

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2013

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 053

Colorir a Pena



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 ILGA Portugal

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Assoc. Portuguesa de Música nos Hospitais e Instituições de Solidariedade Social

*Designação* Associação de Estudantes da NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas

*Designação* Junta de Freguesia de Arroios (Antiga JF dos Anjos)

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Colorir a Pena

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 36. Pena

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* O bairro da Pena é caracterizado por um elevado índice de envelhecimento demográfico e de situações de vulnerabilidade sócio-económica. A população idosa é por excelência o segmento mais vulnerável por múltiplos fatores que contribuem cumulativamente para o seu gradual isolamento e solidão. A situação de isolamento social extremo em que muitas pessoas idosas se encontram atualmente reforça a noção de que "a perda de interações com o exterior, a diminuição e o enfraquecimento das redes de relações dos indivíduos, é (...) um fator-chave dos processos de exclusão social dos indivíduos" (Amor, 2011:22). Em paralelo, a investigação sociológica alerta para a pouca eficácia das respostas centradas nos equipamentos específicos como Lares e Centros de Dia, no que concerne a preservação da autonomia individual, altamente valorizada pelas pessoas idosas (Ruoppila e Raitanen, 2004). Este projeto prevê a construção de respostas de constituição e consolidação de redes de



suporte local, através de processos participados de intervenção pela própria população idosa, que juntamente com os/as técnicos/as e voluntários/as envolvidos/as, se assumam como agentes multiplicadores no combate ao isolamento e à exclusão social da população idosa. Em paralelo, a concertação dos recursos já existentes e a contínua disponibilização do Centro da entidade promotora, mesmo após o final do projeto, oferecem à comunidade uma resposta mais alargada, diversificada e sustentável a longo prazo.

*Temática preferencial*

Melhorar a Vida no Bairro

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

Tendo por base o perfil sócio-demográfico envelhecido do bairro da Pena, e no sentido em que a temática em que se enquadra é a melhoria da qualidade de vida do bairro, este projeto propõe a intervenção em dimensões que a investigação sociológica sobre a vulnerabilidade da população idosa identifica como área chave no combate ao isolamento social. Recusando uma abordagem infantilizadora desta população, o projeto assume a participação dos/as idosos/as como eixo estrutural na construção das respostas que eles/elas próprios/as considerem mais pertinentes em face das suas necessidades e expectativas. Por forma a adequar tanto quanto possível a intervenção proposta às especificidades dos/as beneficiários/as diretos/as do projeto, a formação de técnicos/as e voluntários/as assume-se igualmente como objetivo central desta candidatura. Pretende-se a construção de boas práticas por parte dos/as participantes no que concerne a estratégias para a inclusão e não-discriminação, incluindo as dimensões de múltipla discriminação, igualdade de género, orientação sexual e identidade de género. Para além deste, a formação serve outro propósito: o da sustentabilidade futura do projeto. Ao capacitar os/as técnicos/as e voluntários/as, mas também um grupo de idosos/as (interlocutores/as-chave) que garantam após o fim do projeto, a manutenção e alargamento destas redes de suporte local, investe-se de forma mais permanente na diversificação das respostas sociais locais não só de combate mas também de prevenção do isolamento da população idosa. Assente no princípio da subsidiariedade, este projeto propõe assim uma intervenção centrada na promoção do envelhecimento ativo e saudável no bairro da Pena, que otimiza em simultâneo os recursos locais já existentes (entidades com áreas e experiências de intervenção diversificadas, e com horários de funcionamento complementares, garantindo assim uma resposta social mais alargada).

---

**Objetivos Específicos de Projeto**

**Descrição** Diagnóstico participado de necessidades e expectativas: a) identificar com as entidades parceiras os/as idosos/as interlocutores/as-chave para a execução do projeto; b) realizar técnicas de diagnóstico participado para o levantamento das necessidades da população idosa do bairro da Pena; c) levantamento dos recursos disponíveis da entidade promotora, das entidades parceiras e da rede de parceiros locais do bairro da Pena; d) constituição de uma equipa técnica com interlocutores/as de todas as entidades envolvidas, que permita otimizar as diferentes competências de cada uma das entidades envolvidas.

**Sustentabilidade** O estreitamento da rede de intervenção integrada entre os/as técnicos/as, os/as voluntários/as e os/as idosos/as interlocutores/as-chave envolvidos/as poderá promover a continuidade das atividades desenvolvidas bem como a criação de novas iniciativas que almejem a mesma finalidade.

