Programa
Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2020

Dimensão: Dimensão Ignição

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 074

Namorar à janela (do mundo)

LISBOA CÂMARA MUNICIPAL

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

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação	4Change, Cooperativa Cultural e de Solidariedade Social CRL

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação	Klapt Prod
Designação	Associação para o Planeamento da Família

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	Namorar à janela (do mundo)
BIP/ZIP em que pretende intervir	1. Casalinho da Ajuda
ODS 2030	----------

Síntese do Projeto

Fase de execução	Potenciar a inclusão social e digital de seniores do BIP Casalinho da Ajuda (Clube Sénior F. LIGA) através do aumento da LM integrada numa vivência adequada da sexualidade, no contexto da promoção do envelhecimento ativo em segurança (Covid-19). Capacitar profissionais e voluntários com competências de LM e de facilitação para a utilização e descodificação dos média - desenvolvendo práticas respeitadoras dos direitos sexuais, tornando-se multiplicadores de estratégias de envelhecimento activo.
Fase de sustentabilidade	Uma Plataforma online incluirá materiais digitais, metodologias participativas e tutoriais (passíveis de replicação em diferentes contextos) como catalisador para apropriação pelos profissionais e pessoas seniores. Espoletar novos 'Namorar à janela (do mundo)' será possível de forma autónoma por pessoas capacitadas para multiplicar abordagens, materiais e resultados - apenas com apoio reduzido dos parceiros/promotores. Para implementação de novos módulos procurar-se-ão outros financiamentos.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	A inclusão de grupos socialmente fragilizados provenientes de contextos adversos é um desafio difícil de superar. A Ajuda tem 15.620 moradores, em bairros que não se (re)conhecem como unidade territorial e humana dos quais 4.000 têm +65 anos. O Diag. Social de Lisboa (2015-2016) não refere dados relativos à literacia digital dos seniores, o que se justifica por ser uma problemática recente e evidenciada pela pandemia Covid-19. Quanto à fraude digital em Portugal há dados escassos mas responsáveis do policiamento de proximidade de Lisboa relatam a vergonha em apresentar queixa (o FBI já em 2014 reportava o aumento exponencial de fraudes 'românticas' online na população com +50 anos; estudos da Entidade Reguladora para a Comunicação Social (2014), apontam uma baixa participação digital pela população sénior e, quando o fazem, tende a ser de forma desprotegida. Quanto aos afectos: a APF identificou no projeto Sexualidade Maior, a urgência de preparar instituições/profissionais e abordar a vida sexual - ex. atitudes e práticas de profissionais e instituições face à sexualidade e afetos das pessoas seniores. À luz do contexto de pandemia que vivemos, os dados revelam que os problemas associados às pessoas mais velhas (isolamento, depressão) se agravam quando as ferramentas utilizadas no dia a dia são sobretudo digitais - se já eram uma população excluída e isolada são agora, mais que nunca quem precisa de apoio e literacia nesta nova era de comunicação online.
Destinatários preferenciais	Idosos
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	No contexto de pandemia Covid-19 a população sénior do território da Ajuda com poucas competências tecnológicas fica ainda mais isolada, com saúde mental e afectiva fragilizadas. À falta de acesso, junta-se a falta de competências base para a inclusão na sociedade digital - como a resolução de problemas e o espírito crítico. A 'virtualidade' abre novas possibilidades de fraude, não apenas financeira mas também afetiva e sexual - a literacia necessária para a inclusão social exige o desenvolvimento de novas competências, de auto-estima e do reconhecimento dos direitos das pessoas seniores. Um desse direitos é o de uma vida afetiva e uma vivência sexual, que as instituições e a sociedade têm o dever de assegurar e que não se esgota com a idade. Este projeto procura responder ao problema da inclusão digital mas também ao direito a uma vida afetiva plena - e ao fortalecimento da capacidade dos profissionais para facilitar ambas. "Namorar à Janela (do mundo)" pretende reforçar o empoderamento comunitário baseado no desenvolvimento de

