

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2023
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 055

EVA - Envelhecer Vivendo Apoiado



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 PROJECTO ALKANTARA - Associação de Luta Contra a Exclusão Social

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança

Designação Junta de Freguesia de Alcantara

Designação Junta de Freguesia de Campo de Ourique

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação EVA - Envelhecer Vivendo Apoiado

BIP/ZIP em que pretende intervir 13. Bela Flor

14. Liberdade

41. Sete Moinhos

51. Cascalheira / Alvito Velho

ODS 2030 Erradicar a Pobreza

Reduzir as Desigualdades

Paz, Justiça Instituições Eficazes

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade A fase de sustentabilidade assenta na manutenção do Gabinete de Apoio ao Envelhecimento; no contínuo trabalho dos voluntários para as intervenções não terapêuticas; a divulgação de um Manual de Estratégias de Intervenção Individual em Contexto Domiciliário, com componente teórica e prática, que servirá de apoio a utentes, familiares, cuidadores e parceiros; e o desenvolvimento de um Dicionário EVA, repleto de mechas e curiosidades, da autoria dos utentes, e recolhidas em intervenção.

DESCRIÇÃO DO PROJETO



Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>O projeto apresentado prevê a redução do isolamento social, da solidão, do declínio cognitivo e motor, a promoção da saúde mental e da funcionalidade, procurando de forma multidimensional agir em prol de diversas necessidades e problemas psicossociais apresentados pelos territórios. O primeiro problema social refere-se às características sociodemográficas, que refletem a presença de uma elevada percentagem de população envelhecida (entre 18,7 a 25,6%, constituindo a segunda faixa etária com maior representatividade), inserida num contexto de multivulnerabilidades (i.e., panorama de exclusão e isolamento social, fragilidade das redes de suporte social, baixas qualificações e com poucos recursos financeiros). Como segunda problemática podemos destacar o envelhecimento patológico presente na população idosa atualmente. Apesar do envelhecimento ser um processo contínuo e gradual de adaptações naturais, implica alterações físicas, cognitivas e emocionais, que requerem uma intervenção específica para promoção e manutenção do funcionamento, prevenindo o declínio das competências cognitivas, emocionais e motoras. Por fim, a terceira principal problemática debruça-se sob a inexistência de respostas e equipamentos locais, para a população idosa, de intervenção individual, gratuita e de fácil acesso. O projeto procura colmatar esta necessidade, prestando um serviço gratuito para os beneficiários diretos e indiretos, e de fácil acesso (prevê-se a realização de sessões em domicílio).</p>
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Destinatários preferenciais	Idosos
Objectivo geral	

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	
Sustentabilidade	<p>A fase de intervenção do projeto procura manter e reabilitar as competências dos beneficiários, quer ao nível motor, emocional e/ou cognitivo. Ao longo dos meses e na fase de término, focalizada no bem-estar do idoso, pretende-se, em paralelo, transmitir estratégias que possam</p>



ser utilizadas pelo próprio autonomamente, bem como por familiares ou comunidade envolvente. Deste modo ficará ativo e disponível no terreno:

1 Gabinete de Apoio ao Envelhecimento (GAE);
 Manual de estratégias com exercício de estimulação cognitiva e motora em formato digital;
 Banco de voluntariado que continuará a apoiar os idosos a consultas, exames, farmácia, compras, pequenas caminhadas, ...

Possibilidade de os idosos continuarem a usufruir de consultas na Clínica da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha (ex.: Podologia);
 Continuação da participação dos idosos na Saúde Preventiva realizada pela Farmácia probidade nas instalações do Projecto Alkantara;
 Facebook e Instagram, onde serão publicados novos exercícios e desafios de estimulação cognitiva e motora.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Sustentabilidade

Ao longo de toda a fase de intervenção pretende-se que os beneficiários consigam manter as suas relações pessoais e sociais

1 Gabinete de Apoio ao Envelhecimento (GAE);
 Banco de voluntariado que continuará a apoiar os idosos a consultas, exames, farmácia, compras, pequenas caminhadas, ...

