

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2018  
Dimensão: Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 049

Pro Senior Sta Clara



**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 da Charneca /Galinheiras

**ENTIDADES PARCEIRAS**

Designação AURIC

Designação Centro Social e Paroquial da Ameixoeira

Designação Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Designação Instituto Politécnico de Lisboa

Designação AURPI - Ameixoeira

Designação ANAFS - Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias

Designação Associação Par - Respostas Sociais

Designação Junta de Freguesia de Santa Clara

---

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Ignição

Designação Pro Senior Sta Clara

BIP/ZIP em que pretende intervir 67. Alta de Lisboa Centro

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade

A sustentabilidade inclui um conj de ações para a melhoria da qualidade de vida da pop, diminuindo as desigualdades sociais, ampliando os dtos e garantindo o acesso aos serviços. A criação de uma rede de colaboração entre destinatários, poder público/privado, enquanto co criadores do projeto irá permitir a apropriação do espaço através de uma gestão partilhada de recursos que facilitará a introdução de novos temas e serviços, estando também previsto o pagamento de pequenas contribuições.

---

**DESCRIÇÃO DO PROJETO**



**Objetivo Geral de Projeto**

**Diagnóstico** O envelhecimento ativo é um processo de otimização de oportunidades para a saúde, segurança e participação, no sentido de aumentar a qualidade de vida (OMS, 2002). Este implica autonomia, independência, qualidade de vida e expectativa de vida saudável. A capacidade de interagir socialmente é fundamental para o idoso, sendo um dos fatores mais relevantes na prevenção ou recuperação de problemas de saúde mental. Portugal é o 4.º país da UE (28 países) com maior % de pessoas idosas. Em 2011, a pop com 65 ou + anos a residir em LX era de 130.960 hab, revelando um quadro populacional envelhecido (23,7%). A Freg Sta Clara apresenta um dos maiores crescimentos da pop idosa previsto até 2026. Os dados do "Balcão de Santa Clara" 2017 indicam que dos 116 idosos atendidos a maioria tem o 1º ciclo (65) ou sem qualquer nível de escolaridade (41), 43 vivem sozinhos e 46 vivem com apenas mais 1 elemento. Estes agregados têm baixos rendimentos, sendo que + de 50% recebem pensões até 500 EUR. Os dados tb apontam para o púb imigrante, nas Galinheiras, tendo sido atendidos 51 imigrantes, que procuram apoio na legalização, procura de emprego, apoio no encaminhamento para outros serviços. Tendo em conta uma pop heterogénea e com necessidades específicas procura-se á dinamizar atividades conjuntas com idosos e imigrantes. Pretende-se reforçar não só a participação e o papel das pessoas + velhas nas comunidades e na sociedade, valorizando os seus conhecimentos e saberes, como também o papel da família e da rede informal.

**Temática preferencial** Promover a Inclusão e a Prevenção

**Destinatários preferenciais** Idosos

**Objectivo geral**

**Objetivos Específicos de Projeto**

**Objetivo Específico de Projeto 1**

**Descrição**

**Sustentabilidade** A realização de ações de formação ao longo do projeto irá permitir dotar os profissionais/cuidadores/famílias com novas ferramentas que possam ser replicadas e adequadas às diferentes realidades das instituições da Freguesia. Pretende-se ainda que o projeto favoreça a descentralização



de serviços para outras instituições da freguesia, face às limitações da população. Por fim destaca se uma intervenção mais ajustada à realidade com base num diagnóstico realizado por uma universidade que permitirá definir novas áreas de intervenção do projeto. Neste sentido prevê se alargar a rede de técnicos e de voluntários envolvidos nestes serviços de atendimento e acompanhamento. Esta ampliação poderá resultar também no envolvimento de novos destinatários provenientes de outros territórios BIP/ZIP, como Galinheiras, Ameixoeira e Charneca (21), Grafanil (5) e Quinta de Mourisca(7), e outra população que, não sendo destinatária poderá beneficiar do apoio. No decorrer do projeto serão destacados elementos idosos da comunidade que terão um papel de atores principais na replicação de algumas ações, nomeadamente no apoio informal a cuidadores e imigrantes.

#### Objetivo Específico de Projeto 2

##### Descrição

##### Sustentabilidade

Tendo como pressuposto a importância da família, da comunidade e da sociedade na forma como se envelhece, com este projeto pretende se tornar o Idoso um ator social ativo, detentor de saberes que possam ser transformados em produtos característicos de cada instituição da Freguesia e vendidos ao público em geral. As atividades que concorrem para este objetivo serão sustentáveis na medida em que partem dos saberes de cada instituição e da troca de saberes interinstitucionais. A venda dos produtos irá gerar receitas para replicação dos produtos e outras despesas relacionadas com as atividades.

