

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2015
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 107

CURARE - Consultórios Sociais



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

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Letras e Cometas Associação Cultural

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Associação Auxílio e Amizade

Designação GAIA - Grupo de Acção e Intervenção Ambiental

Designação GI Colectivo Saúde Integral

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação CURARE - Consultórios Sociais

BIP/ZIP em que pretende intervir 44. Mouraria

62. Castelo

64. Anjos

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução -----

Fase de sustentabilidade -----

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico O nosso projecto visa ser uma resposta às necessidades diagnosticadas em sede de Comissão Social de Freguesia e com base nas vivências quotidianas que fazemos nos territórios em causa. A oferta que fazemos em termos terapêuticos e em termos formativos tem em conta que a maior parte das pessoas dos territórios em causa que



possuem dificuldades são idosas e que o principal meio de vida dessas pessoas consiste na reforma/pensão. Daí emerge o desenho de um projecto com forte cariz de justiça social no acesso aos seus serviços, de forma a que quem mais necessita seja quem mais facilmente a ele acede. Por outro lado, no que concerne ao alívio da dor em contexto de cuidados paliativos, o nosso projecto pretende ser uma mais valia e mais uma resposta numa área em que estes territórios têm alguma carência. O começar a tecer de redes sólidas de cuidados de saúde informais, seja famílias, vizinhos e comunidades, e o estimular de lideranças nas comunidades são igualmente desideratos referidos em relatórios recentes como o da Fundação Calouste Gulbenkian "The future for health - everyone as a role to play" (2014) sobre a saúde e que nos animam. Tendo isso em conta, os/as terapeutas que integram este projecto estão consciencializados para desempenhar papéis que normalmente não lhes são atribuídos, no sentido de propiciar situações de liderança, que cada um tome parte activa no seu processo de tratamento e de cuidados de saúde em boa articulação com as suas necessidades.

Destinatários preferenciais	Grupos vulneráveis
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>CURARE pretende promover um Mundo onde a "Saúde não é a Ausência de Doença" mas sim uma sensação consistente de Bem-estar integral da Pessoa, para isso iremos disponibilizar ao maior número de pessoas dos territórios onde vamos intervir um conjunto de valências terapêuticas nas áreas da Medicina Tradicional, Complementar e Alternativa, o mais possível em articulação com a Medicina Convencional com vista ao tratamento da Doença, à melhoria da Saúde Pública, à prevenção e promoção da Saúde e hábitos de vida saudáveis. Pretendemos tornar mais próximo, inclusivo e democrático o acesso às práticas milenares orientais de cultivo da Saúde, Bem-Estar e Longevidade e ser iniciadores de um conjunto de práticas de trabalho em equipa na área médica com uma vertente social em rede para que seja possível o nascimento de uma Rede de Cuidados e Serviços de Saúde Integral e outros projectos semelhantes onde o trabalho social é de qualidade e se realize de forma sustentável. Acreditamos que é urgente uma sociedade mais justa e solidária e que isso passa pela consciência e educação de cada um/a e pela acção de todos por uma Saúde integral, envolvendo os níveis físicos e fisiológicos, emocionais, psicológicos, culturais e sociais. E passa também pela celebração, convívio e amparo aos mais idosos, que atravessaram a sua existência e que têm uma sabedoria acumulada sobre "Como viver bem". Vamos procurar comemorar a sua existência e convidá-los a partilhar os seus segredos de Longevidade.</p>

Objetivos Específicos de Projeto



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Descrição **ACESSO A SERVIÇOS DE SAÚDE**
Contribuir para a promoção e acesso à saúde de forma digna a toda a comunidade, em particular da mais carenciada. Disponibilização de serviços de triagem para encaminhamento dos casos para a especialidade mais apropriada e de consultas e tratamentos em complementaridade. Sensibilização para várias abordagens terapêuticas, num processo de saúde integral.

Sustentabilidade Após a divulgação e lançamento do projeto, pretende-se constituir uma bolsa de recursos auto-sustentável, em que uma percentagem do pagamento efetuado pelos utentes com maior capacidade financeira, é distribuída para os serviços a oferecer aos clientes com menores recursos financeiros. As duas instalações de tratamento são de cariz associativo - Associação Auxílio e Amizade e Letras e Cometas Associação Cultural - e são cedidas pela entidade parceira e promotora respectivamente. Os tratamentos serão acessíveis ao público em geral e ao mais carenciado, com pagamentos diferenciados e possibilidade de recurso a moeda social ou banco do tempo (VER NOS ANEXOS da Candidatura. Exemplo TABELA SERVIÇOS CONSULTÓRIO SOCIAL AUXILIO E AMIZADE);

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição **PROMOVER A LITERACIA EM SAÚDE**
Informar e tornar acessível um conjunto de matérias, relativas a hábitos de vida saudáveis, envolvendo a população num processo de aproximação à vida prática. Inclui a realização de palestras, oficinas, visionamento de documentários, aulas práticas em espaços diferentes (cozinha, ar livre) sobre temas em torno de hábitos alimentares equilibrados e a custos controlados, de saúde e comportamentos salutareos, estimulando a independência e a responsabilização individual e coletiva.

