

**PROJECTO PROGRAMA**

**CONSTRUÇÃO DA  
VALÊNCIA LAR DE  
IDOSOS**

**PROJECTO MODELO**

## 1. PRESSUPOSTOS

Este projecto é fundamentalmente um exercício para encontrar um modelo de Lar destinado à classe média-média nacional que passa por duas preocupações fundamentais:

- a) Responder às necessidades desse grupo específico e maioritário da população, conseguindo uma oferta que se coloque entre as residências assistidas e os lares sociais, de solidariedade e privados existentes;
- b) Conseguir um custo que possa ser suportado e permita sustentabilidade na operação do negócio com mensalidades adequadas.

Após pesquisa profunda concluiu-se que os lares mantêm uma imagem asilar e profundamente deprimente, sendo esse aspecto o principal responsável pela falta de procura por parte da classe média que só os utiliza numa situação de doença, dependência ou abandono visível ou encapotado.

Essa imagem é muitas vezes consequência dos critérios de admissão e do modelo de lar que se apresenta na fase inicial de todo o processo. Em primeiro porque no sentido de rentabilizar o negócio o mais rapidamente possível admitem-se todos os cidadãos, independentemente da sua condição de saúde, sendo que a maior procura é por parte dos dependentes e doentes. Assim esgotam-se as lotações com cidadãos em estado de saúde muito deteriorado o que impede a admissão de idosos independentes que pretendem manter a sua vida activa e que ainda apresentam projectos de vida diversificados.

Mesmo sendo criterioso e admitindo simplesmente cidadãos independentes a situação tende a deteriorar-se, na medida em que esses cidadãos quando passam à condição de dependentes mantêm-se no mesmo espaço físico em que se encontravam, criando uma dificuldade nítida aos técnicos e à imagem do Lar, regressando tudo ao problema inicial.

Como se verifica pelo que foi dito, a estrutura física não tem a ver com o nível da oferta, ou pelo menos não é fundamental. Quero dizer com isto que a classe média-média, independente e com capacidade de pagamento, não procura os lares porque estes mantêm um modelo asilar e não é pelo facto do lar ser mais ou menos luxuoso que essa classe toma as suas decisões, se se mantiver o modelo interno de funcionamento.

É pois importante definir à partida que o Lar deve ter espaços diferenciados para independentes, semi-dependentes e dependentes, procurando não apresentar esses espaços desta forma mas utilizando estratégias em que este tipo de discriminação seja disfarçado ou pelo menos atenuado.

Existe também a possibilidade de criar espaços dentro da estrutura em que esta realidade visual deprimente, constituída pelos residentes mais dependentes, não seja a imagem do Lar. Não existe razão para “juntar” num pequeno espaço todos os residentes dependentes, a olharem para o vazio durante horas e horas do dia, podendo os mesmos estarem colocados em espaços de actividade permanente durante o dia e ocupando espaços próximos dos cuidados de saúde durante a noite.

Assim será de reconhecer que o chamado modelo para a classe média-média passa pela organização interna, pela capacidade profissional da equipa de trabalho e pelo modelo da organização de trabalho, prestação de cuidados e oferta de serviços.

É certo que a arquitectura tem que contribuir minimamente para que essa equipa, organização e modelo se possam implementar, mas não é tão essencial como á partida possa parecer.

Poderemos pensar que as residências assistidas são uma resposta inovadora e mais atractiva para os cidadãos mas isso é enquanto não se perceber os cuidados que são prestados e os serviços que são oferecidos, ou seja, esse modelo arquitectónico vai valer por aquilo que dentro dele se fizer e não por aquilo que representa em termos físicos.

Contudo há exigências mínimas: quartos individuais que possam servir também para casais; impedimento de colocação de dois cidadãos que não constitua um casal, em quarto duplo; existência de inúmeros espaços com oferta de actividades diversas; garantia da intimidade e privacidade dos cidadãos; espaços exteriores atraentes; diversidade de espaços de alguns serviços como essencialmente a zona de refeições (existência de mais de uma zona de refeições); existência de “caves” ou “arrecadações” contíguas aos alojamentos que permitam armazenar bens, roupas e outros acessórios com alguma disponibilidade.