#### Objetivo Específico de Projeto 3

##### Descrição

##### Sustentabilidade

Em fase de sustentabilidade o grupo de mediadores, com referência positiva na comunidade, formado no projeto, poderá encaminhar e orientar as pessoas com o apoio do guia do cidadão. Por outro lado, pretende se em fase de sustentabilidade que a rede de serviços fique mais próxima da população, nomeadamente através de um órgão de gestão, com a participação de parceiros e voluntários, responsável pelo espaço e acompanhamento dos destinatários.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Corpo São



<b>Descrição</b>	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de proj, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos n financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador e por técnicos representantes das instituições parceiras: ANAFS e ESTeSL. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços, nomeadamente com o Centro de Saúde do Lumiar, para referenciação ou encaminhamento de situações sinalizadas. Os técnicos que realizam os atendimentos sinalizam e encaminham para outras atividades do projeto (Em formação, Mente Sã, Balcão do Cidadão, Ser Criativo ).
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Junta de Freguesia de Santa Clara, Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira. Computador, telefone, material de economato, impressora, equipamentos e material de rastreios de saúde física.
<b>Resultados esperados</b>	
Valor	7010 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	100
Objectivos especificos para que concorre	1
Actividade 2	Mente Sã
<b>Descrição</b>	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador de projeto e por técnicos representantes das instituições parceiras: ESTeSL e PAR (recursos não financeiros). A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços para referenciação ou encaminhamento de situações sinalizadas. Os técnicos que realizam os



atendimentos sinalizam as situações que possam beneficiar de referência e encaminhamento para outras atividades do projeto (Em Formação, Corpo São, Balcão do Cidadão e Ser Criativo).

Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras. Gabinete de trabalho na loja, computador, telefone, material de economato, impressora, equipamentos e material de rastreios de saúde.
Resultados esperados	
Valor	6572 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	Em Formação
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 4 formadores, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recurso não financeiro). A equipa de projeto (coordenador e técnico), com o apoio dos técnicos parceiros, nomeadamente da ESTeSL e Centro de Saúde do Lumiar, é responsável por todas as tarefas inerentes à divulgação, identificação e recrutamento de formadores e formandos. A equipa irá construir o modelo de formação e o dossier técnico-pedagógico do pacote formativo que contemplará a construção de materiais adaptados à área de intervenção e ao público.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras; Junta de Freguesia de Santa Clara para formação de curta duração
Resultados esperados	
Valor	6135 EUR
Cronograma	Mês 6, Mês 7
Periodicidade	Pontual1



Nº de destinatários	15
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 4	Talentos de Santa Clara
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de instituições locais/população alvo.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras Junta de Freguesia de Santa Clara
Resultados esperados	
Valor	3943 EUR
Cronograma	Mês 12
Periodicidade	Pontual1
Nº de destinatários	25
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
Actividade 5	Ser Criativo
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 7 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros), 7 voluntários idosos das instituições. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de elementos da comunidade que possam dinamizar os workshops. O coordenador irá articular com outros serviços para referênciação de idosos.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Junta de Freguesia de Santa Clara, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, Centro de Dia do Alto do Lumiar (SCML), Centro de Desenvolvimento Comunitário da Ameixoeira (SCML).



<b>Resultados esperados</b>	
Valor	6572 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	57
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 6	Balcão do Cidadão
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). Os atendimentos são assegurados pelo coordenador de projeto, por técnicos representantes das instituições parceiras e por voluntários idosos da comunidade. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e gerir a marcação dos atendimentos. O coordenador irá articular com outros serviços para referenciação ou encaminhamento de situações sinalizadas.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras
<b>Resultados esperados</b>	
Valor	4381 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	80
Objectivos específicos para que concorre	3
Actividade 7	Entre Gerações
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico externo (com afetação de 9h/mês ao projeto) que trabalhará com os jovens em contexto escolar; 5 técnicos parceiros formais e não formais (recurso não





financeiro).

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Centro Social e Paroquial Charneca/Galinheiras, Centro Social Paroquial da Ameixoeira, Associação Unitária de Reformados e Idosos da Charneca, Associação Unitária de Reformados e Pensionistas da Ameixoeira, Centro de Dia do Alto do Lumiar (SCML)

Resultados esperados

Valor 3066 EUR

Cronograma Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 80

Objectivos específicos para que concorre 3

Actividade 8 Seniores pela Cidadania

Descrição

Recursos humanos 1 coordenador, 1 técnico de projeto, 8 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). A formação do grupo será assegurada pelo coordenador de projeto e por técnicos representantes das instituições parceiras. A equipa de projeto irá realizar as tarefas inerentes à divulgação e identificação de Idosos.

