

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2020

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 060

Projecto Germinar



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 Associação para a Valorização Ambiental da Alta de Lisboa

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Associação de Residentes de Telheiras - ART

Designação ARAL-Associação de Residentes do Alto do Lumiar

Designação CLIP - Recursos e Desenvolvimento

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação Projecto Germinar

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

66. Charneca do Lumiar

67. Alta de Lisboa Centro

Síntese do Projecto

Fase de execução Este projecto pretende dar resposta ao problema alimentação e má nutrição, problema sentido pela comunidade e que têm aumentado como uma consequência colateral do Covid-19
Por

outro lado, procura sensibilizar a comunidade local para estas questões, envolvendo-a de forma prática promovendo sessões e workshops na área da sustentabilidade, economia circular e alimentação; promovendo assim, uma lógica de solidariedade e de partilha assente numa maior responsabilidade social.

Fase de sustentabilidade

O financiamento BIP/ZIP permite alavancar o projecto numa primeira fase, na medida em que permite que os esforços da equipa se concentrem no projecto em questão.
Após esta primeira fase de ignição, a sustentabilidade do projecto terá como medida uma comunidade mais unida, com a uma maior noção da importância do espírito da comunidade. O PAAL será mais conhecido e visto como um equipamento que pode oferecer respostas às necessidades da população.

DESCRIÇÃO DO PROJECTO

Objetivo Geral de Projeto



Diagnóstico

A Alta de Lisboa, segundo o Diagnóstico Social de Lisboa enfrenta uma série de dificuldades. As informações patentes neste estudo confirmam os desafios que estas populações enfrentam, onde a taxa de desemprego ronda os 30% e dos que trabalham uma boa percentagem, 32,66%, têm empregos não qualificados. Acresce, ainda, a população que necessita receber apoios, tais como o RSI ou o CSI, para conseguirem sobreviver, cerca de 20%.

Este projecto assume-se como uma resposta aos problemas sentidos na comunidade devido à pandemia Covid-19. Este vírus, para além dos problemas de saúde a ele associados, acabou por trazer grandes problemas económicos e sociais ao país. Pôs a nu as diferenças sociais, aumentou o desemprego e a fome. A crise económica que já se faz sentir junto da comunidade fez com que os problemas sociais aumentassem, sendo que queremos dar mais enfoque à questão da alimentação e nutrição por considerarmos que podemos ser agentes facilitadores no combate a este problema que afecta tantas famílias na Alta de Lisboa.

Deste modo, a vontade de partilhar os seus excedentes sentida pelos hortelões do PAAL para combater a carência alimentar sentida no território foi o grande impulsionador deste projecto!

Temática preferencial

Melhorar a Vida no Bairro

Destinatários preferenciais

Grupos vulneráveis

Objectivo geral

O Projecto Germinar pretende reforçar a imagem do Parque Agrícola da Alta de Lisboa como uma resposta à comunidade, mais especificamente aos desafios sentidos na presente situação do Covid-19.

O Covid-19, para além dos problemas de saúde, arrastou uma grande parte da população para situações de desemprego e conseqüente pobreza. A AVAAL propõe que sejam feitos cabazes com os excedentes do PAAL para que possam ajudar, de alguma forma, a quem deles necessita. Por outro lado, tendo por base esta dinâmica e o pensamento sustentável e ecologista subjacente à produção hortícola comunitária, a Avaal pretende promover formações sobre alimentação e organização da dispensa, reutilização e sistema de trocas, promovendo uma lógica de economia circular entre os utilizadores do parque e a comunidade.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1



Descrição Promover uma lógica de solidariedade e de partilha entre os hortelões e a comunidade envolvente, de forma a contribuir para o desafio emergente das dificuldades alimentares sentidas na comunidade no contexto do Covid-19.

A pandemia que assolou Portugal e o Mundo em 2020, o Covid-19, teve consequências económicas no país. Muitas pessoas foram despedidas, muitos viram os seus ordenados reduzidos a metade ou mais. As crianças foram obrigadas a ter aulas em casa e o que levou alguns dos progenitores a terem de ficar com elas e apenas um ordenado não chega para todas as despesas. Desta forma, desde que começou o Covid-19 os pedidos de ajuda alimentar têm-se multiplicado e o Parque Agrícola da Alta de Lisboa propõem-se a ser uma ajuda a esta situação.

