

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

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

Refa: 086

Arte de Envelhecer com Estilo





ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Companhia da Esquina, Associação Cultural

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Junta de Freguesia de Carnide

Designação Associação de Moradores do Bairro Padre Cruz

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Arte de Envelhecer com Estilo Designação

BIP/ZIP em que pretende intervir 16. Padre Cruz

> **ODS 2030** Saúde de Qualidade

> > Educação de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projeto

Fase de execução O projeto "A Arte de Viver com Estilo" promove o

envelhecimento ativo e valoriza as histórias de vida de pessoas idosas do Bairro Padre Cruz por meio de oficinas semanais de teatro, música e movimento que terão lugar no Centro Social e Polivalente. A iniciativa inclui a produção de materiais documentais e artísticos, culminando numa apresentação pública no CCC e numa exposição fotográfica.

Fase de sustentabilidade Durante a execução, técnicos do Centro Social e Polivalente

do Bairro PC participam ativamente, adquirindo competências para aplicar as metodologias artísticas no dia a dia da

residência assistida e do centro de dia. Serão

desenvolvidos materiais de apoio acessíveis, como guiões das oficinas e exercícios, para uso autónomo. Com isso, o projeto afirma-se como um modelo replicável de intervenção artística e comunitária com pessoas idosas, promovendo

impacto duradouro no território.

DESCRIÇÃO DO PROJETO













Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico

Os destinatários de "Arte de Viver com Estilo" são maioritariamente pessoas idosas entre os 70 e os 95 anos,com predomínio do género feminino,sem exclusão de participantes masculinos residentes em residências assistidas ou utentes do centro de dia do Centro Social e Polivalente (CSP) e outros idosos do bairro. Com trajetos marcados por baixos rendimentos, profissões ligadas à construção, indústria, limpezas ou comércio informal, apresentam níveis reduzidos de literacia e, em alguns casos,limitações físicas ou cognitivas Este grupo enfrenta várias necessidades emergentes:falta de oportunidades de participação cultural e criativa, isolamento emocional e social, desejo profundo de transmitir saberes, memórias e exp de vida que ainda não encontraram espaço de escuta e valorização. É tb notória a fragilidade das redes de apoio familiar e comunitárias,o que torna urgente a criação de contextos de pertença e de expressão pessoal. Estas pessoas possuem um rico património imaterial e afetivo, com forte ligação ao bairro e às suas memórias de trabalho e vida comunitária. Mostram interesse em partilhar saberes e experiências e abertura à criação artística, desde que adaptada ao seu ritmo e capacidades O projeto utiliza a arte como meio de escuta, expressão e valorização das vivências da população sénior, promovendo bem-estar, memória coletiva, autoestima e ligação entre gerações, sempre respeitando os seus ritmos e capacidades

Destinatários preferenciais

Idosos

Temática preferencial

Promover a Inclusão e a Prevenção

Objectivo geral

Os destinatários de "A Arte de Viver com Estilo" são maioritariamente pessoas idosas entre os 70 e os 95 anos, com predomínio do género feminino, sem exclusão de participantes masculinos residentes em residências assistidas ou utentes do centro de dia do Centro Social e Polivalente (CSP). Com trajetos marcados por baixos rendimentos, profissões ligadas à construção, indústria, limpezas ou comércio informal, apresentam níveis reduzidos de literacia e,em alguns casos, limitações físicas ou cognitivas

Este grupo enfrenta várias necessidades emergentes: a falta de oportunidades de participação cultural e criativa, isolamento emocional e social, desejo profundo de transmitir saberes, memórias e exp de vida que ainda não encontraram espaço de escuta e valorização. É tb notória a fragilidade das redes de apoio familiares e comunitárias, o que torna urgente a criação de contextos de pertença e de expressão pessoal. Estas pessoas possuem um rico património imaterial e afetivo, com forte ligação ao bairro e às suas memórias de trabalho e vida comunitária. Mostram interesse em partilhar saberes e experiências, e abertura à criação artística, desde que adaptada ao seu ritmo e capacidades.











