

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2019  
Dimensão: Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 049

Vidas Saudáveis e Activas " VISA"



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 PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Associação de Moradores do PER 11

Designação CulturFace - Associação Cultural Para o Desenvolvimento

---

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Ignição

Designação Vidas Saudáveis e Activas " VISA "

BIP/ZIP em que pretende intervir 20. Sete Céus

21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca

22. Alta de Lisboa Sul

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade A sustentabilidade consolidará no 2º ano com a continuidade do desenvolvimento das acções e assegurado pela a entidade promotora e as entidades parceiras e com a envolvimento da comunidade sobretudo o público alvo.

---

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico Segundo os dados do Censo de 2011, dos 22.480 residentes na freguesias de Santa Clara, 2.698 - 12% da população - têm mais de 65 anos. São pessoas idosas em situação de vulnerabilidade, onde estão presentes e alterados os





Descrição

**Sustentabilidade** Pretende-se desenvolver actividades com o intuito de envolver e ocupar os destinatários, para que estes possam sentir motivados, desfazendo a imagem pré-concebida de que são inúteis e inactivos. A realização de actividades com e para os idosos e outros grupos visa proporcionar uma vida mais activa e mais criativa, assim como a melhoria das relações e da comunicação com os outros, por forma a evitar o isolamento e a solidão.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

**Sustentabilidade** Ao Promover momentos de partilha e encontros entre idosos reforçando o sentimento de pertença, auto-estima e interagindo com outros nomeadamente agentes de mudança, estará a criar redes de solidariedade informal na comunidade que permitirão fomentar laços de vizinhança e afectividade entre pares. Por outro lado ao fomentar o convívio e afectividade na comunidade, possibilitará o adiamento da institucionalização do idoso,prolongando a sua autonomia, auto-estima e participação e auto inclusão .

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

**Actividade 1** Sinalização dos Idosos e apoios

Descrição

**Recursos humanos** Os recursos humanos serão constituído por:1 Coordenador/a com função de coordenação de toda actividade; 1 Enfermeira - Responsável pelos rastreios referenciação de casos para o centro de saúde ou outras entidades ; 1Técnica de Serviço Social com função de triagem de casos e acompanhamentos; Motorista /logístico - Assegura toda a deslocação da equipa às atividades, bem como a recolhas dos materiais necessários

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Para além das atividades de gabinete que será na sede do projeto, as atividades itinerantes serão desenvolvidas nos três bairros referenciados, em locais públicos, com o suporte de uma unidade móvel adaptada para o efeito. A sua periodicidade será (mensal) 3x/por mês, sendo uma vez para cada bairro durante o projecto.









|  |   |
|--|---|
| Periodicidade                            | Mensal  |
| Nº de destinatários                      | 250   |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 2, 3   |
| <br>                                     |   |
| Actividade 7                             | Feira da Saúde  |
| Descrição                                |   |
| Recursos humanos                         | Tal como na experiência anterior pretende-se reunir uma rede de instituições congéneres de aproximadamente(12) com respostas que vão de encontro as necessidades do público.  |
| Local: morada(s)                         |   |
| Local: entidade(s)                       | Os recursos necessários a esta exige infraestrutura em espaço público por forma que seja eficiente toda a sua monitorização. Assim pretende dinamizar a atividade no parque da charneca das Amoreiras na Charneca de Lumiar, onde dispõe de alguns equipamentos adaptados para o efeito |
| Resultados esperados                     |   |
| Valor                                    | 4813 EUR  |
| Cronograma                               | Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6  |
| Periodicidade                            | Mensal  |
| Nº de destinatários                      | 500   |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 3  |
| <br>                                     |   |
| Actividade 8                             | Culinária Saudavel  |
| Descrição                                |   |
| Recursos humanos                         | Os recursos humanos serão 1 coordenador/a, 6 idosos acompanhados de uma nutricionista e 4 voluntários sendo 1 animador/a.   |
| Local: morada(s)                         |   |
| Local: entidade(s)                       | As actividades serão desenvolvidas no espaço da PROSAUDESC sita na Rua Arnaldo Assis Pacheco lote 1A - Grafanil e na Rua do Rego nº 22.12 - Charneca.   |
| Resultados esperados                     |   |



