

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2025
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 058

Capacitar Para Inclusão e Cuidados



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 Junta de Freguesia de Santa Clara

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	Capacitar Para Inclusão e Cuidados
BIP/ZIP em que pretende intervir	21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca 22. Alta de Lisboa Sul
ODS 2030	Erradicar a Pobreza Reduzir as Desigualdades Cidades e Comunidades Sustentáveis Síntese do Projeto
Fase de execução	Os 3 objetivos assinalados correspondem o que se pretende atingir com este projeto. As fases da execução consistem na identificação e seleção dos cuidadores e dos indivíduos à ação de formação; no planeamento e execução das atividades; Elaboração de conteúdos e a sequente a produção de materiais; Criação de bolsas de cuidadores e bolsas de ajudas técnicas; fomentação do empreendedorismo social, monitorização, tendo como resultados impactantes tanto na vida dos destinatários como nos territórios.
Fase de sustentabilidade	Os cuidadores informais vão adquirir competências novas ferramentas que poderão aplicar nas suas atividades e disseminar junto dos seus pares. O Grupo de Cuidadores pode funcionar enquanto grupo de autoajuda, que permanecerá além do projeto, permitindo a partilha aprendizagens e o reforço mútuo entre cuidadores. A ação de formação e os materiais de apoio serão produtos disseminação de informação e replicabilidade.

DESCRIÇÃO DO PROJETO



Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico Ao longo da nossa intervenção comunitária temos constatado que os idosos e os seus familiares muitos deles também idosos, exercem o papel de cuidador, sem capacidades e mobilidades, competências, ou poder económico para o efeito. Esta problemática vem se agravando de tal forma, que dos 1264 atendimentos realizados no ano passado no âmbito dos Projetos Vidas Saudáveis e Ativas e Saúde de Proximidade, 15% dos idosos são são conjuges com mais de 65 anos, vítimas de doenças crónicas, com sequelas físicas, mentais a cuidar do outro. Por outro lado, o fraco laço de vizinhança e rede comunitária, potenciam situações de exclusão e contribuem para o isolamento dos idosos, obrigando-os cada vez mais a procurarem os serviços de apoio ao domicílio. Entretanto outro problema se coloca, tendo em conta que os possíveis candidatas este papel, (indivíduos da vida ativa) têm baixo nível de escolaridade e não reúnem conhecimentos para lidarem com os fenómenos do envelhecimento, como por exemplo a demência.

Não existem respostas no terreno para estas problemáticas, a Santa Casa da Misericórdia, a única instituição com atuação em todo o Concelho de Lisboa, como tal, não tem tido a capacidade de resposta. Perante estes fatos, é urgente respostas imediatas, pela qual se propoe como soluções ações de formação aos destinatários, criação de redes de cuidadores e fomento de autoajuda na comunidade e fomento de empreendedorismos social.

Destinatários preferenciais Idosos

Temática preferencial Promover Competências e Empreendedorismo

Objectivo geral A presente candidatura enquadra-se nos objetivos da Agenda 2030 Para o Desenvolvimento Sustentável da OMS/Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Por outro lado, um dos objetivos do programa BIP ZIP é fomentar a articulação entre o Terceiro Setor e o ecossistema empreendedor da Cidade, proporcionando a sustentação dos projetos e a capacitação dos destinatários.

Aliando estes dois objetivos com a problemática diagnosticada, pretende-se com objetivo geral da presente candidatura à criação de uma rede de cuidadores informais locais que possam ser capacitados, apoiados e estimulados no sentido eliminar e/ou minimizar a sobrecarga dos idosos cuidadores e a prestarem os devidos cuidados. Mas pretende-se também desenvolver e manter ligações privilegiadas de apoio aos idosos e fomento de relações de vizinhança por forma a fomentar a coesão comunitária e partilharem as melhores práticas e interajuda;

Simultaneamente pretende-se que outros indivíduos da vida ativa possam ser capacitados, utilizando as ferramentas e conhecimentos adquiridos para os seus projetos de vida para reconversão profissional, e auto emprego aos serviço dos outros idosos.



