

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2025
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 001

Pontes Digitais



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 ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento
 Designação Associação Ed-Ruptiva

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Junta de Freguesia de Campolide
 Designação Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição
 Designação Pontes Digitais
 BIP/ZIP em que pretende intervir 14. Liberdade
 ODS 2030 Educação de Qualidade
 Reduzir as Desigualdades
 Cidades e Comunidades Sustentáveis
 Síntese do Projeto

Fase de execução Pontes Digitais promove a inclusão digital, as competências digitais e interpessoais, a valorização cultural sénior através de uma abordagem intergeracional e colaborativa. Desenvolverá competências digitais de jovens e seniores promovendo o exercício de uma cidadania ativa bem como a capacitação digital de técnicos/as, enquanto agentes ativos na transformação digital local, integrando iniciativas de formação e mentoria que fomentam a construção de narrativas e novos canais de comunicação digital.

Fase de sustentabilidade O projeto capacitará jovens, seniores e técnicos com competências digitais duradouras. A criação de um programa de capacitação digital de técnicos impactará parceiros locais, fortalecendo o seu impacto numa lógica de continuidade. A apropriação comunitária e a formação de mentores digitais asseguram a replicação, evolução e integração do modelo nas práticas da ADM Est. e parceiros, que terão também competências reforçadas para continuarem a promover as competências digitais dos diferentes grupos-alvo.



DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>O Bairro da Liberdade apresenta um contexto marcado por desigualdade socioeconómica, exclusão digital e vulnerabilidade estrutural, impactando negativamente as oportunidades educativas, profissionais e de participação social. Apenas 16% da população concluiu o 3.º ciclo de ensino, 46,46% têm baixas qualificações e 30% ocupam empregos não qualificados (BIP/ZIP), o que limita a mobilidade social. A taxa de abandono escolar (1,8%) e a percentagem elevada de jovens NEET (23,07%) refletem a ausência de perspetivas e oportunidades. A exclusão digital agrava estas desigualdades, afetando o sucesso escolar, a empregabilidade e o acesso a serviços e cultura, num contexto de crescente digitalização. Muitas famílias não possuem equipamentos nem acesso regular à internet por razões económicas (AEMA, 2020), e as escolas do território evidenciam a necessidade de reforçar a aprendizagem digital (AEMA, 2022). Entre os seniores, que representam 32,5% da população do BIP-14 (Censos 2021), a falta de literacia digital agrava o isolamento. Estudos recentes mostram que o uso de tecnologias digitais por pessoas com 65+ anos está associado a menor risco de declínio cognitivo e demência (Nature Human Behaviour, abr. 2025). A ausência de espaços intergeracionais contribui para a exclusão sénior. Promover a partilha de saberes entre jovens e seniores poderá reduzir o isolamento, fortalecer competências digitais e criar redes de apoio comunitário e cultural.</p>
Destinatários preferenciais	Jovens
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>O projeto visa capacitar jovens, seniores e equipas técnicas locais, criando respostas inovadoras e sustentáveis para combater a exclusão digital e social nos bairros da Liberdade e Serafina. Sustentado numa abordagem intergeracional e comunitária, o projeto responde a fragilidades identificadas no diagnóstico local, como a baixa escolaridade, o acesso limitado a tecnologias, o isolamento digital da população sénior e a vulnerabilidade de jovens em risco de abandono escolar e de exclusão do mercado de trabalho.</p> <p>Através de uma estratégia integrada de formação e mentoria digital inclusiva e colaborativa, o projeto promove o desenvolvimento de competências tecnológicas, criativas e de cidadania em três grupos distintos: jovens entre os 13 e 16 anos (grupo Moov), jovens adultos e adultos (Porta 11), e alunos/as do 3.º ciclo do AE Marquesa de Alorna.</p>



Simultaneamente, capacita seniores na utilização do telemóvel, redes sociais, comunicação digital e criação de conteúdos culturais, promovendo a autonomia, o bem-estar e a valorização dos seus saberes tradicionais. Ao nível institucional, forma técnicos/as de entidades da economia social, com foco em ferramentas digitais e inteligência artificial, promovendo a eficiência, autonomia e inovação na gestão e implementação de projetos comunitários. Fomenta o diálogo intergeracional através de atividades de mentoria cruzada entre jovens e seniores, com a criação de vídeos e histórias digitais que resgatam a memória coletiva e os saberes do território. Incentiva o uso ético, seguro e criativo da tecnologia.