### Objetivo Específico de Projeto 2

**Descrição** Ações de Formação: a) dotar técnicos/as e voluntários/as de todas as entidades envolvidas de competências específicas na área da geriatria e da gerontologia, habilitando-os/as a melhor lidar com as especificidades e necessidades deste segmento populacional; b) dotar a população idosa de competências-chave na área da dinamização sócio-cultural local, assumindo-se como agentes multiplicadores das atividades propostas.

**Sustentabilidade** Todos/as os/as agentes envolvidos/as nas ações de formação poderão a continuar a aplicar as aprendizagens e competências adquiridas nos seus contextos de intervenção, após o final do projeto. No caso particular dos/as idosos/as incentivar-se-á que, tendo por base as competências adquiridas, deem continuidade às atividades após o terminus do projeto (mantendo-se a entidade promotora disponível quer para acolher essas atividades no Centro, quer para prestar apoio na organização das mesmas).

### Objetivo Específico de Projeto 3

**Descrição** Criação/Reforço de redes de sociabilidade e de suporte locais: a) divulgar e aproximar os/as idosos/as aos recursos já existentes na comunidade; b) acolher, integrar e acompanhar os/as participantes nas atividades do projeto; c) promover oportunidades de intercâmbio de experiências entre os/as idosos/as residentes no bairro da Pena e os/as idosos/as participantes das atividades da Junta de Freguesia dos Anjos (entidade parceira); d) fomentar a constituição de redes de interação inter-geracionais.

**Sustentabilidade** Tendo por base as competências adquiridas e considerando as



atividades desenvolvidas no âmbito deste projeto como respostas válidas de sociabilidade e de criação/reforço de redes sociais de suporte, os/as técnicos/as poderão encaminhar pessoas idosa sinalizada pelo abandono, isolamento e/ou solidão para integrarem as atividades já estruturadas e em pleno funcionamento. Todas as entidades envolvidas deverão angariar sistematicamente voluntários/as para darem continuidade às iniciativas do projeto, após o seu terminus. No caso particular das pessoas idosas incentivar-se-á um papel de promoção a outros/as idosos/as do bairro à participação e integração nas atividades desenvolvidas e/ou criação de novas iniciativas (mantendo-se a entidade promotora disponível quer para acolher essas atividades no Centro, quer para prestar apoio na organização das mesmas). Em paralelo, o facto da promoção de todas as atividades promovidas no âmbito deste projeto ser partilhada por técnicos/as e voluntários/as de entidades diferentes poderá agilizar ainda rotinas de trabalho entre parceiros, replicáveis na futura intervenção de cada um/a.

## CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <i>Actividade 1</i>         | Realização Diagnóstico participado  |
| <i>Descrição</i>            | Levantamento de necessidades e expectativas das pessoas idosas. Aferição dos recursos disponíveis entre todas entidades envolvidas e dos parceiros locais. Confronto entre os recursos disponíveis e as necessidades da população aferida. Planeamento e calendarização das atividades. Mobilização dos recursos e da equipa técnica. Identificação dos/as idosos/as interlocutores-chave, alvo da ação de formação da atividade 2. |
| <i>Recursos humanos</i>     | Interlocutores/as-chave de todas as entidades envolvidas. 1 técnico/a da área de animação sócio-cultural, com experiência de trabalho com a população idosa   |
| <i>Local: morada(s)</i>     | -   |
| <i>Local: entidade(s)</i>   | -   |
| <i>Resultados esperados</i> | Mapa diagnóstico que permita a identificação e a priorização das necessidades e expectativas dos/as beneficiários/as diretos/as do projeto em paralelo com os recursos existentes.  |
| <i>Valor</i>                | 6160.00 EUR   |
| <i>Cronograma</i>           | Mês 1, Mês 2, Mês 5   |
| <i>Periodicidade</i>        | Semanal   |



