

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2018

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 012

Clube Sénior da Penha



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**

*Designação* Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França

*Designação* Junta de Freguesia da Penha de França

**ENTIDADES PARCEIRAS**

*Designação* APDP - Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

*Designação* Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

*Designação* IEFP - Instituto do Emprego e Formação Profissional

---

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO**

*Designação* Clube Sénior da Penha

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 37. Alto da Eira

46. Quinta do Lavrado

47. Horizonte

**Síntese do Projecto**

*Fase de execução* Espaço destinado ao bem-estar físico e mental dos seniores do Alto da Eira e da Freguesia, onde se pretende promover o contacto social, reduzir o stress, proporcionando uma vida mais autónoma e ativa. O projeto visa informar e sensibilizar em áreas como a saúde, especificamente a saúde mental, segurança, psicossocial, e também disponibilizará serviços através de um balcão de Apoio ao Sénior. O espaço foi cedido pelo Gabip TAE (Grupo Apoio Bairros Intervenção Prioritária Torres Alto Eira) à JFPF.

*Fase de sustentabilidade* Continuação da dinamização de atividades comunitárias e a capacitação dos seniores no e do território. O balcão de Apoio ao Sénior continuará a ser um suporte permanente de contacto com a população, permitindo encaminhar e acompanhar os seniores. Gestão da bolsa de voluntariado para dinamizar ações de sensibilização, eventos sociais/culturais. Os promotores e parceiros asseguraram os custos com os recursos humanos para continuar a dar resposta às atividades e respetiva manutenção do espaço.

---

**DESCRIÇÃO DO PROJECTO**

*Diagnóstico*

Segundo o diagnóstico social de Lisboa a freguesia da Penha de França apresenta um índice de envelhecimento elevado. Foi realizado um questionário no qual se verificou, a problemática relacionada com os séniores: viuvez, morte de amigos e familiares, perda de contacto com as crianças da família, são fatores que contribuem para o isolamento social e para a diminuição das suas redes de apoio. Nos atendimentos sociais realizados pelo Desenvolvimento Social da JFPF e através do projeto Penha Liga são identificados e acompanhados casos concretos da população idosa, sendo o isolamento uma das principais situações verificadas. No Alto da Eira e remetendo ao relatório da Gebalis publicado em 2012, verificou-se que existia: elevada proporção de pessoas com mais de 65 anos; dimensão significativa de pessoas isoladas; elevada incidência de doenças crónicas e problemas de mobilidade física. Quando questionados sobre propostas para a zona, os moradores referem equipamentos sociais (convívio moradores, 3ª idade e juventude e infância). Assim, o bip Alto da Eira é uma zona privilegiada para a implantação de um espaço dirigido à população idosa da freguesia. Uma vez que a JFPF está sensível às questões da saúde mental, pretende-se também neste espaço trabalhar no diagnóstico, na prevenção e no encaminhamento. A criação de uma rede de apoio com os parceiros locais (Centros Dia, Centros Acolhimento, Centros de Saúde e Posto clínico JFPF) permitirá dar resposta eficaz aos casos referenciados.

*Temática preferencial*

Promover a Inclusão e a Prevenção

*Destinatários preferenciais*

Idosos

*Objectivo geral*

Empregando como mote os objetivos do Programa Bip/zip, nomeadamente a promoção do desenvolvimento local e a contribuição para uma efetiva melhoria dos territórios e comunidades desfavorecidas, visamos combater a solidão e o isolamento dos idosos, minimizar a vulnerabilidade das suas capacidades físicas e psíquicas e prevenir questões da saúde mental. Guiaremos a nossa intervenção, em articulação com a Câmara Municipal de Lisboa e demais instituições pertencentes à Rede Social de Lisboa, parceiros do projeto, de forma a intervir com uma maior eficácia. Nesse sentido, a intervenção junto da população idosa vai assentar em estratégias diferenciadas, mas que preservem um fim comum de valorização e promoção do desenvolvimento psicomotor, social, psicossocial, saúde e autoconhecimento. Pretende-se promover igualmente a autonomia e a participação ativa deste grupo, sendo estes agentes ativos da sua própria mudança. Tal como mencionado anteriormente a Junta de Freguesia da Penha de França juntamente com o Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Penha, encontram-se conscientes e aplicados em trabalhar respostas direcionadas às questões da saúde mental, privilegiando um correto diagnóstico, uma abordagem preventiva e o devido encaminhamento. Estando consequentemente interligadas a questão da demência e o isolamento/solidão, as atividades planeadas irão enriquecer o seu quotidiano quer a nível social como



cultural. Através de ações intergeracionais trabalhar-se-á as capacidades sensoriais, motoras, cognitivas e sócio emocionais, recorrendo a equipamentos específicos, encontrando assim alternativas à fisioterapia, à animação sociocultural, terapia ocupacional tradicional e outras atividades. melhorar a qualidade de vida da população sénior.

