

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2015

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 005

Desporto para todos



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

<i>Designação</i>	PROJECTO ALKANTARA - Associação de Luta Contra a Exclusão Social
<i>Designação</i>	Junta de Freguesia de Alcantara
<i>Designação</i>	Junta de Freguesia de Campo de Ourique

### ENTIDADES PARCEIRAS

<i>Designação</i>	GI CLAC-Comissão Local de Acompanhamento e Cooperação
<i>Designação</i>	Intercolectividades do Vale de Alcântara

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

<i>Designação</i>	Desporto para todos
<i>BIP/ZIP em que pretende intervir</i>	3. Qta. Cabrinha / Qta. Loureiro / Av. Ceuta Sul

### Síntese do Projecto

<i>Fase de execução</i>	-----
<i>Fase de sustentabilidade</i>	-----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

<i>Diagnóstico</i>	16 anos após o realojamento, os Bairros do Vale de Alcântara, continuam a ser considerados territórios de intervenção prioritária pois, apesar de algumas mudanças sociais positivas, continuam a concentrar dentro de si problemas sociais graves como o abandono escolar precoce, desemprego, violência(s) doméstica, social, intergeracional, referidos no Diagnóstico do Vale de Alcântara (D.V.A.), (2009) e na Caracterização Sociodemográfica do Cabrinha (2010) e outros. A fragilidade da coesão social condiciona negativamente a vida nos Bairros, o desprezo pelos espaços públicos que são degradados e vandalizados. A degradação das habitações e dos espaços circundantes, e a falta de cuidado na higiene pública, são sintomas de ausência de identidade social e de sentimento de pertença aos Bairros, situação que condiciona a qualidade de vida dos moradores, levando a que muitos exteriorizem que não gostam de viver no Bairro (D.V.A.)
--------------------	--



apontando como causas a violência e a degradação geral, contrariando um passado de forte coesão social vivenciado no ex- Casal Ventoso. Igualmente, a carta do BIPZIP 3, refere que os próprios moradores destacam situações como: a degradação das casas, a higiene urbana, conflitos de vizinhança, questões de marginalidade e de insegurança e a ausência de espaços comunitários nos bairros, à excepção do Cabrinha, que possibilitem qualquer actividade social, física, desportiva, etc dos moradores razões que contribuem para uma fraca coesão social.

*Temática preferencial*

Melhorar a Vida no Bairro

*Destinatários preferenciais*

Comunidade

*Objectivo geral*

Promover a coesão social/sentido de pertença e a saúde física e psicológica da comunidade e, também, o fortalecimento das lideranças formais e informais locais que assegurem a continuação do projecto fomentando, através de actividades físicas e desportivas, o surgimento de um ambiente participativo e de corresponsabilidade na construção de respostas adequadas aos desafios emergentes do território que possibilitem a melhoria da qualidade de vida nos Bairros e que contrariem as percepções e estereótipos negativos da sociedade acerca deste território e dos seus habitantes.

Prevê-se uma alteração significativa nos comportamentos da população dos bairros do Vale de Alcântara através da mobilização pró-activa da "CLAC-Comissão Local de Acompanhamento e Cooperação" e da "Intercolectividades do Vale de Alcântara" (onde imperam colectividades como o Águias Recreativo Clube, o Clube Desportivo Santo António de Lisboa, o Lisboa Futebol Clube e o Sport Clube Montepradense, todas nascidas no ex-Casal Ventoso), grupos informais que nasceram durante a concretização do projecto Vale Cidadania (BipZip 3, 2014), no desenvolvimento de actividades físicas e desportivas, em espaços que permitam a participação de toda a população, na organização e animação de eventos comunitários nos bairros, dois grandes festivais desportivos que promovam a fusão inter-bairros e, ainda, que possibilite a participação solidária da população no apoio a causas nobres promovidas na sociedade.

---

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

*Descrição*

Promover, nos bairros do Cabrinha, Loureiro e Ceuta-Sul, o interesse pelo desporto e pelo exercício físico nas



diferentes faixas etárias como elementos potenciadores de coesão e inclusão sociais, a redução das violências sociais e/ou institucionais, a redução dos estereótipos e da imagem negativa da sociedade; a melhoria da autoestima e da identidade social e residencial/sentimento de pertença; a motivação para intervir e colaborar em campanhas solidárias. Este objectivo enquadra-se na Estratégia Nacional para a Promoção da Actividade Física e Bem-estar prevista pela Direcção Geral da Saúde que pretende reduzir em 10% a prevalência de actividade física insuficiente, travar o aumento de casos de diabetes e obesidade ou diminuir em 25% a prevalência da pressão arterial elevada, criar condições para que os cidadãos reconheçam as vantagens de adotarem comportamentos fisicamente activos. Uma estratégia a desenvolver junto de todos os indivíduos independentemente das suas condições económicas, demográficas ou sociais.

