**PLANO DE TRABALHO ( ANEXO VI )**

**CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 03/2019/CMDI**

**OBJETIVO: TERMO DE FOMENTO PARA OBTENÇÃO DE CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO PARA CAPTAÇÃO DE RECURSOS FINANCEIROS**

**As informações em destaque são contribuições a serem observadas na elaboração do plano de trabalho.**

|  |
| --- |
| 1. **DADOS CADASTRAIS**
 |
| NOME DA OSC | ASSOCIAÇÃO DE AMPARO AOS NECESSITADOS DE CAPIVARI DE BAIXO - SANC |
| CNPJ | 83.868.844/0001-86 |
| RESPONSÁVEL PELO PROJETO | Rosa Machado Silveira |
| CPF | 415.661.579-00 |
| CARGO | Assistente Social (Parceria CEACA) |
| PROFISSÃO | Assistente Social |
| E-MAIL | rosamariaas@hotmail.com |
| TELEFONE | 9480999661245 |
| 1. **DESCRIÇÃO DO PROJETO**
 |
| **TÍTULO DO PROJETO: ENVELHECIMENTO SAÚDAVEL** |
| PÚBLICO ALVO: (poderá ser considerado múltipla escolha) ( x ) IDOSO ( ) IDOSO COM DEFICIÊNCIA ( ) BENEFICIÁRIOS BPC  ( x ) OUTROS Cuidadores Informais e/ou Familiares dos idosos |
| NÚMEROS DE ATENDIDOS PELA OSC: 60 famílias (número total de pessoas beneficiadas pelas ações da OSC)  |
| NÚMEROS DE ATENDIDOS NO PROJETO: 75 (número total de pessoas beneficiadas pelo projeto apresentado) |
| **VALOR SOLICITADO:** VALOR DE CONTRAPARTIDA: (Se houver) VALOR TOTAL: (valor de contrapartida ( se houver) + valor solicitado) **34.730,00 ( trinta e quatro mil e setecentos e trinta reais )**VALOR DE 15%: (é o valor solicitado considerando os 15% retidos no Fundo Municipal do Idoso**) 5.209,50 (cinco mil, duzentos e nove reais e cinquenta centavos)** PARCELAS: ( x ) ÚNICA ( ) DUAS DE VALORES IGUAIS ( ) TRÊS OU MAIS (deve ser informado em quantas parcelas e seus respectivos valores será feita a captação para melhor organização financeira do Fundo Municipal do Idoso) |
| INÍCIO DA EXECUÇÃO: Primeiro Semestre de 2021  |
| TÉRMINO DA EXECUÇÃO: Segundo Semestre de 2021 |
| 1. **JUSTIFICATIVA DA PROPOSTA**
 |
|  Temos o desafio imensurável do envelhecimento da população mundial, pois mesmo sendo uma das maiores conquistas da humanidade é também um dos nossos maiores desafios devido à complexidade social deste grupo etário altamente heterogêneo. Estima-se que em 2050 haja aproximadamente 2 bilhões de pessoas com 60 anos a mais no mundo, a maioria delas vivendo em países ainda em desenvolvimento, como o Brasil. As projeções estatísticas comprovam que o Brasil é um país que caminha rapidamente para o envelhecimento populacional, tendo atualmente, cerca de 28 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, representando cerca de 13% da população (IBGE,2020) segundo estimativa baseada no ultimo senso 2010.A população idosa tende a crescer no Brasil nas próximas décadas, contribuindo para o processo de envelhecimento populacional, que se dá quando os grupos mais velhos ficam em uma proporção maior, comparados aos grupos mais jovens da população. Partindo do pressuposto que confirma a longevidade da população em varias esferas estimativa, voltemo-nos para o município de Capivari de Baixo que em 2010 contabilizava 21.674 habitantes (população geral do município), dos quais 2.209 eram idosos (fonte: IBGE, Censos 2010). Já em 2020 a estimativa é que tenhamos uma população de 25.177 habitantes onde 4.622 sejam idosos (\*). Sendo assim teríamos uma população idosa em torno de 18 % da população geral. \* Confira na tabela abaixo essa projeção.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Idade | Homens | Mulheres |
| 50 a 54 (2010) | 645 | 692 |
| 55 a 59 (2010) | 479 | 597 |
| 60 a 64 | 369 | 411 |
| 65 a 69 | 237 | 292 |
| 70 a 74 | 167 | 222 |
| 75 a 79 | 111 | 159 |
| 80 a 84 | 44 | 87 |
| 85 a 89 | 26 | 49 |
| 90 a 94 | 12 | 16 |
| 95 a 99 | 02 | 02 |
| Acima de 100 | 02 | 01 |
| Total | 2.094 | 2.528 |