---

### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição* Combater o Isolamento e solidão.

A solidão e isolamento são dos problemas que mais afetam a população idosa na freguesia da Penha de França. São várias as causas que podem levar ao isolamento dos seniores e a sentimentos controversos como a solidão, tristeza e depressão. É importante perceber que a solidão está ligada à saúde, uma vez que esta conjuga o estado de completo bem estar, nomeadamente físico, mental e social.

*Sustentabilidade*

A sustentabilidade deste objetivo continuará através da criação e dinamização regular de atividades utilizando os recursos humanos ganhos pela bolsa de voluntariado sénior, bem como a participação de técnicos especializados, dos promotores e parceiros e dos intervenientes diretos empoderados. Desta forma, manteremos a periodicidade das atividades garantindo que os seniores usufruam da mesma rotina (semanal/mensal), seguindo o fio condutor que leva ao combate da solidão e do isolamento.

#### Objetivo Específico de Projeto 2

*Descrição* Promover o Envelhecimento positivo e saudável

A autonomia é uma vertente central do envelhecimento saudável, promovendo nas pessoas idosas, o direito à sua autodeterminação, mantendo a sua dignidade, integridade e liberdade de escolha. Manter-se ativo mesmo após a reforma é o mais eficaz para a manutenção da saúde da pessoa idosa nas suas diversas componentes, física, psicológica e social.



A saúde tem um papel bastante importante na qualidade de vida do sénior e interfere com o seu bem-estar.

**Sustentabilidade**

Pretende-se continuar a promover a saúde dos seniores, melhorando as condições de vida destas pessoas, e ao mesmo tempo dotá-las de ferramentas que promovam a sua saúde. Entre consultas de várias especialidades, rastreios, ações de prevenção, sensibilização e formação, o Clube sobre a alçada dos parceiros do projeto e de outras entidades que se associarão (futuras parcerias sustentáveis), será um ponto de encontro para todos os seniores usufruírem de uma maior autonomia de um envelhecimento saudável.

**Objetivo Específico de Projeto 3**

**Descrição**

Prevenir questões relacionadas com a saúde, especificamente a saúde mental.

Dos muitos seniores da freguesia, alguns tratam ser pessoas portadoras de demência e com depressão, muitos dos quais mal diagnosticados e insuficientemente tratados. Perante este cenário de aumento das doenças crónicas, e perante a ausência de recursos institucionais, o diagnóstico precoce não invalida a prevenção, sendo urgente responder ao aumento rápido das situações de dependência física e psíquica dos seniores.

**Sustentabilidade**

Pretende-se dar continuidade às atividades ligadas diretamente à saúde, disponibilizando rastreios gratuitos, e outras atividades que possam ser desenvolvidas por técnicos voluntariamente.

Num espaço que alia os cuidados de saúde à promoção de estilos de vida saudável, espera-se contar com profissionais que já desenvolvem as suas atividades no Posto Médico da Junta de Freguesia da Penha de França – ferramenta que poderá ser uma mais-valia no alavancar de todo este projeto na sua fase inicial e no decorrer da sua atividade.

---

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO**

**Actividade 1**

Diagnóstico Social

**Descrição**

Identificação e mapeamento (porta a porta) do local de forma a identificar as dificuldades da população, as suas necessidades ao nível social e da saúde e servirá de base para a implementação de todas as atividades do projeto.