Sustentabilidade O mais importante para a sustentabilidade deste projecto são as relações criadas entre os hortelões entre si e com a comunidade. Estas relações, numa altura em que o mundo se uniu contra um mal comum, trabalhar com a sociedade o espírito de entreaajuda e de solidariedade que sejam consistentes e se mantenham!

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição Sensibilizar a comunidade para a economia circular e sustentabilidade. Deste modo, pretendemos alertar a comunidade para alternativas mais sustentáveis quer do ponto de vista da reutilização de recursos, quer de uma economia doméstica e alimentar mais eficaz. Propomos a realização de um ciclo de formações que ajudem a comunidade a perceber melhor estes conceitos, fazendo feiras de trocas, e percebendo que estas, para além de ajudarem economicamente, mas tirando o preconceito da pobreza, muitas vezes sentido, não só ajudam no ambiente e na sustentabilidade, mas também podem ser importantes para uma maior economia caseira.

A AVAal pode assumir um papel de ajuda aos desafios que o Covid-19 nos apresenta, como a alimentação assumindo um papel de orientação do que se pode cozinhar com menos dinheiro e daquilo que se tira da horta.

Sustentabilidade Sensibilizar a população para alternativas mais sustentáveis, como resultado de uma utilização responsável dos recursos, através de materiais reutilizáveis e recicláveis. À medida que a comunidade ultrapasse esta crise o PAAL terá o seu retorno, uma comunidade feliz e saudável! A promoção do projecto e da dinâmica comunitária local será facilitada por uma maior abertura a que mais camadas da população conheçam o Parque e tenham acesso a actividades de sensibilização e consciência ambiental.

Objetivo Específico de Projeto 3



Descrição -

Sustentabilidade -

CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

Actividade 1 Sensibilização dos Hortelões

Descrição Esta sensibilização será feita em conversas informais no Parque, onde, uma vez por semana, propomos que aos hortelões que partilhem os seus excedentes com quem precisa e lhes é explicado para que fim, apresentando alguns factos e números para uma maior compreensão.
Haverá uma caixa comunitária onde, num dia a combinar, poderão deixar os alimentos, que mais tarde são recolhidos.
A ideia de partilhar os excedentes com quem mais necessita surgiu de um pequeno grupo de hortelões e foi logo abraçada pela Aavaal. Contudo, esta produção não será suficiente para o fim pretendido. Deste modo, é importante sensibilizar os utilizadores do Parque a quererem partilhar aquilo que colhem.

Recursos humanos Um coordenador
Hortelões

Local: morada(s) PAAL

Local: entidade(s) PAAL

Resultados esperados Uma maior consciência dos problemas causados pelo Covid-19;
Promover o sentido de comunidade e responsabilidade social,
10 hortelões envolvidos

Valor 3500 EUR

Cronograma Mês 2, Mês 3, Mês 4

Periodicidade Mensal

Nº de destinatários 20

Objectivos específicos para que concorre 1

Actividade 2 Cultivar para Partilhar

Descrição Esta actividade consiste no cultivo de um terreno comum a fim de produzir alimentos para posteriormente serem doados.

O PAAL dispõem de um terreno comum que é usado para as visitas ao parque por parte de associações e de escolas interessadas.
Para além deste terreno ser cultivado nestas visitas, para que se possa rentabilizar o seu uso, as associações parceiras, Espaço Mundo, Per11 e ARAL, ajudam a na manutenção e cultivo do mesmo, sendo que a sua produção será para fazer ou ajudar a complementar cabazes alimentares a ser distribuídos no Espaço Mundo e no Per11. Os alimentos produzidos neste terreno irão contribuir para a Actividade 3

<i>Recursos humanos</i>	Um coordenador Hortelões Voluntários das associações parceiras
<i>Local: morada(s)</i>	PAAL
<i>Local: entidade(s)</i>	PAAL; AVAal
<i>Resultados esperados</i>	Esperamos conseguir desenvolver o interesse por hortas comunitárias, promover uma educação para a Cidadania Ecológica e promover a responsabilidade social Ao ajudar cultivar o terreno comum a comunidade aprende sobre agricultura, mas também se apercebem de questões reais ecológicas, como o uso da água. Não nos podemos esquecer que os alimentos cultivados são para entregar e esta noção de que o seu trabalho ajudou quem precisava é uma mais valia para os jovens, hortelões, voluntários e toda a comunidade envolvida. Prevemos envolver cerca de 10 hortelões no cultivo do terreno e, com a ajuda das associações parceiras, cerca 15 pessoas da comunidade.
<i>Valor</i>	4000 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	40
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 3</i>	Cabazes Solidários
<i>Descrição</i>	Criar cabazes Solidários com os excedentes que os hortelões partilham e com o que se conseguiu cultivar no terreno comum, usado na Actividade 2 - Cultivar para Partilhar. A comunidade pode cultivar e dinamizar os seus espaços no



