

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

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

Refª: 006

Envelhecer a mexer!



**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 Centro Social Paroquial São Maximiliano Kolbe

Designação Associação Cultural o Fado

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Ignição

Designação Envelhecer a mexer!

BIP/ZIP em que pretende intervir 28. Amendoeiras

30. Condado

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade Dois anos após o termino do projeto (Setembro de 2018 a Agosto de 2020)

**DESCRIÇÃO DO PROJETO**

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico Vivemos hoje em sociedades cada vez mais envelhecidas. A freguesia de Marvila, e em concreto os bairros do Condado e Amendoeiras, não escapam a esta inevitabilidade. Neste reconhecimento, urge, pois, pensar como queremos envelhecer e que tipo de envelhecimento estamos a promover. Marcado pelo peso significativo de uma população com mais idade, estes bairros apresentam ainda outras problemáticas associadas a esta faixa etária, como sejam, o nível de



isolamento social a que boa parte destes idosos estão sujeitos e a existência de algum tipo de limitações na sua mobilidade e que ameaçam agravar, ainda mais, as suas possibilidades de convívio e interação social. Apesar disto, os bairros apresentam algumas potencialidades e traços que podem, quando bem explorados e canalizados, contribuir para a inversão desta tendência de isolamento de uma faixa cada vez mais significativa da sua população residente e, ainda, contribuir para fomentar um verdadeiro envelhecimento ativo. Uma comunidade mobilizada e sensível aos problemas do envelhecimento, porque seus, constituem alguns dos pontos fortes a capitalizar com esta candidatura.

|                             |                                   |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| Temática preferencial       | Promover a Inclusão e a Prevenção |
| Destinatários preferenciais | Idosos                            |
| Objectivo geral             |                                   |

#### Objetivos Específicos de Projeto

##### Objetivo Específico de Projeto 1

|                  |  |
|------------------|--|
| Descrição        |  |
| Sustentabilidade | Através do estímulo físico/motor pretende-se criar condições capazes de garantir a mobilidade dos mais idosos e a sua participação na vida da comunidade, retardando os problemas associados à perda de capacidades físicas. |

##### Objetivo Específico de Projeto 2

|                  |   |
|------------------|---|
| Descrição        |   |
| Sustentabilidade | Através do estímulo cognitivo e sensorial pretende-se criar condições capazes de garantir a sociabilidade dos mais idosos e a sua participação na vida da comunidade, retardando os problemas associados à perda de capacidade cognitivas, nomeadamente ao nível da saúde mental. |

##### Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição



**Sustentabilidade** Através de um conjunto de atividades lúdicas e educativas pretende-se sensibilizar a comunidade, em geral, e os mais idosos, em particular, para os problemas do envelhecimento e encontrar, em conjunto, formas e estratégias para lidar com ele.

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO**

|   |   |
|---|---|
| <b>Actividade 1</b>                             | Oficina da dança  |
| <b>Descrição</b>                                |   |
| <b>Recursos humanos</b>                         | 2 Professores de dança, 1 coordenadora do projeto e 1 animador da atividade.        |
| <b>Local: morada(s)</b>                         |   |
| <b>Local: entidade(s)</b>                       | Sala, aparelho de som   |
| <b>Resultados esperados</b>                     |   |
| <b>Valor</b>                                    | 4880 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, 3  |
| <br>  |   |
| <b>Actividade 2</b>                             | Oficina da música   |
| <b>Descrição</b>                                |   |
| <b>Recursos humanos</b>                         | 2 Professores de canto e música, músicos, 1 coordenadora e 1 animador da atividade. |
| <b>Local: morada(s)</b>                         |   |
| <b>Local: entidade(s)</b>                       | Sala, instrumentos musicais   |
| <b>Resultados esperados</b>                     |   |
| <b>Valor</b>                                    | 11280 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      |



|  |   |
|--|---|
| Periodicidade                            | Semanal   |
| Nº de destinatários                      | 30  |
| Objectivos específicos para que concorre | 2, 3  |
| Actividade 3                             | Conhecer é saber!   |
| Descrição                                |   |
| Recursos humanos                         | 5 especialistas das várias áreas, 1 coordenadora, 1 animador da atividade e 10 voluntários. |
| Local: morada(s)                         |   |
| Local: entidade(s)                       | Sala, cadeiras, pc e retroprojektor   |
| Resultados esperados                     |   |
| Valor                                    | 3600 EUR  |
| Cronograma                               | Mês 3, Mês 5, Mês 7, Mês 9, Mês 11  |
| Periodicidade                            | Pontual5  |
| Nº de destinatários                      | 150   |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 2, 3   |
| Actividade 4                             | Mexe-te connosco!   |
| Descrição                                |   |
| Recursos humanos                         | 1 Coordenadora e 9 voluntários.   |
| Local: morada(s)                         |   |
| Local: entidade(s)                       | Materiais para a caminhada  |
| Resultados esperados                     |   |
| Valor                                    | 2900 EUR  |
| Cronograma                               | Mês 4, Mês 7, Mês 10  |
| Periodicidade                            | Pontual3  |
| Nº de destinatários                      | 150   |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 3  |



