

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

### Programa 2013 FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 018

**Contradições com Tradição**



**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)

### ENTIDADES PROMOTORAS

*Designação* Associação de Reformados do Bairro do Condado-  
Marvila-Lisboa

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* ACULMA - Associação para o Desenvolvimento Cultural e  
Social de Marvila

*Designação* Associação de Moradores do Bairro da Quinta do Charquinho

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Contradições com Tradição

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 30. Condado

#### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* Associação fundada a 8 Março de 2010 e localiza-se bairro  
Condado, freguesia Marvila com cerca de 38000 habitantes  
dos quais atualmente 600 são associados que pagam  
mensalmente as suas quotas às associações envolvidas. A  
associação tem como missão satisfazer as carências sociais  
e a proteção dos cidadãos na velhice, mediante a prestação  
de serviços, com vista à promoção de um envelhecimento  
ativo.  
Como pontos fortes há a destacar a envolvimento de todos os  
associados em querer participar e ajudar a associação e a  
freguesia a crescer, bem como o interesse das restantes  
associações da zona em estabelecer parcerias e  
disponibilizar os seus recursos físicos e humanos ao bom  
desempenho do projeto, envolvendo todos os cidadãos  
interessados numa tentativa de trocas intergeracionais nas  
atividades planeadas. Destaca-se ainda a dimensão do espaço  
físico e o mobiliário já disponível da sede que permite a  
realização de atividades de alguma dimensão.  
Como pontos fracos evidencia-se a escassez de recursos  
financeiros que impossibilita a aquisição de alguns bens e



produtos indispensáveis à realização de algumas atividades úteis ao bem-estar dos cidadãos. É de salientar que estas atividades foram apresentadas aos sócios e aceites, uma vez que nem todos têm oportunidade de frequentar um centro de dia por razões inimizáveis aos mesmos vendo-se muitas vezes circunscritos às quatro paredes dos seus lares ou aos asfaltos e zonas verdes da freguesia.

*Temática preferencial* Melhorar a Vida no Bairro

*Destinatários preferenciais* Idosos

*Objectivo geral* Contradições com tradição tem como objetivo geral fomentar o convívio como forma de combater o isolamento social, e minimizar a carência de resposta de Centro de dia na localidade. Ocupar os tempos livres de forma útil e saudável, valorizar a autoestima dos participantes e possibilitar novos conhecimentos e aprendizagens. Inclui Ateliers ocupacionais, e atividades Físicas. Paralelamente prevêm-se atividades Complementares, tais como visitas culturais, exposições locais e semanas culturais.

---

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição* Desenvolver um conjunto de ateliers que promovam a ocupação da população alvo - idosos, pensionistas e reformados - com o objectivo de estimular as capacidades cognitivas e de memória assegurando um envelhecimento ativo da população envolvida através da Música e de jogos tradicionais.

*Sustentabilidade* Sustentar a ocupação da população alvo promovendo ou reavivando um envelhecimento ativo com vista à estimulação das capacidades cognitivas e de memória alcançando algum grau de satisfação e independência para o idoso nas tarefas diárias.

### Objetivo Específico de Projeto 2

*Descrição* Trabalhar as competências manuais com actividades manuais e decorativas que se inscrevem na execução de: Costura; Bordados; Trapologia; Rendas; Arraiolos; Arranjos florais; Pintura (Tecido, vasos, cortinas, almofadas, etc.), sem esquecer a expressão corporal onde se incluem igualmente aulas de ginástica.



**Sustentabilidade** Permitir o desenvolvimento das competências manuais e físicas aos idosos de forma a exercitar as capacidades físicas, visto estarem a passar por um processo de estagnação onde precisam de estimulação física para o seu saudável desenvolvimento e locomoção.

### Objetivo Específico de Projeto 3

**Descrição** Realizar passeios e visitas culturais de um ou mais dias, promovendo a solidariedade e a cultura do nosso país, ao nível das tradições nacionais e da cultura/arte (teatro e Cinema), bem como semanas gastronómicas.

**Sustentabilidade** Corresponder às expectativas da população quanto a aquisição de novos saberes e conhecimentos culturais e artísticos. Permitindo à população envolvida experienciar a ida a sessões teatrais e cinemáticas uma vez que a maioria nunca teve essa oportunidade.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

**Actividade 1** Grupo coral e canto tradicional

**Descrição** Criação de um grupo coral e de cantares tradicionais abrangendo as diferentes instituições presentes. Será incluído o ensino de música que será acompanhado tecnicamente por professores especializados.

**Recursos humanos** Professores especializados encaminhados pela Aculma. Idosos da freguesia.

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados** Espera-se obter um grupo coral e de canto tradicional devidamente coeso e organizado de forma a poder percorrer o país com diversas atuações, permitindo alguma diversão e conhecimento aos idosos envolvidos.