projetos concretos e emancipadores que potenciam a inclusão social e digital das pessoas seniores residentes na Ajuda, especificamente no Casalinho da Ajuda, onde se situa a instituição piloto acolhedora do grupo de destinatários (Fundação LIGA) - alargando os impactos aos outros BIP/território (ex. Casa da Cultura da JF). Pretende-se aumentar a LM dos destinatários, integrada numa vivência adequada da sexualidade e da afetividade, no contexto da promoção do envelhecimento ativo, saudável e em segurança (Covid-19) - escalando o impacto através da campanha e materiais participados. Os seniores serão capacitados para aumentar o potencial de participação cívica, através das TIC, bem como melhorar a sua capacidade de descodificar informação online, paralelamente a um aumento de conhecimentos e direitos sobre a vida sexual. Profissionais e voluntários são envolvidos numa perspectiva de multiplicadores de estratégias de envelhecimento activo.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Promover o conhecimento da população sénior na utilização e descodificação dos média, motivando a integração na sociedade digital através da valorização da vida afetiva e sexualidade.
Em articulação direta com as entidades parceiras do projeto e com entidades locais, com as quais existe troca de sinergias e de experiências, pretende-se validar e sintetizar as competências base para estruturar um ciclo de formação para as pessoas seniores. Realizado na instituição de acolhimento, pretende promover competências de LM através da desconstrução de mitos, crenças e preconceitos associados à sexualidade sénior. Paralelamente, pretende-se criar "Histórias (do mundo)", através de um sistema colaborativo de aprendizagem comunitária de base local, que promova o conhecimento e partilhas de experiências e saberes, com base nas ferramentas informais. As pessoas sénior serão envolvidas em atividades de promoção da igualdade de oportunidades e de combate a todas as formas de discriminação, favorecendo desta forma, a acessibilidade e integração social dos destinatários, através da promoção da utilização das novas tecnologias. As "Histórias (do mundo)" servirão de ferramenta à atividade 3, que incluirá a produção destes conteúdos e consecutiva integração numa plataforma online. Pretende-se que os seniores tenham um melhor e maior domínio dos seus direitos e da utilização das novas tecnologias, promovendo a sua capacidade de participação cívica, enquadrada numa consciência crítica do

processo.

Sustentabilidade

A sustentabilidade é garantida pelos benefícios/ganhos decorrentes das dinâmicas criadas pelo projeto e por uma consistente disseminação de resultados. Uma vez estruturado o sistema, a partir de uma base comunitária, que tem como recurso de apoio uma plataforma online sem custos inerentes, assente na interação e trabalho em rede entre os parceiros envolvidos, a dinâmica poderá ser replicada inúmeras vezes, garantido assim a sustentabilidade deste sistema por um número de anos alargado.
Paralelamente, o envolvimento de parceiros locais (como a Junta de Freguesia da Ajuda) que desenvolvem continuamente atividades com população sénior, garante a perenidade da utilização dos materiais disponibilizados e da contínua capacitação do grupo-alvo.
Sendo que este objetivo pretende ser uma resposta consolidada e acessível a uma necessidade recorrentemente apontada por parceiros territoriais e agravada pelo Covid19, a sua sustentabilidade depende apenas da sua eficaz concretização.
Nos dois anos seguintes, a 4Change em colaboração com os parceiros, apoiará novos módulos que repliquem e adaptem o processo traçado e registado durante este ano - é o caso do grupo de seniores que frequentam a casa da Cultura e bem Estar da JF da Ajuda, mas a 4Change já trabalhou nos últimos anos com outros grupos de seniores no território (as seniores acompanhadas pelo CCRCCR, vários cursos da Universidade Sénior da Ajuda, as 'avós' dos AB2M).

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Capacitar técnicos, auxiliares e voluntários aumentando competências de Literacia para os Média (LM) e o desenvolvimento de práticas adequadas e respeitadoras dos direitos sexuais da população sénior, apoiando-os como multiplicadores de estratégias de envelhecimento activo.
O aumento de conhecimento é um instrumento de empoderamento profissional e de cidadania participada, que se cria através de uma consciência comum e da melhoria de qualidade na prestação de serviços a uma população específica, neste caso, os seniores que residem no Casalinho da Ajuda - e também dos territórios da Ajuda. Pretende-se aumentar a criação de sinergias entre profissionais, voluntários e seniores, de forma a potenciar a melhoria dos serviços à comunidade, do trabalho em rede com outras organizações do território (nomeadamente através da Comissão Social de Freguesia), dar resposta a problemas antigos de isolamento e literacia mediática que despertam, em tempos de pandemia, medos e ansiedades na população propagadas através de notícias falsas e/ou desinformação. Paralelamente, através de uma abordagem a temas relacionados com os direitos humanos e afetividade, previnem-se comportamentos de risco e de violência, sobretudo online, criando comunidades mais seguras e uma melhor integração na sociedade.