#### **Sustentabilidade**

A sustentabilidade encontra-se assegurada devido ao envolvimento activo da comunidade, a possibilidade de se virem a envolver em iniciativas de angariação de verbas para campanhas solidárias ou outras, a capacitação para a responsabilidade e para a cidadania activa dos indivíduos mais dinâmicos das colectividades e outros líderes locais, através de acções de (in)formação que terão lugar durante toda a intervenção, ficando essa capacidade instalada no território.

A sustentabilidade enquadra diferentes dimensões:  
A dimensão humana, por intermédio da capacitação de facilitadores locais;  
A intervenção junto da comunidade dos bairros sensibilizando-as para a importância da actividade física na prevenção da saúde, na melhoria do espaço público e na construção de identidade residencial saudável;  
A dimensão física, com a introdução de melhorias materiais no espaço público dos bairros, especialmente no bairro do Loureiro com a futura construção de um Polo Desportivo e Social;  
A dimensão organizacional, ao disponibilizar aos dirigentes/líderes e residentes interessados acções de (in)formação teórico/prática para a aquisição de novas competências, especialmente nas novas tecnologias, que os capacitará para a gestão de novos projectos.

A intervenção das Juntas de Freguesia de Alcântara e de Campo de Ourique nos seus territórios; do Projecto Alcantara e no envolvimento da "CLAC" e da "Intercolectividades do Vale de Alcântara", grupos constituídos por moradores dos bairros.

#### **Objetivo Específico de Projeto 2**

*Descrição* -



*Sustentabilidade* -

**Objetivo Específico de Projeto 3**

*Descrição* -

*Sustentabilidade* -

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO**

*Actividade 1* Pela sua saúde, mexa-se

*Descrição*

A atividade física e desportiva é essencial para a saúde e bem-estar quando adequada a todas as faixas etárias, constituem um dos pilares mais importantes para a consolidação/estilo de vida saudável, a par de uma alimentação que também o seja.

A evidência científica disponível demonstram que a prática de atividade física regular e desporto, beneficiam fisicamente, socialmente e mentalmente os praticantes, homens ou mulheres, de todas as idades, incluindo pessoas idosas e/ou indivíduos com algumas incapacidades.

A atividade física continuada e em grupo, promove: o fortalecimento de relações de vizinhança e redes de suporte social informal; melhora a condição física e mental dos moradores; os seus momentos anti-stress tornam os moradores mais ativos e saudáveis; provoca a partilha de saberes; a participação na melhoria do seu bairro; melhora a convivência na rua e aumenta a animação e a vida social nos bairros.

No final da atividade os participantes serão convidados a contribuir para algo que reverta a favor da comunidade (material desportivo, apoio a necessitado ou qualquer outra situação imprevista). Este processo será introduzido lentamente para que não se venha a afastar qualquer participante pelo simples motivo de não entenderem a situação ou porque, não tendo qualquer possibilidade de contribuir, possa vir a ser discriminado por esse facto. Prevê-se a criação de uma comissão de utentes que colabore na organização, planeamento, realização e avaliação da atividade.

*Recursos humanos*

1 Coordenador com a função de programar o plano de intervenção; criar instrumentos de divulgação; garantir as condições de logística para a actividade; articular com as entidades locais e residentes ; criar e aplicar instrumentos de avaliação; disseminar os resultados;

2 Técnicos/animadores: professores de ginástica/dança

1 Técnico para aplicar instrumentos de avaliação;

acompanhar a organização e realização da actividade;

promover a inscrição dos interessados e dar-lhes o devido



acompanhamento durante a actividade;  
1 Dinamizador Comunitário: com a responsabilidade de divulgar e dinamizar iniciativas e promover o envolvimento dos residentes;  
Envolvimento de, pelo menos, 1 elemento de cada instituição promotora e de cada grupo informal, a "CLAC" e a "Intercolectividades do Vale de Alcântara"  
1 Administrativo do Projecto Alcantara  
1 Loja disponibilizada pelas Juntas de Freguesias de Alcântara e de Campo de Ourique

*Local: morada(s)* -

*Local: entidade(s)* -

*Resultados esperados* A medição dos resultados acontecerá através de processos de avaliação (inquéritos; avaliação de indicadores: número de participantes, número de iniciativas), envolvendo no próprio processo os participantes e os grupos informais, com o objectivo de devolver à comunidade os resultados obtidos.