<i>Recursos humanos</i>	Técnicos do projeto e representantes da Associação de Moradores das Torres do Alto da Eira.
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França e Associação de Moradores das Torres do Alto da Eira.
<i>Resultados esperados</i>	Com o diagnóstico pretende-se contribuir para o aumento da eficácia e impacto do projeto conseguindo informações relevantes do território e do público alvo, através do conhecimento minucioso da realidade da freguesia.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 2</i>	Criação do Espaço Sénior
<i>Descrição</i>	Pretende-se com esta atividade adaptar o espaço disponível para a criação de um Clube destinado aos seniores da freguesia e a dotação deste com as infraestruturas necessárias à sua implementação, com eventuais pequenas obras de beneficiação. Este espaço será dividido em quatro zonas distintas: Atendimento no Balcão Sénior; Sala de Multiusos, Sala de Saúde; Sala de Convívio. O espaço terá fachada e interior com estética apropriada ao seu fim, diferenciando-a de outras respostas sociais, de acordo com a lógica e objetivos do projeto.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Criação de um espaço sénior, com um balcão de atendimento, uma sala de Multiusos, uma Sala de Saúde e uma Sala de Convívio.
<i>Valor</i>	19750 EUR

<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4
<i>Periodicidade</i>	Pontual
<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
 <i>Actividade 3</i>	 Imagem e Comunicação
<i>Descrição</i>	<p>Criação do logotipo, cartazes e flyers para divulgação do projeto pela freguesia/comunidade. Página no Facebook e informação através do Youtube, notícias nos boletins dos promotores e parceiros.</p> <p>Apadrinhamento do Projeto por uma ou mais figuras públicas com a finalidade de dar visibilidade ao projeto.</p> <p>Criação de e-mail para o Clube Sênior e para a Bolsa de Voluntariado Sênior.</p>
<i>Recursos humanos</i>	<p>Coordenador/a</p> <p>Voluntários</p> <p>Promotores e Parceiros</p> <p>Padrinhos</p>
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	<p>Divulgação do Clube Sênior através do Facebook e imprensa escrita, incluindo nos boletins dos promotores e parceiros (revista em papel e online).</p> <p>Maior visibilidade e divulgação através do apadrinhamento do projeto.</p> <p>Gestão da criação da bolsa de voluntariado sênior.</p>
<i>Valor</i>	2000 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4
<i>Periodicidade</i>	Pontual
<i>Nº de destinatários</i>	2400
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3

<b>Actividade 4</b>	Aquisição Carrinha Sénior
<b>Descrição</b>	Pretende-se ajudar a valorizar o lugar, as suas pessoas e a(s) sua(as) história (s), bem como, promover a mobilidade e segurança da população sénior, através da aquisição de uma carrinha de transporte, promovendo uma maior participação nas atividades previstas neste projeto e dirigidas à população mais envelhecida neste território.
<b>Recursos humanos</b>	Coordenador/a
<b>Local: morada(s)</b>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<b>Local: entidade(s)</b>	Junta de Freguesia da Penha de França
<b>Resultados esperados</b>	Promoção de uma maior participação nas atividades do projeto, proporcionando o acesso destes aos serviços de proximidade e outros.
<b>Valor</b>	27500 EUR
<b>Cronograma</b>	Mês 4, Mês 5
<b>Periodicidade</b>	Pontual
<b>Nº de destinatários</b>	150
<b>Objectivos específicos para que concorre</b>	1, 2, 3
<b>Actividade 5</b>	Balcão de Apoio ao Sénior
<b>Descrição</b>	É um balcão integrado no espaço destinado a séniores que inclui a disponibilização de serviços e informações tais como transportes, apoio social, saúde, lazer e outros.
<b>Recursos humanos</b>	Coordenador/a Técnicos da Junta de freguesia, Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<b>Local: morada(s)</b>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<b>Local: entidade(s)</b>	Junta de Freguesia da Penha de França
<b>Resultados esperados</b>	Acesso prioritário e adequado de informações e serviços aos séniores como transportes, apoio social, saúde, lazer e outros.
<b>Valor</b>	0 EUR
<b>Cronograma</b>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 6</i>	Sala de Saúde
<i>Descrição</i>	Atendimento, acompanhamento e encaminhamento nas áreas da Psicologia, Psiquiatria, Enfermagem, Fisioterapia, Nutricionista, Clinica Geral entre outras.
<i>Recursos humanos</i>	Clinica Geral, Psicologo, Psiquiatra, Enfermeiro, Fisioterapeuta, Nutricionista, entre outras.
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	A Prevenção, o atendimento, acompanhamento e o devido encaminhamento para situações sinalizadas.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 7</i>	Casa dos Diabetes
<i>Descrição</i>	"A diabetes é uma doença que atinge cada vez mais pessoas. A urbanização, o sedentarismo e o acesso a uma alimentação pouco saudável levaram ao aumento da obesidade e das doenças provocadas por disfunção do sistema imunológico, que são a base do aparecimento das diferentes formas de diabetes." Criação de um grupo de pessoas com diabetes, familiares ou cuidadores, que participem ao longo de várias sessões de educação de forma a partilharem conhecimentos e experiências.
<i>Recursos humanos</i>	Técnicos da APDP