O projeto está alinhado com a Estratégia DLIS Lisboa, as prioridades do BIP/ZIP 2025, o Plano de Ação para a Transição Digital de Portugal, o Quadro Europeu de Competência Digital (DigComp) e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (1, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 16, 17), respondendo ainda às metas da Década Digital Europeia, promovendo o acesso inclusivo às competências digitais essenciais à participação cívica e social.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Pretende-se capacitar 3 grupos de jovens do território (14-16 anos, 18-20+ anos e do AE Marquesa de Alorna) com competências digitais essenciais (navegação segura, literacia digital, cibersegurança, inteligência artificial e bem-estar digital, produção de conteúdos, edição de vídeo e redes sociais), bem como com competências interpessoais e empreendedoras (trabalho em equipa, comunicação, empatia, criatividade, resolução de problemas e responsabilidade comunitária). A formação será orientada para o desenvolvimento de projetos com impacto local e intergeracional, articulando com iniciativas que já acontecem na comunidade, reforçando as competências de cidadania e participação ativa na comunidade de jovens. Este objetivo contribui diretamente para o aumento das oportunidades formativas e de participação dos/as jovens, alguns destes/as em risco de exclusão, mitigando o abandono escolar e promovendo competências para a empregabilidade, o seu papel ativo no território, em linha com os princípios da inovação social e inclusão digital, além de promover o diálogo intergeracional e intercultural, o sentimento de pertença e a construção de uma representação mais positiva da sua comunidade, favorecendo a coesão no bairro.



Sustentabilidade A sustentabilidade será garantida através da capacitação de jovens como multiplicadores/as de conhecimento digital na comunidade, promovendo uma lógica de aprendizagem entre pares e a continuidade das ações em contextos formais e informais.
Serão desenvolvidos recursos pedagógicos reutilizáveis, permitindo a replicação das atividades por outros jovens no território.
A articulação com o Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna e das entidades locais permitirá a integração dos conteúdos desenvolvidos na prática educativa e em projetos futuros desenvolvidos no território e com impacto noutros grupos-alvo.
Os projetos digitais através de desafios locais criados pelos jovens podem encontrar formas alternativas de continuidade através da participação noutras iniciativas com o programa Applica-te e do Technovation Girls, valorizando a participação ativa e a inovação juvenil.
Através do envolvimento de jovens mentores/as e técnicos/as da economia social de entidades locais, cria-se uma rede de apoio que fortalece o acompanhamento pós-projeto e incentiva a criação de soluções sustentáveis e com impacto social, reforçando o sentimento de pertença e o protagonismo juvenil e sénior.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição Este objetivo visa capacitar pessoas seniores do bairro nas competências digitais básicas, especialmente via telemóvel (utilização de apps, comunicação digital, redes sociais e segurança online), promovendo a sua autonomia e presença ativa no espaço digital.

Através do programa de mentoria, por parte dos jovens, serão criadas narrativas audiovisuais e histórias digitais sobre os seus projetos ocupacionais (música, costura, labores), preservando a memória e valorizando saberes tradicionais, aproximando simultaneamente, diferentes gerações que convivem no território.

Esta abordagem responde ao desafio da exclusão digital da população sénior e valoriza a participação ativa e criativa, reduzindo o isolamento social dando visibilidade ao património cultural sénior, alinhando-se com os princípios da coesão comunitária, envelhecimento ativo e aprendizagem ao longo da vida, além de promover o diálogo intergeracional e permitir aos jovens desenvolverem projetos e outras competências interpessoais através dos convívios entre diferentes gerações.

Sustentabilidade A sustentabilidade será assegurada através da criação de uma rede intergeracional de mentoria digital, com jovens mentores capacitados/as que continuarão a acompanhar os seniores mesmo após o término do projeto, com ligação à comunidade.



Serão produzidos materiais pedagógicos que funcionarão como recursos permanentes de aprendizagem para jovens e seniores. A valorização das narrativas digitais do grupo de seniores permitirá a construção de um arquivo digital comunitário de saberes e histórias, reforçando o sentimento de pertença e a autoestima deste grupo, podendo ser reutilizado em contextos educativos, culturais e comunitários.

A articulação com entidades locais permite a continuidade das aprendizagens digitais através de sessões dinamizadas pela equipa técnica e pelo grupo de jovens mentores. A metodologia de mentoria intergeracional poderá ser integrada em programas educativos e replicada noutros bairros e com outros grupos pertencentes à comunidade, assegurando a disseminação do modelo, fomentando a comunicação e fortalecendo os laços comunitários. A visibilidade dada às produções dos seniores quer através do digital quer através da sua participação noutras iniciativas presenciais contribuirá ainda para a valorização da sua participação ativa na comunidade, promovendo o envelhecimento ativo e a coesão social.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Este objetivo visa a capacitação estruturada das organizações da economia social através de formação prática em ferramentas digitais, inteligência artificial, áreas sentidas pelas equipas no terreno com maior lacuna e que fazem falta para a gestão e implementação de projetos de forma transversal, bem como para trabalharem estas competências junto da comunidade.

