Programa
Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2013

Dimensão: Dimensão Ignição

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 072

"Prevenção ao Envelhecer"

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	PROSAUDESC-Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação	Associação Pétalas D'Ideias
Designação	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Designação	Escola Nacional de Saúde Pública
Designação	Junta de Freguesia de Santa Clara
Designação	Centro social Paroquial da Charneca-Galinheiras

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	"Prevenção ao Envelhecer"
BIP/ZIP em que pretende intervir	21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca
ODS 2030	----------

Síntese do Projeto

Fase de execução	----------
Fase de sustentabilidade	----------

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	O aumento da esperança média de vida e o envelhecimento são fenómenos que Lisboa e todas as cidades enfrentam.Os censos 2011 revelam que 1.2 milhões de idosos em Lisboa vivem sozinhos ou com outros idosos.Apesar da Ameixoeira ser uma freguesia onde prevalece uma população mais jovem, cerca de

12% tem mais 65 anos aumentando para 16,3% nas Galinheiras.As deficientes acessibilidades que afetam as Galinheiras e os bairros circundantes prejudicam a situação dos idosos. Por outro lado, a grande fragilidade socioeconómica dos residentes em alojamentos precários e de génese ilegal resultantes das imigrações nos anos 70 têm consequências nos idosos. Estes fatores, associados aos fracos laços de vizinhança e falta de apoio familiar, potenciam situações de exclusão social e contribuem para o isolamento dos idosos. Na acessibilidade aos cuidados de saúde, a distância física aos equipamentos é assinalada pelos idosos como um dos principais factores inibidores. A Ameixoeira tem uma grande debilidade de cuidados de saúde, porque não existe nenhuma unidade de saúde, ficando alguns cuidados sob a responsabilidade de cuidadores informais, muitos deles idosos. Os equipamentos existentes na freguesia não prestam serviços em horário pós laboral e fins-de-semana. Nestas situações, os cuidadores informais (CI) surgem como a resposta mais imediata, sendo imperativa a formação destes de forma a contribuir para a valorização do seu papel, assim como das suas competências.

Destinatários preferenciais	Idosos
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	Com o objetivo de contribuir para melhorar a qualidade de vida e a inclusão social, dos idosos residentes nas Galinheiras/ Ameixoeira, pretende-se criar uma rede de cuidadores informais locais que possam ser capacitados, apoiados e estimulados no sentido de desenvolverem e manterem ligações privilegiadas de apoio aos idosos. Serão realizadas ações de formação dirigidas aos cuidadores informais, ações de promoção da saúde e da cidadania ativa dirigidas aos idosos e ações de promoção do conhecimento e do desenvolvimento de relações positivas entre ambos.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	Capacitar e apoiar os cuidadores informais através da promoção de ações de formação e capacitação com vista à melhoria das competências para o desenvolvimento das actividades de apoio a idosos, com contributos para a diminuição da sua sobrecarga, física e psicológica facilitando o seu trabalho enquanto cuidadores e à melhorando a sua qualidade de vida.

Sustentabilidade	Os cuidadores informais vão reforçar competências e adquirir novas ferramentas que poderão aplicar nas suas atividades e disseminar junto dos seus pares. Os cuidadores informais irão colocar em prática aprendizagens junto dos idosos que cuidam mais diretamente mas também de outros elementos da comunidade. A constituição de um Grupo de Cuidadores pode funcionar enquanto grupo de autoajuda, que permanece além do projeto, permitindo a partilha aprendizagens e o reforço mútuo entre cuidadores. Os materiais de apoio serão uma forma de organização e disseminação de informação. As competências adquiridas, no âmbito da formação, serão uma forma de valorizar o currículum individual de cada cuidador informal, constituindo uma mais- valia na procura de emprego ou criação de auto-emprego.
	Objetivo Específico de Projeto 2
Descrição	.Promover a criação de redes de solidariedade informal que permitam um melhor acompanhamento a idosos e a partilha de recursos/ informação dentro da comunidade
Sustentabilidade	A partir da identificação e organização, numa em base de dados, de todos os recursos e atividades realizadas pelas entidades locais de apoio à saúde, será possível criar uma agenda comunitária partilhada, passível de ser divulgada por todos, identificando horários, condições de acesso, etc.. Deste modo, a informação e serviços serão mais facilmente partilhados e haverá uma rentabilização dos recursos já existentes na comunidade. A criação destas redes de apoio e solidariedade possibilitará o adiamento da institucionalização do idoso, prolongando a sua autonomia, auto-estima e participação na comunidade.
	Objetivo Específico de Projeto 3
Descrição	Aprofundar o conhecimento da temática do envelhecimento, promovendo momentos de partilha e encontro entre vários elementos da comunidade, reforçando o sentimento de pertença e auto-estima dos idosos, dos cuidadores informais e da comunidade.
Sustentabilidade	O envelhecimento caracteriza-se por alterações físicas, sociais e psicológicas no individuo. O conhecimento destas alterações, por parte dos cuidadores e dos idosos, vai permitir um melhor entendimento e compreesão que permitirá adaptar comportamentos, atitudes e atividades que contribuirão paraar a qualidade de vida dos idosos. A restante comunidade, conhecendo as fragilidades desta idade, vai conseguir compreender as dificuldades que se impõem, respeitando-as. O conhecimento, a partilha de informação e os encontros