O projeto utiliza a arte como meio de escuta, expressão e valorização das vivências da população sénior, promovendo bem-estar, memória coletiva, autoestima e ligação entre gerações, sempre respeitando os seus ritmos e capacidades

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Promover a participação cultural e criativa de pessoas idosas através da realização de oficinas artísticas regulares-teatro, música, expressão e movimento-adaptadas às suas capacidades físicas, cognitivas e sensoriais Visa garantir que a população sénior seja não apenas destinatária, mas protagonista de experiências artísticas significativas, onde a sua voz, corpo e memória são valorizados como matéria-prima criativa. As oficinas, realizadas de forma contínua e em contexto seguro, vão promover o desenvolvimento de competências expressivas, estimular a cognição e a memória afetiva e fomentar o bem-estar emocional e a socialização entre pares Com 1 metodologia centrada na acessibilidade e no respeito pelos ritmos individuais, as atividades serão conduzidas por profissionais das artes com exp em contextos sociais e em envelhecimento ativo. Cada oficina será desenhada para permitir a participação de pessoas com diferentes níveis de mobilidade, literacia e capacidade sensorial, utilizando estratégias como estímulos visuais e sonoros trabalho em pares ou grupos pequenos e técnicas de improvisação adaptada Além do processo artístico, estas oficinas funcionarão como dispositivos de inclusão social e prevenção do isolamento, fortalecendo laços de pertença e gerando novas formas de representação simbólica da história de vida de cada participante. A continuidade das atividades ao longo do projeto e a documentação das práticas permitirão ainda a sua replicação futura pelos técnicos do CSP

Sustentabilidade

A sustentabilidade deste objetivo será garantida pela capacitação de técnicos, criação de materiais pedagógicos duradouros, fortalecimento de parcerias institucionais e o envolvimento da comunidade. O legado do projeto estará, assim, assegurado, permitindo que os idosos possam continuar a ser protagonistas em processos artísticos e participativos, promovendo a inclusão social e o bem-estar de forma sustentável.

Este desenvolvimento aborda as medidas práticas que garantirão a continuidade das atividades criativas e participativas, sustentando o impacto do projeto a longo













prazo.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Promover a inclusão social e prevenir o isolamento dos participantes, criando contextos de encontro, diálogo e criação coletiva que reforcem o sentimento de pertença e o reconhecimento das suas identidades pessoais e comunitárias.

Além do processo artístico, estas oficinas funcionarão como dispositivos de inclusão social e prevenção do isolamento, fortalecendo laços de pertença e gerando novas formas de representação simbólica da história de vida de cada participante. A continuidade das atividades ao longo do projeto e a documentação das práticas permitirão ainda a sua replicação futura pelas equipas técnicas das instituições parceiras.

Sustentabilidade

A sustentabilidade do objetivo específico "Promover a inclusão social e prevenir o isolamento dos participantes" está diretamente vinculada à criação de condições que favoreçam o desenvolvimento de redes de apoio social duradouras e à continuidade de práticas que incentivem a integração dos idosos na comunidade. Este objetivo visa garantir que os participantes se sintam parte de um grupo e tenham acesso contínuo a atividades que promovam a sua inclusão social, ao mesmo tempo que minimizem o risco de isolamento

A inclusão social e a prevenção do isolamento dos idosos será garantida pela criação de um ambiente contínuo de participação, onde os idosos possam se expressar, sentir-se valorizados e conectados com a comunidade. O projeto Raízes Vivas cria um ciclo de interações sociais que vai além das atividades em si, estabelecendo uma cultura de apoio e inclusão que continuará a beneficiar os participantes a longo prazo.

A sustentabilidade deste objetivo específico está intimamente ligada à criação de um ecossistema de apoio contínuo para os idosos, que envolva não apenas as instituições e a família, mas também a comunidade local. Ao integrar as atividades artísticas no cotidiano dos participantes e promover a participação ativa dos idosos, o projeto assegura que a inclusão social seja uma prática permanente e que o risco de isolamento seja minimizado de forma eficaz e duradoura.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Valorizar e preservar a memória individual e coletiva dos bairros de origem dos participantes, através da recolha e transformação de histórias de vida, objetos significativos, músicas e imagens em produtos artísticos com dimensão e reconhecimento público













Este objetivo propõe integrar a vivência pessoal e a memória afetiva dos participantes como conteúdo central do processo criativo. Ao incentivar a partilha de histórias, objetos simbólicos, canções, rituais e práticas do quotidiano, pretende-se transformar o conhecimento vivido em matéria artística, promovendo o sentimento de orgulho e pertença. As oficinas irão incluir momentos de recolha oral, dramatização de memórias, criação de canções autobiográficas ou composição de colagens visuais e sonoras, resultando em conteúdos artísticos que refletem a diversidade, a resiliência e a riqueza cultural dos bairros de origem.

