

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: 098

Pontes Solidárias



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)

**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

**ENTIDADES PROMOTORAS**

<i>Designação</i>	CVP Delegação de Lisboa
<i>Designação</i>	Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha do Lumiar
<i>Designação</i>	Associação de Moradores do Condado - Marvila

**ENTIDADES PARCEIRAS**

<i>Designação</i>	CAJIL
<i>Designação</i>	Centro social Paroquial da Charneca-Galinheiras

---

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO**

<i>Designação</i>	Pontes Solidárias
<i>BIP/ZIP em que pretende intervir</i>	8. Ameixoeira (PER) 20. Sete Céus 22. Alta de Lisboa Sul 25. Cruz Vermelha 26. Pedro Queiróz Pereira 30. Condado 52. Paço do Lumiar 66. Charneca do Lumiar 67. Alta de Lisboa Centro

**Síntese do Projecto**

<i>Fase de execução</i>	-----
<i>Fase de sustentabilidade</i>	-----

---

**DESCRIÇÃO DO PROJECTO**

**Objetivo Geral de Projeto**

<i>Diagnóstico</i>	O atual quadro social e económico e a avaliação do projecto
--------------------	---



C3 verificou-se: nas ações de rastreios, mt idosos apresentaram valores alterados, devido à má alimentação, falta da toma dos medicamentos e de aconselhamento na área da saúde; no transporte solidário e no serviço de teleassistência, assistiu-se a um aumento de idosos que vivem sós e com carências económicas e de idosos que apoiam filhos que estão numa situação de exclusão social, dando origem, a situações de violência doméstica. Com as instituições locais constatou-se que a Academia Móvel será uma resposta prioritária e eficaz, rentabilizando recursos físicos e humanos entre instituições. No Condado registou-se um aumento de idosos, em que as suas condições económicas dificultam o acesso à saúde, necessidades básicas e como tal ao isolamento. Este projeto é uma prioridade para os idosos e para a AMC com o objetivo de um acompanhamento e intervenção social mais estruturado e sustentável, revitalizando estruturas físicas já existentes. A AMBCVL e a CVP Lisboa têm como objetivo reproduzir as boas práticas na AMC e continuar a dinamizar atividades que promovam um envelhecimento ativo e a Intergeracionalidade, bem como a promoção de atividades que procuram recuperar os laços de vizinhança, de partilha e de solidariedade fundamentais no contexto social e económico vigente. O projeto teve em conta as recomendações do Plano de Desenvolvimento Social 2013-2015 da Rede Social de Lisboa e a Estratégia 2020 - Comissão Europeia.

*Temática preferencial*

Outra.

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

O projeto "Pontes Solidárias" tem como objetivo a organização de respostas integradas e concertadas, face às necessidades diagnosticadas nos BIP/ZIP, numa lógica preventiva e de minimização dos efeitos da exclusão social e da violência contra as mulheres idosas, constituindo-se também, como um agente impulsionador da participação dos idosos, e consequentemente das famílias e comunidades, promovendo o desenvolvimento local, social, a cidadania e por conseguinte, conduzindo a uma maior visibilidade externa dos BIP/ZIP pela positiva. Face ao contexto económico e social que o país está a atravessar, este projeto apresenta como carácter inovador a congregação de esforços entre promotores e parceiros através da partilha/otimização de recursos, desenvolvimento de atividades em itinerância e replicação de boas práticas interinstitucionais inclusivamente entre Associações de Base Local sediadas em BIP/ZIP distintos (Bairro da Cruz Vermelha - Lumiar; Bairro do Condado - Marvila), promovendo a qualidade da intervenção e a criação de sinergias.

### Objetivos Específicos de Projeto





Sistematizar e difundir recursos sobre a problemática da violência contra as mulheres idosas, com base numa intervenção integrada e multissetorial.

### Objetivo Específico de Projeto 3

**Descrição** Melhorar a acessibilidade aos cuidados de saúde para os residentes dos bairros abrangidos pelo projeto, tendo maior enfoque nos idosos, atuando na prevenção dos comportamentos de risco, dinamizando ações de promoção e educação para a saúde, na identificação e correção dos mesmos através da realização de rastreios de saúde, mas também ao nível da prestação efetiva de cuidados de saúde e bem-estar aos moradores de forma a melhorar a sua saúde e qualidade de vida. Ou seja contribuir para a melhoria dos cuidados com a saúde, a mobilidade e a acessibilidade, promovendo a integração social dos mais desfavorecidos, principalmente na população idosa.

