



ANEXO A
FUNDO DE APOIO AO ASSOCIATIVISMO PORTUENSE
Junta de Freguesia de Ramalde

Edição de 2022

Formulário de Candidatura

Candidatura ao Eixo: 1. Coesão Social

Projeto: Projeto Diversos

1. Identificação e Caracterização da Associação

Dados da Associação

Denominação Social: Compassio – Associação para a construção de comunidades compassivas		
Morada: Rua Vitorino Nemésio n. 48, Ap. 5.2	Código Postal: 4050-638 Porto	
Telefone: 918991537	Email: compassio@compassio.pt	
Natureza Jurídica: Associação sem fins lucrativos		
NISS: 25154984403	NIPC: 515498440	Data Constituição: 6/6/2019

Contacto Telefónico de um Dirigente

Nome: Mariana Abranches Pinto
Telefone: 918991537

Missão e Objetivos da Associação

A Compassio assume como missão colocar a compaixão no centro das relações humanas e das comunidades, com foco nas pessoas em situação de fragilidade relacionada com a doença e/ou isolamento social e solidão, promovendo a ética do cuidar como um compromisso fundamental da sociedade.

Os seus objetivos são sensibilizar e capacitar para uma cultura compassiva; ativar e dinamizar redes comunitárias compassivas; e dinamizar grupos de partilha para pessoas com vivência de doença, cuidadores formais e informais.

Âmbito de Intervenção da Associação (Total de áreas temáticas de intervenção da Associação)



- Humanização da saúde;
 - Comunidades compassivas;
 - Promotor do projeto Porto compassivo - uma comunidade que cuida até ao fim
 - Promotor do Projeto Vizinhos Compassivos
 - Capacitação e sensibilização para a compaixão, para a naturalidade da morte e do luto;
 - Ativação e dinamização de redes comunitárias colaborativas de cuidado compassivo centradas em pessoas com doenças avançadas e em isolamento social, e seus cuidadores;
- Dinamização de grupos comunitários de partilha para pessoas em luto, pessoas com vivência de doença grave/crônica, e seus cuidadores formais e informais

Destinatários (Tipo e número aproximado de pessoas abrangidas/utentes/beneficiários por área de atividade)

- Workshops de sensibilização e capacitação - 4750 de participantes em 180 ações (desde junho de 2019);
- Death cafés - 650 participantes (desde junho de 2019);
- Programa Salário Emocional para cuidadores formais (10 workshops sobre autocuidado) - 90 participantes
- Ações de capacitação de cuidadores formais e informais – 60 participantes
- 5 beneficiários das Redes de Vizinhos Compassivos – 52 visitas domiciliárias
- 4 edições de grupos comunitários de partilha - CASA - para pessoas em processo de luto e para pessoas com vivência de doença grave e ou crónica - 38 participantes
- 1 Retiro para pessoas em luto - 9 participantes
- 1 Mural Antes de eu morrer quero – mais de 1000 participações
- 3 Ações de rua sobre Vizinhança Compassiva – 450 pessoas

Incidência Territorial da Intervenção (Indicar Freguesia/Lugar/Equipamentos)

Cidade do Porto nas atividades presenciais e Portugal ou falantes de português nas atividades online

A Entidade tem protocolos/acordos estabelecidos com entidades ou organismos do Setor Público?

Sim ☒

Não ☐

Se sim, quais?

- Câmara Municipal do Porto apoio ao projeto Porto Compassivo e pertencemos ao CLASP;
- União de Freguesias de Aldoar, Foz do Douro e Nevogilde - está a decorrer um projeto decorrente do Orçamento colaborativo de 2022
- Junta de Freguesia de Campanhã – parceiro Porto Compassivo desde janeiro de 2020:
- Junta de Freguesia de Paranhos– parceiro Porto Compassivo desde janeiro de 2020:
- Junta de Freguesia do Bonfim – parceiro Porto Compassivo desde janeiro de 2020:
- Hospital Santo António, Serviço Cuidados Paliativos – referênciação de pessoas doentes;
- Hospital São João, Serviço de Cuidados Paliativos – referênciação de pessoas doentes
- UCC Cuidar - Unidade de Cuidados na Comunidade– referênciação de pessoas doentes



2. Descrição do projeto a que se candidata

Designação:

AcompanhARTE – Visitas artísticas ao domicílio

Destinatários:

Idosos em solidão em domicílio do território da Freguesia

População em geral

Incidência Territorial da Intervenção:

No território da Junta de Ramalde

Objetivos Gerais:

O objetivo do projeto AcompanhARTE é combater o isolamento e promover a qualidade de vida de idosos mais sós, através de práticas artísticas no domicílio e da criação de uma peça de teatro sobre o luto.

