

**Levantamento de projetos locais no âmbito da alimentação saudável e atividade física**

<b>Concelho</b>	Beja
<b>Nome do projeto</b>	Baleizão – Aldeia Amiga das Pessoas Idosas
<b>Identificação da instituição promotora</b>	ULSBA USFAIfaBeja
<b>Equipa de trabalho/ dinamizadora</b>	USFAIfaBeja
<b>Parceiros</b>	C.M.Beja, J.F. Baleizão, Casa do Povo de Baleizão, Empresa Municipal de Águas do Alentejo, UCCBeja e outros
<b>Enquadramento/ justificação do projeto</b>	Diagnóstico de saúde
<b>Objetivos do projeto (definir objetivos gerais e específicos)</b>	<p>Estimular o envelhecimento ativo, através da criação de condições de saúde, participação e segurança, que proporcionem apoio e capacitação, reforçando a qualidade de vida durante o processo de envelhecimento.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementar consultas de risco metabólico a 65% dos utentes com risco elevado</li> <li>• Implementar um programa de atividade física a 20% dos idosos;</li> <li>• Integrar os idosos nas atividades do Centro de Dia de Baleizão;</li> <li>• Promover a interligação com o Centro de Dia do Lidador, em Beja para que os idosos se inscrevam e participem nas atividades;</li> <li>• Promover a criação de uma pedovia;</li> <li>• Promover a criação de um parque geriátrico;</li> <li>• Promover a realização de uma sessão de educação aos cuidadores informais dos utentes com 65 e mais anos inscritos na extensão de saúde de Baleizão, para os motivar para a necessidade da sua participação ativa na resolução da problemática do processo de envelhecimento;</li> <li>• Facilitar a criação de um grupo de voluntariado, através da paróquia local, no sentido de realizar visitas domiciliárias aos idosos mais isolados.</li> </ul>

<b>Público-alvo/ destinatários</b>	População de Baleizão
<b>Descrição sumária do projeto</b>	<p>O projeto que realizámos: “Baleizão – Aldeia amiga das pessoas idosas”, tem como inspiração o “Guia Global das Cidades Amigas das Pessoas Idosas” (2009). Pretendemos construir um projeto de intervenção comunitária em função das necessidades identificadas no “Diagnóstico de Saúde” efetuado na localidade de Baleizão (2010), definindo estratégias de forma a motivar o envolvimento da comunidade na construção deste projeto de saúde, uma vez que a intervenção comunitária tem como finalidade a resolução de problemas e a promoção das potencialidades de uma comunidade através de uma ação concertada entre vários agentes e a própria comunidade local, favorecendo assim a proximidade e implicando a comunidade na tomada de decisão e desenvolvimento de atividades orientadas para a obtenção de ganhos em saúde. É portanto um projeto de parcerias.</p>
<b>Fases do projeto (identificação das principais fases de desenvolvimento)</b>	
<b>Duração do projeto</b>	2 anos
<b>Estratégias de avaliação (especificar métodos, instrumentos e indicadores de avaliação)</b>	<p>A avaliação irá incidir sobre os objetivos específicos traçados e sobre as atividades programadas inicialmente no projeto através dos indicadores e metas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementar consultas de risco metabólico a 30% dos utentes com risco elevado</li> </ul>

- |  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Implementar um programa de atividade física a 15% dos idosos;</li><li>• Integrar os idosos nas atividades do Centro de Dia de Baleizão;</li><li>• Promover a interligação com o Centro de Dia do Lidador, em Beja para que os idosos se inscrevam e participem nas atividades;</li><li>• Promover a criação de uma pedovia;</li><li>• Promover a criação de um parque geriátrico;</li><li>• Promover a realização de uma sessão de educação aos cuidadores informais dos utentes com 65 e mais anos inscritos na extensão de saúde de Baleizão, para os motivar para a necessidade da sua participação ativa na resolução da problemática do processo de envelhecimento;</li><li>• Facilitar a criação de um grupo de voluntariado, através da paróquia local, no sentido de realizar visitas domiciliárias aos idosos mais isolados.</li></ul> |
|--|---|

**ADICIONAR ANEXOS**

**Boletins informativos**