

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2017

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 088

Capacitar



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 Nuclisol Jean Piaget

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Aventura Social, Associação

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação Capacitar

BIP/ZIP em que pretende intervir 21. Galinheiras - a) Ameixoeira b) Charneca
30. Condado

Síntese do Projecto

Fase de execução Intervenção na área da saúde mental e de promoção de competências pessoais, sociais e estilos de vida saudáveis dirigido a um público alvo intergeracional (dos 5 aos 85 anos). execução através de 3 tipos de atividades: apoio psicológico e social; gabinete de apoio à comunidade (ocupação tempos livres) e workshops práticos: fotografia, yoga, culinária, espaço de costura.

Fase de sustentabilidade através das parcerias desenvolvidas e dos produtos resultantes dos workshops práticos, que se pretende que com a sua venda se adquiram cabazes alimentares para os participantes do projeto.

DESCRIÇÃO DO PROJECTO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico No diagnóstico social de Partida da UDIP Marvila/SCML é identificada como prioridade de intervenção a área da infância, juventude e famílias, reconhecendo-se a necessidade de potenciar a intervenção ao nível da prevenção do perigo e das competências pessoais, sociais e saúde mental. A rede social de Lisboa tem, inclusive, um grupo de trabalho na área da infância e famílias, por considerar fundamental incidir nesta área a sua intervenção. 14 Comissões sociais de freguesia de Lisboa têm integrado, no seu plano de atividades, a necessidade de serem desenvolvidas ações e projetos no âmbito da promoção de competências pessoais e sociais e o diagnóstico social identifica claramente como área de vulnerabilidade social a

saúde mental.

Trata-se de um território sem respostas gratuitas na área da saúde mental, sendo que de um projeto piloto que a Nuclisol desenvolveu no último ano acompanhamos 100 utentes e temos uma lista de espera de 273 situações para acompanhamento psicológico. O objetivo é promover um acompanhamento integrado que trabalhe não somente a área da saúde mental mas também a promoção de competências sociais e pessoais e a salutar ocupação dos tempos livres destas pessoas, promovendo-se um espaço intergeracional onde a comunidade possa conviver como um todo, evitando-se maior segregação de grupos alvo.

Temática preferencial

Inclusão e Prevenção

Destinatários preferenciais

Comunidade

Objectivo geral

Intervenção na área da saúde mental e de promoção de competências pessoais e sociais e de estilos de vida saudável dirigida a um grupo intergeracional: população infantil - dos 5 aos 13 anos, jovens (dos 14 aos 34 anos), adultos (+ de 35 anos) e idosos (+ de 65) em situação de vulnerabilidade social, residentes na freguesia de Marvila ou área geográfica circundante.

O projeto pretende atuar em dois eixos principais: na prevenção primária desenvolvendo-se a intervenção através da promoção da saúde mental e de competências pessoais e sociais, através de um serviço de apoio psico social, gratuito à população.

Um segundo eixo, de prevenção secundária para a promoção de estilos de vida saudáveis junto da população com comportamentos de risco ou pouco saudáveis (dependências, delitos, abandono e absentismo escolar, entre outros), através de intervenções individuais e de grupo, tendo por base a abordagem ecológica envolvendo assim, os intervenientes no desenho da ação e atuando nos vários contextos (escola/instituições e comunidade) numa perspetiva intergeracional. Pretende-se assim promover um acompanhamento integrado que trabalhe não somente a área da saúde mental mas também a promoção de competências sociais e pessoais e a salutar ocupação dos tempos livres do publico alvo (comunidade de Marvila e das Galinheiras, entre os 5 e os 85 anos de idade), promovendo-se um espaço intergeracional onde a comunidade possa conviver como um todo, evitando-se maior segregação de grupos alvo. Trata-se de territórios sem respostas gratuitas na área da saúde mental, sendo que de um projeto piloto que a Nuclisol desenvolveu no último ano acompanhamos 100 utentes e temos uma lista de espera de 273 situações para acompanhamento psicológico, intervenção essencial para se dinamizar outras ações, como as de carater empreendedor.

Objetivos Específicos de Projeto

Descrição

• Potenciar acompanhamento psicológico adequado e gratuito à população de Marvila que apresente vulnerabilidade social; realizado através da avaliação Psicológica na utilização de meios e técnicas que avaliam e descrevem o funcionamento psíquico da pessoa; Acompanhamento Psicológico com vista à melhoria da sensação de bem-estar, alívio de sintomas ou resolução de crises; terapia de Apoio no estabelecimento de um processo que permite à pessoa chegar a uma compreensão mais profunda de si; Neurodesenvolvimento e Neuroreabilitação na promoção e/ou reabilitação de competências mnésicas (memória) e cognitivas (exercício mental) em crianças com necessidades educativas especiais ou com problemas de comportamento; Aconselhamento Parental e Familiar com vista ao aconselhamento no contexto relacional da família, fornece estratégias e métodos facilitadores; e um espaço de saúde física na promoção de atividades desportivas.

