

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: 079

Damas em Jogo



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 VES - Associação Viver Em Sociedade
Designação Associação Jorge Pina (AJP)

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Worldwide Sports generation
Designação Junta de Freguesia de Marvila
Designação IECL Igreja Congregacional de Lisboa

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	Damas em Jogo
BIP/ZIP em que pretende intervir	29. Flamengo 30. Condado
ODS 2030	Erradicar a Pobreza Igualdade de Género Reduzir as Desigualdades Síntese do Projeto
Fase de execução	O projeto visa a valorização da figura feminina e o empoderamento através do teatro como arte de transformação e do boxe fitness pela capacidade de fortalecimento físico e mental. Procura criar um processo de empoderamento individual, coletivo e comunitário e de intervenção social de jovens e mulheres adultas em situação de exclusão social numa metodologia de educação não formal. Promover a partilha intergeracional e mobilizar a comunidade para a prática do pensamento crítico.
Fase de sustentabilidade	Criação de um grupo de partilha e entreajuda que de forma autónoma procure dar continuidade as atividades. Mobilizar os moradores para a participação num grupo de teatro comunitário. As entidades parceiras acompanharão o desenvolvimento dessas atividades, se necessário, tendo em vista o empoderamento da comunidade.



O processo de empoderamento deve ser acompanhado de uma forte aposta na capacitação, de forma a promover o desenvolvimento das capacidades e das competências das mulheres para que possam, de forma individual e coletiva, identificar as suas necessidades, estabelecer as suas prioridades, definir as suas ações, contribuindo para que controlem as suas vidas e transformem as relações sociais de género.

A utilização de "espaços seguros" como metodologia promove o empoderamento das mulheres através do aumento da sua autoestima e da aquisição de conhecimentos que promovem melhorias nas áreas social, económica e de saúde.

Tem também como objetivo mobilizar a comunidade para a prática do pensamento crítico sobre os temas relevantes.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Bem estar físico e mental.

Com o boxe fitness o projeto pretende incentivar a participação de mulheres nesta modalidade inovadora, promover o equilíbrio entre a mente e o corpo, o autoconhecimento e socialização. A redução dos níveis de ansiedade e depressão, o aumento da autoestima e confiança, controle da agressividade, ganho de força muscular, flexibilidade, coordenação motora, redução de gordura corporal são alguns dos benefícios coletivos associados. Outro benefício importante está relacionado ao contexto social, com formação e interação de laços socioafetivos, que estimulam a sua participação e assiduidade assim como mudanças para comportamentos e hábitos de vida mais saudáveis e combate ao sedentarismo.

Sustentabilidade

Criação de um grupo de partilha e entreajuda. Através dos laços socioafetivos criados, espera-se dar continuidade as atividades organizadas de forma autónoma pelas beneficiárias e com o apoio das entidades parceiras.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Capacitar e empoderar.

O Teatro é a arte do jogo e da liberdade de expressão. Transforma o quotidiano e as experiências vividas em arte através do estímulo da criatividade. Como meio de



autoconhecimento transforma o olhar sobre nós próprios, sobre o outro e sobre as dinâmicas comunitárias e sociais, tornando conscientes quais as reais necessidades de expressão, comunicação e bem-estar. Através do teatro, desenvolver a criatividade, as competências sociais, a empatia, a comunicação, a cognição, a autonomia, fortalecer a autoestima e a expressão artística. Sendo, o teatro, por si só um espaço seguro de promoção de saúde física, mental e emocional. Um espaço de liberdade em que a mulher pode ser quem quiser e desempenhar o papel que quiser. Descobrir e experimentar outras narrativas e espaços de relação.

Sustentabilidade Criação de um grupo de teatro comunitário. Incentivar à criação de temas para as apresentações escritas, produzidos e executados pelas participantes. Apoio das entidades parceiras.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição Autonomia e entreadjuada.

