

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2013

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 071

Academia Para Todos da Horta Nova



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* WAKESEED - Sustentabilidade e Desenvolvimento Pessoal e Comunitário

**ENTIDADES PARCEIRAS**

*Designação* Associação Cultural Ginga Brasil Capoeira

*Designação* Faculdade de Economia da UNL

*Designação* Mãos do Mundo - Associação Juvenil

---

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO**

*Designação* Academia Para Todos da Horta Nova

*BIP/ZIP em que pretende intervir* 19. Horta Nova

**Síntese do Projecto**

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

**DESCRIÇÃO DO PROJECTO**

**Objetivo Geral de Projeto**

*Diagnóstico* O aumento de desemprego associados à baixa escolaridade, ao insucesso escolar ou abandono precoce da escola tem como consequência à desocupação de jovens e adultos e a exclusão social, arrastando estas faixas da população para a toxicodependência, alcoolismo, marginalidade e gerando doenças do foro psíquico. Acresce a este quadro, motivada pela recessão económica do país, o aumento do desequilíbrio socioeconómico das famílias e o desajuste psicossocial de crianças, jovens, adultos e idosos, nesse âmbito a WAKESEED e seus parceiros têm por objetivo criar e dinamizar uma nova valência comunitária no Bairro da Horta Nova de desenvolvimento pessoal, apoio às carências educativas da comunidade e capacitando para o empreendedorismo do cidadão: uma academia aberta de troca de conhecimento, saberes e promoção de hábitos de saúde e equilíbrio pessoal.

*Temática preferencial* Promover Competências e Empreendedorismo



*Destinatários preferenciais*

Grupos vulneráveis

*Objectivo geral*

O projeto pretende contribuir para aumentar a inclusão social e a cidadania ativa individual e coletiva do Bairro da Horta Nova através de uma academia aberta, inclusiva e multidisciplinar, ponto de encontro, gerador de dinâmicas comunitárias, com a participação de crianças, jovens, adultos e idosos e que se transforme numa referência da comunidade.

Na academia irão realizar-se regularmente atividades educativas, de empreendedorismo, promoção de bem-estar físico e emocional e socioculturais, onde o foco é a metodologia inovadora e a adaptação à realidade da população, através da aplicação de metodologias ativas, vivenciais e baseadas na idade, cultura e experiência de vida dos residentes, num formato transversal a todas as faixas etárias da comunidade.

A prossecução deste objetivo geral do projeto está alinhado com as diretivas da UNESCO - Education for all", da OCDE relativas a "à inclusão social, a contextos de educação não formal e promoção de educação de adultos ao longo da vida." e dos objetivos gerais de 2013 - Ano Europeu do Cidadão.

---

**Objetivos Específicos de Projeto**

**Objetivo Específico de Projeto 1**

*Descrição*

Criação de uma nova valência ao serviço da comunidade e à coesão social no Bairro da Horta Nova, um espaço comunitário onde se protagoniza a ação de uma cidadania ativa através da educação e capacitação em "cidadania e literacia financeira", "educação ambiental e horticultura", "Desenvolvimento e equilíbrio pessoal", "Atividades socioculturais em grupo", "Apoio escolar" e "Promoção de bem-estar e saúde"

Serão realizadas as atividades semanais ou ocasionais pelos diferentes parceiros em diálogo com comunidade e recorrendo ao apoio das instituições locais - tais como a APOD - Associação para o Desenvolvimento da Horta Nova, Grupo Comunitário da Horta Nova, Junta de Freguesia de Carnide e restantes parceiros de projeto.

*Sustentabilidade*

As sessões a realizar terão uma periodicidade regular - semanalmente ou ocasional - e os temas e horários serão alternados e adaptados à realidade e prioridades locais. As instituições parceiras comprometem-se a, através de protocolo de cooperação a assinar com a WAKESEED, a assegurar o funcionamento de todos os serviços de apoio à



comunidades a criar no âmbito deste projeto, pelo menos, até ao final de 2015.

### Objetivo Específico de Projeto 2

*Descrição*

Desenvolver e capacitar na população competências de resiliência pessoal e social, empreendedorismo e de ocupação profissional e tempos livres gerando dinâmicas positivas para o indivíduo e sua relação com a comunidade; promoção de práticas saudáveis de bem-estar; desenvolvimento de atividades socioculturais que evitem o isolamento e a marginalidade e de educação ao longo da vida em registos não formais e vivenciais. Apoio escolar à população do ensino básico e secundário e encaminhamento para outra vias de ensino alternativo quando perante situações de desistência ou abandono escolar.

