

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2021
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 036

Dias do Meu Bairro



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 Companhia da Esquina, Associação Cultural

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Junta de Freguesia de Carnide

Designação Associação PertenSer

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Dias do Meu Bairro

BIP/ZIP em que pretende intervir 16. Padre Cruz

ODS 2030 Saúde de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Parcerias para a Implementação dos Objetivos

Síntese do Projeto

Fase de execução

Fase de sustentabilidade Através do projeto a um ano, pela convivência e formação pelas artes, pretende-se que a população idosa ganhe ferramentas que lhe permitam melhorar a qualidade de vida, capacitando-os para cuidarem melhor de si próprios e para as suas tarefas diárias, ao mesmo tempo que ganham maior independência durante o período de vida mais longo possível, através da melhoria da sua saúde física e mental. As ferramentas implementadas pretendem também garantir a sua sustentabilidade e continuidade.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto



Diagnóstico	<p>O isolamento dos idosos pode ser mais penoso do que nas restantes faixas etárias da população. A pandemia provocada pelo COVID 19 veio colocar a nu esta realidade. A sociabilização nesta população tem poucas opções. Dias do Meu Bairro é uma iniciativa que pretende desenvolver ações de mitigação, a fim de promover a qualidade de vida desta população através das artes performativas.</p> <p>O contexto territorial deste projeto - Bairro Padre Cruz - é uma área geográfica que apresenta fragilidades urbanísticas e sociais, alicerçadas à existência de casas vazias e degradadas, à falta de segurança, à ausência de equipamentos ou ao isolamento dos idosos.</p> <p>A vulnerável condição socioeconómica dos residentes, despoleta situações de exclusão social e, por conseguinte, a segregação dos idosos.</p> <p>Segundo os Censos 2011, na cidade de Lisboa habitam 1,2 milhões de idosos, sozinhos ou com outros idosos.</p> <p>Os ganhos em longevidade pelo aumento da esperança de vida, ao permitir viver mais anos, é um incentivo a estilos de vida mais saudáveis e ativos, condição para que sejam vividos o máximo de tempo sem incapacidade (Diagnóstico Social de Lisboa, 2009).</p> <p>Os dias do meu Bairro insere-se numa premissa de reinserção social e de cidadania através de atividades artísticas num equipamento existente no Bairro, capaz de canalizar o potencial artístico e criativo dos seniores, recorrendo às suas memórias e capacitando-os socialmente para uma melhor qualidade de vida.</p>
Temática preferencial	Promover a Dinamização Comunitária e a Cidadania
Destinatários preferenciais	Idosos
Objectivo geral	

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Sustentabilidade Em primeiro lugar, acreditamos que num projeto de integração e iniciativa comunitária os efeitos transversais



são transmitidos a toda a população do bairro. Deste modo, ao efetuarmos um levantamento e narrativa de memórias individuais e coletivas, estamos também a fixar um espólio imaterial e cultural que não se dissipa. Torna-se mais clara a identificação de pertença através também do conhecimento do outro e da capacidade de socialização em grupo.

Para além disso, a durabilidade do projeto possibilita relações intergeracionais e interculturais duradouras que adivinham um estabelecimento e uma rede de amizades. O projeto Dias do Meu Bairro no seu final é apresentado em forma de espetáculo e com registo vídeo de um documentário que testemunhou as etapas, as memórias e as estórias dos participantes. É um testemunho visual e outro documental que podem ser revisitados pela memória criando uma identificação coletiva de pertença e de participação.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Sustentabilidade

Os efeitos da mobilidade e da atividade física e motora deixam melhorias a longo prazo e contribuem para um envelhecimento ativo e mais saudável. São benefícios cumulativos que reensinam posturas corretas, tonificam os músculos e deixam uma consciência de corpo e gestualidade que contribui com grande evidência para uma melhor qualidade de vida. Movimento é vida e é possível deixar tradições ocupacionais depois de um ano de rotinas. É intenção desta candidatura fazer acompanhamento à comunidade, pelo menos durante o ano seguinte, dimensionando a matéria aprendida nesta experiência e contaminar outras iniciativas. Iniciativas simples que, com a ajuda de parceiros, podem dinamizar iniciativas e rotinas de movimento, exercício físico ou de pilates disponibilizadas à comunidade mais sénior do bairro.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Sustentabilidade

As oficinas de atividades desenvolvem um envelhecimento saudável e ativo e permitem atribuir autonomia das competências específicas e necessárias a cada grupo de trabalho. Através do debate e do teatro fórum assiste-se a um melhor desenvolvimento da consciência do Eu enquanto ser social e cultural contribuindo para uma maior identidade dos grupos do bairro. As competências ao nível da comunicação são privilegiadas através das ferramentas da voz e da oralidade bem como da interpretação. Também os textos elaborados a partir da



matéria trabalhada induzem um aumento de atividades de estimulação das emoções e da actividade cognitiva e sensorial.