Os técnicos, auxiliares e voluntários envolvidos agirão como multiplicadores de conhecimento, tanto através de conteúdos partilhados na plataforma, como nos seus circuitos profissionais e pessoais.

Sustentabilidade

A sustentabilidade deste objetivo é garantida pelos benefícios/ganhos decorrentes das dinâmicas criadas pelo projeto e por uma consistente disseminação de resultados. Os recursos formativos disponíveis na plataforma online, aliados a um trabalho de encadeamento e rede de parcerias, sustentam a utilização e replicação do modelo produzido. As associações locais, no âmbito da sua intervenção podem utilizar, sem custos associados, esta metodologia e as ferramentas disponibilizadas. Neste sentido, a criação de sinergias com as organizações da Comissão Social de Freguesia e uma atividade de disseminação dos resultados pelos Bip/Zip do território da Ajuda e até por toda a comunidade Bip/Zip, permitirá a apropriação destas ferramentas e possibilidade de adequação aos diferentes públicos-alvo. Após a avaliação do impacto da metodologia, se se justificar a co-criação de novos módulos, procurar-se-ão outros financiamentos, públicos, privados, nacionais e Europeus.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Criar uma plataforma online que contribua para a inclusão social e digital da população sénior e que seja geradora de uma melhor qualidade de vida e igualdade de oportunidades. Após a fase de aumento de conhecimento da população sénior, profissionais e voluntários que trabalham de alguma forma com pessoas nesta faixa etária, pretende-se disseminar os produtos realizados anteriormente numa plataforma online, por forma a disseminar o conhecimento. Esta plataforma será utilizada como um apoio a atividades de disseminação realizadas no BIP do Casalinho da Ajuda, com possibilidade de extrapolação para o território da Ajuda - e, até, todos os BIPZIP. Os materiais produzidos de forma participada pelos seniores do grupo focal serão agregados enquanto ferramentas e tutoriais sobre a inclusão digital nas relações afetivas e na sexualidade e passíveis de serem utilizados por qualquer pessoa que queira melhorar as suas competências a este nível.
No final, será produzida uma campanha de sensibilização online, que valorize a população sénior e sensibilize as organizações e a população em geral.

Sustentabilidade

A sustentabilidade dos processos gerados no âmbito deste objetivo está garantida para além do tempo de duração do projeto, uma vez que é neste objectivo que se consubstancia a plataforma agregadora dos materiais produzidos ao longo do projeto. Referimo-nos a fotografias, vídeos, tutoriais, histórias de vida e exercícios formativos que estarão acessíveis online. A acessibilidade desta plataforma será disseminada nas atividades que decorrem ao longo do

projeto, mas será mais reforçada através de uma campanha. A campanha assenta nos materiais participados e na qualidade técnica dos colaboradores audiovisuais em desenhar a campanha envolvente e com humor, para disseminar experiência e escalar resultados.
Este processo de ignição estruturado dá continuidade às dinâmicas iniciadas, começando a consolidar uma rede colaborativa que se espera manter durante alguns anos. A expectativa será que a continuidade do projeto em fase de sustentabilidade supere em grande medida os investimentos necessários.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Namorar à janela com histórias
Recursos humanos	Os recursos humanos envolvidos são os técnicos e coordenadores da 4Change e da APF, bem como formadores/facilitadores da Klapt Prod para a dinamização de atividades específicas na área da utilização das novas tecnologias. A Fundação LIGA será o pólo central desta actividade, com os colaboradores envolvidos na organização e preparação da atividade, bem como os animadores das associações locais envolvidos no processo de aprendizagem coletiva.
Local: entidade(s)	As atividades terão como base a Fundação LIGA, que será o polo central de ação. Ainda assim, está pensada a adaptação em caso de serem necessárias medidas de proteção para Covid-19: cumprindo as diretrizes oficiais, com por ex. a utilização de EPIs em visitas domiciliárias, em conjunto com técnicos sociais e, com o decorrer da capacitação, através dos meios online mais adequados (Whatsapp, Facebook e outras redes adequadas aos públicos-alvo).
Valor	11387 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	29
Objectivos especificos para que concorre	1, 3

Actividade 2	Ciclo de formação
Recursos humanos	Os recursos humanos envolvidos são os técnicos e coordenadores da 4Change e da APF, bem como formadores/facilitadores externos a contratar para a

	dinamização de atividades específicas na área da utilização das novas tecnologias. A Fundação LIGA será o pólo central desta actividade, com os colaboradores envolvidos na organização e preparação da atividade, bem como os animadores das associações locais envolvidos no processo de aprendizagem coletiva.
Local: entidade(s)	As atividades terão como base a Fundação LIGA, que será o polo central de ação. Ainda assim, está pensada a adaptação em caso de serem necessárias medidas de proteção para Covid-19: recorreremos a plataformas online (Zoom, whatsapp e outras redes adequadas aos públicos-alvo).
Valor	10087 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	30
Objectivos especificos para que concorre	2