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Centro Social e Paroquial da Charneca/Galinheiras

Resultados esperados

Valor 3504 EUR

Cronograma Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 15

Objectivos específicos para que concorre 3

Actividade 9 Balcão de Trocas



Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador, 1 técnico, 13 técnicos parceiros formais e não formais (recursos não financeiros). O coordenador é responsável por todas as tarefas inerentes à implementação da atividade: organizar stock; estabelecer parcerias e organizar campanhas de angariação de bens junto de empresas e outras entidades; levantamento, gestão e priorização dos serviços a prestar à comunidade; combinação entre perfil de competências/disponibilidade dos destinatários para serviços; acompanhamento das tarefas a realizar junto de particulares. Eq. de projeto será responsável pelas inscrições, realização e registo de trocas.
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Centro Social e Paroquial da Charneca/Galinheiras
Resultados esperados	
Valor	2628 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	60
Objectivos específicos para que concorre	2

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	14
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador
Horas realizadas para o projeto	1848
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico Part-Time



Horas realizadas para o projeto	1050
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	<b>Criação de emprego (Impacto)</b>
Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)	2
Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto	0
	<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)	482
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	600
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1
	<b>Equidade</b>
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	0
Nº de destinatários desempregados	40
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	20
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	287
Nº de destinatários imigrantes	51
	<b>Produtos/Elementos tangíveis da intervenção</b>
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	5
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	4
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
-	0
-	0

---

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	29111 EUR
Encargos com pessoal externo	4500 EUR
Deslocações e estadias	1500 EUR
Encargos com informação e publicidade	1000 EUR
Encargos gerais de funcionamento	5500 EUR
Equipamentos	2200 EUR
Obras	0 EUR
<b>Total</b>	<b>43811 EUR</b>

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Centro Social e Paroquial da Charneca /Galinheiras
Valor	43811 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	ANAFS
Tipo de apoio	Não financeiro

**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Valor	1078 EUR
Descrição	- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da Anafs, com a duração de 3h: 450EUR - Cedência de material para realização de rastreios de saúde no valor de 300EUR. - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8EUR=328EUR
Entidade	Instituto Politécnico de Lisboa
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	7430 EUR
Descrição	- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade, Escola Superior de Tecnologia e Saúde de Lisboa, do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da ESTeSL, com a duração de 3h: 450EUR - Cedência de material para realização de rastreios de saúde no valor de 500EUR. - Disponibilização de RH da Escola Superior de Tecnologia e Saúde de Lisboa para atendimentos de saúde: 3 Estudantes x 7,5EUR/h x 288h=6480EUR
Entidade	AURIC
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	456 EUR
Descrição	- Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8EUR=328EUR - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8EUR=96EUR - Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8EUR= 32EUR
Entidade	AURPI AMEIXOEIRA
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	456 EUR
Descrição	- Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8EUR=328EUR - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8EUR=96EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

	- Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8EUR= 32EUR
Entidade	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	578 EUR
Descrição	- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da SCML, com a duração de 3h: 450EUR - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8EUR=96EUR - Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8EUR= 32EUR
Entidade	Junta de Freguesia de Santa Clara
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1074 EUR
Descrição	- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da Junta de Freguesia de Santa Clara, com a duração de 3h: 450EUR - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8EUR=328EUR - Sala de formação com base no valor de 8EUR/hora de sala para actividade 3 (Em Formação) 25h x8 EUR=200EUR - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8EUR=96EUR
Entidade	PAR - Associação
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	810 EUR
Descrição	- As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico da PAR, com a duração de 3h: 450EUR - Seguro do grupo de jovens para actividade intergeracional (Entre Gerações - actividade 7) = 92EUR - Consultas de psicologia no âmbito da actividade 2 (Mente



Sã) 10EUR/h x 4h/mês x 9 meses=360EUR

Entidade Centro Social e Paroquial da Ameixoeira  
 Tipo de apoio Não financeiro  
 Valor 906 EUR  
 Descrição - As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico do CSPA, com a duração de 3h cada: 450EUR  
 - Cedência de sala para dinamização de actividade 1 (Corpo São) 41h x8EUR=328EUR  
 - Cedência de sala para actividade 5 (Ser Criativo) 12hx8EUR=96EUR  
 - Cedência de sala para actividade 7 (Entre Gerações) 4hx 8EUR= 32EUR

Entidade Centro de Saúde do Lumiar  
 Tipo de apoio Não financeiro  
 Valor 650 EUR  
 Descrição - As atividades propostas neste projeto e as reuniões de planeamento contemplam o envolvimento de representante da entidade do Consórcio. Assim, com base no valor hora de 7,5EUR/hora, estimam-se os seguintes valores para a realização de 20 reuniões para planeamento de atividades em candidatura durante o projeto, 1 técnico do Centro de Saúde do Lumiar com a duração de 3h: 450EUR  
 - Disponibilização de recursos humanos para dinamizar Actividade 3 (Em Formação) - 10h x 20EUR =200EUR;

**TOTAIS**

Total das Actividades 43811 EUR  
 Total de Outras Fontes de Financiamento 13438 EUR  
 Total do Projeto 57249 EUR  
 Total dos Destinatários 482