 De forma transversal, o projeto foca-se na abordagem, sensibilização, reflexão, discussão e/ou disseminação de temas diretamente ligados aos direitos das mulheres, como a violência, exclusão social, igualdade, género, saúde e bem-estar da mulher. Através da criação de espaços de partilha, atividades, eventos, divulgação do projeto totalmente dinamizados pelas participantes:
 Sensibilizar para o papel da mulher na sociedade visando a não perpetuação de comportamentos/conceitos que limitem, definam ou sujeitem a sua liberdade;
 Promover a auto aceitação feminina e refletir sobre a importância de estabelecer os seus próprios padrões;
 Alertar para o poder das redes sociais nas decisões do dia a dia e "objetificação" da mulher nestes meios de informação.

Sustentabilidade Criação de um grupo de partilha e entreadjuada. Através dos laços socioafetivos criados, espera-se dar continuidade as atividades organizadas de forma autónoma pelas beneficiárias e com o apoio das entidades parceiras. Produção de materiais de sensibilização dos temas abordados.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Espaço de força
Recursos humanos Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1



	técnico/a de projeto, monitores e treinadores das entidades parceiras.
Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	16220 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	Pontual
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	1, 3
Actividade 2	Espaço de expressão
Recursos humanos	Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1 técnico/a de projeto, monitores e 1 formador/a de teatro.
Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	9620 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	Mensal
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	2, 3
Actividade 3	Espaço de Brincar
Recursos humanos	Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1 técnico/a de projeto, 2 animador/a sócio-cultural e monitores das entidades parceiras.
Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	8820 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	Mensal



Nº de destinatários	10
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
Actividade 4	Rodas de conversa
Recursos humanos	Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1 técnico/a de projeto, 1 formador/a, 1 animador/a sócio-cultural e monitores das entidades parceiras.
Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	4535 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 6, Mês 8, Mês 10
Periodicidade	Pontual4
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	3
Actividade 5	Damas em Jogo
Recursos humanos	Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1 técnico/a de projeto, monitores e treinadores das entidades parceiras, 1 formador/a teatro, 1 animador/a sociocultural.
Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	3335 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 10, Mês 12
Periodicidade	Pontual3
Nº de destinatários	100
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 6	Redes sociais
Recursos humanos	Envolve directamente na sua execução 1 coordenador/a, 1 técnico/a de projeto, monitores das entidades parceiras, 1 animador/a sociocultural.



Local: entidade(s)	IECL VES
Valor	7270 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	Mensal
Nº de destinatários	1000
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	5
	Constituição da equipa de projeto
Função	1 Coordenador/a
Horas realizadas para o projeto	600
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	1 Técnico/a de projeto
Horas realizadas para o projeto	480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	2 Monitores das entidades parceiras
Horas realizadas para o projeto	600
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não

Função 4 Treinadores
 Horas realizadas para o projeto 600
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Formador/a teatro
 Horas realizadas para o projeto 275
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Motorista
 Horas realizadas para o projeto 360
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 3 Animadores socioculturais
 Horas realizadas para o projeto 900
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Auxiliar formação
 Horas realizadas para o projeto 150
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função 1 Técnico/a audiovisual
 Horas realizadas para o projeto 100
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não



Função	1 formador/a
Horas realizadas para o projeto	125
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%)	2
Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto	2
	Destinatários (Resultados)
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	160
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1100
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	2
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	160
Nº de destinatários desempregados	45
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	50
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	5
Nº de destinatários imigrantes	10
	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	24
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	1
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	7200 EUR
Encargos com pessoal externo	35100 EUR
Deslocações e estadias	900 EUR
Encargos com informação e publicidade	2400 EUR
Encargos gerais de funcionamento	2400 EUR
Equipamentos	1800 EUR
Obras	0 EUR
Total	49800 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	VES - Associação Viver Em Sociedade
Valor	35300 EUR
Entidade	Associação Jorge Pina (AJP)
Valor	14500 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	Igreja Congregacional de Lisboa
----------	---------------------------------



