

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2017

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 058

Ser Velho de Mente Jovem



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* TUA, CRL

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* Escola Artística António Arroio

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* Ser Velho de Mente Jovem  
*BIP/ZIP em que pretende intervir* 29. Flamenga  
31. Armador

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* Prevê-se que a fase de execução se estenda ao longo de 9 meses.  
*Fase de sustentabilidade* Prevê-se a salvaguarda de uma verba para a continuação do programa no ano(s) seguinte.

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* Combater a solidão e promover a qualidade de vida e o alegre convívio inter-bairros e a cidade. Acrescentar inovação as tradições. Alimentar espaços para sã rivalidade, saúde espelhar mais interação. Organizar simulacros e envolver o morador na aventura do convívio amplificado e aberto. Aplicar competências no bairro como em casa e inaugurar as oportunidades de transmissão de saberes inter-geracionais. Promover ateliers e trazer o mundo ao convívio na Marvilândia das pessoas. Trocar, reconhecer as prestações dos seniores fomentando sã rivalidade, promover a inclusão e resolução de problemáticas do dia a dia. Trabalhar competências não formais como a flexibilidade cognitiva, tomada de decisão e inteligência emocional.

*Temática preferencial* Inclusão e Prevenção

*Destinatários preferenciais* Idosos

*Objectivo geral* Melhorar a saúde e auto-estima dos seniores nos curto e

médio prazo promovendo a capacidade de auto-organização, descobrindo soluções de melhoria da condição da vida. Experimentar e viver enquadramentos sociais e pedagógicos sem discriminações reforçando integração na cidade e criar climas favoráveis alegria e integração.

---

### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição*

Melhorar a saúde e auto-estima dos seniores nos curto e médio prazo promovendo a capacidade de auto-organização, descobrindo soluções de melhoria da condição da vida. Promoção do binómio avô/avó- neto/neta. Criar oportunidades de expressão e desenvolvimento economia social dinamizando feiras de trocas, eventos desportivos, concursos de doçaria tradicional e outros. Aumentar o sucesso social dos idosos criando laços e relações inter-bairros e na cidade. Apoiar a transição para inovação e novas praticas familiares e sociais. Concursos.

*Sustentabilidade*

Estimular os idosos usar as ferramentas aprendidas durante o projecto para melhorar e estruturar a sua vida dia a dia familiar e social. Manter vivos outras praticas e recursos obtidos na acção integrando a construção de outros recursos susceptíveis de comercialização. Aproveitamento dedicadas e recomendações aderidos na aulas de Escola de Segurança para os idosos, para ajudá-los a evitar muitas situações perigosas e reduzir os riscos para as suas vidas e as vidas de seus entes queridos.

#### Objetivo Específico de Projeto 2

*Descrição*

O estudo da cultura , turismo histórico, recreação, turismo médico e de saúde , eco- turismo, turismo católico. Momento de passeio turístico do projecto que pretende a dinamização e participação comunitária e ser uma actividade socioturística e sociocultura promovidas com projecto para combater o solidão e estimular os convívios.

*Sustentabilidade*

o aumento da actividade social dos idosos , ampliando o círculo de comunicação , promoção da saúde , a manutenção da boa forma física.

#### Objetivo Específico de Projeto 3



**Descrição** Criar as condições para idosos, o desenvolvimento de novas habilidades e conhecimentos, a organização do seu tempo de lazer, satisfazer as necessidades de auto-expressão, apoio psicológico, promoção da saúde.

**Sustentabilidade** Prestação de serviços de reparação e manutenção a residências em regime de troca das horas.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

**Actividade 1** Escola de segurança para os idosos

**Descrição** criar as condições para idosos, o desenvolvimento de novas habilidades e conhecimentos, a organização do seu tempo de lazer, satisfazer as necessidades de auto-expressão, apoio psicológico, promoção da saúde.

O programa inclui 4 secções :

Segurança contra incêndio. Segurança eléctrica .

A segurança jurídica . "Cuidado burla! "  
Segurança nas estradas e circuitos urbanos.  
Segurança e defesa pessoal.  
Segurança alimentar.

**Recursos humanos** 1 coordenador e 4 formadores especialistas

**Local: morada(s)** Azinhaga da Fonte do Louro, n°20B, outros

**Local: entidade(s)** TUA, CRL

**Resultados esperados** Aproveitamento dedicadas e recomendações aderidos na aulas de Escola de Segurança para os idosos, para ajudá-los a evitar muitas situações perigosas e reduzir os riscos para as suas vidas e as vidas de seus entes queridos .