Garantido que seja a possibilidade de dizer “este espaço é meu” e “estou cómodo e independente no mesmo”, garantido que existam espaços colectivos que possam permitir a escolha por diversas ofertas de actividades de lazer, garantido o espaço exterior amável, qualquer estrutura

arquitectónica serve como oferta modelar já que o “modelar” não está na estrutura mas irá estar no funcionamento operacional do Lar.

Outra situação que se reflecte extraordinariamente na procura e oferta tem a ver com as mensalidades praticadas. Nesta questão não existem muitas soluções, sendo que um dos custos mais difíceis de combater e que se reflecte violentamente na mensalidade a praticar, tem a ver com o custo da construção.

Este custo poderá ser diluído e ser retirado da mensalidade, pelo menos com efeito tão violento. A forma de se conseguir chegar a essa situação é a possibilidade de desenvolver um sistema que preveja a existência de uma jóia de entrada inicial para os clientes.

Esta jóia, que poderia ser substituída ou “trocada” por bens imobiliários dos potenciais clientes deve ser avaliada em função dos custos do capital investido, juros e amortizações, deixando de fazer parte dos custos operacionais de funcionamento. Assim será possível entrar no mercado com uma oferta de qualidade com custo de mensalidade mais baixo que será o que facto é importante para o cliente da classe média-média

Em resumo: o modelo de organização e gestão e o modelo de financiamento com introdução de jóia inicial tornam-se as chaves para um projecto modelo destinado à classe média-média.

## **2. DESCRIÇÃO DO PROJECTO LAR DE IDOSOS**

O Lar de Idosos será constituído por 3 núcleos, sendo:

- 1 Núcleo central interligado directamente aos outros dois
- 2 Núcleos independentes entre si com acessos próprios e que constituem duas unidades de Lar, cada uma com a capacidade para 40 residentes

O núcleo central terá 3 pisos acima do solo e os núcleos que constituem os lares terão dois pisos acima do solo.

O conjunto dos 3 núcleos terá um piso abaixo do solo na totalidade da área ocupada.

## PISO -1 (CAVE)

Esta área terá duas ocupações distintas: na área abaixo do solo correspondente aos núcleos que constituem os lares a utilização será de estacionamento. Na área correspondente ao núcleo central a ocupação será com:

- Rouparia
- Armazém Geral
- Arrecadações diversas
- Oficina
- Vestiários de Pessoal

O acesso será feito para as áreas de estacionamento, por rampa e escadas. Para a área afectada a alguns serviços, por rampa, escadas e elevador.

## NUCLEO CENTRAL PISO 0 (RÉS DO CHÃO)

Esta área será constituída pela maior parte dos serviços:

- Área de Saúde
- Refeitório Principal/Restaurante
- Sala de preparação de refeições
- Dispensa de dia
- Bar
- Zona de limpos
- 2 Ateliers de ocupação e lazer
- Várias instalações sanitárias

## NUCLEO CENTRAL PISO 1 (1º ANDAR)

Esta área será constituída por serviços diversos:

- Salão polivalente para ocupação e lazer, ginásio e actividades diversas
- 2 Gabinetes técnicos
- Cabeleireiro e esteticista
- Biblioteca
- Sala de jogos
- Várias instalações sanitárias
- Salão de refeições

## NUCLEO CENTRAL PISO 2 (2º ANDAR)

Esta área será constituída por:

- Gabinete de administração
- Gabinete de Director Técnico
- Sala de Reuniões
- Secretaria/serviços administrativos
- Sala de espiritualidade
- Salão de refeições

O piso 2 será mais pequeno do que os pisos anteriores do núcleo central ocupando-se o espaço de diferença com uma varanda que rodeia todo o piso.

## NUCLEOS CONTIGUOS, LIGADOS AO NUCLEO CENTRAL MAS INDEPENDENTES ENTRE SI, CONSTITUINDO CADA QUAL UM LAR:

### NUCLEO 1 PISO 0 (RÉS DO CHÃO)

Esta área será constituída por zona de quartos:

- 5 Quartos duplos
- 10 Quartos individuais
- 15 Instalações sanitárias correspondentes a cada um dos quartos
- 1 Instalação sanitária para banho apoiado
- 1 Sala de sujos
- 1 Gabinete de pessoal para estar/pausa/atendimento
- Várias arrecadações
- 1 Átrio que constituirá a entrada principal do Lar 1.