*Sustentabilidade*

As sessões a realizar terão uma periodicidade regular - semanalmente - e os temas e horários serão alternados e adaptados à realidade e prioridades locais. As instituições parceiras comprometem-se a, através de protocolo de cooperação a assinar com a WAKESEED, a assegurar o funcionamento de todos os serviços de apoio à comunidades a criar no âmbito deste projeto, pelo menos, até ao final de 2015.

### Objetivo Específico de Projeto 3

*Descrição*

-

*Sustentabilidade*

-

---

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

*Actividade 1*

Apresentação pública do projeto

*Descrição*

Apresentação aos técnicos da Junta de Freguesia de Carnide, Grupo Comunitário da Horta Nova e outras instituições locais e residentes no Bairro da Horta Nova.

*Recursos humanos*

3 membros fundadores da WAKESEED  
1 Jovem líder do Bairro da Horta Nova  
1 representante do Ginga Brasil  
1 representante das Mãos do Mundo  
1 da Faculdade de Economia da Universidade Nova de Lisboa



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	Envolvimento e participação de pelo menos 25 pessoas
<i>Valor</i>	650 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1
<i>Periodicidade</i>	Pontual1, no início do projeto
<i>Nº de destinatários</i>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 2</b>	Horta para tudo e para todos!
<i>Descrição</i>	Sessões em grupo de 3 horas cada, para crianças sobre educação ambiental e para adultos sobre criação de hortas sustentáveis em pequenos espaços. Criação de 2 hortas pedagógicas e sensoriais, uma Jardim de Infância do Bairro da Horta Nova e outra na EBI Prista Monteiro
<i>Recursos humanos</i>	2 monitores com formação e experiência nacional e internacional em horticultura biológica e permacultura da Wakeseed
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<b>Resultados esperados</b>	Envolvimento e participação de pelo menos 120 crianças, agentes educativos ou moradores do Bairro da Horta Nova.
<i>Valor</i>	9320 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Pontual10
<i>Nº de destinatários</i>	120
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 3</b>	Todos nós somos Horta Nova!
<i>Descrição</i>	Sessões em grupo de 3 horas cada, adaptadas a diversas faixas etárias e subordinadas a diversos temas relacionados com democracia, cidadania direitos e deveres, literacia



financeira, consumo, gestão de orçamento familiar, poupança, crédito, apoio ao empreendedorismo e a atividades económicas geradores de rendimento ou partilha de recursos, ambiente e desenvolvimento sustentável, promoção relações intergeracionais, cuidados de saúde e alimentação, dinamização do comércio local, permacultura urbana e reciclagem criativa.

**Recursos humanos** 1 formadora acreditada pelo IEFP com conhecimentos de gestão, ambiente, marketing, responsabilidade social, higiene e segurança no trabalho, permacultura e desenvolvimento sustentável, da Wakeseed.

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados** Envolvimento e participação de pelo menos 150 pessoas

**Valor** 9000 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9

**Periodicidade** Semanal

**Nº de destinatários** 150

**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2

**Actividade 4** Mentem sãs e corpos sãos

**Descrição** Fortalecer os recursos internos da pessoa e promover o equilíbrio emocional e físico através do ensino e desenvolvimento de soft skills, inteligência emocional, técnicas de auto conhecimento, relaxamento e concentração.

**Recursos humanos** 1 formador acreditado pelo IEFP e Coach da Wakeseed  
1 monitor da Wakeseed

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados** Difundir valores sociais baseados no espírito de entreatajuda e de sustentabilidade; criar efeitos em cadeia.

**Valor** 9800 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9

**Periodicidade** Semanal

<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 5</b>	Horta Nova em movimento!
<i>Descrição</i>	Atividades socioculturais de dança e expressão corporal - Hip Hop, Rap, dança cigana, dança criativa, batuke e capoeira - que visam fomentar a coesão social, o multiculturalismo e a expressão de sentimentos pela música, letras e pelo movimento.
<i>Recursos humanos</i>	1 jovem líder da Horta Nova 2 monitores da Ginga Brasil 2 monitor das Mãos do Mundo
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Envolvimento e participação de pelo menos 80 pessoas.
<i>Valor</i>	7100 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	80
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<b>Actividade 6</b>	TPC Horta Nova
<i>Descrição</i>	Apoio escolar aos jovens estudantes do ensino básico e secundário do Bairro da Horta Nova
<i>Recursos humanos</i>	24 voluntários da Faculdade de Economia da Universidade Nova de Lisboa. 1 membro da Wakeseed.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Melhoria dos resultados escolares, evitar o abandono precoce da escola, detecção de casos de carência, violência, bulling e outras e encaminhamento para outros profissionais. Aconselhamento sobre alternativas de ensino