Assim, serão realizadas duas ações de formação em prestação de cuidados e promoção de saúde dirigidas aos cuidadores informais e ações de promoção do conhecimento e do desenvolvimento de competências para outros indivíduos com necessidades específicas. Nestas formações além de textos, documentos audiovisuais entre outros, terão materiais pedagógicos de suporte para ilustração do conhecimento teórico e prática para efeitos de aprendizagens.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição Capacitar e apoiar os cuidadores informais através da promoção de ações de capacitação com vista à melhoria das competências para o desenvolvimento das actividades de apoio a idosos, com contributos para a diminuição da sua sobrecarga, física e psicológica facilitando o seu trabalho enquanto cuidadores e à melhorando a sua qualidade de vida.

Sustentabilidade Os cuidadores informais vão reforçar competências, adquirir novas ferramentas que poderão aplicar nas suas atividades e disseminar junto dos seus pares e outros elementos da comunidade. A constituição de um Grupo de Cuidadores pode funcionar enquanto grupo de autoajuda, entretanto perspectiva-se permanecer além do projeto, permitindo a partilha, aprendizagens e o reforço mútuo entre cuidadores. Os materiais de apoio serão de igual forma e disseminação de informação. Por outro lado, as competências adquiridas, no âmbito da formação, serão uma forma de valorizar o curriculum individual de cada cuidador informal, constituindo uma mais-valia na procura de emprego ou criação de auto-emprego.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição Promover a criação de redes de solidariedade informal que permitam um melhor acompanhamento a idosos e a partilha de recursos/ informação dentro da comunidade. Aprofundar o conhecimento da temática do envelhecimento, promovendo momentos de partilha e encontro entre vários elementos da comunidade, reforçando o sentimento de pertença e auto-estima dos idosos, dos cuidadores informais e da comunidade.



Sustentabilidade A criação destas redes de apoio e solidariedade possibilitará o adiamento da institucionalização do idoso, prolongando a sua autonomia, auto-estima e participação na comunidade. A partir da identificação e organização, numa em base de dados, de todos os recursos e atividades realizadas pelas entidades locais , serão possível criar uma agenda comunitária partilhada, por todos, identificando horários, condições de acesso, etc. Deste modo, a informação e serviços serão mais facilmente partilhados e haverá uma rentabilização dos recursos .

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição Para este objetivo alia-se duas vertentes, onde primeiramente se procura responder os problemas dos idosos com fracos recursos para aquisição de equipamentos de ajudas técnicas.
É por outro pretende-se fomentar, o empreendedorismo social por forma a combater o circulo de pobreza, que tem meuglhado alguns dos destinatários.

Sustentabilidade A sustentabilidade consiste em adquirir alguns equipamentos e promover a angariação junto de instituições que possam ter outros para a doação e assim fomentar bens partilhadas, através de concessão e devolução à necessidade do outro.
A outra sustentabilidade consiste em fomentando o empreendedorismo, permite criar ausustentabilidade dos destinatarios e impactar a economia local.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Auscultação dos Cuidadores

Recursos humanos Os recursos humanos afetos serão compostos pela equipa tcnica do projeto e uma psicóloga a prestação de serviço.

Local: entidade(s) A atividades sera desesnvovida no esapço da PROSAUDESC, na Rua Raul Rêgo- lote 12.

