

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2023  
Dimensão: Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 087

SeniorAtiva



**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](mailto: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 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

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.

Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Destinatários preferenciais	Idosos
Objectivo geral	

#### Objetivos Específicos de Projeto

##### Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	
Sustentabilidade	<p>A sustentabilidade deste objetivo passa por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apostar na criação de uma rede comunitária de apoio à população idosa</li> <li>- Prevê-se a criação de relações afetivas entre os beneficiários do projeto e os restantes membros da comunidade</li> <li>- A consciencialização sobre alimentação saudável e prática de atividade física como hábitos a serem adquiridos para a vida dos idosos, com conseqüente melhoria da qualidade de vida a longo prazo</li> <li>- Os conhecimentos adquiridos perduram no tempo e podem ser repassados a outras pessoas de contacto</li> <li>- Os passeios fora do território serão abertura para novas perspetivas e criação memórias afetivas que permanecem</li> </ul>

##### Objetivo Específico de Projeto 2



Descrição

**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

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

**Sustentabilidade** -

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO**

**Actividade 1** Divulgação

Descrição

**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: morada(s)**

**Local: entidade(s)** Associação de Moradores do PER 11

**Resultados esperados**

**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
Descrição	
Recursos humanos	1 Coordenador de Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
Valor	2910 EUR
Cronograma	Mês 1
Periodicidade	Pontual1
Nº de destinatários	25
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	Aulas de Literacia Digital
Descrição	
Recursos humanos	1 Coordenador de projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
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 específicos para que concorre	1, 2
Actividade 4	Aulas de ginástica
Descrição	



Recursos humanos	1 Coordenador do Projeto; 1 Técnico de Projeto
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
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 específicos para que concorre	1
Actividade 5	Passeios "Fora da Caixa"
Descrição	
Recursos humanos	1 Coordenador do Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
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 específicos para que concorre	1, 2
Actividade 6	Tertúlias Con "Vida"
Descrição	
Recursos humanos	1 Coordenador de projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 Mobilizador Comunitário; 2 elementos voluntários do grupo de trabalho do PER 11



Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
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 específicos para que concorre	2
Actividade 7	Viver Saudável
Descrição	
Recursos humanos	1 Coordenador de Projeto; 1 Técnico de Projeto; 1 elemento do PROSAUDEC
Local: morada(s)	
Local: entidade(s)	Associação de Moradores do PER 11
Resultados esperados	
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 específicos 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 logístico 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