

# Programa Parcerias Locais

**BIP/ZIP** 

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

Ref<sup>a</sup>: 060 CHEIOS DE VIDA





**ENTIDADES PROMOTORAS** 

Designação EDUCAÇÃO POPULAR

**ENTIDADES PARCEIRAS** 

Designação Junta de Freguesia de Campolide

Designação Margens simples - associação

Designação Associação de Moradores do Alto da Serafina

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Ignição Dimensão

Designação CHEIOS DE VIDA

BIP/ZIP em que pretende intervir 14. Liberdade

> **ODS 2030** Erradicar a Fome

> > Cidades e Comunidades Sustentáveis

Produção e Consumo Sustentáveis

Síntese do Projeto

Fase de execução Cheios de Vida é um projeto que propõe ultrapassar o

isolamento dos seniores provocado pela falta de interação familiar e social e agravado pelo COVID19, pertencentes ao território. Para isso tem como base 3 eixos centrais: (1) reaproximar - as pessoas; (2) diferenciar - reconhecer e valorizar as diferenças entre os seniores e na comunidade; e (3) vivenciar - partilhar experiências que contribuam para de forma dignificante para uma melhor qualidade de

vida dos seniores.

Fase de sustentabilidade A existência de um espaço agregador qualificado que as

pessoas se habituam a usar depois de mobilizadas e onde podem realizar atividades de apoio e dignificantes

permanecerá no território. Este espaço será dinamizado por atividades que serão sustentadas através de parcerias várias que serão criadas e alavancadas durante o ano de execução, baseadas em permutas e cedências de espaço a

parceiros em troca de atividades.

DESCRIÇÃO DO PROJETO













## Objetivo Geral de Projeto

#### Diagnóstico

O isolamento social dos mais idosos, é um fenómeno global que se evidenciou com a pandemia do COVID 19 e está evidenciada no território da Liberdade, integrado na Freguesia de Campolide, onde cerca de 20% das sua população tem idade superior aos 65 anos (censo 2011), tendo sido identificadas 865 pessoas seniores na freguesia que vivem sós ou na companhia de outra pessoa da sua faixa etária (RADAR, Relatório Final' 2020 - SCML). A isto, soma-se a pobreza e a precariedade das famílias residentes, percetível também pelo aumento do número de utentes que aderiu ao apoio alimentar da CML, do qual a, Educação Popular é parceira, com a distribuição de 80 refeições dia. Este é o contexto para encontrar soluções que dêem resposta diferenciada aos problemas do isolamento, culturalmente endêmico entre os mais idosos e que foi acentuado pelas medidas de combate à COVID19.

A falta de resposta para séniores isolados deste território tem sido amplamente debatida e identificada pelo grupo comunitário, o que a constituição da associação de moradores veio reforçar diagnosticando a necessidade de criação de um espaço seguro e agregador de seniores ativos e adequado às suas necessidades de convívio. A Educação Popular presente no território no apoio à comunidade, com alimentação, alfabetização de adultos e educação de crianças tem um espaço inutilizado recentemente e que serve a função.

Destinatários preferenciais

Idosos

Temática preferencial

Promover a Dinamização Comunitária e a Cidadania

Objectivo geral

O projeto centra-se na necessidade de promover a valorização e a melhoria das condições de vida dos seniores num processo de inclusão comunitária e intergeracional. Proporcionar condições para uma vida mais ativa, através do intercâmbio entre gerações e a partilha de saberes. Combater o isolamento e ao mesmo tempo criar uma rede de entreajuda a partir da qual os mais velhos poderão exercer uma cidadania mais ativa e valorizada e poderão partilhar conhecimentos acumulados de toda uma vida. O momento da alimentação é central neste projeto, seja pela promoção do convívio às refeições, seja pela introdução de novos conceitos tais como uma alimentação mais diversificada equilibrada, segurança alimentar, ou até, simplesmente saber de onde vêm os alimentos. Nesta perspetiva de interação e participação na construção conjunta de soluções que contribuem para diminuir a exclusão e invisibilidade dos idosos, subjaz a potencialidade de encontrar espaços de vivência comum, na comunidade, lançando-se as bases e a experimentação de processos comunitários em torno da cozinha/alimentação