|   |  |
|---|--|
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 1500   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 1  |
| <b>Actividade 2</b>                             | Ações de Formação  |
| <i>Descrição</i>                                | Promover 3 ações de formação para técnicos/as e voluntários/as de todas as entidades envolvidas, habilitando-os/as a melhor lidar com as especificidades e necessidades deste segmento populacional; promover 2 ações de formação para pessoas idosas identificadas como interlocutores/as-chave, dotando-as de competências-chave na área de dinamização sócio-cultural local   |
| <i>Recursos humanos</i>                         | 1 técnico/a responsável pela coordenação de voluntariado; 1 técnico/a da área de animação sócio-cultural, com experiência de trabalho com a população idosa; 1 técnico/a da área da Geriatria e Gerontologia.  |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | -  |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | -  |
| <i>Resultados esperados</i>                     | 110 beneficiários/as diretos/as (20 participantes x 3 ações de formação com técnicos/as e voluntários/as; e 25 participantes x 2 ações de formação com idosos/as); 1110 beneficiários/as indiretos/as (10 pessoas por cada beneficiário/a direto/a que funcionará como agente multiplicador/a e transmissor/a da mensagem).  |
| <i>Valor</i>                                    | 8283.00 EUR  |
| <i>Cronograma</i>                               | Mês 1, Mês 2, Mês 6, Mês 7, Mês 9  |
| <i>Periodicidade</i>                            | Pontual 5 ações de formação  |
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 1220   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 2  |
| <b>Actividade 3</b>                             | Dinamização dos Grupos de Interesse  |
| <i>Descrição</i>                                | Divulgação das atividades desenvolvidas por cada Grupo de interesse da Associação Promotora (Grupo de Caminhadas - GIR@S; Clube de Leitura; Famílias Arco-íris; Grupo de dança Tango Livre; Coro; e Grupo de Cinema) e das atividades da Junta de Freguesia dos Anjos, em especial à população idosa, em formato de suporte de fácil distribuição. Acolhimento, integração e acompanhamento da população idosa e da comunidade interessada na participação nas atividades desenvolvidas no Centro da Associação Promotora e na Junta |



de Freguesia dos Anjos. Registo em vídeo da evolução do projeto, para promover a continuidade do mesmo, bem como para posterior divulgação e incentivo a novos projetos.

|   |   |
|---|---|
| <i>Recursos humanos</i>                         | 1 técnico/a responsável pela coordenação de voluntariado; 1 técnico/a da área de animação sócio-cultural, com experiência de trabalho com a população idosa. Voluntárias/os de todas as entidades envolvidas.   |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | -   |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | -   |
| <i>Resultados esperados</i>                     | 100 beneficiários/as diretos/as (integração de pelo menos 10 participantes nos grupos e iniciativas existentes); 1000 beneficiários/as indiretos/as (10 pessoas por cada beneficiário/a direto/a que funcionará como agente multiplicador/a e transmissor/a da mensagem).   |
| <i>Valor</i>                                    | 23002.00 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>                            | Diário  |
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 1100  |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 3   |
| <br><i>Actividade 4</i>                         | <br>Saúde e Envelhecimento Ativo  |
| <i>Descrição</i>                                | A Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa (entidade parceira) disponibiliza-se a atividades de promoção de saúde de acordo com o levantamento de necessidades da população para a promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável, estimulando estilos de vida ativos que beneficiem o bem-estar físico, psicológico, social e sexual da população idosa envolvida. |
| <i>Recursos humanos</i>                         | Estudantes voluntários/as da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.  |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | -   |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | -   |
| <i>Resultados esperados</i>                     | 360 beneficiários/as diretos/as (20 participantes por cada tertúlia quinzenal). 3600 beneficiários/as indiretos/as (10 pessoas por cada beneficiário/a direto/a que funcionará como agente multiplicador/a e transmissor/a da mensagem).  |
| <i>Valor</i>                                    | 1602.00 EUR   |



|   |  |
|---|--|
| <i>Cronograma</i>                               | Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9   |
| <i>Periodicidade</i>                            | Mensal   |
| <i>Nº de destinatários</i>                      | 1603   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 3  |
| <br><i>Actividade 5</i>                         | <br>Criação de um Grupo Musical  |
| <i>Descrição</i>                                | A Associação Portuguesa de Música nos Hospitais e Instituições de Solidariedade (APMHIS), entidade parceira, propõe-se à condução da criação de um grupo musical, tendo por base a sua experiência com a população idosa em Lares e em instituições para a terceira idade. Prevê-se a criação de um grupo musical, desde a mobilização de participantes interessados/as até ao trabalho periódico e contínuo com a construção de objetos/instrumentos musicais, assentes numa cultura de recuperação de tradições musicais populares. Para além do carácter lúdico, formativo e potenciador de redes sócio-comunitárias da atividade, prevê-se a devolução à comunidade por via da sua atuação junto das escolas, hospitais (Hospital de São José, Hospital dos Capuchos e Hospital de São Lázaro) e outros espaços locais interessados (como por exemplo, a Biblioteca de São Lázaro ou o Centro de Dia local). |
| <i>Recursos humanos</i>                         | Músicos/as profissionais da Associação Música nos Hospitais.   |
| <i>Local: morada(s)</i>                         | -  |
| <i>Local: entidade(s)</i>                       | -  |
| <i>Resultados esperados</i>                     | 15 beneficiários/as diretos/as. 1500 beneficiários/as indiretos/as (escolas, hospitais (Hospital de São José, Hospital dos Capuchos, Hospital de São Lázaro e Hospital do Desterro) e outros espaços locais interessados (como por exemplo, a Biblioteca de São Lázaro ou o Centro de Dia local).  |
| <i>Valor</i>                                    | 6598.00 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>                      | 1515   |
| <i>Objectivos específicos para que concorre</i> | 3  |