promovidos vão reforçar os laços de vizinhança, suporte base de apoio na comunidade. Também possibilitará a partilha de boas práticas nesta área.
Outra fonte importante de conhecimento e a que diz respeito a questões burocráticas e legislativas, nomeadamente, os direitos e deveres dos idosos promovendo uma cidadania ativa.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Organização e planeamento
Recursos humanos	Todos os membros da entidade promotora e entidades parceiras
Local: entidade(s)	-
Valor	1334 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	16
Objectivos especificos para que concorre	2

Actividade 2	Sinalização de idosos em isolamento
Recursos humanos	Todos os membros da entidade promotora e entidades parceiras
Local: entidade(s)	-
Valor	384 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	100
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 3	Identificação cuidadores informais

Recursos humanos	Técnicos da entidade promotora e entidades parceiras
Local: entidade(s)	-
Valor	732 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 4	Formação Cuidadores Informais na ár
Recursos humanos	Formadores externos da área da saúde, educação e animação.
Local: entidade(s)	-
Valor	2861 EUR
Cronograma	Mês 6, Mês 7
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 5	Formação "Cuidar de quem cuida"
Recursos humanos	Formadores externos da área da saúde e educação
Local: entidade(s)	-
Valor	1943 EUR
Cronograma	Mês 7
Periodicidade	Pontual
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 6	Formação "Transporte seguro"

Recursos humanos	Formadores externos técnicos de saúde
Local: entidade(s)	-
Valor	1359 EUR
Cronograma	Mês 5
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	4
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 7	Produção de materiais
Recursos humanos	Técnico com formação em comunicação e imagem
Local: entidade(s)	-
Valor	10260 EUR
Cronograma	Mês 5, Mês 6
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	5000
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 8	Rastreios à saúde do idoso
Recursos humanos	Técnicos de saúde
Local: entidade(s)	-
Valor	17200 EUR
Cronograma	Mês 3
Periodicidade	Pontual
Nº de destinatários	500
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 9	Oficinas de promoção da saúde

Recursos humanos	Técnicos de saúde, técnicos de organizações locais.
Local: entidade(s)	-
Valor	1772 EUR
Cronograma	Mês 5
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	40
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 10	Encontros temáticos
Recursos humanos	Técnicos de organizações parceiras e voluntários, nomeadamente, estagiários.
Local: entidade(s)	-
Valor	1536 EUR
Cronograma	Mês 6
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	70
Objectivos especificos para que concorre	2

Actividade 11	Grupos de auto-ajuda de cuidadores
Recursos humanos	Técnicos de todas organizações parceiras no projecto e outros voluntários. Os horários serão de igual forma definidos de acordo a disponibilidade de todos.
Local: entidade(s)	-
Valor	832 EUR
Cronograma	Mês 5
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	30
Objectivos especificos para que concorre	2

Actividade 12	Feira da Saúde
Recursos humanos	Pretende mobilizar um número considerável de instituições (entre 6 a 12) e voluntários, profissionais de saúde, educação e fisiologia do exercício.
Local: entidade(s)	-
Valor	3082 EUR
Cronograma	Mês 2
Periodicidade	Pontual
Nº de destinatários	500
Objectivos especificos para que concorre	3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados	----------

Constituição da equipa de projeto

Criação de emprego (Impacto)

Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)	----------
Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto	----------

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	----------
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	----------
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	----------

Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental	----------
Nº de destinatários mulheres	----------
Nº de destinatários desempregados	----------
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	----------
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	----------
Nº de destinatários imigrantes	----------
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	----------
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	----------
Nº de intervenções no espaço público	----------
Nº de publicações criadas	----------
Nº de páginas de Internet criadas	----------
Nº de páginas de facebook criadas	----------
Nº de vídeos criados	----------
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	----------
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	----------

---

	ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO
	Financiamento BIP/ZIP solicitado
Encargos com pessoal interno	6530 EUR
Encargos com pessoal externo	8607 EUR
Deslocações e estadias	250 EUR
Encargos com informação e publicidade	750 EUR
Encargos gerais de funcionamento	2058 EUR

Equipamentos	25100 EUR
Obras	0 EUR
Total	43295 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	PROSAUDESC-Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural
Valor	43295 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Centro de Saúde do Lumiar
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	250 EUR
Descrição	Disponibilização de Recursos Humanos e materiais
Entidade	Grupo Senior Haja Alegria
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	150 EUR
Descrição	Disponibilização de materias e divulgaçao do projeto

---

	TOTAIS
Total das Actividades	43295 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	400 EUR
Total do Projeto	43695 EUR
Total dos Destinatários	6320