### NUCLEO 1 PISO 1 (1º ANDAR)

Nesta área teremos todas as instalações do rés-do-chão, excluindo a área de entrada que será uma sala de estar/espera/visitas.

### NUCLEO 2 PISO 0 (RÉS DO CHÃO)

Esta área será uma cópia do núcleo 1, correspondendo ao Lar 2, também com entrada principal.

### NUCLEO 2 PISO 1 (1º ANDAR)

É uma área exactamente igual ao piso 1 (rés do chão), excluindo o átrio de entrada que será substituído por sala de estar/espera/visitas.

### ACESSOS

Os acessos são variados para as diversas áreas.

O acesso à zona de cave (Piso -1) é feito por rampas (3), escadas e elevadores.

O núcleo central tem um único acesso para a rua, junto da zona de preparação de refeições permitindo o fornecimento directo das mesmas. Os outros acessos a este núcleo fazem-se exclusivamente pelas entradas principais dos lares. Poderá eventualmente ter acesso à rua junto ao bar, onde se poderá colocar uma esplanada.

Os acessos aos lares são independentes a cada um, estando estes ligados por acesso directo ao núcleo central.

Os outros acessos são constituídos por escadas e elevadores, existindo acessos do piso 0 para o piso 1 de cada núcleo que constitui os lares directos e acessos do piso -1 ao piso 2 no núcleo central directos.

## **2. DESCRIÇÃO PORMENORIZADA DAS ÁREAS**

1. ÁTRIOS: É um espaço destinado à recepção, espera e estar. É um espaço amplo que faz o encaminhamento para os acessos horizontais e verticais do edifício. Existem dois átrios que correspondem às entradas principais dos dois lares.

2. GABINETE DE DIRECTOR TÉCNICO: Espaço reservado ao Director Técnico dos Lares, com I.S. privada com área reservada para pequenas reuniões.
3. SALA DE REUNIÕES: Espaço para utilização por residentes e trabalhadores amplo, com uma I.S., dividida para homens e mulheres.
4. GABINETE DE ADMINISTRAÇÃO: Espaço a utilizar pela administração dos Lares idêntico ao gabinete do Director Técnico, também com I.S. privada.
5. GABINETE ADMINISTRATIVO: Espaço reservado aos serviços administrativos, preparados para dois trabalhadores que inclui zona de arquivo. Utiliza I.S. da Sala de Reuniões que fica contigua.
6. SALA DE ESPIRITUALIDADE: Espaço de culto, para ser utilizado por familiares e residentes como local de tranquilidade e reflexão. Não substitui uma capela católica mas tem o mesmo objectivo servindo para as diferentes religiões.
7. GABINETES DE AUXILIARES/PESSOAL. São dois, colocados junto da entrada principal dos lares e que são utilizados para passagem de ocorrências, registo de notas, pausa e estar dos auxiliares de serviço. Tem acesso rápido a todos os quartos e são dotados de sistema de chamada com indicador luminoso e sonoro. É também previsível que inclua as câmaras do sistema de vigilância interna. Tem I.S. próprias.
8. VESTIÁRIOS: Área que serve para todo o pessoal que presta serviço nas instalações. Existirão 3 vestiários sendo um de homens, outro de mulheres e outro destinado a pessoal de empresas exteriores que prestem serviço nas instalações. Serão dotados de armários individuais com banco corrido de apoio e I.S. que incluem duche. Vão estar localizados no piso inferior, -1 cujo acesso é feito por rampa, escadas ou elevador e estarão dotados de porta com abertura por código com possibilidade de registo de ponto.
9. ÁREAS DE CONVÍVIO E OCUPAÇÃO/LAZER: São áreas destinadas ao convívio, lazer e desempenho de actividades a desenvolver pelos idosos. Serão constituídos 2 ateliers técnicos no rés-do-chão com I.S. próprias, 2 gabinetes técnicos para multifunções no 1º andar, onde existirá também um cabeleireiro/esteticista, uma biblioteca, uma sala de jogos e um salão



polivalente para várias actividades. No 1º andar existirão I.S. para homens e mulheres que servirão toda a área de lazer.

