

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2016

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 021

A Avó veio trabalhar



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* Fermenta - Associação

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Fundação Portuguesa das Comunicações

*Designação* Instituto de Artes e Ofícios da Universidade Autónoma de Lisboa

*Designação* Centro Social e Paroquial de São Paulo

*Designação* Junta de Freguesia da Misericórdia

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* A Avó veio trabalhar

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 50. Rua de São Paulo (eixo)

54. Rua Possiodónio da Silva

55. Pampulha

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* A sociedade está em mudança e a esperança média de vida tem vindo a mudar consideravelmente. O crescimento da esperança de vida aumenta a taxa de população com idade superior a 65 anos. Só em Lisboa habitam 1,2 milhões de idosos, segundo os últimos dados dos Censos. Dado que a população idosa ocupa cada vez mais um papel fundamental na estrutura da nossa sociedade e têm uma contribuição inestimável para lhe dar, torna-se premente fomentar meios para que os idosos estejam capacitados a adaptarem-se ao novo conceito de um envelhecimento focado no bem-estar consigo próprio, com o micro e macro ambiente social. Tendo em conta a incidência da A Avó veio trabalhar nos territórios 50 e 54 e as transformações ocorridas, o prolongamento da iniciativa e o



seu crescimento para um novo BIPZIP - 55, no qual os idosos assumem uma expressão significativa (29%), reforçará estratégias de inclusão e a contribuição activa dos idosos na nossa sociedade.

*Temática preferencial*

Competências e Empreendedorismo

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

Promover a aprendizagem, a partilha e o empowerment, através dos labores domésticos e do design, reforçando, assim, o papel dos seniores na sociedade.

Os seniores são muitas vezes vistos como "improdutivos", em contraste com os trabalhadores que são conhecidos como os "produtores". Nesta concepção, no entanto, falta um aspecto fundamental: as pessoas mais velhas têm tempo, e tempo é dinheiro. Então, como podemos oferecer-lhes a oportunidade de voltarem a ser "produtores"?

A Avó veio trabalhar transformou-se numa resposta inovadora que maximiza o valor do sénior.

O espaço apresenta-se como um "laboratório criativo" que as pessoas podem frequentar, utilizar os materiais, as máquinas, aprender com os avós mais experientes e a sentir o espaço como uma extensão das suas próprias casas. Os Avós partilham os seus conhecimentos com a comunidade, ensinando aos participantes como a bordar, tricotar, costurar ou serigrafar. Cada coleção é desenvolvida a cada três meses e resulta de uma intensa reflexão co-criativa sobre novas ideias, técnicas tradicionais e tendências. De modo a empoderar os seniores e estimular o seu desenvolvimento pessoal, todos os produtos resultantes têm uma etiqueta com o número de série e a fotografia de quem produz.

Estimula-se, assim, a concorrência saudável e a identidade de cada participante. O dinheiro angariado com os produtos ou com as oficinas é re-investido no projeto, na compra de novos materiais, equipamentos e em experiências direccionadas para os Avós.

O projecto tem provado ser uma abordagem bem sucedida, enfrentando os impactos negativos da gentrificação e propondo novas abordagens de interacção entre as gerações. Ao sugerir uma diversidade de atividades participativas e intergeracionais, A Avó veio trabalhar promove uma maior compreensão e respeito entre novos e velhos, contribuindo para a construção do conceito de comunidade e de entreatajuda de pares junto dos seniores.

---

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1



**Descrição** Promover o envelhecimento activo, através de metodologias de co-participação e de experiências transformadoras, com o intuito de capacitar e impulsionar a qualidade de vida dos idosos, impulsionando o espírito comunitário entre pares.

**Sustentabilidade** O sucesso das anteriores edições da iniciativa A Avó veio trabalhar, reflecte-se numa amplitude de contacto com as metodologias colaborativas, o que tem possibilitado o empoderamento da comunidade sénior, a sua autonomia e, por conseguinte, o seu papel na sociedade.

### Objetivo Específico de Projeto 2

**Descrição** Proporcionar o acesso a experiências transformadoras, em que a tradição, a cultura e a arte funcionem como ferramentas de transformação, de crescimento pessoal e social.

**Sustentabilidade** A criatividade pode ser utilizada como um mecanismo amenizador e influenciador de uma pessoa, nas diferentes etapas da sua vida. Traz consigo aspectos revolucionários, os quais possibilitam mudanças e transformações na vida dos seniores. O fazer artístico, especialmente durante a terceira idade, proporciona a comunicação de sentimento para sentimento entre diferentes pessoas, que se estabelece através de formas harmoniosas nas suas relações, as quais estimulam sensações e geram prazer estético.