Objetivos Específicos:

- Demonstrar o poder da arte como potenciador da melhoria da qualidade de vida
- Combater o isolamento de idosos
- Melhorar a qualidade de vida de idosos mais isolados
- Sensibilizar uma comunidade de artistas e arteterapeutas para o isolamento/solidão dos idosos
- Sensibilizar a população para os temas do envelhecimento, solidão e luto e capacitar para saber lidar melhor com estes temas
- Criação de uma peça de teatro sobre o luto de forma a contribuir para quebrar o tabu sobre o tema e dar voz aos processos de luto

Atividades a Realizar:

1.1 Realização de 3 workshops (sessões de 2 horas dirigidas a população em geral) com os



seguintes títulos: “O luto é a coisa com penas” (dar voz ao luto e aprender a ser mais compassivo com o luto dos outros) ; “Estou mortinho por chegar aos 77” (reflexão sobre o envelhecimento) ; Demência colorida e desdramatizada (sensibilizar e dar estratégias para lidar melhor com esta situação)

1.2 Teatro sobre o luto - o tema do luto é muito presente nas pessoas mais velhas, pois vão acumulando ao longo da vida muitos lutos. Ao mesmo tempo este tema é cada vez mais um tabu na nossa sociedade, as pessoas não sabem o que dizer e fazer e como apoiar as pessoas em luto. Por isso propomos a criação de uma peça de “Teatro Objeto” com este tema. Será contratada Daniela Vieitas, uma atriz, para projetar e executar a peça. Junto dos idosos beneficiários do projeto serão realizadas entrevistas sobre este tema com base na técnica *Storytelling*.

2.1 Sinalização de possíveis beneficiários- Primeiro pretende-se, através de parceiros (Polícia de proximidade, IPSS's, Freguesia, vizinhos), conhecer possíveis beneficiários do projeto: pessoas com mais de 65 anos que se sentem sós e que não saem muito de casa.

2.2 Primeiras visitas e diagnóstico - Depois de selecionados os 12 idosos, o gestor de projeto irá realizar um diagnóstico das necessidades e desejos de cada pessoa.

2.3 Angariação de facilitadores artísticos - Ao mesmo tempo irá proceder-se à procura de artistas e arteterapeutas que correspondam às necessidades sentidas pelos seniores e que estejam disponíveis a participar no projeto, quer de forma voluntária ou remunerada. Falamos de musicoterapeutas, arte terapeutas, pintores, escultores, atores, bailarinos, diseurs, biografistas, mágicos e outros. Pretende-se que dois terços dos facilitadores artísticos seja voluntário para poder estimular que o projeto continue no tempo. Espera-se que facilitador artístico ao visitar frequentemente o idoso, cria uma relação de amizade e que após o fim do projeto as visitas continuem. Será dada preferência a artistas/voluntários residentes na freguesia.

2.4 Acompanhamento artístico em casa de idosos -Serão realizadas visitas quinzenais a casa dos idosos por voluntários/artistas de diferentes expressões artísticas. Ao longo do percurso os beneficiários poderão mudar os interesses, ou seja, podem por exemplo começar com a musicoterapia e passar para a biografia ou para outra arte. A ideia é desenvolver o trabalho dois a dois, entre o beneficiário e o artista. Além desta ação contribuir para o bem-estar e estimulação do sénior, e para a sua relação social com o facilitador artístico, pretende-se também que o trabalho desenvolvido possa contribuir



para o conteúdo do teatro sobre o luto, ou seja haverá um fio condutor de base neste acompanhamento.