Este processo permitirá maior autonomia da entidade no que diz respeito à realização de tarefas de forma mais rápida e eficiente, contribuindo para agilizar tarefas e procedimentos, trazendo ganhos de eficiência ao nível do funcionamento organizacional.

Com base no diagnóstico de necessidades de entidades da economia social, será criado um programa-piloto de formação digital que será co-construído e testado na equipa da ADM Estrela. Após os ajustes com base no teste ao modelo pedagógico, será criada uma formação em vídeo, replicável para outras entidades, capacitando as equipas comunitárias de forma a serem agentes ativos e multiplicadores no território no ensino das competências digitais.

Sustentabilidade

A sustentabilidade assenta na consolidação da capacidade técnica e pedagógica da ADM, tornando-a mais eficiente na realização e gestão de tarefas organizacionais e de gestão de projeto. Este objetivo reforça a capacidade institucional da organização para responder de forma sustentável às necessidades do território, através da capacitação digital, promovendo a inovação, social, a replicabilidade de práticas e a continuidade do impacto pós-bip zip.



A formação em ferramentas digitais e inteligência artificial será concebida como um programa-piloto testado com a equipa da ADM que, após validação, dará origem a um recurso formativo em vídeo de acesso livre, adaptável e replicável, permitindo a capacitação contínua de técnicos/as de outras entidades sociais e parceiros, mesmo após projeto.

A disponibilização destes materiais numa plataforma digital e a sua integração nos planos de formação interna garantem a continuidade da aprendizagem e a evolução contínua de competências de profissionais. Além disso, o reforço da literacia digital nas equipas permite um impacto transversal na intervenção comunitária, através da aplicação prática das aprendizagens na relação com beneficiários/as. O modelo poderá ainda ser partilhado com outras entidades da economia social a nível nacional, promovendo sinergias e reforçando o ecossistema de inovação social e inclusão digital. Esta abordagem fomenta uma cultura organizacional mais ágil, colaborativa e preparada para os desafios digitais emergentes.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Programa de Competências Digitais
Recursos humanos	<ul style="list-style-type: none"> - ADM - Coordenador de projeto - ADM - Técnico de Intervenção Social - EDruptiva - Técnico de Projetos Digitais - EDruptiva - Técnica de Projetos Educativos - EDruptiva - Direção Pedagógica - EDruptiva - Técnica Operacional - EDruptiva - Designer - EDruptiva - Formador em Tecnologia Atividade 1.1 - EDruptiva - Formador em Tecnologia Atividade 1.2 - EDruptiva - Formador em Tecnologia Atividade 1.3 - Técnica Superior JFC - Técnica Superior GIP - Técnico Informático ADM Estrela - Estagiários de Tecnologia e Multimédia
Local: entidade(s)	ADM Estrela
Valor	14711 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	45
Objectivos específicos para que	



concorre 1, 2

Actividade 2 Projetos de Inovação Digital

Recursos humanos

- ADM - Coordenador de projeto
- ADM - Técnico de Intervenção Social
- EDruptiva - Técnico de Projetos Digitais
- EDruptiva - Técnica de Projetos Educativos
- EDruptiva - Direção Pedagógica
- EDruptiva - Técnica Operacional
- EDruptiva - Designer
- EDruptiva - 2 Formadores em Tecnologia Atividade 2.1
- Estagiários de Tecnologia e Multimédia
- Técnica Superior JFC
- Técnica Superior GIP

Local: entidade(s) Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna

Valor 9893 EUR

Cronograma Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 50

Objectivos específicos para que
concorre 1, 2

Actividade 3 Programa Mentoria Intergeracional

Recursos humanos

- ADM - Coordenador de projeto
- ADM - Técnico de Intervenção Social
- EDruptiva - Técnico de Projetos Digitais
- EDruptiva - Técnica de Projetos Educativos
- EDruptiva - Direção Pedagógica
- EDruptiva - Técnica Operacional
- EDruptiva - Designer
- EDruptiva - Monitor em Tecnologia Atividade 3.1
- Estagiários de Tecnologia e Multimédia
- 1 voluntária/Grupo Sêniores
- Técnica Música na Comunidade/Grupo Seniores

Local: entidade(s) ADM Estrela

Valor 9178 EUR

Cronograma Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 40



Objectivos específicos para que
concorre

1, 2

Actividade 4 Progr-piloto capacitação 3.º setor

Recursos humanos

- ADM - Coordenador de projeto
- ADM - Técnico de Intervenção Social
- EDruptiva - Técnico de Projetos Digitais
- EDruptiva - Técnica de Projetos Educativos
- EDruptiva - Direção Pedagógica
- EDruptiva - Técnica Operacional
- EDruptiva - Designer
- EDruptiva - Formador em IA Atividade 4.1
- Estagiários de Tecnologia e Multimédia

