

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2017
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 012

Mão Guia - Guia-te para a Vida



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

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Escola Superior de Saúde Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação SISEP
Designação Associação Mão Guia
Designação SFA Cascais
Designação Educar a Sorrir
Designação Instituição de Ensino Superior

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição
Designação Mão Guia - Guia-te para a Vida
BIP/ZIP em que pretende intervir 3. Qta. Cabrinha / Qta. Loureiro / Av. Ceuta Sul
ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução Diagnóstico da saúde, rastreios, referenciação; formação, divulgação, literacia em saúde no idoso. Definição de áreas de prioridade e situações de emergência. Plano de ação individualizado para melhoria da acessibilidade e mobilidade para desempenho das AVDs. Formação (Mulheres desempregadas) - Pet-sitting Solidário; criação da imagem profissional; site para divulgação dos serviços. Ações de promoção da cidadania ativa para crianças em idade escolar, nas temáticas da inclusão e proteção animal.

Fase de sustentabilidade Criação de: Guia Boas Práticas para mobilidade do idoso; Serviço - Pet-sitting Solidário, ferramenta de empregabilidade que a Associação Mão Guia irá assessorar, divulgar, promover e ampliar a outras associações, congéneres ou de resgate animal após o término do projeto. Criação de materiais pedagógicos inclusivos para apoio e promoção da leitura. Será criada uma unidade de terapias assistidas por animais para funcionamento voluntário com unidades da ESSCVP. Publicação de um livro.



DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>A caracterização sociodemográfica da zona Bips 3 apresenta claramente 3 grupos de risco. Muito embora o diagnóstico assente nos indicadores referentes à Qta. do Cabrinha pode prever-se uma similaridade no restante território.</p> <ul style="list-style-type: none">- População envelhecida: Cerca de 11,7% da população é idosa com um número crescente de isolados (GEBALIS/Projeto Alcantara, 2012). A preocupação do envelhecimento ativo encontra enquadramento também na carta da "Cidade Amiga do Idoso" da OMS (2009) e nos programas "Lisboa (C)idade Maior" e "Segurança + 65", alinhando soluções para a promoção da acessibilidade e mobilidade deste grupo.- Mulheres desempregadas com elevado grau de iliteracia: Em 2012, mais de metade da população da Qta. do Cabrinha eram mulheres com baixa qualificação escolar, um 1/4 da população encontra-se desempregada, e uma significativa proporção de pessoas, em idade ativa, estavam desvinculadas do mercado de trabalho. Assim, aparece como intervenção prioritária introduzir no território uma ferramenta de empregabilidade - Serviço Pet-sitting Solidário.- População jovem com elevado risco de baixa escolaridade: As características socioculturais, específicas do território refletem-se nas relações com a própria comunidade escolar existindo fracas expectativas face à aprendizagem. Este grupo merece um maior investimento e capacitação educativa, com aposta no desenvolvimento de competências pessoais e sociais no âmbito da cidadania ativa.
Destinatários preferenciais	Grupos vulneráveis
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>O projeto atua no âmbito da prevenção e inclusão e pretende melhorar a vida da comunidade atuando em três áreas distintas e respetivos destinatário/grupos de risco: Envelhecimento ativo (Idosos), Mobilidade, acessibilidade e literacia em saúde no idoso, (Rastreios, diagnósticos e sinalização); Ação Casa Segura; Ação Cidade Amiga do Idoso e o Guia para uma mobilidade segura (Atividades 1, 2, 3, 4).</p> <p>Empregabilidade de género - Formação em pet-sitting Solidário que pretende agir sobre o segundo grupo de risco - mulheres desempregadas e com elevada iliteracia, dotando-as de uma ferramenta de empregabilidade durante, após e término do projeto (Atividade 5).</p> <p>Promoção e Inclusão da Cidadania Ativa incidindo sobre o grupo de risco - crianças e jovens em idade escolar.</p>



Realização de diferentes ações lúdicas pedagógicas com 2 temáticas preferenciais: sensibilização para a inclusão da deficiência (motora, auditiva e neurológica), e a proteção animal. Dentro desta temática será lançado um livro inédito, da autoria da Maria Luisa Ducla Soares com características de literatura inclusiva (Adaptação de braille) e posterior desenvolvimento de matérias pedagógicas de apoio. Serão utilizadas metodologias diferenciadas apostando na inclusão de animais como meio facilitador nas várias fases de execução do projeto (Atividades 6 e 7).

