

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2024
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 086

AMU Cuida



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 Associação Mãos Unidas

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe

Designação Associação Histórias Desenhadas

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação AMU Cuida

BIP/ZIP em que pretende intervir 33. Marquês de Abrantes

34. PRODAC

53. Marvila Velha

ODS 2030 Erradicar a Pobreza

Reduzir as Desigualdades

Paz, Justiça Instituições Eficazes

Síntese do Projeto

Fase de execução O projeto irá iniciar com um estudo de campo, com o objetivo de identificar possíveis beneficiários. Serão constituídas equipas de jovens voluntários, responsáveis por assegurar um acompanhamento regular e de proximidade junto de idosos, com visitas ao domicílio. A equipa técnica de suporte ao projeto, irá identificar necessidades e procurar colmata-las, através de terapias gratuitas ao domicílio e resolução de problemáticas sociais, em articulação com respostas existentes na comunidade.

Fase de sustentabilidade Manter as equipas de voluntários ao domicílio e uma equipa técnica que dê resposta às necessidades dos beneficiários. Apoiar os parceiros locais, que darão continuidade à sinalização de novos casos. Apostar na divulgação do projeto através de meios de comunicação próprios (jornal AMU, site e redes sociais) e realizar campanhas de angariação de fundos. Criar de uma loja online e participar em feiras, com a venda de produtos elaborados em conjunto por beneficiários e voluntários nas visitas.



DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>Segundo dados dos Censos 2021, Marvila é uma freguesia composta por cerca de 35.463 habitantes, constituindo-se como a segunda freguesia com a maior densidade populacional da cidade de Lisboa.</p> <p>De acordo com o Observatório de Luta Contra a Pobreza na Cidade de Lisboa, o índice de envelhecimento da freguesia de Marvila é de 135,0%, sendo que, o índice de dependência de idosos se reflete em 27,6%.</p> <p>Acrescendo a esta elevada percentagem de população envelhecida na freguesia, e a representatividade considerável de idosos que se encontram em situação de dependência, este território caracteriza-se por uma significativa vulnerabilidade face à pobreza e exclusão social. De destacar, que os bairros e zonas de intervenção prioritária aos quais este projeto se destina, são compostos por um grande número de idosos oriundos de meios rurais, com baixas qualificações, uma frágil rede de suporte social, e fracos recursos financeiros.</p> <p>De acordo com relatos recolhidos, junto de moradores e entidades locais, apesar da freguesia ter um vasto leque de respostas sociais, o apoio e suporte disponibilizado a esta franja populacional que se encontra em situação de enorme vulnerabilidade (a maioria, isolada no seu domicílio) é ainda muito insuficiente.</p> <p>O Projeto AMU Cuida, pretende ir ao encontro da satisfação desta necessidade local, procurando minimizar os riscos associados ao impacto negativo da solidão e isolamento social na terceira idade.</p>
Destinatários preferenciais	Idosos
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>O projeto AMU Cuida, pretende colmatar uma necessidade existente na freguesia, através da disponibilização de um serviço gratuito e de proximidade, que vá ao encontro direto da população idosa que se encontra isolada dentro do seu domicílio.</p> <p>Para a sua concretização, contar-se-á com o envolvimento da comunidade e parceiros locais, na sinalização e referenciação de situações de maior vulnerabilidade. Procura-se, assim, colmatar situações de solidão e/ou isolamento social, através de visitas de apoio domiciliário, compostas por uma equipa de jovens voluntários que assumem o compromisso de visitar semanalmente cada idoso.</p> <p>Pretende-se, com estas visitas, facilitar o estabelecimento</p>



de relações intergeracionais, melhorar conceitos de auto-estima, sentimentos de pertença e inclusão nos idosos, assim como o seu bem-estar psicológico e emocional. Pretende-se ainda, envolver grupos de moradores em atividades de dinamização comunitária, tornando-se participantes ativos na melhoria da qualidade da comunidade local.

O Projeto AMU Cuida procura, prevenir o processo de agravamento do declínio das faculdades físicas, motoras e cognitivas dos idosos, através da disponibilização de uma equipa técnica capacitada para se deslocar ao domicílio, de forma a prestar apoio psicológico, terapias de estimulação física e motora, assim como de estimulação cognitiva, por via da terapia Snoezelen.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição Conhecer a comunidade local e sensibilizar para a importância do seu envolvimento neste projeto, tornando-os parte integrante, através da sua participação na qualidade de vigilantes locais, tornando o Projeto AMU Cuida como uma resposta de referência na comunidade.
Integrar um espaço físico para receção, acolhimento e esclarecimento de dúvidas relacionadas com as normas de funcionamento do projeto.

Sustentabilidade Disponibilizar um serviço que ficará ativo no terreno, como resposta de referência para situações de solidão/isolamento social.
Manter as relações estabelecidas com os parceiros e com a comunidade local, de forma a dar continuidade a sinalizações de novos casos.
Cedência de um espaço físico por parte da Igreja de Santo Agostinho a Marvila, para a concretização do projeto.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição Desenvolver uma resposta que preste assistência a idosos em situação de solidão e isolamento social, fomentando a criação de relações intergeracionais.
Estabelecer uma relação de confiança com os idosos referenciados.
Capacitar jovens voluntários para integrarem as visitas ao domicílio.



