



projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2014

FICHA DE CANDIDATURA

Ref<sup>a</sup>: 087

**Dança comigo contra solidão**



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* Casa do Concelho de Castro Daire

*Designação* FullOut

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

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Dança comigo contra solidão

*BIP/ZIP em que pretende intervir*

27. Lóios

28. Amendoeiras

29. Flamenga

30. Condado

31. Armador

32. Quinta das Salgadas / Alfinetes

34. PRODAC

53. Marvila Velha

### 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*

Inclusão e Prevenção

*Destinatários preferenciais*

Comunidade

*Objectivo geral*

O contexto económico social em que vivemos, leva a que muitos jovens e idosos vivam isolados e à margem da Sociedade. Através da dança pretende-se que os idosos se movimentem mais, e ao mesmo tempo possam interagir com jovens que estando, sem qualquer ocupação e com baixa auto estima, corram risco de desenvolverem atividades desviantes. Pretende-se pela dança proporcionar a inclusão e romper a barreira da solidão. A Dançaterapia promove o autoconhecimento e o despertar das potencialidades adormecidas, a partir das partes sãs do corpo. É uma ponte de comunicação que permite o encontro entre as pessoas através do acolhimento e da aceitação, com alegria e respeito, dos movimentos dos participantes.

---

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição*

Estimular as capacidades motoras através de diferentes tipos de dança, como as danças de salão, hip-hop e danças



tradicionais, tendo como referência a ora de ensaio e a casa do concelho de Castro Daire em Lisboa.

**Sustentabilidade**

Através da comparticipação das quotas mensais e um valor simbólico, pretende-se dar continuidade às aulas de dança dos associados e outros interessados de forma a dinamizar esta população e apresentar uma resposta ocupacional local que promova um envelhecimento ativo, conciliando-o com o objetivo específico 3.

**Objetivo Específico de Projeto 2**

**Descrição**

Trabalhar as competências vocais com aulas de cânto, que se inscrevem na criação de um grupo coral. Após o grupo coral consolidado será possível conciliar este objetivo com o objetivo específico 3.

**Sustentabilidade**

Após o termino do projeto prevê-se que o grupo coral já se encontre consolidado e apto a poder deslocar-se a outras localidades do país para atuar junto de instituições sem fins lucrativos e outras que estejam interessadas.

**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 expetativas 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**

Aulas de Dança - Dancaterapia

**Descrição**

A Dancaterapia pode ser definida como uma abordagem terapêutica corporal integrativa que estimula o movimento criativo e espontâneo do corpo. Tem como objetivo motivar a comunicação e a integração entre as pessoas e dessa forma proporcionar confiança para transformar a postura de impotência e/ou isolamento.

**Recursos humanos**

Professores especializados na área da Dança.



<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	Recuperação de inúmeras pessoas em busca do reencontro com o próprio corpo. Conseguir ao longo do tempo discernir uma linguagem corporal que ajuda a ir ao encontro de crianças, adolescentes, adultos e idosos que procuram uma nova forma de reconhecer, de aceitar o seu próprio corpo, assim como promover a comunicação entre a comunidade.
<b>Valor</b>	11673.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Semanal
<b>Nº de destinatários</b>	30
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1
<b>Actividade 2</b>	Grupo coral e canto tradicional
<b>Descrição</b>	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.
<b>Recursos humanos</b>	Professores especializados na área da música.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	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.
<b>Valor</b>	12113.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Semanal
<b>Nº de destinatários</b>	30
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	2, 3

<b>Actividade 3</b>	Passeios culturais
<b>Descrição</b>	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.
<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 4 passeios a diferentes locais do país de norte a sul, apresentando novos viveres e socialização aos idosos envolvidos, sentindo-se úteis e vivos.
<b>Valor</b>	15473.00 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 3, Mês 6, Mês 9, Mês 12
<b>Periodicidade</b>	Pontual 4 passeios anuais
<b>Nº de destinatários</b>	50
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	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**

**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

<i>Encargos com pessoal interno</i>	15689.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	4840.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	6000.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	810.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	1500.00 EUR
<i>Equipamentos</i>	6300.00 EUR
<i>Obras</i>	4120.00 EUR
<i>Total</i>	39259 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	Associação de Reformados do Bairro do Condado-Marvila-Lisboa
<i>Valor</i>	39259.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	Casa do Concelho de Castro Daire
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	2640.00 EUR
<i>Descrição</i>	Colaboração dos professores da Casa do Concelho de Castro Daire no ensaio dos idosos da associação de Reformados do bairro do Condado-Marvila, sem custos financeiros.
<i>Entidade</i>	Associação de Moradores do Bairro da Quinta do Chalé
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	6945.00 EUR
<i>Descrição</i>	Cedência de equipamentos de som para ensaios (88) e atuações que existirem no decorrer do projeto.
<i>Entidade</i>	Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	1500.00 EUR
<i>Descrição</i>	Cedência do espaço da cozinha da creche para a confecção de alimentos em épocas festivas da nossa instituição.

**TOTAIS**



<i>Total das Actividades</i>	39259 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	39259 EUR
<i>Total do Projeto</i>	50344 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	110