**Valor** 4500.00 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9

**Periodicidade** Semanal

**Nº de destinatários** 300

**Objectivos específicos para que concorre** 1

<b>Actividade 2</b>	Jogos tradicionais
<b>Descrição</b>	Promover a realização de jogos tradicionais adequados aos idosos envolvidos com vista à estimulação da memória e das capacidades cognitivas bem como o convívio social entre os mesmos.
<b>Recursos humanos</b>	Todos os idosos envolvidos bem como a técnica responsável pela organização e realização das atividades do projeto.
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	Espera-se com esta atividade trazer a socialização dos idosos na freguesia, estimulando a memória e o convívio
<b>Valor</b>	1750.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	600
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1
<b>Actividade 3</b>	Atividades manuais e decorativas
<b>Descrição</b>	Pretende-se implementar diversas atividades manuais como Costura; Bordados; Trapologia; tecelagem; Rendas; Arraiolos; Arranjos florais; Pintura com vista à ocupação dos tempos livres, das senhoras idosas, em geral uma vez que se queixam que não existem atividades dirigidas às senhoras.
<b>Recursos humanos</b>	Professora de atividades manuais e decorativas e professora de costura. Técnica responsável pela organização e realização das atividades do projeto.
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	Pretende-se que as idosas atinjam os conhecimentos necessários nesta área para poderem continuar os seus trabalhos de atividades manuais e decorativas mesmo depois do término do projeto, no caso de não existir verba que lhe possa dar continuidade. Prevê-se que os trabalhos finais possam ser apresentados numa feira e vendidos, revertendo o valor das vendas a favor da arbc Marvila, para o desenvolvimento de outras atividades. Prevê-se ainda que algumas idosas passem não só a aprender

**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

mas igualmente a ensinarem jovens em pequenos arranjos de forma a efetuar uma reciclagem de vestuário, estabelecendo-se trocas intergeracionais e devolvendo o devido valor aos conhecimentos destas idosas.

<i>Valor</i>	5050.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	300
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 4</i>	Aulas de ginástica
<i>Descrição</i>	As aulas de ginástica desenvolverão-se semanalmente na sede da arbc Marvila com um professor de ginástica de forma a estimular o exercício físico dos idosos.
<i>Recursos humanos</i>	Professor de Ginástica
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Espera-se que os idosos se envolvam no exercício físico adequado às suas condições físicas de forma a estimular os membros e articulações melhorando a sua saúde física e emocional.
<i>Valor</i>	1300.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	100
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 5</i>	Grupo de Concertina
<i>Descrição</i>	Criação de um grupo de concertinas abrangendo as diferentes instituições presentes, acompanhado tecnicamente por professores especializados.
<i>Recursos humanos</i>	Professores especializados encaminhados pela Aculma. Idosos



	da freguesia.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	Espera-se obter um grupo de concertinas devidamente coeso e organizado de forma a poder percorrer o país com diversas atuações, permitindo alguma diversão e conhecimento aos idosos envolvidos.
<i>Valor</i>	4500.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	100
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<b>Actividade 6</b>	Passeios turísticos
<i>Descrição</i>	Prevê-se organizar passeios a diversos locais do país de um ou mais dias, nos quais se oferece a oportunidade aos idosos de conhecer alguns locais do país que nunca visitaram.
<i>Recursos humanos</i>	Técnica responsável pela organização e realização das atividades do projeto.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	Espera-se realizar cerca de um passeio por mês a diversos locais do país de norte a sul, apresentando novos viveres e socialização aos idosos envolvidos.
<i>Valor</i>	10300.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	200
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3

<b>Actividade 7</b>	Visitas artísticas/culturais
<b>Descrição</b>	Pretende-se organizar idas ao teatro, cinema e museus de forma a proporcionar aos idosos a oportunidade de frequentar esses locais, cuja maioria nunca o fez por toda a vida ter adiado estes projetos.
<b>Recursos humanos</b>	Técnica responsável pela organização e realização das atividades do projeto.
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	Espera-se realizar cerca de uma a duas visitas por mês a diversos locais do país de norte a sul, no caso dos museus, apresentando realidades desconhecidas aos idosos envolvidos.
<b>Valor</b>	4900.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<b>Periodicidade</b>	Mensal
<b>Nº de destinatários</b>	200
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	3
<b>Actividade 8</b>	Semanas gastronómicas
<b>Descrição</b>	Pretende-se organizar semanas gastronómicas de diversos locais do país, trazendo novos sabores e tradições aos idosos envolvidos, bem como idosos dessas localidades que estejam dispostos a participar e socializar.
<b>Recursos humanos</b>	Técnica responsável pela organização e realização das atividades do projeto.
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	Espera-se realizar uma semana por mês trazendo diversas gastronomias aos idosos do Condado/Marvila, proporcionando-lhes momentos de lazer e provas únicas.
<b>Valor</b>	9300.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<b>Periodicidade</b>	Mensal



*Nº de destinatários* 600

*Objectivos específicos para que  
concorre* 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	-----
<b>Produtos/Elementos tangíveis da intervenção</b>	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	-----
Nº de intervenções em edificado 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**

Encargos com pessoal interno	7800.00 EUR
Encargos com pessoal externo	11250.00 EUR
Deslocações e estadias	12600.00 EUR
Encargos com informação e publicidade	0.00 EUR
Encargos gerais de funcionamento	0.00 EUR
Equipamentos	9950.00 EUR
Obras	0.00 EUR
<b>Total</b>	<b>41600 EUR</b>

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<b>Entidade</b>	Associação de Reformados do Bairro do Condado-Marvila-Lisboa
-----------------	--



*Valor* 41600.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Aculma

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 250.00 EUR

*Descrição* Apoio no desenvolvimento das atividades musicais, cedência de instrumentos musicais.

*Entidade* Associação de moradores da quinta do Chalé

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 100.00 EUR

*Descrição* Apoio no desenvolvimento das atividades culturais/artísticas, mediante contactos com entidades externas.  
Cedência de equipamentos de som para diversas atividades.

**TOTAIS**

*Total das Actividades* 41600 EUR

*Total de Outras Fontes de Financiamento* 41600 EUR

*Total do Projeto* 41950 EUR

*Total dos Destinatários* 2400