 Desta maneira, o processo de envelhecimento deve ser observado como uma etapa do ciclo de vida que ocorre em decorrência de um processo biológico com o avanço da idade cronológica e desencadeia um processo de maturidade natural. Contudo apesenta diversas outras variáveis para a sua composição de aspectos emocionais, físicos e espirituais que interferem no processo de único e individual de cada ser humano sendo importante o desenvolvimento da percepção pessoal que esta fase do ciclo de vida e a maior e única e quem a vive deve reagir de maneira plena e positiva. Também se faz necessário que se qualifique as pessoas com relação aos cuidados inerentes a população idosa que está mais vulnerável, principalmente as que estão acamadas e ou que possuem enfermidades incapacitantes como os quadros neurológicos e ortopédicos. Frente a isso, elaboramos o **PROJETO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL** que subdivide-se em duas áreas de atuação: **“Cuidando de Quem Cuida”** e a **“Capacitação do Auto Cuidado da Pessoa Idosa”.** Ambos terão conteúdos e públicos diversos e serão realizados no ano de 2021. **Primeira Área de Atuação:** **Capacitação Cuidando De Quem Cuida** visa possibilitar um apoio e acolhimento para os cuidadores informais e familiares que se dedicam a população idosa portadora de necessidades que impossibilitam sua plena autonomia e independência. **Segunda Área de Atuação:** **Capacitação do Auto Cuidado da Pessoa Idosa**: visa estimular a manutenção do envelhecimento ativo, saudável e cidadão conscientizando a população idosa do município com relação as ações de abrangência biopsicossocial que impactam diretamente no seu bem viver. Todo projeto será executado com idosos que residem em Capivari de baixo. |
| 1. **OBJETIVOS**
 |
| **OBJETIVO GERAL:** **Formar, Conscientizar, Capacitar e Instrumentalizar cuidadores informais e familiares** residentes no município de Capivari de Baixo que atuam diretamente no cuidado e atenção a pessoa idosa, tendo como fundamento uma perspectiva humanista, ética e cidadã **e propiciar as pessoas idosas independente e autônomas** residentes no município de Capivari de Baixo com relação as estratégias de autocuidado em prol do envelhecimento ativo, saudável e cidadão. |
| **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:*** Desenvolver capacitação voltada para ao estímulo de práticas ativas e saudáveis
* Elaborar e refletir sobre os temas relevantes ao processo de envelhecimento, a cidadania e a troca de experiências de vida entre as pessoas idosas.
* Ampliar o conhecimento, a afetividade e a divulgação de informações que esclarecem os direitos e suas garantias perante as políticas públicas direcionadas a pessoa idosa.
* Conscientizar a pessoa idosa a importância da pratica dos exercícios físicos na rotina da pessoa idosa para uma melhor qualidade de vida.
* Promover para pessoa idosa uma experiência biopsicossocial.
* Oportunizar a informação dos direitos da pessoa idosa, abordando a Política Nacional do Idoso e seus benefícios;
* Contribuir para a capacitação dos cuidadores informais/familiares, visando qualificação no atendimento a pessoa idosa;
* Reconhecer pontos comuns do cuidado com idosos;
* Estimular o envolvimento da família e da comunidade nos cuidados com o idoso;
* Oportunizar uma reflexão sobre o processo saúde - doença nas pessoas idosas;
* Promover melhor qualidade de vida ao cuidador e a pessoa idosa cuidada;
* Proporcionar um ambiente de aprendizagem e troca de experiências aos cuidadores, para que estes possam ampliar seus conhecimentos sobre a pessoa idosa, estimulando uma atenção mais qualificada sobre a população idosa;
* Estimular o exercício físico na rotina do cuidador proporcionando uma melhor qualidade de vida.
 |
| 1. **METODOLOGIA**
 |
|  **O Projeto ENVELHECIMENTO SAUDAVEL subdivide-se em duas modalidades:****5.1) O CURSO CUIDANDO DE QUEM CUIDA** de pessoas idosas está dividido em 05 (cinco) módulos que estão estruturados em tópicos estratégicos, assegurando a continuidade dos temas abordados e, ao mesmo tempo, possibilitando retornar para a sua realidade e refletir sobre os assuntos estudados de maneira contextualizada.Durante o período de 05 semanas, teremos 05 encontros presenciais – com duração de 03 horas/atividades totalizando no final do curso 15 horas/atividade, a ser realizado no primeiro semestre de 2021 para 25 indivíduos no Centro Social Padre Hilário Puziski, a ser desenvolvido no primeiro semestre de 2021.a data poderá ser alterada para o segundo semestre dependendo da necessidade.Diante do exposto o curso visa aprimorar o processo de cuidado seguro e eficiente dos cuidadores das pessoas idosas ao qual se constitui-se em um importante pilar no equilíbrio da estrutura social e de saúde do município, sendo de fundamental relevância zelar pela qualidade na atenção destinada para estes indivíduos.