Sustentabilidade

A sustentabilidade deste objetivo está relacionada com a criação de um ambiente onde as histórias e as experiências de vida dos idosos sejam constantemente reconhecidas e integradas no tecido cultural da comunidade. Este objetivo visa garantir que as memórias individuais e coletivas dos participantes não sejam apenas preservadas, mas também compartilhadas, valorizadas e transmitidas para as gerações futuras. A sustentabilidade deste objetivo não se limita à documentação e preservação das memórias, mas também envolve a promoção de uma cultura de respeito e valorização dessas memórias ao longo do tempo com a Criação de Arquivos e Materiais Documentais que registem as histórias,testemunhos,objetos e experiências dos participantes

Estes arquivos incluirão não apenas gravações de áudio e vídeo, mas também transcrições, fotografias, materiais artísticos e outros produtos gerados ao longo das oficinas (como peças teatrais ou músicas). Estes materiais serão preservados e poderão servir como base para futuras atividades ou iniciativas de partilha de conhecimento. Além disso, os arquivos estarão disponíveis e poderão ser em futuros projetos educativos ou culturais, assegurando que as memórias dos idosos sejam utilizadas para promover o reconhecimento da sua história dentro da comunidade A sustentabilidade é garantida pela criação de arquivos duradouros, pelo uso de plataformas digitais com foco na continuidade das práticas culturais e na integração das memórias na comunidade

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Rostos e Traços

Recursos humanos 1 coordenador geral,

1 designer, 1 editor Gráfico 1 fotógrafo,

1 produtor executivo, 1 formador de teatro

1 técnico do Centro Social e Polivalente do Bº Padre Cruz













Local: entidade(s) Sala localizada nas instalações do Centro Social e

Polivalente do B^o Padre Cruz (CSP Padre Cruz) da Santa Casa

da Misericórdia de Lisboa

7075 EUR Valor

Cronograma Mês 1, Mês 2

Periodicidade Semanal

Nº de destinatários 25

Objectivos especificos para que

concorre

1, 2, 3

Actividade 2 Sábios em Cena - Oficinas de Teatro

Recursos humanos 1 Coordenador Geral

1 Formadores de Teatro 1 Produtor Executivo

1 Fotógrafo 1 Diretor Artístico 1 Tecnico CSP

Local: entidade(s) Sala localizada nas instalações do Centro Social e

Polivalente do Bº Padre Cruz (CSP Padre Cruz) da Santa Casa

da Misericórdia de Lisboa

Valor 6525 EUR

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 Semanal

Nº de destinatários 40

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 3 Notas de Ontem e de Agora

1, 2, 3

Recursos humanos 1 Coordenador Geral

1 Formadores de Musica 1 Produtor Executivo

1 Fotografo 1 Diretor Artístico 1 Tecnico CSP

Local: entidade(s) Sala localizada nas instalações do Centro Social e

Polivalente do Bº Padre Cruz (CSP Padre Cruz) da Santa Casa

da Misericórdia de Lisboa











Valor 6525 EUR

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 Semanal

40 Nº de destinatários

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 4 Em Cada Passo, Uma História

1, 2, 3

Recursos humanos 1 Coordenador Geral

> 1 Formadores de Dança 1 Produtor Executivo 1 Fotógrafo 1 Diretor Artístico 1 Tecnico CSP

Local: entidade(s) Sala localizada nas instalações do Centro Social e

Polivalente do Bº Padre Cruz (CSP Padre Cruz) da Santa Casa

da Misericórdia de Lisboa

Valor 6525 EUR

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 Semanal

Nº de destinatários 40

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 5 Impressões e Expressões

1, 2, 3

Recursos humanos 1 Coordenador Geral

1 Designer

1 Produtor Executivo

1 Fotógrafo 1 Camara Video 1 Editor Video 1 Gestor conteúdos 1 Formador Teatro 1 Formador Musica 1 Formador Dança

Centro Social e Polivalente do Bo Padre Cruz (CSP Padre Local: entidade(s)