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Tendo por objetivo a promoção do envelhecimento ativo pretende desenvolver-se um conjunto de intervenções com foco na melhoria geral das condições de mobilidade e acessibilidade no idoso e aumento da literacia em saúde própria. Serão executadas as seguintes intervenções: ações de formação; criação de flyer e posters, criação de acessibilidade a meios de aferição da Saúde, dos idosos no Bairro através de rastreios e questionários (Diabetes, risco cardiovascular, risco de quedas), levantamento de dados para diagnóstico e definição e desenvolvimento das áreas prioritárias de intervenção. Implementação da ação; prevenção e risco de quedas com marcação de visitas domiciliárias para acompanhamento e avaliação do risco dentro e fora da habitação. Desenvolvimento de um plano de aconselhamento seguro de mobilidade individualizado com treino de demonstração; postura e equilíbrio; manuseamento de cargas, etc. Iniciativa de (re)qualificação do espaço público: No âmbito de uma Cidade amiga do idoso, envolve-se a comunidade para ultrapassar os seus próprios problemas. Pede-se aos próprios indivíduos que construam um mapa mental sinalizando em imagens fotográficas barreiras à sua mobilidade segura. Envolve-se a comunidade para ultrapassar os próprios problemas. A análise destas barreiras deve construir-se em relatório disponível para consulta. Criação de uma Guia brochura de Boas Práticas de mobilidade em que são adotados recursos de orientação e mobilidade de pessoas cegas e/ou baixa visão.

Sustentabilidade

É esperado que os beneficiários diretos - população idosa - e a comunidade em geral usufrua de um programa que potencie o envelhecimento ativo e saudável; Contribuir para a saúde; aumentar a mobilidade e acessibilidade. Promover processos de participação social na identificação dos seus



problemas e combater o isolamento social dos idosos. Criar condições de rastreios, diagnóstico e aumento da literacia em saúde própria no idoso. Deixar na comunidade planos de apoio e acompanhamento individualizados para aumentar a competência do idoso na: avaliação dos riscos de queda; treino de mobilidade; posicionamento e deambulação; atenção à mecânica corporal; e à ergonomia do espaço; melhor desempenho das AVDs. Criar ações de sensibilização e produtos de divulgação entre eles uma brochura - Guia de boas práticas de mobilidade para o idoso - para capacitação, desenvolvimento e incremento da mobilidade funcional, da postura, do equilíbrio e da avaliação da mobilidade no espaço, a ser distribuído para a comunidade. Pretende -se ainda um envolvimento da comunidade na (re)qualificação do espaço público de forma participada. Estas atividades devem permitir e contribuir para maior conhecimento desta comunidade sobre a diminuição do risco de quedas. As intervenções devem favorecer a integração na cidade e deixar no território um conjunto de competências que podem ser, geridas pela própria comunidade, e partilhadas entre vizinhos e familiares, promovendo assim o vínculo social.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

O objetivo incide sobre a realização de 3 ações de formação (com bolsa de financiamento) para criação de um serviço: Pet-Sitting solidário. Este serviço destina-se a dar formação ao grupo vulnerável - mulheres desempregadas. Fomentar a capacidade de auto organização para a melhoria das suas próprias condições de vida. Ciclo de workshops, com emissão de certificado, sobre matérias diversificadas: materiais e equipamentos; higiene básica e cuidados alimentares; limpeza de espaços; gatos e cães; pássaros e roedores; regras a seguir pelos passeadores de cães e recomendações; linguagem canina básica; receção de um animal em casa; posse responsável; marketing; ética e conduta; seguro; contrato de prestação de serviço; etc. Criação da "carteira pet-sitter " agregada a um logotipo; imagem profissional e vestuário (polos de trabalho estampados); e quadro de conduta. Criação de uma página no sítio da internet que constituirá uma plataforma online (2 estágios) para efeitos de divulgação dos serviços disponíveis e da base de dados das pet-sitters solidárias, com intermediação e assessoria para ampliação do serviço e futuras ações de formação nesta área. Este serviço irá criar novas competências tendo em vista a autonomia dos indivíduos, face à vulnerabilidade com maior integração na comunidade. O serviço irá ser partilhado com estudantes da ESSCVP permitindo um contacto este grupo e a comunidade envolvente possibilitando maior confiança e participação no projeto.