**Sustentabilidade** Tabela de preços com valores de referência, criação de parcerias para a aquisição de materiais (laboratórios). Realização de acordos de prestação de saúde com os sub-sistemas de saúde, seguradoras e juntas de freguesia. Realização de parcerias com as associações locais, escolas e empresas locais. O Banco de ajudas técnicas têm uma tabela de preço, com um valor residual, de empréstimo. As ações de promoção para a saúde serão realizadas por voluntários. Apoio da Responsabilidade Social das empresas.

---

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

**Actividade 1** Academia Sénior Móvel

**Descrição** Constituição de uma Academia Sénior Móvel (itinerante) proporcionando aos seniores, utentes das instituições parceiras e promotoras deste projeto, a oportunidade de adquirirem conhecimentos, numa lógica de proximidade. Teremos três vertentes de intervenção: 1. tecnologias da informação e comunicação, como estratégia de combate à solidão e info-exclusão; 2. estimulação cognitiva, através da implementação de programas já testados junto de seniores da CVP; 3. alfabetização de adultos, extensão do projeto já existente na AMBCVL, com recurso a voluntariado intergeracional.

**Recursos humanos** 1 monitor TIC, 1 motorista, 1 coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 técnica CVP, 10 voluntários, incluindo voluntários desempregados residentes nos BIP/ZIP.

**Local: morada(s)** -



<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Abranger 5 equipamentos e 70 destinatários, seniores mais motivados e capacitados para a utilização das novas tecnologias. Envolver 10 voluntários e/ou desempregados numa perspetiva intergeracional. Aumentar a auto-estima, auto-confiança e capacitação de 30 participantes nas turmas de alfabetização. Melhorar nos resultados dos instrumentos de screening cognitivo e escalas de qualidade de vida.
<i>Valor</i>	14288.00 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>	110
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 2</i>	Loja "Condado Solidário"
<i>Descrição</i>	Formalizar uma prática social já existente na AMCondado, de um modo mais organizado e auto-sustentável. A Loja "Condado Solidário" terá duas modalidades: 1. troca de bens, usados ou novos, tais como artigos para a casa (móveis, eletrodomésticos) roupas, calçado, brinquedos, livros escolares e outros, material didático e artigos de puericultura; 2. distribuição de bens alimentares, doados por empresas ou angariados através de campanhas de solidariedade, nomeadamente pela Cruz Vermelha Portuguesa, Delegação de Lisboa. Esta atividade terá ainda uma componente itinerante, com deslocação ao domicílio dos moradores com pouca mobilidade. Esta loja terá como princípio um sistema de troca (bens não alimentares), maximizando a partilha e a solidariedade.
<i>Recursos humanos</i>	1 motorista, 1 coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 técnico da CVP, 1 administrativo, 10 voluntários e/ou desempregados.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Suprir necessidades imediatas a 200 moradores carenciados dos BIP/ZIP alvo desta candidatura. Envolver 10 voluntários, preferencialmente moradores, promovendo as relações de interajuda, de partilha, solidariedade e de boa vizinhança.
<i>Valor</i>	2407.00 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>	200
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 3</b>	Gabinete de Apoio social e jurídico
<i>Descrição</i>	Criação de um gabinete de apoio social e jurídico. Este gabinete terá 2 áreas de intervenção: Social e Jurídica. 1. Área Social: diagnóstico, encaminhamento, orientação e apoio na resolução de situações-problema, na procura de soluções emprego/formação, apoio no preenchimento de formulários (por exemplo, RSI, IRS, Complemento de Dependência, Isenção de Taxas Moderadoras). 2. Área Jurídica: informação, aconselhamento, encaminhamento e mediação em questões relacionadas com a nova lei do arrendamento, segurança social, sobre-endividamento e situações de violência doméstica. De salientar que a CVP através do seu projeto "Portugal mais Feliz", que tem como objetivo apoiar as famílias mais carenciadas e vulneráveis à crise que o nosso país atravessa, poderá incluir os beneficiários deste gabinete. Esta atividade funcionará em articulação com a loja "Condado Solidário" e com a Unidade de Cuidados de Saúde.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 jurista, 1 Técnico da CVP.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Melhorar o acesso aos serviços públicos dos idosos e famílias e melhorar o acesso às oportunidades de formação e de empreendedorismo, de forma a proporcionar uma melhor vida à comunidade. Nesta actividade serão abrangidos os idosos e famílias do Condado, estimasse que sejam abrangidos diretamente 200 beneficiários.
<i>Valor</i>	3367.00 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>	200
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2