Local: entidade(s)

ADM Estrela

Valor

10787 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

5

Objectivos específicos para que
concorre

3

Actividade 5 Pontes Abertas

Recursos humanos

- ADM - Coordenador de projeto
- ADM - Técnico de Intervenção Social
- EDruptiva - Técnico de Projetos Digitais
- EDruptiva - Técnica de Projetos Educativos
- EDruptiva - Direção Pedagógica
- EDruptiva - Designer
- Estagiários de Tecnologia e Multimédia
- Técnica Superior JFC
- Técnica Superior GIP

Local: entidade(s)

Junta de Freguesia de Campolide

Valor

5360 EUR

Cronograma

Mês 12

Periodicidade

Pontual1

Nº de destinatários

200

Objectivos específicos para que
concorre

1, 2, 3



Nº de parceiros mobilizados	4
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador de projeto (20%) - ADM Estrela
Horas realizadas para o projeto	72
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Técnica de Intervenção Social - ADM Estrela
Horas realizadas para o projeto	216
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Técnico de Projetos Digitais - Associação Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	192
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Técnica de Projetos Educativos - Associação Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	96
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Direção Pedagógica - Associação Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	96
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Técnica operacional - Associação Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	240



Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Designer - Associacao Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	77
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Formadores e Monitores de Tecnologia e IA - Associacao Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Música na Comunidade/Grupo Seniores - ADM Estrela
Horas realizadas para o projeto	144
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico Informático - ADM Estrela
Horas realizadas para o projeto	144
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Voluntária Grupo Cantares de Memórias Sénior - Moradora BIP-13
Horas realizadas para o projeto	144
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim



Função	3 Estagiários Multimedia/Tecnologia - Associação Ed-Ruptiva
Horas realizadas para o projeto	480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Superior Dept.º Inovação e Proximidade ao Vizinho - JFC
Horas realizadas para o projeto	96
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Superior Gabinete Intervenção Psicossocial
Horas realizadas para o projeto	96
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%)	0
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)	65
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	200
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	2
	Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental	2
Nº de destinatários mulheres	40
Nº de destinatários desempregados	10
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	70
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	20
Nº de destinatários imigrantes	10
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	18
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	0
Nº de páginas de Internet criadas	10
Nº de páginas de facebook criadas	3
Nº de vídeos criados	24
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
Apps	10
Marca digital cultural senior	1
Canal youtube	1

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno 28012 EUR

Encargos com pessoal externo 19017 EUR



Deslocações e estadias	100 EUR
Encargos com informação e publicidade	500 EUR
Encargos gerais de funcionamento	300 EUR
Equipamentos	2000 EUR
Obras	0 EUR
Total	49929 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento
Valor	17484 EUR
Entidade	Associacao Ed-Ruptiva
Valor	32445 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	ADM Estrela
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	11568 EUR
Descrição	Afetação RH (1Técnico Informático - (3h/semana x 5,30EUR/hora*12meses) e 1Técnica Música na Comunidade - (3h/semana x 5,59EUR/hora*12meses)). Cedência de equipamento eletrónico, informático, materiais de desgaste. Material audiovisual (câmaras fotográficas, microfones, componentes de fotografia). Cedência de espaços, água, luz.
Entidade	Associacao Ed-Ruptiva
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	9800 EUR
Descrição	Afetação RH (3 Estagiários Multimedia e Tecnologia - (10 eur/h*10h/semana*4meses)). Cedência de equipamento eletrónico, informático(12 computadores e 2 videoprojetores).
Entidade	Junta de Freguesia de Campolide
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1749 EUR
Descrição	Cedência de espaços para desenvolvimento de atividades da mostra final (Auditório Adácio Pestana ou espaço público). Apoio direto à execução do projeto pelo Dept.º de



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Proximidade ao Vizinho (2h/semana x 7,80EUR/hora*12meses) e/ou outros Dept.ºs da Junta de Freguesia que, segundo o objeto de apoio, seja pertinente (ex: concessão de licenças de utilização espaço público, cedência de equipamentos); Divulgar nos seus meios de comunicação as atividades do projeto.
Seguimento do projeto, com comparência nas reuniões trimestrais de consórcio, construção e processo de validação relatórios de acompanhamento e final.

Entidade	Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	749 EUR
Descrição	Afetação RH (1 Técnica Superior Gabinete Intervenção Psicossocial). (2h/semana x 7,80EUR/hora*12meses)
Entidade	Moradora/voluntária
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1123 EUR
Descrição	Apoio e gestão do grupo de cantares de memórias sénior (3h/semana x 7,80EUR/hora*12meses)

TOTAIS

Total das Actividades	49929 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	24989 EUR
Total do Projeto	74918 EUR
Total dos Destinatários	340