### Objetivo Específico de Projeto 3

**Descrição** Possibilitar o acesso ao mundo tecnológico - Youtube, despertando, assim, o interesse nas transformações, na aquisição de novos conhecimentos / competências, no contacto com uma sociedade dinâmica e, por conseguinte, na sua autoconfiança e melhor qualidade de vida.

**Sustentabilidade** O sénior é, actualmente, um sujeito mais activo e participativo na sociedade, necessitando, assim, de fazer parte da mais-valia do universo tecnológico. Sendo o Youtube uma ferramenta de comunicação, a integração dos Avós com esta nova tecnologia, proporciona inúmeros benefícios, os quais envolvem a sociabilidade, o desenvolvimento cognitivo e afectivo, contribuindo para um envelhecer mais saudável.

---

## CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

**Actividade 1** Laboratório A Avó veio trabalhar



<i>Descrição</i>	<p>Espaço criativo, direccionado a seniores com mais de 60 anos, cuja metodologia de trabalho fundamenta-se nas directrizes do co-design, co-produção, dos labores domésticos e no design, como ferramenta de inovação social. Os actuais pólos A Avó veio trabalhar (Rua do Poço dos Negros, Centro Social e Paroquial de São Paulo e IAO - Instituto de Artes e Ofícios), abertos à comunidade, funcionam como espaços de aprendizagem, partilha, capacitação, produção e venda de produtos / serviços. A extensão para um novo território - Pampulha e, por conseguinte, a criação de um 4º laboratório, reforçará a promoção e a implementação de estratégias de inclusão e participação activa dos Avós locais, assim como maximizar a rede e o impacto da iniciativa na cidade de Lisboa.</p>
<i>Recursos humanos</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 coordenador</li> <li>- 1 designer</li> <li>- 1 administrativo</li> <li>- 1 produtor</li> </ul>
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- capacitar 4 espaços "Laboratório A Avó veio trabalhar";</li> <li>- envolver 90 idosos;</li> <li>- criar 480 produtos;</li> <li>- envolver 40 entidades parceiras;</li> <li>- apresentar 3 colecções de produtos, destinadas a 360 pessoas (120 pessoas, em média, por apresentação);</li> <li>- receber a visita de 800 pessoas, na loja A Avó veio trabalhar (Rua do Poço dos Negros, 124)</li> <li>- envolver 150 jovens/adultos nos 15 workshops "A Avó veio trabalhar", a decorrer ao longo de 12 meses.</li> </ul>
<i>Valor</i>	43000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Diário
<i>Nº de destinatários</i>	1931
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 2</i>	Residências ao Lanche
<i>Descrição</i>	<p>Encontros informais, entre Avós e artistas, recorrendo às diferentes disciplinas artísticas, para a criação de um produto inspirado nos Avós ou para os Avós. Mensalmente, um criativo passa a residir na A Avó veio trabalhar, possibilitando, assim diferentes experiências criativas/artísticas aos Avós.</p>

<i>Recursos humanos</i>	- 1 coordenador - 1 designer - 1 fotógrafo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	- realizar 12 residências ao lanche; - envolver 10 criativos nacionais; - envolver 2 criativos internacionais; - envolver 90 idosos; - realizar 1 mostra de todas as residências artísticas; - envolver 100 pessoas, na mostra final das residências.
<i>Valor</i>	0.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	218
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 3</i>	A Avó de barriga cheia
<i>Descrição</i>	Capacitada a equipa de 10 Avós, constituída na candidatura anterior, pretende-se, agora, que os mesmos sejam consultores de 24 Avós, no exercício da classificação e avaliação dos 12 restaurantes, assim como na partilha da informação na aplicação da Zomato.
<i>Recursos humanos</i>	- 1 coordenador - 1 designer - 1 fotógrafo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	- promover 12 experiências gastronómicas em 12 restaurantes lisboetas; - escrever 12 críticas gastronómicas; - envolver 34 idosos; - envolver 12 entidades parceiras.
<i>Valor</i>	500.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, 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>	73
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 4</b>	O Bolo da Avó é o Que Está a Dar!
<i>Descrição</i>	Concurso "O Bolo da Avó", através do qual se pretende procurar receitas de família que se tornaram tradição. Mais secretas ou menos, guardadas em livros gastos pelo uso ou apenas na memória, são sempre uma forma de recordar mães, tias, avós, pais que um dia também as cozinham. De 3 em 3 meses, lançar-se-á o concurso, através das redes sociais da A Avó veio trabalhar, a fim de eleger o Bolo da Avó. As 3 receitas eleitas terão a possibilidade de cozinhar o bolo no Santelmo - Restaurante Café e a vencedora receberá um prémio. Com o intuito de disseminar o conceito, as Avós das receitas vencedoras, vão dinamizar 3 workshops, associados à dimensão da cozinha, em 3 Centros de Dia / Convívio (por definir), para beneficiar os seniores dos equipamentos.
<i>Recursos humanos</i>	- 1 coordenador - 1 designer - 1 fotógrafo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	- criar 3 concursos "O Bolo da Avó"; - envolver 100 idosos; - envolver 120 clientes do Santelmo, na avaliação do Bolo da Avó; - envolver 60 idosos/ beneficiários dos 3 Centros de Dia/ Convívio; - envolver 6 entidades parceiras.
<i>Valor</i>	3500.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, 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>	319
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 5</b>	Os Avós Youtubers
<i>Descrição</i>	Um canal de youtube onde, semanalmente, se partilham vídeos sobre os mais variados temas, usando o humor e a empatia