O pensamento criativo é estimulado através das dramaturgias elaboradas e aplicadas a situações de role play e de situações expositivas como dança ou movimento rítmico. São competências de índole socioemocional que ficam a fazer parte integrante do indivíduo com melhorias notórias ao nível da capacidade de socialização e de enriquecimento cultural. Serão fortalecidas a capacidade oratória e de comunicação, a literacia, a memória e as relações interpessoais.

O acompanhamento que será feito por um psicólogo ao longo de um ano de trabalho, irá estudar e avaliar a evolução dos intervenientes neste grupo, nos vários momentos do seu percurso.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Lançamento do Projeto
Descrição	
Recursos humanos	Equipa do projeto: 1 coordenador do projeto 2 formadores 1 monitor Convidados: 2 guitarristas profissionais 1 cantor/fadista profissional 1 técnico de som 1 técnico de luz 3 oradores 1 produtor
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Carnide
Resultados esperados	
Valor	2900 EUR
Cronograma	Mês 1
Periodicidade	Pontual 1 noite
Nº de destinatários	200
Objectivos específicos para que concorre	1, 2



Actividade 2	Andar ao teu Lado
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador do projecto 2 formadores 1 monitor Presença de 1 psicólogo 2 vezes por mês (PertenSer)
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Carnide
Resultados esperados	
Valor	16940 EUR
Cronograma	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	20
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 3	Objectos com História
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador do projecto 2 formadores 1 monitor Presença de 1 psicólogo 2 vezes por mês (PertenSer)
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Carnide
Resultados esperados	
Valor	5610 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3



Actividade 4	Aqui e Agora
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador do projecto 2 formadores 1 monitor Presença de 1 psicólogo 2 vezes por mês (PertenSer)
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Carnide
Resultados esperados	
Valor	15620 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 5	Espectáculo "Dias do Meu Bairro"
Descrição	
Recursos humanos	1 coordenador do projecto 2 formadores 1 monitor 20 intérpretes 2 músicos 1 técnico de som 1 técnico de luz 3 oradores 1 produtor
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Carnide
Resultados esperados	
Valor	1500 EUR
Cronograma	Mês 12
Periodicidade	Pontual 2 apresentações
Nº de destinatários	200



Objectivos especificos para que
concorre 1, 2, 3

Actividade 6 Documentário "O Bairro"

Descrição

Recursos humanos 1 coordenador do projecto
1 formador
1 editor de vídeo
1 monitor
20 interpretes

Local: morada(s)

Local: entidade(s) Junta de Freguesia de Carnide

Resultados esperados

Valor 7200 EUR

Cronograma 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 200

Objectivos especificos para que
concorre 1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 2

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador

Horas realizadas para o projeto 391

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não



Função Formador 1
 Horas realizadas para o projeto 307
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Formador 2
 Horas realizadas para o projeto 219
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Monitor
 Horas realizadas para o projeto 305
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Psicólogo
 Horas realizadas para o projeto 100
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Editor de imagem
 Horas realizadas para o projeto 176
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não 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%)

4

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)	20
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	660
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	3
Equidade	
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	0
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	20
Nº de destinatários imigrantes	0
Moradores do Bairro	600
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	2
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	6
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	3
Nº de vídeos criados	6
Nº de artigos publicados em jornais /	



revistas 12

Nº de novas organizações criadas
(associações / empresas, outros) 0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno 8000 EUR

Encargos com pessoal externo 32260 EUR

Deslocações e estadias 750 EUR

Encargos com informação e publicidade 4990 EUR

Encargos gerais de funcionamento 1000 EUR

Equipamentos 2770 EUR

Obras 0 EUR

Total 49770 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Companhia da Esquina, Associação Cultural

Valor 49770 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Junta de Freguesia de Carnide

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 100 EUR

Descrição Espaço: Centro Cultural de Carnide onde se irão desenvolver todas as atividades e apresentações

TOTAIS

Total das Actividades 49770 EUR

Total de Outras Fontes de Financiamento 100 EUR

Total do Projeto 49870 EUR

Total dos Destinatários 660