*Valor* 17843.00 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* 100

*Objectivos específicos para que concorre* 1

*Actividade 2* Desporto Portas Abertas

*Descrição* Promover duas iniciativas desportivas inter-bairros no Vale de Alcântara, em colaboração com todas as colectividades da zona vocacionadas para a área do desporto as quais deverão manter, durante dois fim-de-semana, um em Fevereiro e um outro em Julho de 2016, as suas instalações abertas à população, e disponíveis as suas modalidades, para que os interessados as possam experimentar e participar em pequenas simulações e/ou torneios.  
Cada indivíduo poderá no final da actividade, desde que utilize o Passaporte para o Desporto (a distribuir pela organização) nas colectividades aderentes e recolhendo os seus carimbos ou assinaturas dos responsáveis, participar num sorteio para a atribuição de vários prémios. O Passaporte para o Desporto a distribuir a todos os interessados irá conter várias informações tais como: o nome e a história de cada colectividade aderente; a sua morada e os seus contactos; o tipo de modalidades que desenvolvem e o horário dos treinos, etc.  
No final será realizado um festival de demonstração das

diversas modalidades e, sempre que possível, em todas as faixas etárias desde as crianças aos seniores, entre as colectividades aderentes e encerrando com os habituais momentos de confraternização.

**Recursos humanos**

-1 Coordenador, com a função de criar instrumentos de divulgação e avaliação; articular entre as instituições e moradores;

-1 Técnico, com a função de acompanhar o processo, garantir as condições para a realização das iniciativas; aplicar instrumentos de avaliação;

-1 Dinamizador comunitário: com a função de divulgar as iniciativas e promover o envolvimento da comunidade;

-Elementos das entidades parceiras (mínimo de 1 elemento por organização);

- 1 Administrativa

Envolvimento de, pelo menos, 2 elemento de cada instituição promotora e de cada grupo informal, a "CLAC" e a "Intercolectividades do Vale de Alcântara"

**Local: morada(s)**

-

**Local: entidade(s)**

-

**Resultados esperados**

Envolvimento de 150 moradores nos dois momentos do Desporto Portas Abertas;

Envolvimento de 10 moradores na construção, dinamização e avaliação das iniciativas Desporto Portas Abertas;

Melhorar a coesão social;

Melhorar as relações de vizinhança e sentimento de pertença ao território;

Melhoria no sentimento de segurança;

A avaliação dos resultados acontecerá através da medição da participação em cada um dos eventos e a nível da avaliação qualitativa (questionário de satisfação), objectivando-se a futura disseminação dos resultados obtidos.

**Valor** 14543.00 EUR

**Cronograma** Mês 4, Mês 9

**Periodicidade** Pontual

**Nº de destinatários** 150

**Objectivos específicos para que concorre** 1

**Actividade 3** Urban Race

**Descrição**

Prevê-se a realização de uma prova de atletismo onde, pela 1ª vez e ao fim de uma dezena e meia de anos se una simbolicamente a população do ex-Casal Ventoso que foi dividida pelos vários bairros do Vale de Alcântara e outros polos habitacionais, construídos pela CML/Programa

Urban-UE, aquando dos processos de realojamento. Prevê-se a realização de uma vasta promoção do evento que possibilite, através de acções de marketing social junto de bancos, seguradoras, empresas locais, etc., não só recolher verbas que permitam melhorar a URBAN RACE ponto de vista da oferta como, também, e não menos importante, o realce e a projecção do evento, ao ser devidamente divulgado na Comunicação Social.

O evento irá culminar com a realização de um animado piquenique na encosta onde se localizava o antigo bairro do Casal Ventoso.

Esta iniciativa será organizada em paralelo com o restante programa de iniciativas comunitárias que se encontram previstas visando, todas elas, o envolvimento da comunidade nas dinâmicas propostas, na identificação de problemas actuais e a construção e implementação das necessárias soluções colectivas, em parceria quer com as entidades com responsabilidade administrativa sobre o território, as Juntas de Freguesia, quer com as colectividades e/ou outras organizações formais ou informais envolvidas e/ou a envolver.

*Recursos humanos*

1 Coordenador com a função de apoiar a criação e sustentabilidade das iniciativas a criar; facilitar e mediar os contactos entre instituições e possíveis financiadores; criar instrumentos de divulgação; garantir as condições de logística para a atividade; articular com as entidades e moradores; criar e aplicar instrumentos de avaliação; disseminar os resultados;  
 1 Técnico: aplicar instrumentos de avaliação; apoiar e acompanhar a realização dos eventos;  
 1 Dinamizador Comunitário, como factor de mobilização;  
 1 Administrativa;  
 1 Elemento, pelo menos, de cada instituição parceira e instituições promotoras;  
 5 Elementos da "CLAC - Comissão Local de Acompanhamento e Cooperação " e 5 elementos da "Intercolectividades do Vale de Alcântara"

*Local: morada(s)*

-

*Local: entidade(s)*

-

*Resultados esperados*

Envolver cerca de 120 residentes na actividade, entre desportistas e organizadores. Melhoria da motivação e autoestima da população residente nos bairros de realojamento.  
 Melhoria nas condiciones do espaço público.  
 Envolvimento de 10 moradores na preparação/organização e desenvolvimentos de todo o processo