Sustentabilidade A disseminação de informação nesta área desempenhará um papel fulcral para a criação de uma base sólida de prevenção de doenças potencialmente induzidas ou agravadas por hábitos inadequados ao nível da alimentação e estilos de vida. Serão desenvolvidas iniciativas pagas (oficinas de nutrição, de fitoterapia, produtos naturais, aulas práticas), cujas receitas permitirão desenvolver as actividades gratuitas para as pessoas com menor capacidades financeiras. Para além disso, a divulgação e o acesso às instalações e espaços públicos ser-nos-ão garantidos a custo zero pelos nossos parceiros, o que nos permitirá chegar a um número abrangente de pessoas de modo sustentável.

Objetivo Específico de Projeto 3



Descrição OFERECER ACTIVIDADES DE CUIDADO FÍSICO E CULTIVO DA ENERGIA VITAL

Pretende-se garantir, através da atividade física, movimento e equilíbrio psico-somático, a independência e responsabilização pessoal a nível da manutenção da saúde. Será feito através do ensino e dinamização de práticas físicas e terapêuticas adequadas (exercício físico, Tai Ji Qi Gong, Tai Qi, Yoga, dança, Ren Xue). Procurar-se-à facultar o transporte da população isolada ou com dificuldades de mobilidade até às instalações terapêuticas, onde serão exercidas as atividades de grupo.

Sustentabilidade

A opção pela dinamização desta vertente afigura-se de relevância para a diminuição dos sentimentos de exclusão e solidão da população, em particular da idosa, por inclusão em atividades coletivas.
A sustentabilidade do projeto assenta no ponto já apresentado no objetivo específico 2: atividades de formação acessíveis ao público em geral e mais carenciado, com pagamentos diferenciados e possibilidade de recurso a moeda social ou banco do tempo (VER NOS ANEXOS Candidatura. Exemplo TABELA SERVIÇOS CONSULTÓRIO SOCIAL AUXILIO E AMIZADE); renda gratuita e acesso facilitado aos espaços associativos, gentilmente cedidos pelas associações parceiras.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1

Preparação,Coordenação&Supervisão

Recursos humanos

Constituição de base de dados de terapeutas a desejarem trabalhar com uma vertente social; Recrutamento de terapeutas; Aquisição do equipamento necessário para o gabinete de coordenação e consultórios. Contactos com instituições de ensino nas áreas da Saúde para estágios curriculares e voluntariado. Contactos com fornecedores, sondar possíveis apoios e trocas de serviços; Divulgação junto de associações, instituições sociais dos serviços disponibilizados; Marcação de serviços, tratamentos, eventos e consultas; Reuniões mensais de planeamento, organização e avaliação. Articulação com um banco do tempo para trocas de serviços pelas terapias e sistema de moeda social (Sistema Ecosol).

Local: entidade(s)

-

Valor

16912 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

Pontual



Nº de destinatários	0
Objectivos especificos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 2	Consultas de Saúde Integral
Recursos humanos	1 coordenador de projecto e 1 voluntário de apoio à coordenação dos terapeutas voluntários; Grupo de 10 terapeutas em regime prestação serviços e 10 terapeutas em regime de voluntariado (estágio ou projecto escolar ou programa de ocupação profissional de saúde reformado) 2 profissionais de triagem representantes das Medicinas Tradicionais, Alternativas e Complementares e da Medicina Convencional; equipa de acompanhamento do Colectivo Saúde Integral; Assistente Social da Associação Auxílio e Amizade fará ligações e apoiará eventuais encaminhamentos para outros serviços face a situações detectadas.
Local: entidade(s)	-
Valor	23430 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	200
Objectivos especificos para que concorre	1
Actividade 3	Aulas Práticas Físicas & Movimento
Recursos humanos	1 coordenador, 1 professor/instrutor remunerado, 1 voluntário
Local: entidade(s)	-
Valor	1927 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	Semanal
Nº de destinatários	400
Objectivos especificos para que concorre	3