Este projeto é complementar a outro projeto da Compassio – Porto Compassivo – cada beneficiário poderá a vir a ser integrado nesse projeto que pretende construir redes formais e informais de proximidade à volta de pessoas mais frágeis.

Recursos Necessários:

a. Recursos Materiais

--

b. Recursos Humanos

Perfil Profissional	Função Desempenhada	% de Tempo Dedicado	Formação Específica
Arterapeutas ou artistas	Facilitadores artísticos	20 horas mensais	Arterapia, artes
Atriz/encenação	Criação da peça de teatro		Teatro
Gestão projetos sociais/saúde	Gestor do projeto	20%	Experiência na área

Parcerias:

Parceiro	Contributo para o Projeto/Iniciativa/Resposta
Junta de Freguesia	Referenciação de idosos mais isolados, cedência de espaços para a realização dos workshops
Paróquia da Ramalde	cedência de espaço para o teatro
IPSS do território	Referenciação de idosos mais isolados,

Cronograma:

Consultar anexo

--



3. Fundamentação da solicitação de apoio

☐	Redução de fundos/receitas
☐	Aumento excecional de procura da resposta
☒	Implementação de nova iniciativa/projeto/atividade
☐	Outros

Fundamentação:

Vivemos hoje numa sociedade mais envelhecida e, de acordo com o Relatório “Estatísticas Demográficas 2018”, os valores indicam que o índice de envelhecimento poderá duplicar entre 2018 e 2080, passando de 159,4 para 291 idosos por cada 100 jovens (INE, 2019). Os principais fatores são a baixa natalidade e o aumento da esperança média de vida. O processo de envelhecimento desencadeia mudanças físicas, funcionais, psicológicas e socioeconómicas, que colocam a pessoa numa situação precária, verificando-se que viver mais não significa viver melhor (DGS, 2017). Nem sempre a “Biologia” acompanha a “Biografia”. É necessário um novo olhar para a forma como vivemos e envelhecemos. Medicaliza-se o envelhecimento, mas raramente se pergunta: quem é a pessoa? Quais são os seus sonhos? Ao mesmo tempo as famílias são mais pequenas, todos trabalham fora de casa e as redes de solidariedade estão enfraquecidas, levando à promoção do isolamento do idoso (DGS, 2017). E verifica-se também que são cada vez mais os idosos a viver sozinhos e em solidão.

Em 2011, cerca de 30% da população residente no Porto tinha uma idade superior a 60 anos, cerca de 24% dos idosos vivia só e 37% viviam com outras pessoas também na faixa etária dos 65 ou mais anos de idade (INE, 2011). Os casos de isolamento e solidão estão a aumentar!

As Artes, como se observa ao longo de toda a história humana, podem desempenhar um papel vital na vida das pessoas. Um relatório divulgado pela Organização Mundial da Saúde, em 2019, mostra que o envolvimento com a arte pode trazer benefícios para a saúde mental e física do indivíduo. A arte pode estimular todas as dimensões do ser-humano: física, mental, espiritual, psicológica e social.

Nos idosos acreditamos que com a arte, pode-se trabalhar, de forma lúdica, emoções difíceis de serem exteriorizadas, diminuir ansiedade, estimular a criatividade e a atividade cognitiva, aumentar a autoestima, e promover paz. O encontrar a beleza, e o utilizar a linguagem simbólica que a arte utiliza, poderá permitir aos idosos viver de uma forma mais sana as perdas (de pessoas, de saúde, de capacidades), encontrar sentido de vida e formas mais positivas de viver o tempo presente.

Ao mesmo tempo o projeto quer abordar o tema do envelhecimento, da demência e de uma forma ainda mais forte o tema do luto. São temas densos, difíceis, tabu, mas que julgamos que é necessário falar deles, dar-lhes voz, e fornecer estratégias para que todos saibamos acolher de uma forma mais compassiva as pessoas que vivem estes temas, e que quando nos calhe a nós próprios também tenhamos mais estratégias para lidar mais positivamente.

