HABITAÇÃO E DESENVOLVIMENTO LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa
Parcerias Locais
BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2023

Dimensão: Dimensão Ignição

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 087

SeniorAtiva

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	Associação de Moradores do PER 11

ENTIDADES PARCEIRAS

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

---

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	SeniorAtiva
BIP/ZIP em que pretende intervir	20. Sete Céus
ODS 2030	Saúde de Qualidade
	Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projeto

Fase de execução	O projeto SeniorAtiva pretende combater o isolamento social da população idosa no PER 11, através da promoção da autonomia e da saúde mental e física dos idosos, da valorização de suas história de vida e da relação com o território e de momentos de contacto intergeracional. Acreditamos que assim contribuiremos para a sensação de pertença ao bairro, a coesão social, a autoestima e o bem-estar dos idosos que vivem no PER 11.
Fase de sustentabilidade	A parceria compromete-se a assegurar a continuidade do projeto e a repercussão dos objetivos. Além disso, as relações estabelecidas entre todos os participantes serão um factor de sustentabilidade que permanecerão no território.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	O Per 11 é uma zona na periferia de Lisboa, onde foi realojada uma grande parte da população que vivia em barracas, provenientes de vários bairros, com as dificuldades caracterizadas pelo meio social e económico da altura. Fruto deste processo, vive-se ainda hoje um fraco sentimento de pertença ao local e baixa coesão social. É uma zona isolada de diminuta acessibilidade, com o desafio de ter uma população com grande diversidade cultural e étnica, grande número de idosos isolados, baixos rendimentos e elevada taxa de desemprego e absentismo escolar. As poucas respostas sociais existentes ainda estão em processo de desenvolvimento. Nesse contexto, a Associação de Moradores do Per11 tem trabalhado desde 2010 na comunidade e observado não só estes desafios, mas também a necessidade de criar respostas específicas para os idosos. A população idosa enfrenta o isolamento social, o que pode levar a problemas de saúde física e mental, além de estigmas sociais que marginalizam e diminuem a sua importância na sociedade. Pela nossa experiência com esta população, os vínculos construídos nos permitiram perceber diversas de suas necessidades, que vão muito além das atividades de ginástica e ateliês manuais que até agora conseguimos oferecer. O projeto "SeniorAtiva" busca enfrentar esses desafios, valorizando os idosos e oferecendo-lhes um espaço onde possam se envolver em atividades que proporcionem a interação social, a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal.
Destinatários preferenciais	Idosos
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	O objetivo geral do projeto é combater o isolamento social da população idosa através da oferta de atividades diversificadas que promovam o envolvimento ativo, como passeios, apoio em literacia digital e incentivo a estímulos mentais e físicos e através da valorização da memória destes idosos e consequente produção de materiais que traduzam essas memórias. Acreditamos que estes dois focos de ação promoverão a inclusão da população idosa no território, aumentando assim a sensação de bem estar e de pertença à comunidade, fortalecendo os laços sociais e a coesão social do bairro e estimulando a autonomia e a participação ativa desta população. Além disso, a maior integração desta população aumentará o conhecimento e a consciencialização de outros grupos etários sobre as necessidades e também das habilidades desse grupo populacional.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	Promover a autonomia e a saúde mental e física da população idosa através da criação de uma oferta de atividades que vão ao encontro das suas necessidades e que se foquem no desenvolvimento global dos idosos. O combate ao isolamento social desta população é um problema complexo que necessita de múltiplas frentes para combatê-lo. Assim, pretendemos estruturar atividades que trabalhem a alimentação saudável, a prática de exercício físico e o acompanhamento de determinada doenças, mas também atividades que promovam o raciocínio lógico e mental, a construção de vínculos afetivos e de um espaço de acolhimento, e que possibilitem que os idosos saiam de casas e conheçam novas partes da cidade, fora do território ao qual estão acostumadas.
Sustentabilidade	A sustentabilidade deste objetivo passa por: - Apostar na criação de uma rede comunitária de apoio à população idosa - Prevê-se a criação de relações afetivas entre os beneficiários do projeto e os restantes membros da comunidade - A consciencialização sobre alimentação saudável e prática de atividade física como hábitos a serem adquiridos para a vida dos idosos, com consequente melhoria da qualidade de vida a longo prazo - Os conhecimentos adquiridos perduram no tempo e podem ser repassados a outras pessoas de contacto - Os passeios fora do território serão abertura para novas perspetivas e criarão memórias afetivas que permanecem