Possibilidade de participação nas atividades do Projeto Envelhecer Vivendo (RAAML) nas instalações do Projecto Alkantara na Liberdade e Bela-Flôr;
 Facebook e Instagram.
 Criação de um dicionário de mechas e curiosidades

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Sustentabilidade

-

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1

GAE - Gab. Apoio ao Envelhecimento

Descrição

Recursos humanos

Coordenadora / Assistente Social;
 Estagiária Profissional de Serviço Social;



Psicomotricista;
Técnica Superior de Educação Social;
Psicóloga;
Representante da Junta de Freguesia de Alcântara;
Representante da Junta de Freguesia de Campo de Ourique;
Representante do GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança;
Técnica Farmácia Probidade;
Representante da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa;
Representante da Associação de Moradores dos Sete Moinhos;
Representante da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa.

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Projecto Alcantara
Cooperativa de Habitação da Bela-Flor

Resultados esperados

Valor 4910 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 120

Objectivos específicos para que concorre 1

Actividade 2 Intervenção Psicomotora

Descrição

Recursos humanos Psicomotricista
Alunos e professores da ESSCVP

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Projecto Alcantara
Cooperativa de Habitação da Bela-Flor

Resultados esperados

Valor 9115 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 Semanal

Nº de destinatários 70

Objectivos específicos para que



concorre	1
Actividade 3	Intervenção Cognitiva
Descrição	
Recursos humanos	Técnica Superior de Educação Social; Psicóloga.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Projecto Alkantara Cooperativa de Habitação da Bela-Flor
Resultados esperados	
Valor	15020 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	70
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
Actividade 4	Intervenção Emocional
Descrição	
Recursos humanos	Psicóloga Técnica Superior de Educação Social
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Projecto Alkantara Cooperativa de Habitação da Bela-Flor
Resultados esperados	
Valor	15020 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	70
Objectivos específicos para que concorre	1, 2



<p>Actividade 5</p> <p>Descrição</p> <p>Recursos humanos</p> <p>Local: morada(s)</p> <p>Local: entidade(s)</p> <p>Resultados esperados</p> <p>Valor</p> <p>Cronograma</p> <p>Periodicidade</p> <p>Nº de destinatários</p> <p>Objectivos específicos para que concorre</p>	<p>Fora da Caixa</p> <p>Coordenadora/Assistente Social; Psicomotricista; Técnica Superior de Educação Social; Psicóloga; Voluntários; Estagiária Profissional de Serviço Social; Representante GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança.</p> <p>Projecto Alkantara Cooperativa de Habitação da Bela-Flor</p> <p>2455 EUR</p> <p>Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12</p> <p>Mensal</p> <p>70</p> <p>1, 2</p>
<p>Actividade 6</p> <p>Descrição</p> <p>Recursos humanos</p> <p>Local: morada(s)</p> <p>Local: entidade(s)</p> <p>Resultados esperados</p> <p>Valor</p> <p>Cronograma</p>	<p>ECO - Efeitos, Comemorações, Oferta</p> <p>Coordenadora/Assistente Social; Psicóloga; Técnica Superior de Educação Social; Psicomotricista; Estagiária Profissional de Serviço Social; Representante GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança. Voluntários.</p> <p>Projecto Alkantara Cooperativa de Habitação da Bela-Flor</p> <p>3480 EUR</p> <p>Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12</p>



Periodicidade	Pontual75
Nº de destinatários	70
Objectivos específicos para que concorre	2

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 5

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenadora/ Assistente Social

Horas realizadas para o projeto 910

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Psicóloga

Horas realizadas para o projeto 1820

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Técnica Superior de Educação Social