|  |  |
| --- | --- |
| **MÓDULOS** | **TÓPICOS** |
| **1ª Encontro: Assistente Social e Estagiaria de Serviço Social**1.1 Acolhida/ Integração * 1. Os direitos da Pessoa Idosa.
 | * + Dinâmica de Integração
	+ Política Nacional do idoso / Benefícios Sociais
 |
| 2ª Encontro: Professor de Educação Física e Personal TrainerA importância do Exercício Físico no Condicionamento do Cuidador. | 1.Introdução ao Corpo Humano2.Alongamento3.Exercício Físico 4.Condicionamento5.Vida Saudável  |
| **3ª Encontro: Enfermeira**1. Medidas de Segurança:1.1.Contaminação, infecção e infecção cruzada.1.2.Higienização das mãos.1.3. Equipamentos de proteção individual.2. Questão Ergonômica | 1.1.Conceito e responsabilidade.1.2.Definição, finalidade e passo a passo de acordo com o Ministério da Saúde.1.3. Conceito, tipos (luvas, máscaras, avental), indicação e formas de utilização.Transferência da cadeira para cama, cama cadeira. |
| **4ª Encontro: Psicóloga**A Qualidade de Vida do Cuidador: os 4 Pilares | 1.Relaxamento2.Restruturação Cognitiva3.Atividade Física4.Alimentação sim, compulsão não. Psicologia e Nutrição |
| **5ª Encontro: Assistente Social e Estagiária de Serviço Social*** Encerramento,
* Avaliação Geral do Curso
* Confraternização.
 | Feedback dos participantes, uso da escuta e Confraternização. |

 **COMPOSIÇÃO DA EQUIPE TÉCNICA E CUSTO COM RECURSOS HUMANOS:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **FORMAÇÃO PROFISSIONAL** | **NOME DO RESPONSÁVEL** | **ENCONTROS** | **CARGA HORÁRIA** | **VALOR** |
| Serviço Social e Pós Graduada  Gerenciamento Empresarial e Recursos Humanos | Rosa M. Silveira | 02 | 6 h | Parceria CEACA |
| EnfermeiraEnfermagem em Estomaterapia: Especialização em cuidados com Estomias, feridas e incontinências. | Rosiane B. Folchini | 01 |  3 h | Voluntaria |
| PsicologiaPós-Graduada em Terapia Cognitiva Comportamental Especialista em Gerontologia | Cleuza B. das Neves | 01 | 3h | Voluntaria |
| Profissional de Educação Física Licenciatura/Bacharel | Sidnei M. Silveira | 01 | 3 h | Parceria CEACA |
| **TOTAL** |  | **05**  | **15 H** |  |

