

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2021
Dimensão: Boas Práticas
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 054

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

ENTIDADES PROMOTORAS

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

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Associação de Moradores do PER 11
 Designação Centro Social e Paroquial da Charneca /Galinheiras
 Designação CulturFace - Associação Cultural Para o Desenvolvimento
 Designação Associação Lusofonia, Cultura e Cidadania
 Designação LOCALS APPROACH
 Designação Junta de Freguesia de Santa Clara

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Boas Práticas
 Projeto de Referência
 Designação 49. Vidas Saudáveis e Activas " VISA"
 Edição Programa BIP/ZIP 2019
 BIP/ZIP 20. Sete Céus, 21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca, 22. Alta de Lisboa Sul
 Entidades Associação de Moradores do PER 11 (Parceira), PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural (Promotora), CulturFace - Associação Cultural Para o Desenvolvimento (Parceira)

Descrição da boa prática O Projecto Vidas Saudáveis e Activas tem sido (ancora) na estratégia de intervenção através acções inovadoras, onde cada individuo é elemento chave. Pretende-se disseminar princípios de Boas Práticas neste novo território, congregando esforços, com publicos ainda muito enraizado "a". Pretende-se que os beneficiarios de uma forma ou de outra sejam envolvidos nas acções e que cada um faça parte da SOLUÇÃO, no processo de mudança do seu Bem Estar e Colectivo.

Designação Vidas Saudáveis e Activas "VISA"
 BIP/ZIP em que pretende intervir 66. Charneca do Lumiar
 ODS 2030 Erradicar a Pobreza



Saúde de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade

Os apoios dos parceiros serão traduzidos em valores financiamentos indirectos e a sustentabilidade consolidará no pós com a continuidade do desenvolvimento das acções e asseguradas pelas entidades promotora e parceiras. Palavras Chaves :Saúde, Afectos, Alimentação, Caacitação, Disseminação, todas elas traduzidas em Boas Praticas.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico

A Freguesia de Santa Clara situa-se a norte do Concelho de Lisboa com uma densidade populacional de 22.480 habitantes, resultantes da união das antigas freguesias de Charneca e Ameixoeira, no âmbito da nova divisão administrativa em 2013. A Freguesia pelas suas características urbanísticas e socio demográficas compadece com uma franja da população muito vulneravel, onde a pobreza e a exclusão, ao longo dos anos tornaram-se fenómenos, fazendo parte destes sobreviventes, alterando o conceito da qualidade de vida e bem estar. Não obstante esta foi uma das Freguesia da cidade de Lisboa muito afectada com a pandemia Covid 19, tendo ficado dutante muito tempo na lista com a maior incidência dos casos. Durante o ano passado ate a data presente a PROSAUDESC referenciou na sua intervenção de emergencia social 357 idosos em situação de muita fragilidae.Face a esta problemática os grupos de riscos sobretudo os idosos, viram-se impedidos das suas rotinas diarias, obrigado a um confinamento sem precedente, tornando-os mais vulneraveis com consequencias na degradação da saúde. Atendendo que a pandemia continua a assolar a sociedade afectando os grupos mais vulneraveis e particularmente os já referenciados no território desta candidatura torna-se necessário e urgente agir.



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

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Sustentabilidade Podem-se considerar características inovadoras neste projeto como factores de sustentabilidades, o facto de privilegiar em 1º lugar a mudança de atitudes, de culturas institucionais e a aquisição de novos saberes, inovando os processos de trabalho, as suas práticas e os modelos de intervenção face às novas problemáticas e alterações sociais. Seguidamente o serviço de proximidade nas respostas imediatas às comunidades, congregando todos os recursos e competências locais com encaminhamentos para a resolução de problemas, devendo todas acções e iniciativas convergirem no sentido de otimizar a relação entre os recursos disponíveis e os resultados a obter. Os custos e benefícios são características que procuram não só tornar mais eficiente e explícita a estrutura do projeto, mas igualmente incrementa os padrões de prestação dos serviços com suporte de equipamentos aplicativos, pois constitui uma estratégia central em matéria de benefícios e ganhos.

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 e apoio aos idosos

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 necessário

Local: morada(s)

Local: entidade(s) A junta de Freguesia de Freguesia e a Associação Lusofonia, Cultura e Cidadania são novos parceiros que disponibilizaram apoios conforme declarações.

Resultados esperados

Valor 8249 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, Mês 13, Mês 14, Mês 15, Mês 16, Mês 17, Mês 18, Mês 19, Mês 20

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 350

Objectivos especificos para que concorre 1

Actividade 2 Companhia e Afecto.