PAAL, semeando, acompanhando e colhendo os legumes para a comunidade, ajudando a complementar os cabazes solidários, beneficiando sobretudo, os mais carenciados e promovendo a responsabilidade social e ser uma resposta ao problema da falta de alimentos, da fome, que o Covid-19 trouxe a algumas pessoas mais vulneráveis. Para se ter uma boa alimentação é necessário comer de tudo, não é muito, mas de tudo. Os alimentos hortícolas são fundamentais numa boa alimentação e esperamos conseguir que se tornem num hábito alimentar da comunidade envolvente.

Estes produtos hortícolas frescos serão entregues às Associações Espaço Mundo e Per11 onde vão ajudar a completar os Cabazes Solidários que estas associações já distribuem. Será uma mais valia ter produtos frescos, uma vez que estes cabazes são fundamentalmente compostos por enlatados e produtos embalados. Infelizmente, os produtos frescos são mais caros e mais perecíveis não fazendo, muitas vezes, parte da alimentação de quem recorre a este tipo de ajuda.

<i>Recursos humanos</i>	Um coordenador Hortelões Voluntários das associações parceiras
<i>Local: morada(s)</i>	PAAL
<i>Local: entidade(s)</i>	PAAL, Per11, Espaço Mundo
<i>Resultados esperados</i>	Promoção da responsabilidade social; Ajuda no combate à fome; Uma melhor alimentação mais rica em legumes e menos assente em produtos processados. Pretendemos ajudar a completar cerca de 40 cabazes semanais que servem para ajudar umas 40 famílias necessitadas.
<i>Valor</i>	4000 EUR
<i>Cronograma</i>	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>	40
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 4</i>	Economia para o jantar!
<i>Descrição</i>	Pretendemos realizar formações de "Economia Caseira" de forma a ajudar a que o dinheiro que se gasta em alimentação seja gasto de forma mais consciente e eficaz. Por outro lado, importância de uma boa alimentação já foi mencionado. Porém, muitas vezes por desconhecimento,

acredita-se que para se comer bem tem de se ter dinheiro, ou outro erro em que caímos, comprar o que é mais barato e estes alimentos serem altamente processados, com grandes quantidades de açúcar e ricos em carbo-hidratos.

É

importante ensinar a comer bem, de forma saudável e acessível a todos os bolsos.

Uma melhor alimentação, mais saudável e à medida do bolso. Cada vez mais existem pessoas com excesso de peso e muitas vezes estas mesmas pessoas têm necessidades económicas. É mais barato comprar comida já feita, enlatada e embalada.

Recursos humanos Um coordenador
Dois formadores

Local: morada(s) AVAal; PAAL

Local: entidade(s) AVAal, PAAL

Resultados esperados Pretendemos criar um maior conhecimento sobre a questão da alimentação, que os gastos sejam menos e que as provisões cheguem até ao final do mês sem um esforço económico acrescido.
Acreditamos que se pode mudar esta situação, dando ferramentas para que possam conhecer melhor os alimentos, como ser cozinhados e deste forma, alterando os seus hábitos de consumo para uma forma mais saudável e sustentável.
Esperamos realizar 5 formações e mobilizar cerca de 150 formandos.

Valor 3250 EUR

Cronograma Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8

Periodicidade Pontual

Nº de destinatários 30

Objectivos específicos para que concorre 2

Actividade 5 Economia circular e sustentabilidade

Descrição Pretendemos realizar formações que ajudem a comunidade a perceber melhor os conceitos de economia circular e sustentabilidade.
É importante e perceber que estes conceitos, embora muito ligados a uma visão mais ecológica, também podem ser visto como uma importante ajuda económica. Em certos grupos ou nichos estes sistemas são bem vistos e não são associados a pobreza. Mas é importante ajudar a mudar a mentalidade junto das populações mais carenciadas, que não sintam o preconceito da pobreza e percebam que é

uma forma eficaz de poupar dinheiro, mas que também ajudam no ambiente e na sustentabilidade.