*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 edificado para  
criação de serviços ou atividades  
dirigidas à Comunidade* -----

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



|  |       |
|--|-------|
| <i>Nº de publicações criadas</i>   | ----- |
| <i>Nº de páginas de Internet criadas</i>                                 | ----- |
| <i>Nº de páginas de facebook criadas</i>                                 | ----- |
| <i>Nº de vídeos criados</i>  | ----- |
| <i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>                    | ----- |
| <i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i> | ----- |

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

|  |              |
|--|--------------|
| <i>Encargos com pessoal interno</i>          | 26100.00 EUR |
| <i>Encargos com pessoal externo</i>          | 10280.00 EUR |
| <i>Deslocações e estadias</i>                | 450.00 EUR   |
| <i>Encargos com informação e publicidade</i> | 2250.00 EUR  |
| <i>Encargos gerais de funcionamento</i>      | 3365.00 EUR  |
| <i>Equipamentos</i>                          | 2700.00 EUR  |
| <i>Obras</i>                                 | 500.00 EUR   |
| <i>Total</i>                                 | 45645 EUR    |

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

|                 |                          |
|-----------------|--------------------------|
| <i>Entidade</i> | Associação ILGA Portugal |
| <i>Valor</i>    | 45645.00 EUR             |

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

|                      |  |
|----------------------|--|
| <i>Entidade</i>      | Associação ILGA Portugal   |
| <i>Tipo de apoio</i> | Não financeiro   |
| <i>Valor</i>         | 3080.00 EUR  |
| <i>Descrição</i>     | Valor estimado para desenho dos suportes de comunicação<br>Forma de cálculo<br>Definição de conceito de comunicação - 16hx20€ = 320€<br>Criação de suportes mensais - 6hx20€ = 120€ (24 meses) |

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

|                      |  |
|----------------------|--|
| <i>Entidade</i>      | Associação ILGA Portugal   |
| <i>Tipo de apoio</i> | Não financeiro   |
| <i>Valor</i>         | 7680.00 EUR  |
| <i>Descrição</i>     | Valor estimado dos/as professores/as de Tango (e/ou outras danças)<br>Forma de cálculo<br>2 professores/as x 2h x 20€ x 4 vezes por mês = 320€ / mês (24 meses)  |
| <i>Entidade</i>      | Associação ILGA Portugal   |
| <i>Tipo de apoio</i> | Não financeiro   |
| <i>Valor</i>         | 7680.00 EUR  |
| <i>Descrição</i>     | Maestro do Coro<br>Forma de cálculo<br>4h x 20€ x 4 vezes por mês = 320€ /mês (24 meses)   |
| <i>Entidade</i>      | Associação ILGA Portugal   |
| <i>Tipo de apoio</i> | Não financeiro   |
| <i>Valor</i>         | 1440.00 EUR  |
| <i>Descrição</i>     | Estimativa de 12 participantes em cada passeio mensal a um valor de 5€ por cada participante (24 meses)  |
| <i>Entidade</i>      | Associação ILGA Portugal   |
| <i>Tipo de apoio</i> | Não financeiro   |
| <i>Valor</i>         | 2400.00 EUR  |
| <i>Descrição</i>     | Estimativa de 100€ por mês referente à utilização das instalações do Centro LGBT e dos equipamentos já existentes (equipamento de som, TV, sofás, mesas e cadeiras, Centro de Documentação, etc.) (24 meses) |

**TOTAIS**

|  |           |
|--|-----------|
| <i>Total das Actividades</i>                   | 45645 EUR |
| <i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i> | 45645 EUR |
| <i>Total do Projeto</i>                        | 67925 EUR |
| <i>Total dos Destinatários</i>                 | 6938      |