|  |  |
|--|--|
| Valor                                    | 3359 EUR   |
| Cronograma                               | Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12  |
| Periodicidade                            | Mensal   |
| Nº de destinatários                      | 60   |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 2, 3  |
| Actividade 9                             | Lisboa Ecologica   |
| Descrição                                |  |
| Recursos humanos                         | Os recursos humanos serão constituído por ; 1 coordenador , 1 técnico de ambiente, 1 animador e 3 voluntários por parte da entidade motora. Todavia serão necessários mobilizar voluntários de entidades parceiras e outros agentes para o efeito. |
| Local: morada(s)                         |  |
| Local: entidade(s)                       | A 2ª componente consiste desenvolver acções de sensibilização nos espaços públicos a definir.  |
| Resultados esperados                     |  |
| Valor                                    | 5813 EUR   |
| Cronograma                               | Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12  |
| Periodicidade                            | Mensal   |
| Nº de destinatários                      | 650  |
| Objectivos específicos para que concorre | 2  |

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

|                             |  |
|-----------------------------|--|
|                             | Rede (resultados)  |
| Nº de parceiros mobilizados | 12   |
|                             | Constituição da equipa de projeto                          |
| Função                      | O Coordenador/a terá a função planear, coordena, dinamiza, |



|  |   |
|--|---|
|  | monotorizar e avaliar                       |
| Horas realizadas para o projeto  | 1920  |
| Tipo de afetação ao BIP/ZIP  | 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%)   | 1   |
| 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) | 100   |
| Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes  | 250   |
| Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes   | 4   |
|  | Equidade                                    |
| Nº de destinatários com deficiência / doença mental  | 25  |
| Nº de destinatários mulheres   | 600   |
| Nº de destinatários desempregados  | 115   |
| Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)  | 300   |
| Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)  | 100   |
| Nº de destinatários imigrantes   | 250   |
|  | Produtos/Elementos tangíveis da intervenção |
| Nº de produtos concebidos para venda / demonstração  | 40  |

|   |   |
|---|---|
| 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   | 1 |
| Nº de páginas de facebook criadas   | 1 |
| Nº de vídeos criados  | 2 |
| Nº de artigos publicados em jornais / revistas  | 1 |
| Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)                             | 0 |
| -   | 0 |
| -   | 0 |

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| Encargos com pessoal interno          | 16260 EUR |
| Encargos com pessoal externo          | 13900 EUR |
| Deslocações e estadias                | 800 EUR   |
| Encargos com informação e publicidade | 1225 EUR  |
| Encargos gerais de funcionamento      | 5575 EUR  |
| Equipamentos                          | 6670 EUR  |
| Obras                                 | 0 EUR     |
| Total                                 | 44430 EUR |

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

|          |  |
|----------|--|
| Entidade | PROSAUDESC- Associação de Promotores de Saúde, Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural |
| Valor    | 44430 EUR  |

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

|               |  |
|---------------|--|
| Entidade      | Associação dos Moradores PER 11  |
| Tipo de apoio | Não financeiro   |
| Valor         | 150 EUR  |
| Descrição     | Esta entidade colaborará com na divulgação do projecto e encaminhamentos Assim traduz nos seguintes :15 h x 10,00EUR = 150.00EUR |
| Entidade      | Associação Cultufaceis   |
| Tipo de apoio | Não financeiro   |
| Valor         | 1850 EUR   |
| Descrição     | Os recursos humanos afectos ao projecto embora voluntário traduz -se em horas correspondentes em: 185 horas x10.00 EUR/h         |

---

**TOTAIS**

|   |           |
|---|-----------|
| Total das Actividades                   | 44430 EUR |
| Total de Outras Fontes de Financiamento | 2000 EUR  |
| Total do Projeto                        | 46430 EUR |
| Total dos Destinatários                 | 2260      |