|  |                                 |
|--|---------------------------------|
| Actividade 5                             | Vamos passear!                  |
| Descrição                                |                                 |
| Recursos humanos                         | 1 Coordenadora e 8 voluntários. |
| Local: morada(s)                         |                                 |
| Local: entidade(s)                       | Meio de transporte              |
| Resultados esperados                     |                                 |
| Valor                                    | 5100 EUR                        |
| Cronograma                               | Mês 3, Mês 6, Mês 9, Mês 12     |
| Periodicidade                            | Pontual4                        |
| Nº de destinatários                      | 160                             |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 2, 3                         |

#### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

|                                 |                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------|
|                                 | Rede (resultados)                 |
| Nº de parceiros mobilizados     | 4                                 |
|                                 | Constituição da equipa de projeto |
| Função                          | Coordenadora                      |
| Horas realizadas para o projeto | 960                               |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP     | Financeira                        |
| Morador no bairro do projeto    | Não                               |
|                                 |                                   |
| Função                          | Professores de dança              |
| Horas realizadas para o projeto | 96                                |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP     | Financeira                        |
| Morador no bairro do projeto    | Não                               |



|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| Função   | Professores de música               |
| Horas realizadas para o projeto  | 198                                 |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP  | Financeira                          |
| Morador no bairro do projeto   | Não                                 |
| Função   | Especialistas (workshops)           |
| Horas realizadas para o projeto  | 20                                  |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP  | Financeira                          |
| Morador no bairro do projeto   | Não                                 |
| Função   | Monitor de atividade                |
| Horas realizadas para o projeto  | 1200                                |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP  | Não Financeira                      |
| Morador no bairro do projeto   | Sim                                 |
| Função   | Voluntários                         |
| Horas realizadas para o projeto  | 360                                 |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP  | Não Financeira                      |
| Morador no bairro do projeto   | Sim                                 |
|  | <b>Criação de emprego (Impacto)</b> |
| Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)   | 1                                   |
| Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto  | 2                                   |
|  | <b>Destinatários (Resultados)</b>   |
| Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) | 220                                 |



|   |     |
|---|-----|
| Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes | 300 |
| Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes                                  | 2   |
| Equidade  |     |
| Nº de destinatários com deficiência / doença mental   | 0   |
| Nº de destinatários mulheres  | 400 |
| Nº de destinatários desempregados   | 0   |
| Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)   | 50  |
| Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)   | 470 |
| 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   | 0   |
| Nº de páginas de Internet criadas   | 0   |
| Nº de páginas de facebook criadas   | 1   |
| Nº de vídeos criados  | 5   |
| Nº de artigos publicados em jornais / revistas  | 4   |
| Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)   | 0   |
| -   | 0   |
| -   | 0   |

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

DMHDL | DDL | DAIL

**BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária**



|  |  |
|--|--|
| Encargos com pessoal interno                           | 9000 EUR   |
| Encargos com pessoal externo                           | 9260 EUR   |
| Deslocações e estadias                                 | 2500 EUR   |
| Encargos com informação e publicidade                  | 500 EUR  |
| Encargos gerais de funcionamento                       | 5000 EUR   |
| Equipamentos   | 1500 EUR   |
| Obras  | 0 EUR  |
| <b>Total</b>   | <b>27760 EUR</b>   |
| Montante de apoio financeiro por entidade promotora    |  |
| Entidade   | Associação de Reformados do Bairro do Condado-Marvila-Lisboa               |
| Valor  | 27760 EUR  |
| Outras fontes de financiamento e respectivos montantes |  |
| Entidade   | Associação cultural o fado   |
| Tipo de apoio  | Não financeiro   |
| Valor  | 1500 EUR   |
| Descrição  | Cedência de espaço para realização das atividades e divulgação do projeto. |
| Entidade   | Centro Social e Paroquial de S. Maximiliano de Kolbe                       |
| Tipo de apoio  | Não financeiro   |
| Valor  | 1500 EUR   |
| Descrição  | Cedência de espaço para realização das atividades e divulgação do projeto. |

**TOTAIS**

|   |                  |
|---|------------------|
| Total das Actividades                   | 27760 EUR        |
| Total de Outras Fontes de Financiamento | 3000 EUR         |
| <b>Total do Projeto</b>                 | <b>30760 EUR</b> |
| Total dos Destinatários                 | 520              |

