

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2017  
Dimensão: Dimensão Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 086

Troca a Dar



**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 GIRA - Grupo de Intervenção e Reabilitação Activa

**ENTIDADES PARCEIRAS**

Designação Faculdade de Motricidade Humana

Designação dlSPArteatro

---

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Troca a Dar

BIP/ZIP em que pretende intervir 43. Alfama

ODS 2030 -----

**Síntese do Projeto**

**Fase de execução** A criação e gestão do banco Troca a Dar, através de um sistema de trocas locais, responde à carência de competências pessoais e sociais dos públicos vulneráveis e à falta de uma rede de suporte social dos moradores. As dinâmicas solidárias vão diminuir o isolamento, reforçar as redes de suporte, promover a ocupação/convívio, capacitar para a participação ativa, possibilitar a troca de experiências/bens, o estabelecimento de relações saudáveis e contribuir para a valorização pessoal dos participantes.

**Fase de sustentabilidade** Tendo por base uma logística e modelo de funcionamento consolidada com este projeto, o sistema de trocas do Banco Troca a Dar, divulgado por toda a comunidade do bairro, reúne as condições para que as redes de suporte social funcionem de forma autónoma e auto-organizada. Os intervenientes que desenvolveram competências serão capazes de transmiti-las, capacitando os seus pares que integrem o banco. A equipa da entidade promotora e parcerias envolvidas continuarão ativas na manutenção do Banco.

---

**DESCRIÇÃO DO PROJETO**





Os idosos em situação ou risco de solidão e isolamento serão os beneficiários das ações destes voluntários, de acordo com as necessidades, poderá ser para fazer companhia regularmente, fazer pequenos recados, acompanhar a serviços, fazer passeios, etc.

O comércio e serviços locais serão também beneficiários, na medida em que os voluntários poderão ser uma mais-valia para a sua atividade. Tais ações permitirão o despoletar de convívios, o incentivo à participação e o sentimento de pertença à comunidade.

Reforçando as dinâmicas de inclusão, bem-estar e capacitação previstas no diagnóstico social da Junta de Freguesia de Santa Maria Maior, este projeto pretende minimizar o problema da falta de redes de suporte dos moradores em situação vulnerabilidade e dos idosos e proporcionar oportunidades de partilha e suporte social, com capacidade de auto-organização e procura coletiva de soluções.

---

#### Objetivos Específicos de Projeto

##### Objetivo Específico de Projeto 1

#### Descrição

Melhoria das competências sociais, emocionais e psicomotoras de adultos em situação vulnerabilidade e risco de exclusão, através da dinamização de sessões de grupo, utilizando metodologias de teatro, dança e movimento expressivo.

O desenvolvimento de competências dos adultos em situação vulnerabilidade e risco de exclusão (pessoas com doença mental, desempregados) é permitida pela criação de dois grupos de teatro e dança e pelo acompanhamento individual de tutores.

Com participação ativa num ou em ambos os grupos de teatro e dança de acordo com os seus interesses, pretende-se promover o desenvolvimento pessoal e empoderamento, estreitar os laços na comunidade, de forma a fortalecer as relações, defender e promover os direitos e interesses da pessoa em risco de exclusão social; e contribuir para a diminuição do estigma e discriminação face à doença mental ou outra situação de vulnerabilidade social.

Cada voluntário participante num dos grupos (adultos em situação vulnerabilidade e risco de exclusão) terá o acompanhamento individual e personalizado de um tutor que permite o reforço destas competências desenvolvidas ou em desenvolvimento centrado nas necessidades específicas (competências de saber ser, saber estar, saber comunicar, entre outras).

Desta forma, fomenta-se a interação, a comunicação e a partilha de experiências entre voluntários e tutores,





Descrição	<p>Criação e fortalecimento da coesão de redes de suporte formais que permita a troca de bens e serviços entre organizações de comércio e serviços locais e os adultos em situação vulnerabilidade e risco de exclusão capacitados. Baseado numa lógica de promoção de uma solidariedade ativa e responsável, pretende-se mobilizar os comerciantes e serviços locais a estarem envolvidos e comprometidos com o Banco Troca a Dar, no sentido de suprimir as suas necessidades de apoio em pequenas tarefas para as quais existe menos tempo ou recursos (ex. fazendo recados, entregar/receber documentos).</p> <p>Através da construção de uma rede de contactos e relações entre os voluntários (adultos em situação de vulnerabilidade social) e os beneficiários (comerciantes e serviços locais), minimizam-se as situações de exclusão social uma vez que estes voluntários passam a participar ativamente nas dinâmicas solidárias que estabelecem e, ao mesmo tempo, são recompensados com bens que contribuem também para a diminuição a sua vulnerabilidade económica, como por exemplo: roupa, alimentos, produtos de higiene, etc.</p> <p>A troca de experiencias, de modos informais e não-formais, entre estes grupos permite um envolvimento cada vez mais duradouro e de confiança e concretiza a responsabilidade social das empresas locais.</p>
Sustentabilidade	<p>Mantendo a comunicação externa do projeto junto dos moradores do bairro e do comércio e serviço locais, viabilizam-se a logística e as bases de dados e recursos necessárias para que a sustentabilidade fique assegurada após o termo do programa de financiamento.</p> <p>Será dada visibilidade aos voluntários, aos resultados do projeto e ao sistema solidário de coresponsabilização através de uma comunicação externa cuidada e profissional, usando meios de comunicação em formato físico e digital. Os intervenientes no banco "Troca a Dar" conhecem de forma crescente e progressiva a eficiência e eficácia do projeto, os sucessos e os factores críticos/dificuldades a ultrapassar, através dos eventos comunitários desenvolvidos pontualmente.</p> <p>As reuniões formais ou informais próximas dos comerciantes e serviços locais da rede também favorecem uma dinâmica solidária e sinérgica, reforçando o sentido de responsabilidade social. Deste modo, com a capacitação de intervenientes para a divulgação dos objetivos do projeto, perpetua-se a angariação de novas redes, tendo por base uma logística e modelo de funcionamento consolidada com este projeto.</p> <p>Simultaneamente a equipa do Fórum Sócio-Ocupacional da entidade promotora manterá a supervisão e acompanhamento do projecto na fase da sustentabilidade, em articulação com as organizações envolvidas no decorrer do mesmo. A bolsa de tutores criada permitirá também manter o acompanhamento individualizado dos laços criados.</p>