O projeto tem como premissas o REAPROXIMAR, o DIFERENCIAR e











o VIVENCIAR, na medida que tem como objetivo romper o isolamento social dos mais idosos intensificado pelo COVID19, construindo de forma coletiva uma maneira de estarmos juntos outra vez, respeitando as diferenças de saberes e culturais, assim como, promovendo vivências que conduzam a melhores condições de vida, tanto no aspecto da saúde física como mental, com repercussões a nível de sentimento de pertença e envolvimento comunitário.

#### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

## Descrição

Reaproximar as pessoas da comunidade, com enfoque nos seniores, na medida que promove um espaço e atividades que ajudam a romper o isolamento provocado pela idade e pelo COVID. Promover essa aproximação tendo por base a promoção do bem estar, qualidade de vida, respeitando sempre as diferenças de capacidades e vontade de estarem ativos e acompanhados, de maneira a criar a a oportunidade para uma vida mais inclusiva e saudável - através da promoção de ações relacionadas com alimentação saudável e atividade física, em busca de mais força e agilidade para um envelhecimento equilibrado.

Para isso, será adaptado o espaço para mobilização, convívio e troca de experiências, dentro do qual a cozinha que já existe e carece de certificação.

## Sustentabilidade

A aproximação da comunidade, o envolvimento dos seniores na construção de soluções para uma vida mais saudável e equilibrada e a reabilitação do espaço são os dois alicerces base para a consolidação de um pólo de dinamização da comunidade como um todo. Neste espaço poderão acontecer vários tipos de atividades, como workshops sobre temas de interesse da comunidade, aulas, consultas, convívio . No futuro, poderá ser um local dinamizador do associativismo na medida que tem potencial para ser usado como local de reuniões, encontros e desenvolvimento de ações locais.

A cozinha certificada e com uso comunitário apresenta potencial para promover a geração de renda na comunidade.

# Objetivo Específico de Projeto 2

# Descrição

Diferenciar, porque olha para os idosos como indivíduos únicos com as suas experiências, vivências e saberes. Ao reconhecer e valorizar as diferenças entre as pessoas, seja













no que diz respeito às suas origens, cultura, gostos e capacidades físicas, o objetivo é proporcionar workshops e atividades diferenciadas que, ao promoverem a integração, valorizem também as diferenças e interesses através de uma abordagem pedagogicamente diferenciada tal como é a proposta da Educação Popular.

#### Sustentabilidade

A dimensão de diferenciar vai permitir a ignição da partilha (intra e intergeracional) de saberes e práticas dos seniores, diminuindo o isolamento social pela criação e reavivamento de redes e laços comunitários, num projeto que valoriza as diferenças e promove a coesão social e territorial seja no território 14 considerado de intervenção prioritária, como no Bairro da Serafina, território da envolvência direta.

## Objetivo Específico de Projeto 3

## Descrição

Vivenciar, contribuir para promoção de experiências que funcionem com catalisadores de mobilização dos seniores e da comunidade em torno de uma maior integração, sem isolamento social, valorização dos saberes mais tradicionais e promoção de uma melhor qualidade de vida para os seniores e a comunidade.

A criação de um banco de sementes e de um viveiro com os seniores funcionará como um ponto de ligação entre os idosos a germinar novas vidas todos os dias e outras gerações, na medida que vai alimentar atividades na escola da comunidade, fornecer sementes para a agrofloresta de Campolide e a comunidade.

## Sustentabilidade

O Banco de sementes e o viveiro, serão base de oferta de espécies para pequenas hortas urbanas, em casa das pessoas, nas escolas, em outros projetos no Município e assim gerar rendimento para o projeto contribuindo para aumento do elemento verde no território, freguesia e, município, mas também para despertar os mais novos para uma alimentação mais equilibrada e segura.

## CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Recuperar - adaptação do espaço

Recursos humanos 1 coordenador de projeto

1 animador sócio cultural

1 técnico da Junta de Freguesia de Campolide

Voluntários AMADS

Educação Popular Local: entidade(s)

> Valor 14175 EUR













Cronograma Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6

Periodicidade Diário

Nº de destinatários 100

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 2 Mobilização-comunidade e parceiros

1, 2, 3

Recursos humanos 1 coordenador

1 animador sócio cultural

1 técnico da Junta de Freguesia de Campolide

Voluntário AMADS

Educação Popular Local: entidade(s)

> 12285 EUR Valor

Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês Cronograma

9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Diário

Nº de destinatários 100

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 3 Criar um Banco de Sementes

Recursos humanos 1 coordenador do projeto

1, 2, 3

1 técnico da Associação Margens simples

1 animador sócio cultural

1 técnico da Junta de Freguesia de Campolide

Local: entidade(s) Educação Popular

> 10455 EUR Valor

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

10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 20

Objectivos especificos para que 1, 2, 3

concorre













Actividade 4 Workshops e atividades diferenciada

Recursos humanos 1 coordenador de projeto

1 animador sócio cultural

1 técnico da Junta de Freguesia de Campolide

Voluntários AMADS

Educação Popular Local: entidade(s)

> Valor 13085 EUR

> > 1, 2, 3

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

10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 100

Objectivos especificos para que

concorre

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 4

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador Projeto

Horas realizadas para o projeto 1056

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Animador Sócio Cultural Função

Horas realizadas para o projeto 2024

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Técnico Junta Freguesia Campolide

DMHDL | DDL | DAIL
BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária













Horas realizadas para o projeto 200

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Técnico da Margens Simples

Horas realizadas para o projeto

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto

Função Voluntário AMADS

Horas realizadas para o projeto 104

Não Financeira Tipo de afetação ao BIP/ZIP

Morador no bairro do projeto Sim

> Função Técnico da Fundação da Aga Khan

Horas realizadas para o projeto

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Não Morador no bairro do projeto

Criação de emprego (Impacto)

Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto

(com uma afetação >= 75%)

Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do

projeto

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas,

1

1

100

Nº total acumulado de destinatários de

DMHDL | DDL | DAIL
BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária













atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	10
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	3
Nº de destinatários mulheres	65
Nº de destinatários desempregados	15
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	30
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	50
Nº de destinatários imigrantes	20
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
№ de produtos concebidos para venda / demonstração	30
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	1
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	5
Nº de vídeos criados	3
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

30500 EUR Encargos com pessoal interno















Encargos com pessoal externo 3900 EUR

> Deslocações e estadias 500 EUR

Encargos com informação e publicidade 500 EUR

Encargos gerais de funcionamento 3400 EUR

> Equipamentos 7700 EUR

> > Obras 3500 EUR

Total 50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade EDUCAÇÃO POPULAR

Valor 50000 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Educação Popular

Tipo de apoio Não financeiro

> 12000 EUR Valor

Descrição Cedência de espaço

Entidade Junta de Freguesia de Campolide

Tipo de apoio Não financeiro

> Valor 2440 EUR

Descrição Mentoria do Projecto, serviço de design e apoio de

comunicação, referenciação de idosos, articulação com outros parceiros do território. Vários técnicos de

diferentes competências num total de 200h

Entidade Associação de Moradores do Alto da Serafina

Tipo de apoio Não financeiro

> 728 EUR Valor

2h por semana para ajudar à mobilização de moradores e Descrição

dinamização de atividades

Entidade Fundação Aga Khan

Tipo de apoio Não financeiro

> 924 EUR Valor

Descrição Identificação de moradores e moradoras, associações de base

DIVINDE | DDE | DAIL
BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária















local e outros agentes locais; apoio na mobilização de recursos para as atividades do projeto; e divulgação do projeto.

**TOTAIS** 

Total das Actividades 50000 EUR

Total de Outras Fontes de Financiamento 16092 EUR

> Total do Projeto 66092 EUR

Total dos Destinatários 320





