares:

- incentivar para a prática de exercício físico;
- prevenir a demência e a saúde mental em geral;
- dinamizar encontros e facilitar partilha de experiências, para uma maior inclusão da população idosa na comunidade, bem como torná-la mais ativa e interventiva, socialmente.

Sustentabilidade A sustentabilidade será assegurada como resultado da intervenção direta e envolvimento ativo de toda a comunidade durante o programa. Cada interveniente em particular deverá ser um agente de mudança e, simultaneamente, corresponsável pelas metas que alcança. A motivação intrínseca torna-se o maior aliado e o motor, para que várias atividades e dinâmicas se perpetuem, principalmente, com a vontade e comprometimento das pessoas envolvidas. Por outro lado, o envolvimento dos parceiros no projeto e a vontade de que os objetivos sejam atingidos e que as boas práticas se mantenham, são fatores adjuvantes para a sustentabilidade deste programa.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição Valorizar os territórios, a comunidade e as identidades culturais; promover relações de vizinhança; fomentar a cooperação entre moradores e parceiros locais.

Sustentabilidade Para uma sustentabilidade duradoura das diversas ações, é fundamental transformar cada cidadão em agente de mudança com o compromisso pessoal e corresponsabilidade pelo sucesso. Serão estas pessoas que vão contribuir para a resolução dos seus problemas diários e comunitários. Há que criar uma atitude de aprendizagem contínua no bairro. Para que este envolvimento seja real, pretende-se dinamizar reuniões comunitárias, ações de formação no âmbito da participação cívica e propiciar dinâmicas associativas. Com

a criação de uma Comissão/ Associação de moradores, vai haver um aumento da capacidade da comunidade para intervir e com o aumento do sentido de cidadania, consegue-se garantir a continuidade e sustentabilidade das diversas dinâmicas.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

Actividade 1	Mais Saúde
Descrição	Criar e administrar serviços de apoio de fisioterapia e de enfermagem aos idosos (inclui rastreios de saúde que se verifiquem adequados e necessários*), quer seja ao domicílio, no espaço da AAL, da ESSCVP ou na *ocasião da execução do exercício.
Recursos humanos	Fisioterapeuta Andreia Fernandes e uma enfermeira, mais os técnicos de cada área necessários para dar resposta à solicitação (técnicos que são disponibilizados pela ESSCVP).
Local: morada(s)	Espaço da AAL; domicílio
Local: entidade(s)	Espaço da ESSCVP
Resultados esperados	<ul style="list-style-type: none"> - Responder às necessidades de tratamento (fisioterapia e enfermagem); - Prevenção do agravamento das alterações fisiológicas características do envelhecimento; - Melhoria do bem-estar psicológico e social do idoso; - Estimular as atividades de vida diária; - Otimizar a qualidade de vida do paciente.
Valor	15000 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	Mensal
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 2	Mais Pessoa
Descrição	Prevenir a demência e a saúde mental em geral, através de

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

	um trabalho de estimulação cognitiva e da memória, por meio de diversas atividades lúdicas e estruturadas, individuais e/ ou em grupo.
<i>Recursos humanos</i>	Psicopedagoga Tânia Mimoso + 1 psicopedagoga
<i>Local: morada(s)</i>	O espaço da AAL.
<i>Local: entidade(s)</i>	Salas e outros espaços da ESSCVP.
<i>Resultados esperados</i>	Aumento do bem estar psicológico dos nossos idosos.
<i>Valor</i>	15000 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>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 3</i>	Mais Movimento
<i>Descrição</i>	Organizar aulas/ momentos para a prática do exercício físico.
<i>Recursos humanos</i>	1 professora de Educação Física
<i>Local: morada(s)</i>	O próprio bairro.
<i>Local: entidade(s)</i>	O espaço da AAL. Espaços da ESSCVP.
<i>Resultados esperados</i>	Aumento do bem estar físico e social dos nossos idosos.
<i>Valor</i>	10000 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 4</i>	Mais Partilha
<i>Descrição</i>	Organização de passeios, workshops, partilha de