Descrição



Recursos humanos	Os recursos humanos serão constituídos por:1 coordenador, 1 enfermeiro/a e 1 psicólogo e apoio tecnico de informático. Todos estes tecnicos terão a função de planear e intervir em conformidade com as situações sinalizadas.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Todos os parceiros referenciados disponibilizam apoiar esta actividade, de uma forma ou de outra tendo em conta aa relevancia
Resultados esperados	
Valor	7737 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 4, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 12, Mês 13, Mês 14, Mês 15, Mês 16, Mês 17, Mês 18
Periodicidade	Pontual12
Nº de destinatários	50
Objectivos especificos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 3	Oficina de Promoção da saúde
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 dos parceiros. A actividade terá ainda como recurso quando o tempo permitir o campo da amoreiras, o local com equipamentos já incorporados para a pratica de exercicios fisicos.
Resultados esperados	
Valor	6773 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 14, Mês 15, Mês 18
Periodicidade	Pontual12
Nº de destinatários	50
Objectivos especificos para que concorre	1, 2



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)	Perspectiva-se dinamizar estas actividades também ao ar livre não só como estratégia de visualização, mas também para garantir a prevenção e a segurança, tendo em conta o contexto pandemico.
Resultados esperados	
Valor	5737 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12, Mês 13, Mês 14, Mês 15, Mês 16
Periodicidade	Pontual14
Nº de destinatários	30
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 5	Culinaria Saudavel
Descrição	
Recursos humanos	Os recursos humanos serão 1 coordenador/a, 6 idosos acompanhados de um nutricionista e 4 voluntários sendo 1 animador/a.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	A Associação PER 11, Culturfaces e a Lusofonia são instituições que disponibilizam-se a apoiar actividade nos seus espaços nomeadamente (Grafanil, Rua Varela Silva e Rua Raul Rego.
Resultados esperados	
Valor	8799 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 8, Mês 9, Mês 12, Mês 13, Mês 15, Mês 16
Periodicidade	Pontual14



Nº de destinatários	30
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)	Todos os parceiros disponibilizaram apoiar esta actividade tendo em conta a sua pertinencia.
Resultados esperados	
Valor	4631 EUR
Cronograma	Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 17, Mês 18, Mês 19, Mês 20, Mês 21, Mês 22
Periodicidade	Pontual10
Nº de destinatários	100
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 7	Solidariedade á Mesa
Descrição	
Recursos humanos	Os recursos afectos à actividade serão : a coordenadora, nutricionista, 1 ajudante de cozinha, condutor e 3 idosos membros da comunidade.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	As entidades que dispobilizaram para encaminhamento dos utentes são. Junta de Freguesia, Associação Per11, Lusofonia e Culturfaces.
Resultados esperados	
Valor	28287 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, Mês 13, Mês 14, Mês 15, Mês 16, Mês 17, Mês 18, Mês 19, Mês 20



Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 8	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, planear 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)	A Associação Culturfaces disponibilizará o seu espaço no Grafanil para dinamização de actividades.
Resultados esperados	
Valor	2724 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12, Mês 18, Mês 19, Mês 20, Mês 21, Mês 22
Periodicidade	Pontual10
Nº de destinatários	20
Objectivos específicos para que concorre	2, 3
Actividade 9	Lisboa Ecológica e Saudável
Descrição	
Recursos humanos	Para a sua operacionalidade serão criadas condições de infraestruturas equipamentos e recorrendo aos técnicos de saúde, de ambiente, empresas, comunidade.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Todas entidades parceiros estarão disponíveis e tendo em conta tratar-se de uma actividade de relevo, outras serão posteriormente contactadas.



Resultados esperados

Valor	10250 EUR
Cronograma	Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12, Mês 13, Mês 14, Mês 15, Mês 16, Mês 17, Mês 18, Mês 19, Mês 20
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	500
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados

5

Constituição da equipa de projeto

Função

Coordenação, planificação das actividades, gestão de equipas.

Horas realizadas para o projeto

2880

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%)

0

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)

100



Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	220
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	6
Equidade	
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	50
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)	250
Nº de destinatários imigrantes	100
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	2
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	3
Nº de páginas de facebook criadas	4
Nº de vídeos criados	4
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	1
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	3

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Encargos com pessoal interno	24897 EUR
Encargos com pessoal externo	26120 EUR
Deslocações e estadias	400 EUR
Encargos com informação e publicidade	1500 EUR
Encargos gerais de funcionamento	23370 EUR
Equipamentos	6900 EUR
Obras	0 EUR
Total	83187 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural
Valor	83187 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Associação Lusofonia
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1250 EUR
Descrição	a ALCC assume o compromisso com a PROSAUDESC nos seguintes apoios: 1-Apoio na divulgação das atividades que estimulem a sensibilização comunitária,; 2- Reuniões de avaliação conjunta e sugestões de metodologias e estratégias se ; 3- Participação com 1 ou 2 nas atividades pontuais do projeto; 4- Encaminhamento dos destinatários; 5- Disponibilização do espaço para reuniões/atividades se necessário; Informa-se ainda que estes apoios serão traduzidos em valores financeiros num total 1.2500.00 euros (mil duzentos e cinquenta euros).
Entidade	Associação CulturFaces
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1000 EUR
Descrição	1-Apoio na divulgação das atividades que estimulem a sensibilização comunitária,; 2- Reuniões de avaliação conjunta e sugestões de metodologias e estratégias se ; 3- Participação com 1 ou 2 nas atividades pontuais do



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

projeto;
4- Encaminhamento dos destinatários;
5- Disponibilização do espaço para reuniões/actividades se necessário.
Entretanto estes apoios serão traduzidos em valores financeiros num total 1000.00 euros (mil euros).

Entidade	LOCALS APPROACH
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2500 EUR
Descrição	Consultoria e apoio na implementação do projeto no território.

TOTAIS

Total das Actividades	83187 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	4750 EUR
Total do Projeto	87937 EUR
Total dos Destinatários	1180