Sustentabilidade

assegurada pela capacitação dos indivíduos e identificação de mentores comunitários. A promoção de competências pessoais permitirá aos indivíduos uma maior estruturação pessoal. As parcerias tornam-se essenciais para a prossecução e sustentabilidade deste objetivo, concretamente a parceria informal com a universidade Lusíada de Lisboa que assegurará estagiários de mestrado em psicologia para apoiar no gabinete.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

• Promover atividades, intergeracionais, de promoção do bem-estar;
• Promover competências pessoais e sociais;
• Potenciar momentos de convívio e lazer intergeracionais;

Sustentabilidade

desenvolvimento de relações de pares, de amizade e de laços comunitários que potenciem redes de apoio e entreaajuda.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

• Desenvolver atelier/workshops na área da capacitação e empreendedorismo;

Sustentabilidade

Capacitação dos participantes para desenvolverem actividades de ocupação dos tempos livres com base nos seus saberes (ex: culinária, bordados, pintura, costura) e promoção da sua auto estima para virem a prestar serviços nestas áreas. através do projeto iremos garantir um espaço de venda/feira de produtos produzidos nos atelier cujo verba será destinada à obtenção de cabazes alimentares para distribuir pelos participantes mais carenciados.



Actividade 1 Apoio psicológico e social

Descrição

Avaliação Psicológica na utilização de meios e técnicas que avaliam e descrevem o funcionamento psíquico da pessoa; Acompanhamento Psicológico com vista à melhoria da sensação de bem-estar, alívio de sintomas ou resolução de crises; terapia de Apoio no estabelecimento de um processo que permite à pessoa chegar a uma compreensão mais profunda de si; Neurodesenvolvimento e Neuroreabilitação na promoção e/ou reabilitação de competências mnésicas (memória) e cognitivas (exercício mental) em crianças com necessidades educativas especiais ou com problemas de comportamento; Aconselhamento Parental e Familiar com vista ao aconselhamento no contexto relacional da família, fornece estratégias e métodos facilitadores; e um espaço de saúde física na promoção de atividades desportivas. Apoio social no âmbito do atendimento, encaminhamento de situações, articulação inter serviço e desenvolvimento de programas de competências pessoais. Orientação vocacional para jovens (prevenção do abandono escolar ou desocupação profissional/formativa/ocupacional) Apoio no reingresso no contexto escolar; Encaminhamento para uma opção de ensino profissionalizante ou uma primeira experiência laboral; Apoio à procura de emprego: elaboração de CV, estratégias para entrevistas de emprego (vestuário, discurso, linguagem corporal, etc.)

Recursos humanos 1 psicólogo e 1 assistente social

Local: morada(s) UDi NucliSol Bairro Condado e das galinheiras

Local: entidade(s) NucliSol e Aventura Social

Resultados esperados Capacitação pessoal e social de 300 indivíduos, sinalizados pelos parceiros informais: junta de freguesia de Marvila e de Santa Clara, SCML, Agrupamento de Escolas D. Dinis e 2+ 3 de Marvila, EPAR, CERCIS Lisboa, entre outros.

Valor 17500.00 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 300

Objectivos específicos para que concorre 1, 2

Actividade 2 Gabinete de apoio à comunidade

Descrição

O Gabinete será um espaço aberto à comunidade, onde se disponibilizará apoio técnico ao nível psicossocial, de ocupação de tempos livres através da promoção de atividades



intergeracionais, desenvolvimento de workshops de promoção de competências pessoais e sociais (costura, desenho, culinária, teatro, entre outras).

Pretende oferecer-se um serviço de proximidade com a comunidade, na resolução e apoio às necessidades e problemas apresentados ao nível da manutenção dos apoios sociais, exercício da cidadania, estilos de vida saudáveis, estabilidade emocional e psicológica das crianças, jovens, adultos e idosos da comunidade.