	ao nível do ensino básico, secundário, pós-secundário e universitário.
<i>Valor</i>	1750 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	70
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 7</i>	Clínica Social da Horta Nova
<i>Descrição</i>	Criação de uma clínica social e facultar à comunidade da Horta Nova, de forma gratuita, a prevenção e manutenção da saúde e bem-estar individual, com recurso a práticas de saúde complementares não invasivas, como a massagem, acupuntura, fisioterapia e terapias de harmonização energética corporal. Deteção de problemas de saúde que serão encaminhados para o médico de família ou outros meios clínicos especializados
<i>Recursos humanos</i>	4 terapeutas de terapias complementares, a destacar pela Wakeseed.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Melhorar o estado geral de saúde da população com recurso a terapias complementares, conselhos sobre alimentação saudável, exercício regular adequado e estilos de vida saudáveis.
<i>Valor</i>	9100 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	100
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 8</i>	Academia Para Todos da Horta Nova
<i>Descrição</i>	Criação de página no facebook, aberta à comunidade, onde



será divulgada a informação, fotos e videos sobre as atividades da academia e permitindo a colocação de opiniões, sugestões e informações sobre o Bairro da Horta Nova.

<i>Recursos humanos</i>	4 Membros da Wakeseed
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Dar a conhecer a academia e suas atividades, envolver a comunidade num projeto que é transversal à própria comunidade, aumentar a taxa de participação nas atividades, partilhar e incentivar a participação de mais pessoas.
<i>Valor</i>	1250 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	400
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2
<i>Actividade 9</i>	Reuniões mensais de coordenação
<i>Descrição</i>	Reuniões mensais de coordenação e avaliação de atividades como os parceiros, as entidades locais e representante dos residentes do Bairro da Horta Nova.
<i>Recursos humanos</i>	2 membros da WAKESEED 1 Jovem líder do Bairro da Horta Nova 1 representante do Ginga Brasil 1 representante das Mãos do Mundo 1 da Faculdade de Economia da Universidade Nova de Lisboa 1 a 2 técnicos da Junta de Freguesia 1 representante da APOD - Associação para o Desenvolvimento da Horta Nova Representantes do Grupo Comunitário do Bairro da Horta Nova.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	Coordenar, avaliar e monitorizar a execução das atividades do projeto e atempadamente realizar as medidas correctivas ao mesmo.

<i>Valor</i>	1250 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	25
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

**Rede (resultados)**

*Nº de parceiros mobilizados* -----

**Constituição da equipa de projeto**

**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, lúdicas)* -----

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

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

**Equidade**

*Nº de destinatários com deficiência / doença mental* -----

*Nº de destinatários mulheres* -----



Nº de destinatários desempregados -----  
 Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) -----  
 Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) -----  
 Nº de destinatários imigrantes -----

**Produtos/Elementos tangíveis da intervenção**

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

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

*Encargos com pessoal interno* 22270 EUR  
*Encargos com pessoal externo* 5000 EUR  
*Deslocações e estadias* 0 EUR  
*Encargos com informação e publicidade* 2350 EUR  
*Encargos gerais de funcionamento* 9000 EUR  
*Equipamentos* 10600 EUR  
*Obras* 0 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

*Total* 49220 EUR

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* WAKESEED - Sustentabilidade e Desenvolvimento Pessoal e Comunitário

*Valor* 49220 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Junta de Freguesia de Carnide

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 13760 EUR

*Descrição* a) 1 gabinete de trabalho com acesso à internet e telefone, 30 meses x 150€ = 4500€  
b) 8 horas de utilização de espaço de alta capacidade x 30€ 240€  
c) utilização de espaços: 902 horas x 10€ = 9020€

*Entidade* Faculdade de Economia da Universidade Nova

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 6720 EUR

*Descrição* a) 24 horas mensais x 24 meses = 576 horas de apoio escolar x 5€ = 2880€  
b) Coordenação de voluntários: 1 técnico x 4 horas semanais a 10€ hora= 40€ por semana x 96 semanas= 3840€

*Entidade* Associação Cultural Ginga Brasil Capoeira

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 3000 EUR

*Descrição* 1 elemento afeto ao projeto, 20 horas por mês x 30 meses x 5€ hora

*Entidade* Mãos do Mundo - Associação Juvenil

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 3000 EUR

*Descrição* 1 elemento afeto ao projeto, 20 horas por mês x 30 meses x 5€ hora

**TOTAIS**



<i>Total das Actividades</i>	49220 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	26480 EUR
<i>Total do Projeto</i>	75700 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	1125