**Actividade 4** Espaço Comunitário Intergerações

**Descrição**

Para a AM do Condado esta atividade será a oportunidade de revitalizar o espaço e de envolver os moradores do bairro, reforçando assim o espírito de vizinhança e de interajuda. Para a Associação do Bairro da Cruz Vermelha será uma oportunidade para alargar os destinatários para o seu espaço. Estes Espaços Comunitários "Intergerações" visam proporcionar um intercâmbio de vivências/experiências positivas e um ambiente que favoreça a comunicação intergeracional, através da realização de atividades pedagógicas, culturais e recreativas (contos intergeracionais, jogos tradicionais, artesanato, ateliers de culinária e de troca de receitas, ateliers de partilha de experiência de hortas domésticas, deixando ainda em aberto outras ações que possam surgir no decorrer do projeto) com crianças/jovens, idosos e membros da comunidade e também pela organização de dinâmicas e eventos comunitários, assinalando dias comemorativos (Dia dos Vizinhos Dia do Idoso, Caça ao Ovo, Dia da Criança, Santos Populares). Organização de ações que promovam e facilitem a gestão doméstica e de gestão financeira das famílias, esta ação terá ligação com o gabinete de apoio social e jurídico. Realização de um Open Day com a apresentação das actividades a serem desenvolvidas. Esta atividade será realizada em conjunto com o rastreio da atividade de Saúde e Bem-Estar. Por conseguinte, estes espaços terão como objetivo o fortalecimento de vínculos afetivos/relacionais e de pertencimento social.

**Recursos humanos** 1 coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 administrativo e 10 voluntários

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados** Reaproveitar o espaço da Associação do Condado atualmente desativado e devolvê-lo à comunidade. Realização de 1 Open Day, 4 atividades destinadas a Avós e Netos, 4 ações de sensibilização para a área da gestão, 60 beneficiários diretos e 100 beneficiários indiretos.

**Valor** 6733.00 EUR

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

**Periodicidade** Diário

**Nº de destinatários** 160

**Objectivos específicos para que concorre** 1





<b>Actividade 5</b>	Saúde e Bem-Estar
<b>Descrição</b>	Revitalização do espaço já criado pela Associação dos Moradores do Condado, para a criação de uma Unidade de Cuidados de Saúde para a comunidade, com um enfoque na população mais idosa do bairro, por ter mais dificuldade e autonomia em se deslocarem aos serviços de saúde, uma vez que no bairro do Condado o Centro de Saúde é de difícil acesso. Realização de 5 rastreios (Lumiar, Condado, Galinheiras, Charneca e Bairro da Cruz Vermelha), realização de 5 acções de promoção da saúde (hipertensão, prevenção de quedas, diabetes, alimentação saudável, feridas), criação de um Banco de Ajudas Técnicas (colchões anti-escaras, andarilhos, muletas e outros). Esta actividade estará ligada às acções que se desenvolverem na Loja "Condado Solidário" e no Gabinete de Apoio Social e Jurídico.
<b>Recursos humanos</b>	2 enfermeiros, 1 técnico da CVP, 2 voluntários
<b>Local: morada(s)</b>	-
<b>Local: entidade(s)</b>	-
<b>Resultados esperados</b>	200 beneficiários na Unidade de Cuidados, 5 rastreios para 250 beneficiários, 5 acções de promoção da saúde para 100 beneficiários e 20 beneficiários para utilização do Banco de Ajudas Técnicas. Todas estas acções irão contribuir para a melhoria dos cuidados com a saúde, a mobilidade e a acessibilidade, promovendo a integração social dos mais desfavorecidos, principalmente na população idosa.
<b>Valor</b>	14110.00 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>	Diário
<b>Nº de destinatários</b>	450
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	3
<b>Actividade 6</b>	Formação "Breaking the Taboo"
<b>Descrição</b>	Esta atividade do projeto visa quebrar o taboo existente na área da violência em contexto familiar, através da formação de profissionais/técnicos de intervenção comunitária de instituições de base local que lidam com denúncias de violência reportadas diariamente no contexto da prestação de cuidados e de serviços à população idosa (de apoio domiciliário, saúde, teleassistência, transporte solidário, policiamento comunitário). 70% dos casos de violência em contexto familiar ocorre contra mulheres idosas, sendo o



agressor o filho(a) ou o conjugue/parceiro da pessoa idosa. O modelo formativo terá como base o manual de "Breaking the Taboo", desenvolvido e testado pela Cruz Vermelha Austríaca.