Sustentabilidade

Pretende -se, no terreno, alavancar oportunidades de sustentabilidade criando uma ferramenta de empregabilidade



(também para os estudantes da ESSCVP). Capacitar o desenvolvimento pessoal e a iniciativa local. Dar formação, não formal a um grupo vulnerável ajudando à resolução do problema do desemprego nas mulheres. Criar condições de contacto entre diferentes realidades (mulheres do bairro e estudantes da ESSCVP) para proporcionar uma situação "win win". Criar um novo serviço - pet-sitters solidárias e uma carteira de pet-sitter com imagem profissional (para gestão autónoma do indivíduo). Criar um sítio na internet para divulgação do serviço. A formação pode dar lugar ao auto emprego ou prestação de serviços através da gestão integrada na plataforma. Espera-se que a formação, e a carteira de pet-sitter, possa ser alargada a outros territórios, e outros estudantes, aumentando a oferta por zonas da cidade.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição	<p>O objetivo específico, desta parte do projeto, é a promoção da cidadania ativa e dos valores da inclusão. Vão desenvolver-se ações de sensibilização sobre a deficiência criando a possibilidade das crianças experienciarem ambientes simulados que lhes permitem compreender de forma inclusiva a realidade vivida pelas pessoas com deficiências motoras, auditivas, visuais e cognitivas. As ações são extensíveis aos agentes de educação contribuindo para a sua informação e formação. A título complementar serão efetuadas mostras de sessões de terapias assistidas por animais divulgando o papel do animal como coadjuvante em planos de terapias e atividades lúdicas na deficiência. Introdução da educação assistida por animais. Lançamento de um livro inédito da escritora Maria Luísa Ducla Soares, intitulado " A Vida do Tico", sobre posse responsável de animais e com características inclusivas. Criação de materiais didáticos (com apoio especializado do CRID) e promoção à leitura inclusiva. Estas intervenções promovem a adoção de novas práticas em que as crianças servem de mediadores familiares e passam a ser agentes de mudança. A importância da educação na construção de valores irá despoletar novas dinâmicas comunitárias também face as atitudes e competências em proteção animal. Introdução da educação assistida por animais ligando o caso da cadela que faz parte da unidade de intervenção de terapias assistidas por animais (proveniente de situação de abandono) com a história " A Vida do Tico".</p>
Sustentabilidade	<p>Este objetivo tem como finalidade proporcionar às escolas instrumentos de educação não formal para a cidadania e promoção dos valores da inclusão perante a deficiência. Mostrar novas competências e abordagens na área das terapias assistidas por animais bem como na proteção animal. Publicação de um livro, com características de leitura inclusiva (braille). Criação e publicação de materiais pedagógicos de apoio a leitura e de educação assistida por animais. Será criada uma unidade de</p>



terapias assistidas por animais para funcionamento voluntário com unidades da ESSCVP. Esta abordagem metodológica visa a criação de atitudes e valores para uma prática quotidiana diferenciada ao meio social de pertença. Visa ainda, alavancar possibilidades de serem as crianças o grupo social de mudança no contexto sociocultural. A preferência pelas escolas de ensino básico reside no facto de acreditarmos serem estas um meio privilegiado para a promoção de práticas mais reflexivas e formativas na área da educação para a cidadania. As escolas apresentam-se como um instrumento eficaz na mudança e no papel de multiplicadores de novas experiências importantes também na construção de cidadãos ativos e responsáveis dentro da sua própria comunidade.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	A Saúde do Bairro
Recursos humanos	Docentes e Estudantes da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa 1 Coordenador pedagógico de projeto 1 Técnico de psicomotricidade
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha
Valor	12655 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 4, Mês 5
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	200
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 2	Ação Prevenção e risco de quedas
Recursos humanos	Docentes e estudantes da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha 1 Coordenador pedagógico de projeto 1 Técnico de psicomotricidade
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha
Valor	5770 EUR
Cronograma	Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Pontual75