Sustentabilidade

Manter a disponibilização de um serviço que ficará implementado no terreno, como resposta de referência para situações de solidão/isolamento social.
 Criar uma loja online e realizar feiras, com a venda de produtos elaborados em conjunto por beneficiários e voluntários nas visitas.
 Divulgar o projeto através de meios de comunicação próprios (jornal AMU, site e redes sociais)
 Reforçar a equipa de voluntariado que continuará a assegurar as visitas ao domicilio
 Disponibilizar formação contínua aos voluntários, em colaboração com a Associação Histórias Desenhadas.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Reduzir e retardar efeitos associados ao declínio de faculdades físicas, motoras e cognitivas, com especial foco para idosos com quadro clínico associado a demências.
 Promover a qualidade de vida e o bem-estar no domicilio.
 Melhorar as capacidades cognitivas.
 Reduzir o stress e ansiedade.
 Promover ainda, os benefícios associados aos efeitos da música, sons, luzes, texturas e aromas.
 Capacitar cuidadores e familiares, com orientações práticas para a prevenção da evolução do declínio físico e cognitivo, bem como a melhoria dos cuidados prestados no dia a dia.

Sustentabilidade

Manter a disponibilização de um serviço de apoio diferenciador, composto por uma equipa técnica devidamente capacitada para prestar terapias ao domicilio, que ficará implementado no terreno.
 Continuação do estreitamento de relações com os parceiros e comunidade local, de forma a dar continuidade às sinalizações de novos casos.
 Criar um guia de boas práticas destinado a cuidadores e familiares.
 Divulgar o projeto através de meios de comunicação próprios (jornal AMU, site e redes sociais).
 Criar uma loja online e realizar feiras, com a venda de produtos elaborados em conjunto por beneficiários e voluntários nas visitas.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Estudo de campo

Recursos humanos Coordenador/Assistente Social
 Técnica Superior de Educação Social
 Psicóloga
 Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física



	e terapia Snoezelen Técnico da Junta de Freguesia de Marvila Técnico do Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe Representante da Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	2353 EUR
Cronograma	Mês 1
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	225
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 2	Parcerias e divulgação
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Técnica Superior de Educação Social Psicólogo Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen Técnico da Junta de Freguesia de Marvila Técnico do Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe Representante da Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	2353 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	3500
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	Espaço de Acolhimento
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Técnica Superior de Educação Social Psicólogo Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen Representante da Igreja Paroquial de Santo Agostinho a



	Marvila
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila
Valor	1176 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	600
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 4	Visitas de Apoio Domiciliário
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Técnica Superior de Educação Social Psicólogo Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen Representante da Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila Técnico do Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	1176 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	90
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 5	Formação contínua de voluntários
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Voluntários Técnico da Associação Histórias Desenhadas
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas Associação Histórias Desenhadas
Valor	983 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11,



	Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	30
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 6	Dinamização Comunitária
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Estagiário de Serviço Social Técnica Superior de Educação Social Voluntários
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	8698 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	3500
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 7	Mãos de Amor
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Estagiário de Serviço Social Voluntários
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	3276 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	90
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 8	Reabilitação física e motora



Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Estagiário de Serviço Social Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	9502 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	90
Objectivos específicos para que concorre	3
Actividade 9	Apoio psicológico
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Psicóloga
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	10791 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	90
Objectivos específicos para que concorre	3
Actividade 10	Estimulação Sensorial
Recursos humanos	Coordenador/Assistente Social Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen
Local: entidade(s)	Associação Mãos Unidas
Valor	9502 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal



Nº de destinatários 90
Objectivos específicos para que
concorre 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 15

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador/Assistente Social

Horas realizadas para o projeto 1607

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Técnica Superior de Educação Social

Horas realizadas para o projeto 602

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Psicóloga

Horas realizadas para o projeto 602

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Animador Sociocultural, com formação em reabilitação física e terapia Snoezelen

Horas realizadas para o projeto 1205

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não



Função Estagiário de Serviço Social
 Horas realizadas para o projeto 720
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Sim

Função 30 Voluntários
 Horas realizadas para o projeto 10700
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico da Junta de Freguesia de Marvila
 Horas realizadas para o projeto 40
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico do Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe
 Horas realizadas para o projeto 60
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico da Associação Histórias Desenhadas
 Horas realizadas para o projeto 72
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Representante da Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila
 Horas realizadas para o projeto 68
 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%)	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)	90
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	0
Nº de destinatários mulheres	0
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	90
Nº de destinatários imigrantes	0
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	15
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	46
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	5
Nº de vídeos criados	35
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	6
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	47050 EUR
Encargos com pessoal externo	0 EUR
Deslocações e estadias	0 EUR
Encargos com informação e publicidade	0 EUR
Encargos gerais de funcionamento	2760 EUR
Equipamentos	0 EUR
Obras	0 EUR
Total	49810 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Associação Mãos Unidas
Valor	49810 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	Associação Mãos Unidas
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	14375 EUR

Descrição Verba relativa à cedência de material de reabilitação, material de snoezelen e computadores. Encargos gerais de funcionamento (flyers, jornal e outros materiais de divulgação), água, luz, internet, comunicações, contabilidade, encargos de deslocação, seguro de



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

	responsabilidade civil, entre outros.
Entidade	Associação Histórias Desenhadas
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2520 EUR
Descrição	Verba relativa a formação contínua para voluntários
Entidade	Igreja Paroquial de Santo Agostinho a Marvila
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	5821 EUR
Descrição	Verba relativa a cedência e manutenção de espaço físico.
Entidade	Técnico da Junta de Freguesia de Marvila
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	459 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas do Técnico da Junta de Freguesia de Marvila
Entidade	Técnico do Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	689 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas do Técnico de Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe
Entidade	Estagiário de Serviço Social
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2422 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas do estagiário de Serviço Social, que irá reforçar a equipa técnica na concretização do projeto
Entidade	Voluntários
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	50611 EUR
Descrição	Verba relativa ao número de horas de 30 voluntários, que integrarão a equipa de visitas ao domicilio

TOTAIS



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Total das Actividades	49810 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	76897 EUR
Total do Projeto	126707 EUR
Total dos Destinatários	8305