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO



**Actividade 1** Grupo de Teatro  
**Recursos humanos** - 2 Psicólogos (1 do Grupo de Teatro Dispar e 1 a recrutar)  
 - 1 Coordenador da GIRA  
 - 1 Estagiário Profissional da área das Ciências Sociais da GIRA  
 - 1 Estagiário académico da GIRA  
**Local: entidade(s)** Associação de Estudantes do ISPA  
**Valor** 4790 EUR  
**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12  
**Periodicidade** Semanal  
**Nº de destinatários** 12  
**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2, 3

**Actividade 2** Grupo de Dança  
**Recursos humanos** 2 Psicomotricistas (1 da FMH e 1 a recrutar)  
 1 Estagiário académico da GIRA  
 1 Coordenador da GIRA  
 1 Estagiário Profissional da área das Ciências Sociais da GIRA  
**Local: entidade(s)** Centro Cultural Dr. Magalhães Lima  
**Valor** 4790 EUR  
**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12  
**Periodicidade** Semanal  
**Nº de destinatários** 12  
**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2, 3

**Actividade 3** Bolsa de Tutores  
**Recursos humanos** 1 Psicólogo a recrutar  
 1 Psicomotricista a recrutar  
 1 Estagiário Profissional das Ciências Sociais da GIRA  
 1 Animador Sócio-Cultural da GIRA  
 1 Coordenador da GIRA  
**Local: entidade(s)** GIRA



	ISPA FMH
Valor	4865 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	15
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 4	Banco Troca a dar
Recursos humanos	1 Psicólogo a recrutar 1 Psicomotricista a recrutar 1 Estagiário Profissional das Ciências Sociais da GIRA 1 Animador Sócio-Cultural da GIRA 1 Coordenador da GIRA
Local: entidade(s)	GIRA
Valor	8044 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	45
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 5	Eventos na Comunidade
Recursos humanos	- 2 Psicólogo Clínico (1 do Dispar + 1 a recrutar) - 2 Psicomotricista (1 da FMH + e 1 a recrutar) - 1 Estagiário Profissional das Ciências Sociais da GIRA - 1 Animador Sócio-Cultural da GIRA - 1 Coordenador da GIRA - 2 Estagiários académicos
Local: entidade(s)	Espaços Públicos ISPA
Valor	4815 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12



Periodicidade	Pontual5
Nº de destinatários	150
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 6	Comunicação Externa
Recursos humanos	- 2 Psicólogos (1 do Dispar + 1 a recrutar) - 2 Psicomotricistas (1 da FMH + e 1 a recrutar) - 1 Estagiário Profissional das Ciências Sociais da GIRA - 1 Animador Sócio-Cultural da GIRA - 1 Coordenador da GIRA - 2 Estagiários académicos - 1 Designer
Local: entidade(s)	GIRA
Valor	6517 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	500
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3

#### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	7
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador da GIRA
Horas realizadas para o projeto	336
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não

Função Psicólogo - Técnico do DisparTeatro  
 Horas realizadas para o projeto 384  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Psicólogo - a recrutar  
 Horas realizadas para o projeto 1848  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Psicomotricista - Professor da Faculdade de Motricidade Humana  
 Horas realizadas para o projeto 105  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Psicomotricista - a recrutar  
 Horas realizadas para o projeto 1848  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Estagiário Profissional da área de Ciências Sociais  
 Horas realizadas para o projeto 693  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Animadora sociocultural da GIRA  
 Horas realizadas para o projeto 423  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira





Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	15
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	10
Nº de destinatários imigrantes	0
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	0
Nº de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	1
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	1
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
-	0
-	0

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	6221 EUR
Encargos com pessoal externo	25000 EUR
Deslocações e estadias	0 EUR
Encargos com informação e publicidade	500 EUR
Encargos gerais de funcionamento	1000 EUR
Equipamentos	1100 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Obras	0 EUR
Total	33821 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	GIRA - Grupo de Intervenção e Reabilitação Activa
Valor	33821 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	DisparTeatro
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	11520 EUR
Descrição	Referente a um técnico de psicologia afeto 384 horas ao projeto (30EUR/h*32h/mês*12meses)
Entidade	Faculdade de Motricidade Humana
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1233 EUR
Descrição	Referente a um técnico Psicomotricista afeto 105 horas ao projeto (82,2EUR/dia*15 dias)
Entidade	Grupo de Intervenção e Reabilitação Activa
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	14956 EUR
Descrição	1 animador da GIRA - 25% afeto ao projeto (valor base 999EUR) 1 estagiário profissional da GIRA - 50% afeto ao projeto (valor base 695EUR) 2 estagiários académicos - 100% afetos ao projeto Encargos gerais de funcionamento: consumíveis (20EUR/mes), eletricidade (300EUR/ano), água (300EUR/ano), comunicações (20EUR/mês), despesa de contabilidade (100EUR)

**TOTAIS**

Total das Actividades	33821 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	27709 EUR
Total do Projeto	61530 EUR



Total dos Destinatários 734