Actividade 4	Saúde Viva
Recursos humanos	membros do Colectivo Saúde Integral e 1/2 convidados
Local: entidade(s)	-
Valor	1177 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	165
Objectivos especificos para que concorre	2
Actividade 5	Mostras Arte da Saúde&Longevidade
Recursos humanos	coordenador de projecto, 5 membros Colectivo Saúde Integral, 5 arte-terapeutas convidados, 4 membros equipa Eclipsarte, 1 fotógrafo-videasta
Local: entidade(s)	-
Valor	2800 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 8
Periodicidade	Pontual2: Dezembro e Maio
Nº de destinatários	200
Objectivos especificos para que concorre	2, 3
Actividade 6	Site sobre Saúde Integral
Recursos humanos	Um técnico com conhecimentos de webdesign, 3 membros do Colectivo saúde integral
Local: entidade(s)	-
Valor	820 EUR
Cronograma	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	1000



Objectivos específicos para que
concorre

2

Actividade 7 Estudo de impacto e qualidade

Recursos humanos 1 investigador remunerado, 2 voluntários

Local: entidade(s) -

Valor 1535 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 Diário

Nº de destinatários 30

Objectivos específicos para que
concorre

2

Actividade 8 Base p/Rede de Cuidados Integrais

Recursos humanos Colectivo Saúde Integral, terapeutas e rede de parceiros constituída e pacientes envolvidos ao longo do projecto

Local: entidade(s) -

Valor 594 EUR

Cronograma Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 50

Objectivos específicos para que
concorre

1, 2, 3

Actividade 9 Piqueniques da Saúde

Recursos humanos 1 coordenador, 1 facilitador, 1 voluntário

Local: entidade(s) -

Valor 805 EUR

Cronograma Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Mensal



Nº de destinatários 70
 Objectivos específicos para que
 concorre 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 7

Constituição da equipa de projeto

Função Marcos Pais

Horas realizadas para o projeto 40

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Carina Lourenço

Horas realizadas para o projeto 15

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Catarina Nóbrega

Horas realizadas para o projeto 15

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Filomena Santos

Horas realizadas para o projeto 10

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Função Abdul Jussub
 Horas realizadas para o projeto 20
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Norberto Rodrigues
 Horas realizadas para o projeto 10
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Luis Aires
 Horas realizadas para o projeto 5
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Cláudia Lucas
 Horas realizadas para o projeto 5
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Marjorie Salvagni
 Horas realizadas para o projeto 5
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP 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	10
Destinatários (Resultados)	
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	250
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1500
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	2
Equidade	
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	20
Nº de destinatários mulheres	100
Nº de destinatários desempregados	50
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	50
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	150
Nº de destinatários imigrantes	40
Crianças	10
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	0
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	0
Nº de intervenções no espaço público	15
Nº de publicações criadas	9
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	10
Nº de artigos publicados em jornais /	



revistas	12
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	1
-	0
-	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	12200 EUR
Encargos com pessoal externo	26960 EUR
Deslocações e estadias	2560 EUR
Encargos com informação e publicidade	908 EUR
Encargos gerais de funcionamento	4212 EUR
Equipamentos	3160 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Letras e Cometas Associação Cultural
Valor	50000 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	Colectivo Saúde Integral
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	6000 EUR
Descrição	Recursos humanos voluntários para amparar, acompanhar, divulgar, fazer monitorização e supervisão do projecto; disponibilização de recursos de comunicação e capital social de redes de apoio, pelo trabalho desenvolvido em movimentos sociais e nos seus próprios empregos, empréstimo de transporte para aquisição de material e acompanhamento de actividades sempre que necessário.

Entidade	GAIA - Grupo de Acção e Intervenção Ambiental
----------	-----------------------------------------------



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2500 EUR
Descrição	Cedência espaço associativo, escritório e equipamento de escritório - projector, computador e acesso à internet
Entidade	Associação Auxílio e Amizade
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2750 EUR
Descrição	Renda gratuita do espaço de consultas na Rua da Bempostinha, 19B, apoio à divulgação junto dos nossos utentes e encaminhamento de eventuais situações
Entidade	Letras e Cometas - Associação Cultural
Tipo de apoio	Financeiro
Valor	5950 EUR
Descrição	cedência da sala multiusos para actividades de literacia, aulas físicas e outras; espaço de consultório para consultas; gabinete para escritório e reuniões; divulgação na newsletter para 11.000 subscritores e associados

TOTAIS

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	17200 EUR
Total do Projeto	67200 EUR
Total dos Destinatários	2115

