

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa 2012

### FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 112

**Aromas de Sabedoria - Envelhecimento Activo**



**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](mailto:bip.zip@cm-lisboa.pt)



vida, exigem uma atenção especial aos estilos de vida mais saudáveis e ativos, que permitem viver mais tempo com autonomia e bem-estar físico, mental e social.

<i>Temática preferencial</i>	Outra.
<i>Destinatários preferenciais</i>	Idosos
<i>Objectivo geral</i>	Desenvolvimento de actividades que promovam o envelhecimento activo e a estimulação biopsicosocial da pessoa idosa, através de acções que promovam a sua integração e valorização dos saberes adquiridos ao longo da vida. As actividades a desenvolver serão centradas na temática das ervas aromáticas e medicinais.

---

### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

<i>Descrição</i>	Estimular a prática da actividade física como forma de promoção da saúde e bem-estar no combate ao sedentarismo e isolamento da pessoa idosa.
<i>Sustentabilidade</i>	Introduzindo práticas saudáveis na rotina diária dos idosos, permite-se que cada um permaneça com autonomia e ganhe vontade de dar continuidade aos hábitos adquiridos. Promove, igualmente, a sociabilização e interação entre os participantes, fomentando laços para o futuro.

#### Objetivo Específico de Projeto 2

<i>Descrição</i>	Promover a estimulação psicológica, como forma de manter as capacidades cognitivas da pessoa idosa.
<i>Sustentabilidade</i>	Estimulando a memória, a atenção e a percepção, promove-se no idoso a autonomia para o desenvolvimento de novos interesses. Também, a recolha das memórias, dos saberes e das suas experiências, conduz a um aumento da sua auto-estima através do reconhecimento da experiência adquirida ao longo da vida e da sua transmissão aos outros.

#### Objetivo Específico de Projeto 3

<i>Descrição</i>	Promover relações intergeracionais e interculturais positivas, com vista a uma melhor integração da pessoa
------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------



idosos na comunidade.

**Sustentabilidade** Fomentando oportunidades para o estabelecimento de relações positivas, entre as pessoas e a sua comunidade, criam-se condições para que estas se perpetuem no futuro.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

<b>Actividade 1</b>	-
<b>Descrição</b>	Pretende-se realizar caminhadas na Ameixoeira que permitam a descoberta do território, acompanhadas por um/a especialista que irá fazer o reconhecimento e identificação de plantas medicinais e aromáticas.
<b>Recursos humanos</b>	Calçado adequado; Fatos de treinos; Bonés e T-Shirts
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	- Valorização do território pelas próprias pessoas - Ganhos a nível de saúde e sociabilização - Desocultação de saberes
<b>Valor</b>	2000.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	0
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1, 2, 3
<b>Actividade 2</b>	-
<b>Descrição</b>	Pretende-se realizar Passeios a outros locais fora da freguesia, para recolha e reconhecimento de outras ervas aromáticas e medicinais.
<b>Recursos humanos</b>	- Autocarro (motorista + combustíveis) - Refeições e Alojamento dos participantes e motorista - Actividades nos locais visitados - Seguros
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-

<b>Resultados esperados</b>	- Valorização do território em comparação com outras realidades; - Troca de experiências; - Coesão do grupo
<b>Valor</b>	5750.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	0
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1, 2, 3
<b>Actividade 3</b>	-
<b>Descrição</b>	Após o reconhecimento, identificação e recolha de plantas medicinais e aromáticas, pretende-se que os intervenientes produzam um herbário e posterior edição de um livro com as ervas, "mesinhas" e receitas tradicionais, que façam parte da sua experiência de vida.
<b>Recursos humanos</b>	Consumiveis
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	- Valorização e transmissão dos saberes adquiridos ao longo da vida - Reconhecimento do trabalho efectuado - Promoção da auto-estima - Valorização e Promoção do território
<b>Valor</b>	2000.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	0
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1, 2, 3
<b>Actividade 4</b>	-
<b>Descrição</b>	Cultivo de ervas aromáticas e plantas medicinais em canteiros comunitários

<i>Recursos humanos</i>	- Sementes e mudas de plantas - Equipamentos de jardinagem - combustor
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	- Ganhos ao nível da saúde e sociabilização - embelezamento e requalificação do espaço público - desenvolvimento de relações de solidariedade intergeracionais e interculturais
<i>Valor</i>	1000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	0
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3

### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

#### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* -----

#### Constituição da equipa de projeto

#### Criação de emprego (Impacto)

*Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)* -----

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

#### Destinatários (Resultados)

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



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

*Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* -----

**Equidade**

*Nº de destinatários com deficiência / doença mental* -----

*Nº de destinatários mulheres* -----

*Nº de destinatários desempregados* -----

*Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)* -----

*Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)* -----

*Nº de destinatários imigrantes* -----

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

*Nº de produtos concebidos para venda / demonstração* -----

*Nº de intervenções em edifício para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade* -----

*Nº de intervenções no espaço público* -----

*Nº de publicações criadas* -----

*Nº de páginas de Internet criadas* -----

*Nº de páginas de facebook criadas* -----

*Nº de vídeos criados* -----

*Nº de artigos publicados em jornais / revistas* -----

*Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)* -----

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

<i>Encargos com pessoal interno</i>	0.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	0.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	5750.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	0.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	2000.00 EUR
<i>Equipamentos</i>	3000.00 EUR
<i>Obras</i>	0.00 EUR
<i>Total</i>	10750 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	Junta de Freguesia de Santa Clara
<i>Valor</i>	10750.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	2100.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio técnico e cedência de espaços
<i>Entidade</i>	Projecto "Tesouros da Ameixoeira"
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1800.00 EUR
<i>Descrição</i>	Recursos Humanos
<i>Entidade</i>	Haja Alegria
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio na mobilização
<i>Entidade</i>	Movimento SOS Racismo
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1800.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio Técnico
<i>Entidade</i>	PROSAUDESC





*Tipo de apoio* Não financeiro  
*Valor* 1800.00 EUR  
*Descrição* Apoio Técnico

---

**TOTAIS**

*Total das Actividades* 10750 EUR  
*Total de Outras Fontes de Financiamento* 10750 EUR  
*Total do Projeto* 19250 EUR  
*Total dos Destinatários* 0