

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2019
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 049

Vidas Saudáveis e Activas " VISA"



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

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Associação de Moradores do PER 11

Designação CulturFace - Associação Cultural Para o Desenvolvimento

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Vidas Saudáveis e Activas " VISA "

BIP/ZIP em que pretende intervir 20. Sete Céus

21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca

22. Alta de Lisboa Sul

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade A sustentabilidade consolidará no 2º ano com a continuidade do desenvolvimento das acções e assegurado pela a entidade promotora e as entidades parceiras e com a envolvimento da comunidade sobretudo o público alvo.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico Segundo os dados do Censo de 2011, dos 22.480 residentes na freguesias de Santa Clara, 2.698 - 12% da população - têm mais de 65 anos. São pessoas idosas em situação de vulnerabilidade, onde estão presentes e alterados os



conceitos de qualidade de vida. Muitas outras fontes revelam que, associadas a estas problemáticas prevalecem o isolamento como maior problema dos idosos em Portugal e particularmente na cidade de Lisboa. E a Freguesia de Santa Clara não está insenta desta realidade tanto que está referenciada no Plano Estratégico de Lisboa Cidade Para todas as Idades como uma das Freguesias com maior índice pobreza e envelhecimento. E a própria PROSAUDESC enquanto Instituição com a sua experiência dos projectos anteriores no terreno tem constatado esta dura realidade. Os factos mencionados reportam as deficientes acessibilidades, fragilidades sócio económicas, alojamentos precários, alguns de génese ilegais resultantes das imigrações dos anos 70, falta de equipamentos de saúde, doenças crónicas associadas as deficientes mobilidades, falta de políticas de prevenção na saúde comunitária, fracos laços familiares e vizinhanças, assim como pouco interesse dos cidadãos em questões comunitárias.

Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Destinatários preferenciais	Idosos
Objectivo geral	

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Sustentabilidade

A ação de sensibilização, informação e educação para a saúde são ferramentas de conhecimentos para a capacitação de cada indivíduo. Promover momentos de partilha, de conhecimentos aprendizagens e encontros entre idosos fomenta também a capacitação e reforça o sentimento de pertença, auto-estima. Ao interagir com outros nomeadamente agentes de mudança, estará a criar redes de solidariedade informal na comunidade que permitirão fomentar laços de vizinhança e afectividade entre pares. Por outro lado ao fomentar o convívio e afectividade na comunidade, possibilitará o adiamento da institucionalização do idoso, prolongando a sua autonomia, auto-estima, participação e auto inclusão.

Objetivo Específico de Projeto 2



Descrição

Sustentabilidade Pretende-se desenvolver actividades com o intuito de envolver e ocupar os destinatários, para que estes possam sentir motivados, desfazendo a imagem pré-concebida de que são inúteis e inactivos. A realização de actividades com e para os idosos e outros grupos visa proporcionar uma vida mais activa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, por forma a evitar o isolamento e a solidão.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Sustentabilidade Ao Promover momentos de partilha e encontros entre idosos reforçando o sentimento de pertença, auto-estima e interagindo com outros nomeadamente agentes de mudança, estará a criar redes de solidariedade informal na comunidade que permitirão fomentar laços de vizinhança e afectividade entre pares. Por outro lado ao fomentar o convívio e afectividade na comunidade, possibilitará o adiamento da institucionalização do idoso,prolongando a sua autonomia, auto-estima e participação e auto inclusão .

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Sinalização dos Idosos e apoios

Descrição

Recursos humanos Os recursos humanos serão constituído por:1 Coordenador/a com função de coordenação de toda actividade; 1 Enfermeira - Responsável pelos rastreios referenciação de casos para o centro de saúde ou outras entidades ; 1Técnica de Serviço Social com função de triagem de casos e acompanhamentos; Motorista /logístico - Assegura toda a deslocação da equipa às atividades, bem como a recolhas dos materiais necessários

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Para além das atividades de gabinete que será na sede do projeto, as atividades itinerantes serão desenvolvidas nos três bairros referenciados, em locais públicos, com o suporte de uma unidade móvel adaptada para o efeito. A sua periodicidade será (mensal) 3x/por mês, sendo uma vez para cada bairro durante o projecto.