como ferramenta de comunicação. Pretende-se uma divulgação massiva e de efeito replicador junto de vários grupos geracionais. Como resultado os seniores espelham uma atitude de "consultores" e "conselheiros" para as gerações mais novas.

<i>Recursos humanos</i>	- 1 coordenador - 1 designer - 1 fotógrafo - 1 técnico de vídeo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	- criar 1 canal youtube "A Avó veio trabalhar"; - criar 44 vídeos; - envolver 60 idosos; - atingir 4800 pessoas (100 pessoas, em média, por vídeo); - utilizar o vídeo como estratégia para a comunicação da A Avó veio trabalhar e interação com o público.
<i>Valor</i>	3000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	4909
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 3

## MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* 58

### Constituição da equipa de projeto

*Função* Coordenador Projecto

*Horas realizadas para o projeto* 1920

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Sim



*Função* Designer

*Horas realizadas para o projeto* 1920

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Administrativo

*Horas realizadas para o projeto* 720

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Produtor

*Horas realizadas para o projeto* 720

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

#### Criação de emprego (Impacto)

*Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)* 4

*Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto* 4

#### Destinatários (Resultados)

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)* 70

*Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 5380

*Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 7

#### Equidade

<i>Nº de destinatários com deficiência / doença mental</i>	0
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	4508
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	0
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	3162
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	90
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	0

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	480
<i>Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade</i>	0
<i>Nº de intervenções no espaço público</i>	0
<i>Nº de publicações criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de Internet criadas</i>	1
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	1
<i>Nº de vídeos criados</i>	60
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	40
<i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i>	0

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

<i>Encargos com pessoal interno</i>	26400.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	10600.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	500.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	3000.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	6000.00 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

*Equipamentos* 3500.00 EUR

*Obras* 0.00 EUR

*Total* 50000 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* Fermenta - Associação

*Valor* 50000.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Centro Social e Paroquial de São Paulo

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 2880.00 EUR

*Descrição* Cedência de um espaço, para a prática do Laboratório A Avó veio trabalhar, por um período de 12 meses. Tomando por base o valor de aluguer do espaço - 10€/ h, a actividade decorrerá ao longo de 288 horas. (288 horas x 10€/hora = 2880€)

*Entidade* IAO - Instituto de Artes e Ofícios

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 5760.00 EUR

*Descrição* Cedência de um espaço, para a prática do Laboratório A Avó veio trabalhar, por um período de 12 meses. Tomando por base o valor de aluguer do espaço - 20€/ h, a actividade decorrerá ao longo de 288 horas. (288 horas x 20€/hora = 5760€)

*Entidade* Centro Social e Paroquial São Francisco de Paula

*Tipo de apoio* Financeiro

*Valor* 2880.00 EUR

*Descrição* Cedência de um espaço, para a prática do Laboratório A Avó veio trabalhar, por um período de 12 meses. Tomando por base o valor de aluguer do espaço - 10€/ h, a actividade decorrerá ao longo de 288 horas. (288 horas x 10€/hora = 2880€)

*Entidade* Zomato

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 480.00 EUR

*Descrição* A Zomato, na qualidade de entidade parceira informal do



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

projecto, atribuirá 12 vouchers, válidos para 12 restaurantes lisboetas. Cada convite é válido para duas pessoas, sendo o seu valor calculado em função da oferta de 2 entradas, 2 pratos principais e 2 sobremesas (20€ / pessoa)  
(40€ x 12 = 480€)

<i>Entidade</i>	Santelmo - Restaurante Café
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	720.00 EUR
<i>Descrição</i>	Cedência da cozinha, do Santelmo - Restaurante Café, para a prática dos 3 concursos do Bolo da Avó. Tomando por base o valor de aluguer da cozinha - 30€/ h, a actividade decorrerá ao longo de 24 horas. (24 horas x 30€/hora = 720€)

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	50000 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	50000 EUR
<i>Total do Projeto</i>	62720 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	7450