O projeto tem seu escopo orientado para os cuidadores das pessoas idosas. Desta maneira, faz-se necessário a colaboração de profissionais que tenham experiência e formação compatível com o público alvo com a utilização de metodologias ativas. **5.2 - O Curso CAPACITAÇÃO DO AUTOCUIDADO DA PESSOA IDOSA,** tem o intuito de capacitar as pessoas idosas do município visando ampliar sua qualidade de vida, através de estratégias reflexivas que estimulem sua autonomia e independência e sua participação no controle deste processo. Estimulando que os mesmos possam atingir um estado de bem-estar físico, mental, social e espiritual, sabendo identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente a comunidade e seu entorno. O curso é dividido em tópicos que articulam diferentes campos do saber e possibilita uma visão integrada da área de saúde e da cidadania com ênfase a pessoa idosa. Os temas serão a bordados de maneira contextualizada e interdisciplinar, sempre valorizando as experiências e conhecimentos dos idosos e facilitando a integração entre saberes. O curso será ofertado em 02 turmas: 01 turma de até 25 participantes no primeiro semestre de 2021e 01 turma de até 25 participantes no segundo semestre de 2021, com durante de 3 meses. Teremos 12 encontros presenciais com duração de 3 horas/atividades totalizando 36 horas/atividades para cada turma no Centro Social Pe. Hilário Puziski. As turmas poderão sofrer alteração na sua execução (semestre) dependendo da necessidade.

|  |  |
| --- | --- |
| **MODULOS** | **TÓPICOS** |
| **1ª Encontro: Assistente Social e Estagiaria de Serviço Social*** Acolhida/ Integração
* Os direitos da Pessoa Idosa.
 | * + Dinâmica de Integração
	+ Política Nacional do idoso
	+ Benefícios Sociais
 |
| **2ª Encontro: Professor de Educação Física e Personal Trainer**A importância do Exercício Físico na qualidade de vida da pessoa idosa. | 1.Introdução ao Corpo Humano2.Alongamento3.Exercício Físico 4.Condicionamento5.Vida Saudável  |
| **3ª Encontro: Psicóloga*** Dinâmicas de entrosamento e socialização.
* Aprofundamento da Autoestima.
* Introdução Geral a partir das quatro dimensões do ser humano em busca do Equilíbrio
 | 1. A Dimensão Física – O Corpo2.A Dimensão Psicológica – A Gestão da Emoção/Sentimento.3. A Dimensão Racional – A razão e o pensamento.4. A Dimensão espiritual – A Transcendência / dinâmica de valores.  |
| **4ª Encontro: Psicóloga*** Gestão da Emoção
 | Aumento a capacidade mental, estimulando, a autoestima. |
| **5ª Encontro: Psicóloga**Espiritualidade e transcendência - Dinâmica de Valores | Sentido da Vida |
| **6ª Encontro: Psicóloga**O Corpo  | Exercícios Físicos  |
| **7ª Encontro: Psicóloga**Alimentação sim, compulsão não. Psicologia e nutrição. | “ Que o teu alimento seja o teu remédio e que o teu remédio seja o teu alimento”. (Hipócrates ). |
| **8ª Encontro: Psicóloga**Razão e Pensamento“ Mens sana in corpore sano ” | Encerramento, dinâmicas de socialização do conteúdo apreendido. |
|  **9ª Encontro: Médico Gerontologista*** O Cuidado de si dos pés à cabeça
 | A Importância da prevenção para o Envelhecimento Saudável. |
| **10ª Encontro: Médico Gerontologista*** Envelhecer com saúde integral
 | Doenças crônicas prevalentes no envelhecimento – prevenção, tratamento, causas e consequências das doenças típicas do envelhecimento. |
| **11ª Encontro: Médico Gerontologista*** A importância das vacinas e demais medicamentos.
 | O uso de medicamentos de forma correta. |
| **12ª Encontro: Assistente Social e Estagiaria de Serviço Social*** Encerramento,
* Avaliação Geral do Curso
* Confraternização.
 | Feedback dos participantes, uso da escuta e Confraternização. |