10. REFEITÓRIO/SALA DE REFEIÇÕES: Espaço amplo para servir à mesa, sentados em grupos de 4, entre 80 a 100 pessoas, colocado no rés-do-chão, em espaço contíguo ao bar. Tem anexado I.S. para homens e outra para mulheres e em espaço aberto lavatórios de mãos. Este espaço terá estruturas móveis que permitem a sua divisão em quatro zonas distintas e também o seu fecho ou abertura em relação ao espaço contíguo do núcleo central. Para além deste salão principal existem mais duas zonas de refeições nos pisos da zona central que poderão ser utilizadas para refeições.
11. SALA DE PREPARAÇÃO DE REFEIÇÕES: Espaço destinado a fazer a recepção, o armazenamento, o aquecimento e a distribuição das refeições que serão confeccionadas no exterior. Recolhe também a palamenta após refeições. Estará dotada de lavatórios, bancadas e pequenos equipamentos essenciais ao serviço de alimentação. Tem acesso directo para o exterior e zona de lixos.
12. DISPENSA DE DIA: Espaço contíguo à sala de preparação de refeições que servirá para armazenamento em condições de bom acondicionamento, produtos de consumo a utilizar extraordinariamente.
13. BAR: Espaço destinado a pequeno bar para residentes, trabalhadores e visitas que poderá ter uma esplanada com acesso ao exterior (jardim). Estará colocado no piso 0 junto à sala de refeições. Ficará servido pelas I.S. da sala de refeições.
14. ROUPARIA: Área destinada à recolha de roupa limpa e suja, em espaços devidamente isolados com circuitos de saída e entrada distintos. Terá área de armazenamento e tem acesso para carrinhas por rampa.
15. QUARTOS: Os quartos terão o modelo individual e o modelo de casal, podendo ser ocupados por uma ou duas pessoas. Terão I.S. privada. Serão divididos em dois lares, cada um com a capacidade para 40 residentes. Cada um dos lares terá 10 quartos duplos e 20 quartos individuais que serão distribuídos em dois pisos com metade dos quartos cada um, ou seja grupos de 5 quartos duplos e 10 individuais. Cada pequeno grupo destes que alojará 20 residentes é

servido por uma I.S. para banho apoiado e por arrecadações para roupa e outros materiais necessários a esse grupo.

16. ÁREA DE SAUDE: Espaço que terá um gabinete de observação/técnico para consulta de enfermagem e médica e uma sala de tratamentos. Nesta área será constituída também uma zona de limpos para esterilização e armazenamento de material estilizado, equipada com autoclave e equipamento de selagem de manga para esterilização. Esta área terá ainda uma pequena sala de espera e uma I.S.
17. ZONAS DE SUJOS: Existem várias zonas de sujos sendo a sua colocação e distribuição feita de forma a assegurar um circuito próprio até ao exterior. Cada núcleo de lar terá uma zona de sujos no rés-do-chão e existirá uma terceira junto à área de saúde. As zonas de sujos serão dotadas de equipamentos para absorção de arrastadeiras e urinóis descartáveis e equipamento de selagem de sacos de sujos.
18. ARMAZÉM GERAL: è um espaço na cave (pisso -1) que servirá para armazenamento geral de materiais, devidamente acondicionados. O espaço poderá ser dividido conforme a especificidade dos materiais a armazenar, tendo uma zona de produtos inflamáveis e outra de produtos potencialmente perigosos com as respectivas seguranças.
19. ARRECADACÕES: Existirá uma área para arrecadações diversas para materiais de utilização no Lar como cadeiras de rodas, andarilhos, ferramentas de jardim, etc. Não estando definido o número de arrecadações serão as necessárias para as necessidades a avaliar. Este espaço estará localizado no piso -1 (cave).
20. OFICINA: Espaço que servirá para pequenas reparações dotado de materiais necessários a esse efeito. Ficará localizado no piso -1 (cave).