	experiências e sessões de sensibilização.
<i>Recursos humanos</i>	1 técnico de ação social.
<i>Local: morada(s)</i>	O espaço da AAL.
<i>Local: entidade(s)</i>	Salas da ESSCVP.
<i>Resultados esperados</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento do bem estar social dos nossos idosos; - A comunidade passar a reconhecer os idosos enquanto população válida e útil para a dinamização e melhoria do bairro; - Os idosos passarem a estar mais envolvidos e participativos na vida da comunidade, tentando minimizar a questão da solidão e do isolamento.
<i>Valor</i>	5000 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	Pontual De 15 em 15 dias
<i>Nº de destinatários</i>	50
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 5</i>	Mais Unidos
<i>Descrição</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Levantamento das necessidades/ problemáticas do Bairro que deverão ser resolvidas pelos moradores. Pretende-se fomentar uma competição para se apurar qual o grupo de pessoas (a definir se a divisão será feita por ruas, habitações, ou outra forma). A competição consiste em colmatar as questões menos positivas do bairro, nomeadamente, estabelecer melhores relações de vizinhança, ter as ruas e as entradas das casas mais limpas, o lixo ser colocado nos caixotes para o efeito, entre outros. Os vencedores serão premiados com um conjunto de géneros alimentícios. Sempre que necessário serão feitas sessões de esclarecimento e de sensibilização.
<i>Recursos humanos</i>	1 técnico de ação social + 1 técnico da AAL e os moradores do bairro
<i>Local: morada(s)</i>	O próprio bairro
<i>Local: entidade(s)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - O espaço da AAL; - Salas da ESSCVP.
<i>Resultados esperados</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Promoção da coesão social - Promoção da participação e cidadania ativa da comunidade

	- Mediação comunitária - Prevenção e resoluções de problemáticas do bairro - Prevenção e resoluções de problemáticas dos habitantes - Responsabilização da comunidade pela vida do bairro - Melhoria da imagem do bairro - Fomentar a criação de uma Comissão/Associação de Moradores
<i>Valor</i>	5000 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	200
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados

1

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenadora/ Fisioterapeuta

Horas realizadas para o projeto

0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP

Financeira

Morador no bairro do projeto

Não

Função Psicopedagoga

Horas realizadas para o projeto

0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP

Financeira

Morador no bairro do projeto

Não

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Função Psicopedagoga 2

Horas realizadas para o projeto 0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Professor de Educação Física

Horas realizadas para o projeto 0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico de ação social

Horas realizadas para o projeto 0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Fisioterapeutas/ Estudantes / Estagiários da ESSCVP

Horas realizadas para o projeto 0

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Enfermeiros/ Estudantes/ Estagiários da ESSCV

Horas realizadas para o projeto 0

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

1

Destinatários (Resultados)

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

160

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

200

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

1

Equidade

*Nº de destinatários com deficiência /
doença mental*

0

Nº de destinatários mulheres

0

Nº de destinatários desempregados

0

*Nº de destinatários jovens (- de 30
anos)*

0

*Nº de destinatários idosos (+ de 65
anos)*

360

Nº de destinatários imigrantes

0

Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

*Nº de produtos concebidos para venda /
demonstração*

0

*Nº de intervenções em edifício 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

0

Nº de vídeos criados

0

*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

<i>Encargos com pessoal interno</i>	25000 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	20000 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	1500 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	1000 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	1000 EUR
<i>Equipamentos</i>	1500 EUR
<i>Obras</i>	0 EUR
<i>Total</i>	50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

<i>Entidade</i>	Associação de Andebol de Lisboa
<i>Valor</i>	50000 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

<i>Entidade</i>	Associação de Andebol de Lisboa
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1000 EUR
<i>Descrição</i>	<p>A AAL irá disponibilizar, para o funcionamento do projeto "Unidos pelo Bairro", financiado pelo programa BIP/ZIP da Câmara Municipal de Lisboa os seguintes meios não financeiros:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaço para desenvolver os serviços de fisioterapia e enfermagem, no âmbito da atividade "Mais Saúde" - 300€ - Sala para desenvolver o trabalho psicopedagógico preventivo, no âmbito da atividade 2 "Mais Pessoa" - 300€; - Sala para aulas de exercício e movimento, no âmbito da atividade 3, "Mais Movimento" - 150€ - Espaço para a realização de workshops, para permitir encontros para a partilha de experiências e sessões de sensibilização, no âmbito da atividade 4 "Mais Partilha" -

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

200€;

- Sala para a realização de sessões de esclarecimento e de sensibilização e para reuniões de moradores, no âmbito da atividade 5 "Mais Unidos" - 50€.

Assim, a Associação de Andebol de Lisboa contribuirá com cerca de 1000€ em meios não financeiros.

A participação de voluntários, nomeadamente técnicos da AAL, é igualmente valor acrescido não financeiro, que não é fácil de quantificar, mas que a AAL garante.

<i>Entidade</i>	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	5000 EUR
<i>Descrição</i>	A participação de voluntários, estudantes e estagiários, nomeadamente enfermeiros e fisioterapeutas, para levar a cabo os diversos serviços, nas respetivas áreas, bem como, os espaços disponibilizados para o desenvolvimento representa um valor acrescido não financeiro, difícil de quantificar, mas que a ESSCVP garante.

TOTAIS

<i>Total das Atividades</i>	50000 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	6000 EUR
<i>Total do Projeto</i>	56000 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	360