Horas realizadas para o projeto 1820

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Psicomotricista

Horas realizadas para o projeto 1040

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira



Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnicos Junta de Freguesia de Alcântara
Horas realizadas para o projeto	100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnicos Junta de Freguesia de Campo de Ourique
Horas realizadas para o projeto	100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnicos Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Horas realizadas para o projeto	120
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Representastes GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança
Horas realizadas para o projeto	120
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Professores/Alunos Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa
Horas realizadas para o projeto	60
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnicos Farmácia Probidade



Horas realizadas para o projeto	100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Estagiários Profissionais de Serviço Social
Horas realizadas para o projeto	612
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Voluntários /estagiários
Horas realizadas para o projeto	350
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Representantes Comissão Moradores dos 7 Moinhos
Horas realizadas para o projeto	50
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
	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	0
	Destinatários (Resultados)
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	70
Nº total acumulado de destinatários de	

atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	0
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	0
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	5
Nº de destinatários mulheres	50
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	70
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	1
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	0
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno 48293 EUR



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Encargos com pessoal externo	0 EUR
Deslocações e estadias	0 EUR
Encargos com informação e publicidade	807 EUR
Encargos gerais de funcionamento	900 EUR
Equipamentos	0 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	PROJECTO ALKANTARA - Associação de Luta Contra a Exclusão Social
Valor	50000 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Projecto Alkantara - Associação de Luta Contra a Exclusão Social
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	29030 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas da Coordenadora do Projecto, estagiária profissional de Serviço Social, estagiários curriculares, voluntários, contabilista certificado e serviços de limpeza a afetar ao projeto. Encargos com informação e publicidade (impressões do Manual de estratégias de Intervenção em contexto domiciliário) e encargos com deslocações inerentes ao projeto. Nos Encargos gerais de funcionamento, valor referente a custos operacionais (água, luz, comunicações, Carregamento Hotspot de Internet Móvel, etc), Material de economato, consumíveis, cedência de espaço de trabalho, assim como de salas para reuniões e apoio logístico às mesmas. Nos Equipamentos, cedência de 3 tablets equipados com pen e teclado, assim como de 2 hotspots de internet móvel.
Entidade	Junta de Freguesia de Alcântara
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2000 EUR
Descrição	Verba relativa ao apoio ativo nas atividades do projeto e iniciativas que ocorram na sua freguesia (licenças, espaços, transportes, palcos, música, etc.) ou fora como visitas e passeios; outros materiais considerados necessários para envolvimento da população e para a



execução das actividades nas áreas das suas competências; na efectivação de reuniões de parceria e em outras áreas da sua competência e jurisdição.
Envolvimento de técnicos em sinalização e análise de casos que necessitem de enquadramento e encaminhamento específico em colaboração com o GAE - Gabinete de Apoio ao Envelhecimento e participação nas reuniões da equipa técnica e apoio às actividades

Entidade	Junta de Freguesia de Campo de Ourique
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2000 EUR
Descrição	Verba relativa ao apoio ativo nas actividades do projeto e iniciativas que ocorram na sua freguesia (licenças, espaços, transportes, palcos, música, etc.) ou fora como visitas e passeios; outros materiais considerados necessários para envolvimento da população e para a execução das actividades nas áreas das suas competências; na efectivação de reuniões de parceria e em outras áreas da sua competência e jurisdição. Envolvimento de técnicos em sinalização e análise de casos que necessitem de enquadramento e encaminhamento específico em colaboração com o GAE - Gabinete de Apoio ao Envelhecimento e participação nas reuniões da equipa técnica e apoio às actividades
Entidade	(GI) GIM - Grupo de Intervenção para a Mudança
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1500 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas dos responsáveis da Pró-comissão para reuniões de parceria, planeamento, execução e avaliação do projeto, apoio na sinalização de novos casos, colaboração na sensibilização e contacto próximo com a comunidade para divulgação do projeto, envolvimento ativo e direto na sustentabilidade do projeto, e apoio na avaliação do impacto social do projeto.

TOTAIS

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	34530 EUR
Total do Projeto	84530 EUR
Total dos Destinatários	470