### 3. QUADRO REFERÊNCIA DE DESCRIMINAÇÃO DE ÁREAS (EM M<sup>2</sup>)

De acordo com despacho normativo nº12/98 – Calculo de áreas

<b>Quadro de Entradas</b>	
Número de camas (un)	80
Numero de pisos acima solo das estruturas lar (un)	2
Número de pisos acima do solo da estrutura central (un)	3
Número de pisos abaixo do solo (un)	1
Percentagem de áreas comuns	25%
<b>Quadro Resumo</b>	
Somatório de Áreas Úteis (m <sup>2</sup> )	
Somatório de Áreas brutas (m <sup>2</sup> )	

Áreas por usos	Descrição	Áreas unitárias mínimas (m <sup>2</sup> )	Áreas unitárias assumidas (m <sup>2</sup> )	Quant .	Áreas acumuladas (m <sup>2</sup> )	Notas
Área de acesso	Átrios	9	20	3	60	
Área de direcção e serviços	Gabinete director	10	12	1	12	
	Sala reuniões	10	10	1	10	
	Gabinete administrativo	10	20	1	20	Área util mínima por posto de trabalho 2 m <sup>2</sup>
	Instalação sanitária	3	5	2	10	
	Auditório		50	1	50	
Área de instalações para pessoal	Sala pessoal	10	20	1	20	
	Instalação sanitária	3	5	2	10	
	Vestiários, zona descanso	6	12	2	24	
	Instalação sanitária com duche	3,5	6	2	12	
Área de convívio e de actividades	Sala polivalente	15	50	2	100	

Áreas por usos	Descrição	Áreas unitárias mínimas (m2)	Áreas unitárias assumidas (m2)	Quant .	Áreas acumuladas (m2)	Notas
	Ateliês de ocupação		10	10	100	
	Instalação sanitária	3	5	2	10	2mX1,5m com lavatório sobre poleias e sanita; 15 pessoas ou menos
	Instalação sanitária	4,84	5	4	20	2,2mX2,2m; 15 pessoas ou menos
	Instalação sanitária	2,5	2,5	6	15	1 cabine com sanita por cada 10 pessoas, separadas poor sexo; mais de 15 pessoas
<b>Área de refeições</b>	Sala de refeições principal	20	200	1	200	
	Salas de refeições secundárias		50	2	50	
	Instalação sanitária	3	5	2	10	2mX1,5m com lavatório sobre poleias e sanita; 15 pessoas ou menos
	Instalação sanitária	4,84	5	4	20	2,2mX2,2m; 15 pessoas ou menos
	Instalação sanitária	2,5	2,5	6	15	1 cabine com sanita por cada 10 pessoas, separadas poor sexo; mais de 15 pessoas
<b>Cozinha/Cop a</b>	Cozinha	10	30	1	30	Quatro zonas distintas: preparação, confecção, lavagem, arrumos de utensílios, copa de distribuição de alimentos
	Dispensa de dia, arrumos	6	30	1	30	
	Compartimento de lixo	1,5	3	1	3	
	Câmaras conservação		30	1	30	
<b>Lavandaria</b>		12	40	1	40	Mínimo 1m2 por cama até 20 camas e 0,8 m para mais; cinco zonas distintas: lavagem, secagem, engomadora, arrumos e expediente; estendal exterior

Áreas por usos	Descrição	Áreas unitárias mínimas (m2)	Áreas unitárias assumidas (m2)	Quant .	Áreas acumuladas (m2)	Notas
Área de quartos	Quarto individual (área útil incluindo sala de estar e rouparia)	10	10	70	700	Mínimo de 50% de quartos individuais, todos com acesso de cadeira de rodas; cada grupo de quartos com o máximo de 10 camas e uma sala de estar, copa e rouparia, cada piso tem banho assistido e zona de sujos com pia
	Quarto casal (idem)	15	15	10	150	
	Sala de estar com copa	12	40	4	160	2m2 por pessoa
	Rouparia	3	3	4	12	
	Instalação sanitária dos quartos	4,5	5	70	350	2,15mX2,1m; deficientes
	Banho assistido	10	10	4	40	
Área de saúde	Gabinete de saúde	12	12	2	24	
	Instalação sanitária com duche	3,5	3,5	2	7	
<b>Somatório das áreas úteis</b>					<b>2.016</b>	
<b>Total de áreas brutas incluindo áreas comuns</b>					<b>2.520</b>	
<b>Índice de construção</b>					<b>1.2</b>	
<b>TOTAL</b>					<b>3.024</b>	

Partindo do princípio que o preço de construção m2 é de 600 € temos um investimento total de 1.814.400 €.

A facturação mínima anual desta unidade é de 864.000 €, podendo atingir 1.152.000 €