**2.8 - COMPOSIÇÃO DA EQUIPE TÉCNICA E CUSTO COM RECURSOS HUMANOS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **FORMAÇÃO PROFISSIONAL** | **NOME DO RESPONSÁVEL** | **ENCONTROS** | **CARGA HORÁRIA** | **VALOR** |
| Serviço Social e Pós Graduada  Gerenciamento Empresarial e Recursos Humanos  | Rosa M. Silveira | 04  | 12 h | Parceria CEACA |
| Profissional de Educação Física Licenciatura/Bacharel | Sidnei M. Silveira | 02  | 6 h | Parceria CEACA |
| PsicólogaPós Graduada em Cognitiva Comportamental Sistêmica | Raquel B. de Medeiros | 12  | 36 h | 8.400,00 |
| Médico Gerontologista  | Vitor Brasil | 06 |  18 h | 4.200,00 |
| **TOTAL** |  | **24** | **72** | **12.600,00** |

O projeto tem seu escopo orientado para as pessoas idosas. Desta maneira, faz-se necessário a colaboração de profissionais que tenham experiência e formação compatível com o público alvo com a utilização de metodologias ativas.  |
| 1. **METAS E RESULTADOS**
 |
| A meta é qualificar 25 cuidadores que possam desenvolver suas atividades de forma mais saudável contribuindo assim para um atendimento mais humanizado dos que estão aos seus cuidados. Ao mesmo tempo capacitar 50 idosos para que tenha uma melhor qualidade de vida e uma velhice saudável e ativa como pessoa, na família e na sociedade. |
| 1. **ACOMPANHAMENTO DOS RESULTADOS**
 |
| MÉTODOS DE VERIFICAÇÃO DOS RESULTADOS E CERTIFICADO AOS PARTICIPANTES: |
| 1. O processo avaliativo estará presente durante a participação ativa dos envolvidos através de feedback dos mesmos, oportunizando a coleta de informações individuais e de grupos com dinâmicas próprias. Cada profissional na sua área especifica aplicará técnicas de avaliação e as colocará a disposição da entidade para posteriores encaminhamentos e formações futuras.
 |
| 1. Através das dinâmicas integrativas, os participantes além de estarem mais socializados, absorverão com mais sucesso os conteúdos propostos. A própria integração no grupo e do grupo serão uma das medidas avaliativas do êxito da proposta;
 |
| 1. Ao cuidar de quem cuida, estaremos fazendo uma ponte entre o cuidador e a pessoa cuidada – visitas espontâneas a esses idosos nos ajudará a medir o tipo de abordagem mais eficiência para cada caso e avaliar o processo de ensino-aprendizagem;
 |
| 1. O cuidado do outro pressupõe o seu próprio cuidado. Nas dinâmicas do condicionamento físico e psíquico-afetivo do cuidador, estaremos habilitando-o primeiro para o seu próprio cuidado, asseio e autoestima. Apropriando-se desse “cuidado” poderá ser sempre um melhor cuidador;
 |
| 1. Com as noções básicas de saúde, os cuidadores terão informações apuradas sobre medidas de segurança e modos de como cuidar melhor dos seus idosos. Cada cuidador registrará por escrito o seu aprendizado e avaliará esse impacto no cuidado com os seus idosos.
 |
| 1. No autocuidado tanto o psicólogo quanto o médico usarão todas as dinâmicas propostas e aquelas que nasceram da integração do grupo num processo contínuo de auto avaliação.
 |
| 1. No final de cada tema trabalhado será feito por escrito com todos os participantes uma avaliação com três questões: Que bom? (pontos positivos) Que Pena ! (pontos negativos) e Que Tal? (sugestões para os próximos encontros ou temas).
 |
| 1. Avaliada a participação de cada um, será entregue um Certificado de Participação no Projeto Envelhecimento Saudável. Obs: Receberão o certificado somente os que participarem de, no mínimo 70 % da formação oferecida.
 |
|  |
| 1. **CAPACIDADE INSTALADA** (deve ser informada a capacidade para execução do objeto do projeto)
 |
| RECURSOS HUMANOS | Assistente Social, Psicólogas, Enfermeira, Professor de Educação Física e Personal Treiner, Médico Gerontologista. |
| INSTALAÇÕES FÍSICAS | O Projeto será desenvolvido no Centro Social Pe. Hilário Puziski |
| MOBILIÁRIO E ELETRÔNICOS | Temos à disposição toda a estrutura física e de mobília do Centro Social Padre Hilário Puziski como também do kit multimídia e sistema integrado de som. Estrutura com acessibilidade. |
| OUTROS |  |