*Valor* 17544.00 EUR

*Cronograma* Mês 11

*Periodicidade* Pontual





*Nº de destinatários* 120  
*Objectivos específicos para que  
concorre* 1

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

**Rede (resultados)**

*Nº de parceiros mobilizados* 1

**Constituição da equipa de projeto**

*Função* Coordenador

*Horas realizadas para o projeto* 1040

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Técnico/a superior p/ acompanhamento psicossocia

*Horas realizadas para o projeto* 2080

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Dinamizador Comunitário

*Horas realizadas para o projeto* 1820

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Sim

*Função* Professor/a de Dança

*Horas realizadas para o projeto* 120

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

*Função* Professor de Ginástica  
*Horas realizadas para o projeto* 120  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Colaboradores ocasional  
*Horas realizadas para o projeto* 110  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Voluntários  
*Horas realizadas para o projeto* 300  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Técnico Projecto Alcantara  
*Horas realizadas para o projeto* 1040  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Administrativo Projecto Alcantara  
*Horas realizadas para o projeto* 520  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Técnico da Junta de Freguesia de Alcântara  
*Horas realizadas para o projeto* 450  
*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira  
*Morador no bairro do projeto* Não



*Função* Técnico da Junta de Freguesia de Campo de Ourique

*Horas realizadas para o projeto* 450

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Colaborador responsável da Comissão Local de Acompanhamento e Cooperação

*Horas realizadas para o projeto* 450

*Tipo de afetação ao BIP/ZIP* Não Financeira

*Morador no bairro do projeto* Não

*Função* Colaborador Responsável da Intercolectividades do Vale de Alcântara

*Horas realizadas para o projeto* 450

*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%)* 2

*Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto* 4

#### Destinatários (Resultados)

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)* 150

*Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 300

*Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* 1

#### Equidade

<i>Nº de destinatários com deficiência / doença mental</i>	0
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	0
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	0
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	0
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	0
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	0

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	0
<i>Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade</i>	0
<i>Nº de intervenções no espaço público</i>	0
<i>Nº de publicações criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de Internet criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	1
<i>Nº de vídeos criados</i>	0
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	2
<i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i>	0

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

<i>Encargos com pessoal interno</i>	22200.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	6300.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	2000.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	2200.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	13230.00 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

*Equipamentos* 4000.00 EUR  
*Obras* 0.00 EUR  
*Total* 49930 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* PROJECTO ALKANTARA - Associação de Luta Contra a Exclusão Social

*Valor* 49930.00 EUR

*Entidade* Junta de Freguesia de Alcantara

*Valor* 0.00 EUR

*Entidade* Junta de Freguesia de Campo de Ourique

*Valor* 0.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Projecto Alkantara

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 7000.00 EUR

*Descrição* Verba relativa ao número de horas dos técnicos afectos ao projecto como: Técnicos especialistas, Administrativa, Contabilista, Presença e deslocações de representantes da instituição para reuniões e actividades: Cedência de 1 sala durante 12 meses; Outras despesas inerentes ao funcionamento do projecto como: Computadores, Data show, Telas para apresentações, etc.

*Entidade* Junta de Feguesia de Alcântara

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 8000.00 EUR

*Descrição* Verba relativa ao número de horas de presença e deslocações dos técnicos afectos ao projecto, espaços e equipamentos para reuniões, polidesportivo na Quinta da Cabrinha e outros materiais consideradas necessários (ex:Lanches e Convívios) para envolvimento da população e para a execução das actividades nas áreas das suas competências e da sua jurisdição.

*Entidade* Junta de Freguesia de Campo de Ourique

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 8000.00 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

**Descrição** Verba relativa ao número de horas de presença e deslocações dos técnicos afectos ao projecto, espaços e equipamentos para reuniões, outros materiais considerados necessários (ex: Lanches e Convívios) para envolvimento da população e para a execução das actividades nas áreas das suas competências e da sua jurisdição.

**Entidade** Comissão Local de Acompanhamento e Cooperação

**Tipo de apoio** Não financeiro

**Valor** 2000.00 EUR

**Descrição** Verba relativa ao número de horas dos responsáveis da instituição para a reuniões de parceria, participação nas actividades e mobilização da comunidade

**Entidade** Intercolectividades do Vale de Alcântara

**Tipo de apoio** Não financeiro

**Valor** 2000.00 EUR

**Descrição** Verba relativa ao número de horas dos responsáveis da instituição para a reuniões de parceria, participação nas actividades e mobilização da comunidade

**TOTAIS**

*Total das Actividades* 49930 EUR

*Total de Outras Fontes de Financiamento* 49930 EUR

*Total do Projeto* 76930 EUR

*Total dos Destinatários* 370