**Valor** 23689.00 EUR

**Cronograma** Mês 3, Mês 5, Mês 7, Mês 9

**Periodicidade** Mensal

**Nº de destinatários** 24

**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2, 3

**Actividade 2** Turismo Social Urbano

**Descrição** O estudo da cultura, do turismo histórico, da recreação, do

	turismo médico e de saúde , do eco-turismo e do turismo católico.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador 4 voluntários 3 monitores
<i>Local: morada(s)</i>	Azinhaga da Fonte do Louro, nº20B, outros
<i>Local: entidade(s)</i>	TUA, CRL
<i>Resultados esperados</i>	O aumento da actividade social dos idosos , ampliando o círculo de comunicação , promoção da saúde, a manutenção da boa forma física, da aparência mais jovem e aumentar a vitalidade dos idosos.
<i>Valor</i>	6345.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
<i>Periodicidade</i>	Pontual8
<i>Nº de destinatários</i>	120
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 3</i>	Envelhecer com sabedoria
<i>Descrição</i>	Adaptação dos idosos a realidade digital e informática, a expansão dos contactos sociais, apoio e desenvolvimento do potencial intelectual, artístico e habilidades criativas.
<i>Recursos humanos</i>	1 coordenador 2 formadores em tecnologias 1 monitor
<i>Local: morada(s)</i>	Azinhaga da Fonte do Louro, nº20B, outros
<i>Local: entidade(s)</i>	TUA, CRL
<i>Resultados esperados</i>	Melhoria da qualidade de vida e ampliação o potencial das pessoas idosas através da sua participação nos programas educacionais. Aproveitamento de conhecimentos obtidos para combater o solidão e aumentar auto-estima.
<i>Valor</i>	16762.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 6, Mês 8, Mês 10
<i>Periodicidade</i>	Pontual6
<i>Nº de destinatários</i>	36
<i>Objectivos específicos para que</i>	

<i>concorre</i>	3
<b>Actividade 4</b>	Banco de Tempo e de Trocas
<i>Descrição</i>	<p>Apoiar a família e a conciliação entre vida profissional e familiar, através da oferta de soluções práticas de organização da vida quotidiana;  Reforçar as redes sociais de apoio, diminuir a solidão e promover o sentido de comunidade e de vizinhança;  Promover a colaboração entre pessoas de diferentes gerações e origens;  Contribuir para a construção de uma cultura de solidariedade e para o estabelecimento de relações sociais mais humanas e igualitárias;  Valorizar o tempo e o cuidado dos outros;  Estimular os talentos e promover o reconhecimento das capacidades de cada um/a;</p>
<i>Recursos humanos</i>	<p>1 técnico informático  1 colaborador  3 voluntários</p>
<i>Local: morada(s)</i>	Azinhaga da Fonte do Louro, nº20B, outros
<i>Local: entidade(s)</i>	TUA, CRL
<i>Resultados esperados</i>	<p>Deixar constituído o banco. Estimular os idosos usar as ferramentas aprendidas durante o projecto para melhorar e estruturar a sua vida dia a dia familiar e social. Manter vivos outras praticas e recursos obtidos na acção integrando a construção de outros recursos susceptíveis de comercialização.</p>
<i>Valor</i>	3200.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Diário
<i>Nº de destinatários</i>	350
<i>Objectivos especificos para que concorre</i>	3

## MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* 1

**Constituição da equipa de projeto**

*Função* Entidade de avaliação externa

*Horas realizadas para o projeto* 0

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não 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%)* 0

*Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto* 0

**Destinatários (Resultados)**

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)* 530

*Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 0

*Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 0

**Equidade**

*Nº de destinatários com deficiência / doença mental* 0

*Nº de destinatários mulheres* 0

*Nº de destinatários desempregados* 0

*Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)* 0

*Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)* 530

*Nº de destinatários imigrantes* 0

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**



<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	0
<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>	0
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	0
<i>Nº de vídeos criados</i>	0
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	0
<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>	28750.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	8096.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	400.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	2800.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	1800.00 EUR
<i>Equipamentos</i>	7350.00 EUR
<i>Obras</i>	800.00 EUR
<i>Total</i>	49996 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	TUA, CRL
<i>Valor</i>	49996.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	Meta Destemida, Lda
-----------------	---------------------





*Tipo de apoio* Não financeiro  
*Valor* 1.00 EUR  
*Descrição* -

---

**TOTAIS**

*Total das Actividades* 49996 EUR  
*Total de Outras Fontes de Financiamento* 49996 EUR  
*Total do Projeto* 49996 EUR  
*Total dos Destinatários* 530