Em alturas de

maior necessidade é importante apertar os cordões à bolsa, já diziam os mais antigos. Porém, essa capacidade não é algo inato, como se acha, e pode-se sempre aprender.

<i>Recursos humanos</i>	Um coordenador Um formador
<i>Local: morada(s)</i>	PAAL, AVAal
<i>Local: entidade(s)</i>	PAAL, AVAal, ARAL
<i>Resultados esperados</i>	- Um maior conhecimento da alimentação; - Que gastos sejam menos e que as provisões cheguem até ao final do mês sem um esforço económico acrescido - Um maior conhecimento de qualidade e preço; - A adopção de um estilo de vida mais sustentável; - 5 formações - cerca de 100 formandos
<i>Valor</i>	3500 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 6</i>	Feira de Trocas
<i>Descrição</i>	Pretendemos realizar uma feira de trocas no Parque Agrícola da Alta de Lisboa porque acreditamos ser uma forma de incentivar à reflexão sobre as formas de adquirir bens hoje em dia. a verdade é que cada vez mais assistimos ao aumento da hábitos consumistas e não sustentáveis, não só a nível económico como ambiental, mas queremos ajudar a inverter esta lógica, e acreditamos que eventos como este podem contribuir para isso, através da promoção de um consumo consciente
<i>Recursos humanos</i>	Um coordenador Recurso humano do Clip
<i>Local: morada(s)</i>	PAAL
<i>Local: entidade(s)</i>	PAAL, Clip

<i>Resultados esperados</i>	- promoção da economia circular -promoção da economia social -promoção da economia da partilha - fomentação do sentimento de solidariedade -combater o desperdício - criação de dinâmicas sustentáveis a nível económico e ambiental -envolvimento da comunidade
<i>Valor</i>	4000 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 8, Mês 10
<i>Periodicidade</i>	Pontual2
<i>Nº de destinatários</i>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 5

Constituição da equipa de projeto

Função Coordenador

Horas realizadas para o projeto 800

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Formador externo

Horas realizadas para o projeto 100

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Função Voluntários
Horas realizadas para o projeto 200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Sim

Função Dinamizadores
Horas realizadas para o projeto 70
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico (ARAL)
Horas realizadas para o projeto 70
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico (ART)
Horas realizadas para o projeto 100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico (Espaço Mundo)
Horas realizadas para o projeto 100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico (Per11)
Horas realizadas para o projeto 150
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico (ClipRd)
Horas realizadas para o projeto 44
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Voluntário (ClipRd)
Horas realizadas para o projeto 26
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) 200
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 150
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 2

Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 5
Nº de destinatários mulheres 50
Nº de destinatários desempregados 30
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 40

<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	45
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	20
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>	50
<i>Nº de páginas de Internet criadas</i>	1
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	2
<i>Nº de vídeos criados</i>	0
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	0
<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>	7500 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	10000 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	200 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	1000 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	2300 EUR
<i>Equipamentos</i>	850 EUR
<i>Obras</i>	400 EUR
<i>Total</i>	22250 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

<i>Entidade</i>	Associação para a Valorização Ambiental da Alta de Lisboa
-----------------	---

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Valor 22250 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Avaal

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 2000 EUR

Descrição Voluntários

Entidade Associação Residentes Alto Lumiar

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 1000 EUR

Descrição
- Cedência de recursos para apoio à realização de actividades
- Dirigentes associativos voluntários
- Colaboração na organização das actividades

Entidade Associação de Residentes de Telheiras

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 1000 EUR

Descrição
- Participação de dirigentes associativos,
- Colaboração na organização das actividades

Entidade Associação ClipRd

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 1700 EUR

Descrição
- Apoio na divulgação do projecto
- Acompanhamento e apoio na execução do projeto
- Disponibilização de material para a Feira de Trocas: 2 tendas, 4 mesas, 20 cadeiras, 1 coluna de som e kit de coffee break

Entidade Associação Espaço Mundo

Tipo de apoio Não financeiro

Valor 1500 EUR

Descrição
- Colaboração nas actividades 2 e 3
- Cedência de recursos para apoio à realização de actividades



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Entidade Associação de Moradores do Per11
Tipo de apoio Não financeiro
Valor 1500 EUR
Descrição - Colaboração nas actividades 2 e 3
- Cedência de recursos
para apoio à realização de actividades

TOTAIS

Total das Actividades 22250 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento 8700 EUR
Total do Projeto 30950 EUR
Total dos Destinatários 190