O projeto AcompanhARTE dirige-se à população sénior em solidão no domicílio, envolvendo a comunidade artística em prol de uma luta contra o abandono e exclusão ou segregação. Proporciona experiências artísticas aos idosos que não conseguem sair de sua casa, ou mesmo da sua cama. Procura estimular capacidades físicas, mentais, afetivas, psicológicas, espirituais e sociais, através de atividades artísticas como o teatro, expressão plásticas, música ou literatura.

Ao criar laços e redes entre as pessoas, potencia-se ainda o sentimento de pertença e a coesão social num território, em que a participação dos seus membros é um princípio chave a ter em conta.

O projeto AcompanhARTE sensibiliza e capacita a população em geral para lidar mais positivamente com



os temas do envelhecimento e luto.

4. Apoio

O projeto apresentado tem o valor global de €_8.533,15 (oito mil quinhentos e trinta e três euros e quinze cêntimos).

Solicita-se à Junta de Freguesia de Ramalde um apoio de € 5000 (cinco mil euros), sendo que a Associação encarregar-se-á de obter e suportar a parte restante, no valor de € 3.533,15 (três mil e quinhentos e trinta e três euros e quinze cêntimos).

Acrescenta-se que se só for possível contribuir para ao teatro do luto, no valor de € 2.000,00 (dois mil euros) ou se só for possível contribuir para a vertente das visitas domiciliarias, no valor de €3.000,00 (três mil euros), o projeto continua a fazer sentido.

Em anexo juntam-se os orçamentos a seguir descritos, obrigatórios.

Descreva os orçamentos que junta (entidade e tipo de despesa)	Valor	Doc. n.º
TOTAL		

5. Documentos anexos, obrigatórios

Tipo de documento	Sim / Não	Doc. n.º
a. Ato de constituição	sim	a
b. Estatutos, com o comprovativo da respetiva publicação	sim	B1 e b2
c. Relatório de Atividade e Contas do exercício do ano transato, juntamente com a respetiva ata de aprovação em Assembleia Geral	sim	C1, c2, c3
d. Plano de Atividades e Orçamento para o ano em curso, juntamente com a ata de aprovação da Assembleia Geral ou do órgão estatutariamente competente	sim	D1 e d2
e. Lista nominal dos órgãos sociais em exercício de funções	sim	e
f. Ata de eleição dos órgãos sociais em exercício de	sim	f



funções		
g. Comprovativo do número de identificação bancária (IBAN)	sim	g
h. Certidão de inexistência de dívidas à Segurança Social	sim	h
i. Certidão de inexistência de dívidas à Autoridade Tributária e Aduaneira	sim	i
j. Declaração de compromisso de garantia do financiamento remanescente (artigo 5.º, n.º 3, das Condições Gerais)	sim	j
k. Declaração mencionada no artigo 8.º, n.º 1, alínea e), das Condições Gerais	sim	l

Outros documentos que juntam, com indicação do respetivo número de identificação:

M – Orçamento detalhado

N – Cronograma

0 – Declaração de que o projeto será no território da junta

1. Declaração de Compromisso e RGPD

Nós, abaixo assinado, Mariana Ramos Marques Abranches Pinto, portadora do cartão de cidadão número 09885239 6 ZX3, válido até 3/08/2031 a exercer funções de presidente e Joana Aires da Silva de Moraes e Castro Martins dos Santos, portadora do cartão de cidadão número 11309590 2 ZX, válido até 31/01/2030, a exercer as funções Vice-Presidente, representantes legais da instituição Compassio, com poderes para o ato, declaramos, para os devidos efeitos, sob compromisso de honra e em nome da minha representada:

- a) que atesto a veracidade de todas as informações fornecidas e constantes na presente candidatura, e que aceito as condições previstas nas condições de atribuição do apoio financeiro do Fundo Municipal de Apoio ao Associativismo Portuense, obrigando-me por esta forma a respeitá-las integralmente;
- b) que presto o consentimento para que a Junta de Freguesia de Ramalde disponibilize e divulgue publicamente o projeto que apresenta no âmbito desta candidatura.

Ramalde, 24 de maio de 2023

A Instituição,



Manuela Almeida Pinto *Joana Nonaise Castro*

[assinatura(s) de quem vincula(m) a Associação, reconhecida(s)
na qualidade e com poderes para o ato e carimbo da mesma]