Espaço lazer onde toda a comunidade pode descobrir e cultivar interesses pessoais, interagir e conviver. Zona Multimédia com acesso à internet e desenvolvimento de jogos diversos

Será implementado um programa de promoção de competências de vida transversais (competências pessoais, sociais e estilos de vida saudáveis), que abordará os seguintes temas:

- Comunicação Interpessoal
- Treino da assertividade
- Resolução de conflitos
- Autoconhecimento
- Gestão emocional
- Violência
- Consumo de substâncias
- Obesidade e sedentarismo
- Comportamentos sexuais de risco
- Expectativas futuras/envolvimento académico
- Gestão de stress
- Cidadania
- Exclusão social etc.

| | |
|---|--|
| <i>Recursos humanos</i> | 1 psicólogo, 1 assistente social, 1 tecnico educação social |
| <i>Local: morada(s)</i> | UDI NucliSol Bairro Condado e das Galinheiras |
| <i>Local: entidade(s)</i> | NucliSol Jean Piaget |
| <i>Resultados esperados</i> | Capacitação dos participantes através da promoção de competencias pessoais de auto eficácia, autonomia, auto regulação, auto motivação. Elaboração de livro que congrega histórias de vida e de manual de boas práticas relacionado com os temas abordados (gestão de stress, cidadnia, entre outros). |
| <i>Valor</i> | 17000.00 EUR |
| <i>Cronograma</i> | Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12 |
| <i>Periodicidade</i> | Semanal |
| <i>Nº de destinatários</i> | 300 |
| <i>Objectivos especificos para que concorre</i> | 1, 2, 3 |

| | |
|---|--|
| Actividade 3 | workshops práticos |
| Descrição | <p>Através de informação recolhida junto dos utentes da Cantina Social e da comunidade em geral, constatou-se o interesse por parte dos mesmos, em desenvolver atividades que promovessem as suas competências e interesses. Também tendo como objetivo promover a inclusão social dos utentes apoiados pela instituição, surgiu a proposta de realizar workshops de trabalhos manuais como por exemplo: costura, bricolage, pintura, jardinagem, culinária, informática, fotografia, entre outros.</p> <p>As competências sociais são atributos pessoais que facilitam a interação social e permitem ao indivíduo ser capaz de desenvolver condições para responder de forma adequada e ajustada aos estímulos e desafios que a vida lhe coloca.</p> <p>Espera-se que, com estes workshops, seja possível combater o sedentarismo observado na comunidade e, também, o isolamento de diversos indivíduos, principalmente da faixa etária acima dos 60 anos.</p> |
| Recursos humanos | 1 assistente social, 1 psicólogo e 1 técnico de educação social |
| Local: morada(s) | UDIs NucliSol Bairro Condado e Galinheiras |
| Local: entidade(s) | NucliSol Jean Piaget |
| Resultados esperados | promoção de competências técnicas e de capacitação pessoal, assim como incentivo ao empreendedorismo e desenvolvimento de micro negócios. |
| Valor | 15100.00 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 | 150 |
| Objectivos específicos para que concorre | 1, 2, 3 |

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 5

Constituição da equipa de projeto



Função Coordenador projeto
Horas realizadas para o projeto 2800
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Psicóloga
Horas realizadas para o projeto 3400
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Assistente social
Horas realizadas para o projeto 3400
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Educador social
Horas realizadas para o projeto 2800
Tipo de afetação ao BIP/ZIP 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 1

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 300

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 500

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 10

Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 250

Nº de destinatários mulheres 250

Nº de destinatários desempregados 250

Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 200

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) 200

Nº de destinatários imigrantes 10

Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

Nº de produtos concebidos para venda / demonstração 12

Nº de intervenções em edifício para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade 4

Nº de intervenções no espaço público 6

Nº de publicações criadas 2

Nº de páginas de Internet criadas 0

Nº de páginas de facebook criadas 1

Nº de vídeos criados 1

Nº de artigos publicados em jornais / revistas 2

Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros) 0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

Financiamento BIP/ZIP solicitado



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

| | |
|--|--------------|
| <i>Encargos com pessoal interno</i> | 43000.00 EUR |
| <i>Encargos com pessoal externo</i> | 2750.00 EUR |
| <i>Deslocações e estadias</i> | 0.00 EUR |
| <i>Encargos com informação e publicidade</i> | 1450.00 EUR |
| <i>Encargos gerais de funcionamento</i> | 1200.00 EUR |
| <i>Equipamentos</i> | 1200.00 EUR |
| <i>Obras</i> | 0.00 EUR |
| <i>Total</i> | 49600 EUR |

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

| | |
|-----------------|----------------------|
| <i>Entidade</i> | Nuclisol Jean Piaget |
| <i>Valor</i> | 49600.00 EUR |

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

| | |
|----------------------|--|
| <i>Entidade</i> | NucliSol |
| <i>Tipo de apoio</i> | Financeiro |
| <i>Valor</i> | 5000.00 EUR |
| <i>Descrição</i> | encargos com administrativo e limpeza do espaço. |

TOTAIS

| | |
|--|-----------|
| <i>Total das Actividades</i> | 49600 EUR |
| <i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i> | 49600 EUR |
| <i>Total do Projeto</i> | 54600 EUR |
| <i>Total dos Destinatários</i> | 750 |