Cruz) da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa













Valor 12075 EUR

Cronograma Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 65

Objectivos especificos para que

concorre

Actividade 6 Olhares em Cena

1, 2, 3

Recursos humanos 1 Coordenador Geral

1 Tecnico Som 1 Produtor executivo 1 Fotógrafo 1 Camara Video 1 Editor Video 1 Tecnico Luz

1 Diretor Artístico 1 Formador Teatro 1 Formador Musica 1 Formador Dança Técnico CSP

Local: entidade(s) Junta de Freguesia de Carnide

1, 2, 3

Valor 7125 EUR

Cronograma Mês 12

Periodicidade Pontual1

Nº de destinatários 150

Objectivos especificos para que

concorre

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador Geral

שואחטב ן DAIL BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária













Horas realizadas para o projeto 185

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Produtor Executivo Função

Horas realizadas para o projeto 306

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Diretor Artístico

Horas realizadas para o projeto 95

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Formador de Teatro

Horas realizadas para o projeto 129

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Formador de Musica Função

Horas realizadas para o projeto 102

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Formador de Dança Função

Horas realizadas para o projeto 102

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não













Função Designer Gráfico

100 Horas realizadas para o projeto

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Editor Gráfico Função

Horas realizadas para o projeto 25

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Não Morador no bairro do projeto

> Função Fotógrafo

Horas realizadas para o projeto 135

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Operador de Câmara

Horas realizadas para o projeto

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Não Morador no bairro do projeto

> Editor de Vídeo Função

Horas realizadas para o projeto 65

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Função Gestor de Conteúdos

Horas realizadas para o projeto

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não











Função Técnico de Som

Horas realizadas para o projeto 10

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

> Técnico de Luz Função

Horas realizadas para o projeto 10

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Não Morador no bairro do projeto

> Função Técnico do Centro Social Polivalente

Horas realizadas para o projeto 251

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%)

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,

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 150

0

40

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes

Equidade

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













Nº de destinatários com deficiência / doença mental	3
Nº de destinatários mulheres	30
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	40
Nº de destinatários imigrantes	5
	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
N⁰ de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	2
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	3
Nº de vídeos criados	6
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 14650 EUR

Encargos com pessoal externo 19150 EUR

> Deslocações e estadias 1100 EUR

Encargos com informação e publicidade 3250 EUR

Encargos gerais de funcionamento 5700 EUR















Equipamentos 2000 EUR

> Obras 0 EUR

Total 45850 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Companhia da Esquina, Associação Cultural

Valor 45850 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Centro Social e Polivalente do Bº Padre Cruz (CSP Padre

Cruz) da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Tipo de apoio Não financeiro

> Valor 6275 EUR

Descrição O Centro Social Polivalente disponibiliza 1 técnico para

estar presente nas atividades e tem como objetivo: Assegurar a articulação contínua entre o projeto artístico

"A Arte de Envelhecer Com Estilo" e a realidade

institucional dos participantes, garantindo o

acompanhamento individualizado, a segurança e o bem-estar dos idosos durante as atividades, bem como a integração do trabalho desenvolvido no projeto na dinâmica global da

instituição.

A presença do técnico permite :

Apoiar os participantes com necessidades específicas, físicas, cognitivas ou emocionais, durante as sessões;

Facilitar a comunicação entre equipa artística e

instituição, assegurando a coerência entre metodologias de

intervenção e práticas institucionais;

Acompanhar a evolução dos participantes, contribuindo para

a avaliação do impacto do projeto;

Promover a continuidade e sustentabilidade das

aprendizagens, ajudando a integrar práticas de expressão artística no dia a dia da instituição após o término do

projeto.

Paralelamente, o técnico será envolvido num processo formativo informal e contínuo, durante o qual irá adquirir ferramentas e metodologias para o desenvolvimento de atividades artísticas adaptadas ao contexto sénior.

TOTAIS

Total das Actividades 45850 EUR

Total de Outras Fontes de Financiamento 6275 EUR













Total do Projeto 52125 EUR

Total dos Destinatários 360