<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Prevenção, partilha de conhecimento e debate sobre a problemática da diabetes. Alterações no estilo de vida, quer a nível físico como alimentar, tornando-o mais saudável.
<i>Valor</i>	750 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 6, Mês 9, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	PontualTrimestral
<i>Nº de destinatários</i>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2, 3
<i>Actividade 8</i>	Ações Informação e Sensibilização
<i>Descrição</i>	Procuramos com estas ações informar a comunidade sénior sobre diversas temáticas relacionadas com o isolamento, solidão, envelhecimento positivo e saudável, questões relacionadas com a saúde, especificamente a saúde mental, entre outras.
<i>Recursos humanos</i>	Técnicos especializados nos temas das ações.
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Divulgação e prevenção reduzindo o estigma social relacionado com as demências e também com o isolamento e solidão.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 6, Mês 8, Mês 10, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	PontualBimestral
<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 9</i>	Atelier Relaxamento/Ginástica

<i>Descrição</i>	Momento em que é trabalhado o bem-estar físico e mental, através da manutenção das capacidades físicas ligadas à saúde, da coordenação, equilíbrio, ritmo e relaxamento. Serão desenvolvidas diversas atividades, tais como: Tai-Chi, Sessão de Movimento, Terapia da Flor, (atividade reconhecida pela Organização Mundial da Saúde), entre outras.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Melhoria no desempenho e execução das atividades do quotidiano, promovendo o bem-estar, as emoções, equilíbrio das relações interpessoais e restabelecimento das energias de corpo e mente. Atividade que proporcionará bem-estar físico, psíquico, emocional, cultural e social. Os seniores sentir-se-ão mais ativos, positivos e capazes de realizar as suas atividades básicas/diárias.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 10</i>	Espaço Lazer
<i>Descrição</i>	Esta atividade será dividida em momentos de dança, cinema e encontros informais em que são debatidos diversos temas, interesses em comum e partilha de conhecimentos/experiências. Sessões promotoras de bem-estar mantendo o corpo e mente sã. Estas sessões serão acompanhadas por um momento alimentar saudável.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das

	entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Partilha de momentos de socialização e de lazer, proporcionando momentos de cultura, partilha, convívio e envelhecimento positivo. Serão momentos que proporcionaram companhia ativa e positiva no grupo, trabalhando e registando as memórias e histórias.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 11</i>	Atividade Intergeracional
<i>Descrição</i>	Falar em intergeracionalidade significa falar em espaços de diálogo e de troca de experiências entre gerações que se enriquecem mutuamente. Esta atividade tem como função a transmissão de conhecimentos, isto é, as novas gerações podem ser transmissoras de um conhecimento (por exemplo as novas tecnologias) e as mais antigas gerações das temporalidades culturais, políticas e económicas. Serão realizadas dinâmicas como a Viagem no Sofá, o Dia da Profissão entre outras.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Esta atividade reforçará que a solidariedade intergeracional seja um fator decisivo na qualidade de vida



	dos idosos.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 12</i>	Casa da Cultura
<i>Descrição</i>	Atividade consiste na organização de pequenos grupos a visitas guiadas de carácter cultural e lúdico essencialmente na área da Grande Lisboa e desenvolvimento de atividades culturais, tal como a participação no coro, concertos, teatro, bibliotecas, jardins, croché, entre outros.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Criação e dinamização regular de atividades no contexto de aprendizagem ao longo da vida. Aumentar o seu conhecimento de cultura, costumes, tradições, património e valores de diferentes épocas históricas.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 13</i>	Bolsa de Voluntariado Sénior
<i>Descrição</i>	Criação e coesão de um grupo de voluntários seniores,



integrando pessoas de toda a Freguesia e moradores do Bairro.