<i>Recursos humanos</i>	3 formadores, 1 coordenador (Técnico de Serviço Social)
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Capacitar 72 profissionais, técnicos de intervenção comunitária para reconhecerem e agirem nas situações de violência contra mulheres idosas em contexto familiar. Os formandos destas ações serão potenciais formadores e disseminadores de toda a informação necessária, metodologias e dinâmicas associadas à temática da violência.
<i>Valor</i>	4135.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 2, Mês 3, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Pontual Serão realizadas 6 ações de formação
<i>Nº de destinatários</i>	72
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2

**Actividade 7** Transporte Solidário

**Descrição** Esta atividade pretende ser transversal a todas as outras. Pretende-se alargar a área de atuação do transporte solidário ao território do bairro do condado, permitindo assim que os seniores residentes em situação de isolamento social ou solidão, se possam deslocar em segurança para os serviços de saúde, atividades de convívio, ou outros locais de destino do seu interesse/necessidade, melhorando assim a qualidade de vida deste grupo etário. Numa lógica de otimização de recursos, visará também: mobilizar as comunidades locais para a entrega de bens, como por exemplo, brinquedos, livros e roupa, equipamentos com o objetivo de apoiar a Loja Comunitária e o Banco de Ajudas Técnicas; ser o meio de transporte que permite a concretização da atividade Academia Sénior Móvel. Esta atividade ainda não se encontra totalmente sustentável. Embora sendo uma atividade que foi apadrinhada pelas Juntas de Freguesia (Lumiar, Charneca e Ameixoeira) com a atribuição de verbas, mas que devido à futura reestruturação das mesmas não foi possível formalizar as parceiras com a atribuição de verbas mensais. Devido à importância desta atividade com impacto positivo na melhoria da qualidade de vida dos seniores e pelas nuances que tem nesta nova candidatura resolvemos propor novamente



	esta atividade.
<i>Recursos humanos</i>	1 motorista, 1 coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 administrativo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Alargamento do âmbito e da área de intervenção do transporte solidário; 200 utilizadores do transporte solidário.
<i>Valor</i>	4395.00 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>	0
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 8</i>	Seminário - Boas Prática BIP-ZIP
<i>Descrição</i>	Com a realização desta atividade pretendemos divulgar publicamente os resultados e disseminar boas práticas entre entidades com intervenção em BIP/ZIP's, contando com a participação ativa de beneficiários diretos de diferentes projetos/entidades, técnicos, voluntários e dirigentes associativos, autarquias e elementos reconhecidos na comunidade. Consideramos importante "dizer o que se faz e fazer o que se diz".
<i>Recursos humanos</i>	1 Coordenador (Técnico de Serviço Social), 1 Técnico CVP, 2 Técnicos das entidades parceiras, voluntários.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Participação e envolvimento de 50% entidades contempladas com projectos no âmbito do Programa BIP/ZIP. Participação e envolvimento de 100 beneficiários.
<i>Valor</i>	300.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 9
<i>Periodicidade</i>	PontualRealização de 1 Seminário
<i>Nº de destinatários</i>	100

Objectivos específicos para que concorre 2

**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 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* 13523.00 EUR

*Encargos com pessoal externo* 17050.00 EUR

*Deslocações e estadias* 2900.00 EUR

*Encargos com informação e publicidade* 500.00 EUR

*Encargos gerais de funcionamento* 9718.00 EUR

*Equipamentos* 6044.00 EUR

*Obras* 0.00 EUR

*Total* 49735 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* CVP Delegação de Lisboa

*Valor* 21666.00 EUR



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

*Entidade* Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha do Lumiar

*Valor* 18119.00 EUR

*Entidade* Associação de Moradores do Condado - Marvila

*Valor* 9950.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Centro Social Paroquial da Charneca-Galinheiras

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 500.00 EUR

*Descrição* Cedência de espaço para o desenvolvimento das actividades: Academia Senior Móvel, realização de uma acção de formação, rastreios, acções de promoção da saúde. (percentagem das despesas de água, luz, renda). Percentagem das horas de trabalho da coordenadora técnica do centro, na divulgação das actividades bem como na preparação das mesmas, quando estas são realizadas no centro.

*Entidade* CAJIL

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 500.00 EUR

*Descrição* Cedência de espaço para o desenvolvimento das actividades: Academia Senior Móvel, realização de uma acção de formação, rastreios, acções de promoção da saúde. (percentagem das despesas de água, luz, renda). Percentagem das horas de trabalho da coordenadora técnica do centro, na divulgação das actividades bem como na preparação das mesmas, quando estas são realizadas no centro.

**TOTAIS**

*Total das Actividades* 49735 EUR

*Total de Outras Fontes de Financiamento* 49735 EUR

*Total do Projeto* 50735 EUR

*Total dos Destinatários* 1292