Nº de destinatários	75
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	Para uma Cidade Amiga do Idoso
Recursos humanos	3 Técnicos 1 Coordenador pedagógico de projeto
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa e Associação Retinopatia de Portugal (Pendente)
Valor	5885 EUR
Cronograma	Mês 9
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	30
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 4	Guias Boas Práticas de Mobilidade
Recursos humanos	1 Coordenador pedagógico de projeto 1 Formador especializado 1 Técnico de orientação e mobilidade
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa e Associação Retinopatia de Portugal (Pendente)
Valor	4035 EUR
Cronograma	Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 5	Ação Mão Guia - Serviço Pet-Sitting
Recursos humanos	2 Formadores 2 Estágios SISEP 1 Coordenador pedagógico
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa



	Academia Cidadã
Valor	12709 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 7, Mês 8, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	45
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 6	Entre nós!Cidadania Ativa/ Inclusão
Recursos humanos	1 Técnico de ciotécnica Docentes e estudantes da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa 1 Coordenador pedagógico 1 Assistente Técnica Bem-estar Animal
Local: entidade(s)	Agrupamentos de Escolas referentes às Juntas de Freguesia: Alcântara, Estrela e Campo de Ourique
Valor	6946 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	120
Objectivos específicos para que concorre	3
Actividade 7	"A Vida do Tico"- Leitura inclusiva
Recursos humanos	1 Coordenador Pedagógico 1 Docente Ensino Especial 1 Docente CRID 1 Assistente Técnico de Bem-estar Animal
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha
Valor	2000 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	120



Objectivos específicos para que
concorre 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 2

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador pedagógico de projeto

Horas realizadas para o projeto 1820

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico de psicomotricidade

Horas realizadas para o projeto 624

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função 2 Estagiários

Horas realizadas para o projeto 1000

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Docentes e Estudantes da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa

Horas realizadas para o projeto 1000

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Sim



Função 2 Técnicos de orientação e mobilidade
 Horas realizadas para o projeto 70
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Formador Orientação e mobilidade
 Horas realizadas para o projeto 70
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Assistente Técnica Bem-estar Animal
 Horas realizadas para o projeto 20
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Coordenador Formação SISEP
 Horas realizadas para o projeto 85
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Formador Cinotécnia
 Horas realizadas para o projeto 85
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Docente CRID - Instituto Politécnico de Leiria
 Horas realizadas para o projeto 50
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não



Função	1 Docente Ensino Especial
Horas realizadas para o projeto	50
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	1 Escritora
Horas realizadas para o projeto	40
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%)	2
Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto	2
	Destinatários (Resultados)
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	320
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	120
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	165
Nº de destinatários desempregados	45
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	120

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	305
Nº de destinatários imigrantes	0
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	1
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	0
Nº de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	5
Nº de páginas de Internet criadas	2
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	7
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	4
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	1
-	0
-	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	22620 EUR
Encargos com pessoal externo	2630 EUR
Deslocações e estadias	150 EUR
Encargos com informação e publicidade	6721 EUR
Encargos gerais de funcionamento	16979 EUR
Equipamentos	900 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora



Entidade	Escola Superior de Saúde Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa
Valor	50000 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	SISEP
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1850 EUR
Descrição	Construção e manutenção do site para a Associação Mão Guia.
Entidade	SISEP
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3938 EUR
Descrição	Alocação de 2 estágios 500 horas cada do Curso Técnico/a de Informática Nível 4, para criação sítio e plataforma online da atividade 5.

TOTAIS

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	5788 EUR
Total do Projeto	55788 EUR
Total dos Destinatários	640