Esta atividade consiste na organização de um grupo de sêniores voluntários para capacitação e gestão das atividades e dos eventos.

<i>Recursos humanos</i>	Coordenador/a Técnicos da JFPF e CSPPF Técnicos das entidades parceiras Voluntários
<i>Local: morada(s)</i>	Rua Frei Manuel do Cenáculo, Torre 1 - Piso 0 - loja B - Torres do Alto da Eira -1170 Penha de França Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Resultados esperados</i>	Capacitação dos intervenientes para a gestão, organização e participação do Clube Sénior.
<i>Valor</i>	0 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3

## MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

### Rede (resultados)

*Nº de parceiros mobilizados* 7

### Constituição da equipa de projeto

*Função* Vogal do Desenvolvimento Social da Junta de Freguesia da Penha de França

*Horas realizadas para o projeto* 150

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não



<i>Função</i>	Diretor Técnico do Centro Social Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	150
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Presidente Associação dos Diabéticos de Portugal
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	50
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Diretor-Adjunto Centro Emprego Formação Profissional de Lisboa
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	50
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Vogal de Mesa da Santa Casa de Misericórdia de Lisboa
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	50
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Presidente Associação de Moradores das Torres do Alto da Eira
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	50
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Sim
<i>Função</i>	Psicólogo
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	1848

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Motorista

*Horas realizadas para o projeto* 1232

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Assistente Técnico - Balcão Sênior

*Horas realizadas para o projeto* 1386

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Voluntários (5)

*Horas realizadas para o projeto* 2500

*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%)* 3

*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)* 2780

*Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 1000



Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 3780

#### Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 500

Nº de destinatários mulheres 2500

Nº de destinatários desempregados 1000

Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 0

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) 2900

Nº de destinatários imigrantes 100

#### Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

Nº de produtos concebidos para venda / demonstração 0

Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade 1

Nº de intervenções no espaço público 0

Nº de publicações criadas 20

Nº de páginas de Internet criadas 1

Nº de páginas de facebook criadas 1

Nº de vídeos criados 10

Nº de artigos publicados em jornais / revistas 15

Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros) 0

#### ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

##### Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno 0 EUR

Encargos com pessoal externo 22610 EUR

<i>Deslocações e estadias</i>	2500 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	2500 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	10000 EUR
<i>Equipamentos</i>	12390 EUR
<i>Obras</i>	0 EUR
<i>Total</i>	50000 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

<i>Entidade</i>	Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França
<i>Valor</i>	25000 EUR
<i>Entidade</i>	Junta de Freguesia da Penha de França
<i>Valor</i>	25000 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

<i>Entidade</i>	Associação de Moradores das Torres do Alto da Eira
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	100 EUR
<i>Descrição</i>	A Associação de Moradores das Torres do Alto da Eira, contribui com o apoio na sinalização e encaminhamento do público-alvo à participação nas atividades pertencentes ao Projeto. Esta parceria será essencial para o sucesso do projeto nomeadamente na atividade Diagnóstico Social, quer no ano de execução quer nos anos de sustentabilidade.
<i>Entidade</i>	Gebalis
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	50 EUR
<i>Descrição</i>	A Gebalis será um parceiro sinalizador do público-alvo para as diferentes atividades do Projeto, quer no ano de execução quer nos anos de sustentabilidade.
<i>Entidade</i>	Centro Social S. João Evangelista
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	50 EUR
<i>Descrição</i>	O Centro Social S. João Evangelista será um parceiro determinante no desenvolvimento e na organização das



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

atividades, privilegiando o contacto com a comunidade e posterior encaminhamento do respetivo público-alvo para as diferentes atividades do Projeto, quer no ano de execução quer nos anos de sustentabilidade.

<i>Entidade</i>	Lar Virgilio Lopes
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	50 EUR
<i>Descrição</i>	O Lar Virgilio Lopes será um parceiro determinante no desenvolvimento e na organização das atividades, privilegiando o contacto com a comunidade e posterior encaminhamento do respetivo público-alvo para as diferentes atividades do Projeto, quer no ano de execução quer nos anos de sustentabilidade.

**TOTAIS**

<i>Total das Atividades</i>	50000 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	250 EUR
<i>Total do Projeto</i>	50250 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	4080