Valor 7000 EUR

Cronograma Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 20

Objectivos especificos para que



concorre	2
Actividade 2	Formação de Cuidadores Informais
Recursos humanos	Farão parte dos recursos humanos a equipa tecnica do projeto formadores externos na área de saúde e gereotologia.Tendo em conta a pertinência do projeto, outros parceiros poderão vir a ser envolvidos.
Local: entidade(s)	Nesta primeira fase a Junta de Freguesia de Santa Clara logo disponibilizou em dar todo o apoio. Entretanto a USF em conversação na partilha de preocupações , mostrou-se interessado em vir a fazer parte do parceiro informal, após resolver as questões burocráticas.
Valor	15750 EUR
Cronograma	Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 3	Cuidar de Quem Cuida
Recursos humanos	Farão parte dos recursos humanos, a equipa tecnica do projeto formadores externos na área de saúde e gereotologia.Tendo em conta a pertinência do projeto, outros parceiros poderão vir a ser envolvidos.
Local: entidade(s)	Nesta primeira fase a Junta de Freguesia de Santa Clara logo disponibilizou em dar todo o apoio. Entretanto a USF em conversação na partilha de preocupações , mostrou-se interessado em vir a fazer parte do parceiro informal, após resolver as questões burocráticas.
Valor	3750 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1, 2
Actividade 4	Criação de Bolsa de Cuidadores



Recursos humanos	Os recursos afeto consiste na envolvimento da coordenadora, equipa técnica do projeto em conjunto com os parceiros incluindo os destinatários.
Local: entidade(s)	Nesta primeira fase a Junta de Freguesia de Santa Clara logo disponibilizou em dar todo o apoio. Entretanto a USF em conversação na partilha de preocupações , mostrou-se interessado em vir a fazer parte do parceiro informal, após resolver as questões burocráticas.
Valor	10000 EUR
Cronograma	Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	3
Actividade 5	Produção de Materiais Didáticos
Recursos humanos	Os recursos afeto consiste na envolvimento da coordenadora, equipa técnica do projeto em conjunto com os parceiros, a contratação de 1 empresa habilitada para o efeito. Os horarios serão definidos posteriormente.
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de SantaClara
Valor	8500 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	20
Objectivos especificos para que concorre	1, 2
Actividade 6	Bolsas de Ajudas Técnicas
Recursos humanos	Os recursos afetos serão compostos pela equipa técnica do projeto, parceiros, comunidade e beneficiarios
Local: entidade(s)	Nesta primeira fase a Junta de Freguesia de Santa Clara se disponibilizou para a concretização dos objetivos desta e restantes atividades. Outras entidades poderão vir fazer parte com os seus contributos para impacto dos resultados.
Valor	5000 EUR



Cronograma	Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	0
Objectivos específicos para que concorre	3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	2
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador/a
Horas realizadas para o projeto	1920
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica social
Horas realizadas para o projeto	1240
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico de informática
Horas realizadas para o projeto	72
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Formadores
Horas realizadas para o projeto	76



Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Psicóloga

Horas realizadas para o projeto 20

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Contabilista

Horas realizadas para o projeto 36

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Morador voluntário

Horas realizadas para o projeto 24

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%) 1

Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto 3

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 20

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 50



Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	1
Nº de destinatários mulheres	18
Nº de destinatários desempregados	15
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	5
Nº de destinatários imigrantes	10
	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	0
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	3
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno 21461 EUR

Encargos com pessoal externo 17789 EUR



Deslocações e estadias	0 EUR
Encargos com informação e publicidade	2000 EUR
Encargos gerais de funcionamento	5250 EUR
Equipamentos	3500 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR
Montante de apoio financeiro por entidade promotora	
Entidade	PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural
Valor	50000 EUR
Outras fontes de financiamento e respectivos montantes	
Entidade	Junta de Freguesia de Santa Clara
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1500 EUR
Descrição	A Junta de Freguesia enquanto parceira, colaborará na divulgação e execução do projeto; Facilitará a articulação entre o projeto e os fregueses; facilitará a articulação entre os diversos parceiros e o encaminhamento dos fregueses que se enquadram nos objetivos do projeto; colaborará para a obtenção dos resultados, nas reuniões de parcerias e na partilha de informações consideradas necessárias; outras situações serão analisadas, caso a caso.

TOTAIS

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	1500 EUR
Total do Projeto	51500 EUR
Total dos Destinatários	100