Descrição	
Recursos humanos	Os recursos humanos serão constituído por: 1 Coordenador; 1 médica, 1 enfermeira, 1 nutricionista 1 Motorista /logístico
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Além dos espaços da Associação mencionado e tal como na experiência anterior duas sessões poderão ser desenvolvidas no espaço do Centro Social e Paroquial da Ameixoeira.
Resultados esperados	
Valor	4352 EUR
Cronograma	Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	150
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 4	
Oficina Intergeracional/Itinerante	
Descrição	
Recursos humanos	Os recursos humanos necessários serão constituídos por: 1 coordenador; 1 animadora sócio cultural; 1 técnico de apoio; 1 técnica social (estagiaria em regime voluntariado); /Duração: 2 vezes por semana, durante 60 minutos cada sessão (a ajustar de acordo com as necessidades/limitações dos utentes
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Alem do espaço da Associação, esta actividade será também desenvolvida de forma itinerante , pois pretende-se com esta estratégia despertar a curiosidade, sensibilização, motivação e mobilização de maior nº de participantes.
Resultados esperados	
Valor	5989 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	30



Objectivos específicos para que concorre 1, 2, 3

Actividade 5 Conhecimento Sem Idade

Descrição

Recursos humanos Os recursos humanos serão constituídos por:1 coordenador, 1animador ; 1 técnico de informática, 12 idosos voluntários. O coordenador terá a função de organizar, planejar e acompanhar toda a actividade; A técnica de apoio terá responsabilidade de apoiar o trabalho da coordenação e dinamização;O técnico de informática terá a função de orientador pedagógico; Os 12 voluntários terão a função de dinamização de troca de experiências e saberes.

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Esta actividade é desenvolvida apenas no espaço da PROSAUDESC

Resultados esperados

Valor 2824 EUR

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

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 20

Objectivos específicos para que concorre 2, 3

Actividade 6 Turismo Senior

Descrição

Recursos humanos A dinamização desta actividade será formada por equipas composta por 1 coordenador, 1 técnica social 1 animador

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Serão realizadas nos espaços físicos nomeadamente museus e locais públicos, cujas entidades serão referenciadas posteriormente.

Resultados esperados

Valor 4509 EUR

Cronograma Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12



Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	250
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 7	Feira da Saúde
Descrição	
Recursos humanos	Tal como na experiência anterior pretende-se reunir uma rede de instituições congéneres de aproximadamente(12) com respostas que vão de encontro as necessidades do público.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Os recursos necessários a esta exige infraestrutura em espaço público por forma que seja eficiente toda a sua monitorização. Assim pretende dinamizar a atividade no parque da charneca das Amoreiras na Charneca de Lumiar, onde dispõe de alguns equipamentos adaptados para o efeito
Resultados esperados	
Valor	4813 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	500
Objectivos específicos para que concorre	1, 3
Actividade 8	Culinária Saudável
Descrição	
Recursos humanos	Os recursos humanos serão 1 coordenador/a, 6 idosos acompanhados de uma nutricionista e 4 voluntários sendo 1 animador/a.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	As actividades serão desenvolvidas no espaço da PROSAUDESC sita na Rua Arnaldo Assis Pacheco lote 1A - Grafanil e na Rua do Rego nº 22.12 - Charneca.
Resultados esperados	



Valor	3359 EUR
Cronograma	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	60
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 9	Lisboa Ecologica
Descrição	
Recursos humanos	Os recursos humanos serão constituído por ; 1 coordenador , 1 técnico de ambiente, 1 animador e 3 voluntários por parte da entidade motora. Todavia serão necessários mobilizar voluntários de entidades parceiras e outros agentes para o efeito.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	A 2ª componente consiste desenvolver acções de sensibilização nos espaços públicos a definir.
Resultados esperados	
Valor	5813 EUR
Cronograma	Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	650
Objectivos específicos para que concorre	2

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	12
	Constituição da equipa de projeto
Função	O Coordenador/a terá a função planear, coordena, dinamiza,



	monotorizar e avaliar
Horas realizadas para o projeto	1920
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	0
	Destinatários (Resultados)
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	100
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	250
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	4
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	25
Nº de destinatários mulheres	600
Nº de destinatários desempregados	115
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	300
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	100
Nº de destinatários imigrantes	250
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	40

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	0
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	2
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	1
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
-	0
-	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	16260 EUR
Encargos com pessoal externo	13900 EUR
Deslocações e estadias	800 EUR
Encargos com informação e publicidade	1225 EUR
Encargos gerais de funcionamento	5575 EUR
Equipamentos	6670 EUR
Obras	0 EUR
Total	44430 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural
Valor	44430 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Entidade	Associação dos Moradores PER 11
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	150 EUR
Descrição	Esta entidade colaborará com na divulgação do projecto e encaminhamentos Assim traduz nos seguintes :15 h x 10,00EUR = 150.00EUR
Entidade	Associação Cultufaceis
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1850 EUR
Descrição	Os recursos humanos afectos ao projecto embora voluntário traduz -se em horas correspondentes em: 185 horas x10.00 EUR/h

TOTAIS

Total das Actividades	44430 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	2000 EUR
Total do Projeto	46430 EUR
Total dos Destinatários	2260