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição	Valorizar as histórias de vida e memórias da população idosa relativamente ao bairro, tendo como consequência a própria valorização das habilidades e da riqueza que os mais velhos podem trazer à sociedade. Pretendemos estimular a participação intergeracional, através da promoção do contacto e da troca de experiências entre os idosos e grupos etários mais jovens. Este processo de valorização terá como resultado a produção de materiais físicos, ainda a ser definidos, relativos às memórias afetivas dos idosos.
Sustentabilidade	A sustentabilidade deste objetivo passa por: - A produção de um material físico, a ser definido em conjunto com os idosos participantes do projeto, construído coletivamente a partir das memórias afetivas dos idosos, valorizará suas histórias de vida e será um contributo que permanecerá para toda a comunidade - A promoção de momentos intergeracionais terá como resultado relações fortalecidas que permanecerão no tempo - A consciencialização dos jovens acerca da importância e do valor das pessoas mais velhas permanecerá ao longo do tempo e terá frutos em outras relações - O sentimento de pertença ao bairro será reforçado a partir do processo de construção coletiva de um material físico e se prolongará no tempo

Actividade 1	Divulgação
Recursos humanos	1 Coordenador de projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11; 1 elemento da PROSAUDESC; 1 elemento da Associação Espaço Mundo
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	2860 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	100
Objectivos especificos para que concorre	1, 2

Actividade 2	Identificação das necessidades
Recursos humanos	1 Coordenador de Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	2910 EUR
Cronograma	Mês 1
Periodicidade	Pontual1
Nº de destinatários	25
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 3	Aulas de Literacia Digital
Recursos humanos	1 Coordenador de projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	2860 EUR
Cronograma	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	25
Objectivos especificos para que concorre	1, 2

Actividade 4	Aulas de ginástica
Recursos humanos	1 Coordenador do Projeto; 1 Técnico de Projeto
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	5010 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	Semanal
Nº de destinatários	35
Objectivos especificos para que concorre	1

Actividade 5	Passeios "Fora da Caixa"
Recursos humanos	1 Coordenador do Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	4610 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	25
Objectivos especificos para que concorre	1, 2

Actividade 6	Tertúlias Con "Vida"
Recursos humanos	1 Coordenador de projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11

Valor	3309 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	35
Objectivos especificos para que concorre	2

Actividade 7	Viver Saudável
Recursos humanos	1 Coordenador de Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 elemento do PROSAUDEC
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Valor	3209 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	35
Objectivos especificos para que concorre	1

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados	2

Constituição da equipa de projeto

Função	Coordenador de projeto
Horas realizadas para o projeto	1680
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não

Função	Técnico de Projeto
Horas realizadas para o projeto	700
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim

Função	Dinamizador Comunitário
Horas realizadas para o projeto	200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	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)	35
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	10
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	11
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	25
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	35
Nº de destinatários imigrantes	0
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	1
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	36
Nº de páginas de Internet criadas	0
Nº de páginas de facebook criadas	0
Nº de vídeos criados	12
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	1
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

	ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO
	Financiamento BIP/ZIP solicitado
Encargos com pessoal interno	0 EUR
Encargos com pessoal externo	16250 EUR
Deslocações e estadias	2800 EUR
Encargos com informação e publicidade	100 EUR
Encargos gerais de funcionamento	3768 EUR
Equipamentos	1850 EUR
Obras	0 EUR
Total	24768 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	Associação de Moradores do PER 11

Valor	24768 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Associação de Promotores de Saúde Ambiente e Desenvolvimento Sócio Cultural (PROSAUDESC)
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2400 EUR
Descrição	Disponibilização de um técnico para a realização dos rastreios de saúde da população idosa
Entidade	Associação Espaço Mundo
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1500 EUR
Descrição	Disponibilização de 1 voluntário para divulgação do projeto e mobilização de participantes
Entidade	Associação de Moradores do PER 11
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1200 EUR
Descrição	Disponibilização de 2 voluntários para apoio logísitico e dinamização dos passeios

---

	TOTAIS
Total das Actividades	24768 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	5100 EUR
Total do Projeto	29868 EUR
Total dos Destinatários	280