Actividade 3	Inclusão social&digital participada
Recursos humanos	Os recursos humanos envolvidos são os técnicos e coordenadores da 4Change e da APF, bem como formadores/facilitadores da Klapt Prod e outros técnicos de comunicação a contratar para a dinamização de atividades específicas na área da utilização das novas tecnologias.
Local: entidade(s)	Esta atividade pode decorrer de modo itinerante pelas instalações do promotor e/ou parceiros, bem como em outros espaços do território abrangido pelo projeto.
Valor	14370 EUR
Cronograma	Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	250
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 4	Campanha de sensibilização
Recursos humanos	Para esta atividade será necessário um designer e um dinamizador de redes que apoie a realização dos materiais gráficos e dos textos específicos. Os recursos humanos técnicos e coordenadores da 4Change e da APF mantém-se a

	implementar esta atividade.
Local: entidade(s)	Esta atividade pode decorrer de modo itinerante pelas instalações dos promotores e/ou parceiros, bem como em outros espaços do território abrangido pelo projeto. Será também envolvido o ISCSP na disseminação da atividade.
Valor	12182 EUR
Cronograma	Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Pontual
Nº de destinatários	1000
Objectivos especificos para que concorre	1, 2, 3

	MONITORIZAÇÃO DE PROJETO
	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	4
	Constituição da equipa de projeto
Função	Sara Nasi Pereira (coordenação)
Horas realizadas para o projeto	1300
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Sandra Oliveira (co-coordenação)
Horas realizadas para o projeto	200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Eduardo Amaro (técnico audiovisual)
Horas realizadas para o projeto	500
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira

Morador no bairro do projeto	Não
Função	Sónia Duarte Lopes (co-coordenação)
Horas realizadas para o projeto	200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico APF
Horas realizadas para o projeto	700
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Cristina Passos
Horas realizadas para o projeto	200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
	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)	18
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1250
Nº de atividades onde não é possível a	

identificação clara dos participantes	2
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	2
Nº de destinatários mulheres	18
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	12
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	29
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	20
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	7
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	34526 EUR

Encargos com pessoal externo	7500 EUR
Deslocações e estadias	150 EUR
Encargos com informação e publicidade	2150 EUR
Encargos gerais de funcionamento	1200 EUR
Equipamentos	2500 EUR
Obras	0 EUR
Total	48026 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	4Change, Cooperativa Cultural e de Solidariedade Social CRL
Valor	48026 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Fundação LIGA
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	9400 EUR
Descrição	Salas e instalações da Fundação LIGA, com um cálculo mínimo de 60 horas de utilização (24 horas na atividade 1, 18 horas na atividade 2, mínimo de 10 horas para a atividade 3, evento pontual da atividade 4 e ainda realização de reuniões de parceria/conselho consultivo ao longo de 12 meses) multiplicando por um valor médio de aluguer/hora para utilização do auditório da Fundação LIGA de EUR40 = 2400 euros _ acresce as 200 horas de trabalho de acolhimento da Coordenadora Cristina Passos (200*35 euros=7000) - total: 9400 euros
Entidade	Junta de Freguesia da Ajuda
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3600 EUR
Descrição	Salas e instalações da Junta de Freguesia da Ajuda, com um cálculo eventual de 90 horas de utilização (42 horas para replicação de sessões e workshops da atividade 1 e 2, com eventual divisão de grupos em caso de necessidade devido a contexto COVID-19; ou 42 horas utilizáveis para a fase de sustentabilidade com os utentes da Casa da Cultura e Bem-Estar da JF da Ajuda; ainda contemplando 8 horas de utilização para evento pontual da atividade 4 e para eventual realização de reuniões de parceria/conselho consultivo ao longo de 12 meses), multiplicando por um valor médio de aluguer/hora para utilização da sala daCasa

da Cultura e Bem-Estar da JF da Ajuda ou do Mercado do Peixe/Balneário da Boa Hora com um valor média de EUR40 = 3600 euros

---

	TOTAIS
Total das Actividades	48026 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	13000 EUR
Total do Projeto	61026 EUR
Total dos Destinatários	1309