|  |
| --- |
| 1. **CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO**
 |
| ATIVIDADES | MÊS 1 | MÊS 2 | MÊS 3 | MÊS 4 | MÊS 5 | MÊS 6 | MÊS 7 | MÊS 8 | MÊS 9 | MÊS 10 | MÊS 11 | MÊS 12 |
| Curso Cuidando de Que Cuida |  X |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Curso Capacitação do Autocuidado da Pessoa Idosa  | X | X | X |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. **CRONOGRAMA DE APLICAÇÃO DE RECURSOS**
 |
|  | Parcela 1 |  Parcela 2 |  Parcela 3 | Parcela 4 |
| RECURSOS HUMANOS | 13. 524,00 |  |  |  |
| DESPESAS DE CAPITAL | 0,00 |  |  |  |
| DESPESAS OPERACIONAIS (\* anexo pg. 15) | 15. 363,40 |  |  |  |
| OUTRAS DESPESAS (inflação e outros materiais que surgirem durante a execução do projeto. | 633,10 |  |  |  |
| TOTAL GERAL | 29.520,50 |  |  |  |
| 1. **REPRESENTANTE LEGAL DA INSTITUIÇÃO**
 |
| NOME DO PRESIDENTE | Gisele Nascimento Costa Constantino |
| RG | 3.733.365 |
| CPF | 005.193.589-96 |
| TELEFONE | (48) 999264482 |
| E-MAIL | gi2201\_79@yahoo.com.br |
| ASSINATURA |  |
| CIDADE/UF | Capivari de Baixo/SC  |

Capivari de Baixo/SC, 13 de Novembro de 2020.

|  |
| --- |
| **ANEXO (PLANILHA DE CUSTOS DO CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 01/2020/CMDI)** |
| **DESPESAS OPERACIONAIS** (Transporte, Alimentação, Materiais de Limpeza, Material de Escritório, outras) |
| **ITEM** | **DESCRIÇÃO** | **VALOR SOLICITADO** |
| **Qtda** | **VALOR UNITÁRIO** | **TOTAL** | **%** |
| 1 | Folha Sulfite | 6 | 16,90 | 101,40 |  |
| 2 | Pasta Brasil | 100 | 1,50 | 150,00 |  |
| 3 | Canetas Esferográficas | 100 | 0,48 | 48,00 |  |
| 4 | Pincel Atômico | 20 | 1,50 | 30,00 |  |
| 5 | Canetas Hidrocor c/ 12 | 5 | 2,95 | 14,75 |  |
| 6 | Fita Adesiva Larga | 5 | 2,85 | 14,25 |  |
| 7 | Cartolina | 20 | 0,05 | 10,00 |  |
| 8 | Camisetas | 100 | 21,90 | 2.190,00 |  |
| 9 | Garrafas Individuas recicláveis | 100 | 26.90 | 2.690,00 |  |
| 10 | Elásticos p/Exercício Físico | 100 | 10,50 | 1.050,00 |  |
| 11 | Bolas de Fortalecimento p/ Exercícios Físicos  | 100 | 8,00 | 800,00 |  |
| 12 | Lanches  | 870 | 9,50 | 8.265,00 |  |
| 13 | Inflação e outros materiais  |  |  | 633,10 |  |
| TOTAL |  **15.996,50** |
| RESPONSÁVEL PELAS INFORMAÇÕES: Rosa Machado Silveira | DATA: 13 / 11 /20 |