

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2021
Dimensão: Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 040

Acess@ para tod@s



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 Horas de Sonho, apoio à criança e à família, CRL

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Junta de Freguesia de Carnide

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Ignição

Designação Acess@ para tod@s

BIP/ZIP em que pretende intervir 16. Padre Cruz

19. Horta Nova

ODS 2030 Saúde de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projecto

Fase de execução

1. Diagnóstico de necessidades
Questionários e entrevistas
à população dos bairros da Horta Nova e Padre Cruz e a
organizações locais.
2. Acesso digital
Atividades de apoio
na utilização da internet de forma autónoma
3. Relações
comunitárias
Ações de sensibilização para a importância das
boas relações de vizinhança, entreajuda e partilha, bem
como voluntariado de proximidade.
4. Saúde física e mental
Ações de prevenção e promoção da saúde física e mental
5.
Avaliação

Fase de sustentabilidade

Pretendemos continuar a dar as respostas, tal como em
projetos anteriores, com apoio dos parceiros e cobrando
valores simbólicos por alguns serviços (atendimento
psicossocial e acesso sala da internet). O alargamento do
nosso atual protocolo com a segurança social será outra das
estratégias, o que será possível uma vez tendo estes 12
meses apoiados pelo BIP ZIP como argumentação.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

DMHDL | DDL | DAIL

BIP/ZIP - Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária



Diagnóstico

A pandemia de Covid-19 acelerou a digitalização e acentuou as desigualdades. As tecnologias digitais são atualmente a alternativa para a execução de tarefas até então desenvolvidas presencialmente. Rapidamente vimo-nos a trabalhar, estudar, comunicar e a adquirir/aceder a serviços e produtos pela internet. Observámos alterações na vida profissional, pessoal e familiar que obrigaram a repensar a forma de viver e estar no mundo. As organizações que trabalham com comunidades mais vulneráveis readaptaram-se para continuar a responder aos desafios, respondendo da forma mais célere possível, priorizando o mais emergente. A Horas de Sonho sediada no Bairro da Horta Nova, juntamente com outros parceiros desenvolveu o projeto Digit@emprego. On neste território e no Bairro Padre Cruz, de forma a capacitar a comunidade ao nível das competências profissionais, pessoais, sociais e digitais, proporcionando ainda o acesso a uma aplicação de acesso a ofertas de emprego. Durante o projeto identificámos várias necessidades e lacunas nas respostas existentes no território, agravadas com a pandemia, ao nível do acesso aos cuidados de saúde e a outros serviços públicos cujo atendimento passou a ser exclusivamente online. Com cerca de 500 atendimentos desde janeiro a Horas de Sonho passou a ser um ponto de referência para a comunidade no apoio à resolução de questões pessoais e familiares tendo sido ainda solicitado apoio ao nível da saúde mental de adultos e crianças.

Temática preferencial

Promover a Inclusão e a Prevenção

Destinatários preferenciais

Grupos vulneráveis

Objectivo geral

Empoderar as comunidades locais de forma a que tenham os recursos psicológicos e as condições para o pleno exercício da cidadania nas suas diferentes dimensões, tendo uma participação plena na sociedade. A inclusão social e a cidadania são tidas como urgentes na Agenda para o Desenvolvimento Sustentável de 2030 (Nações Unidas), intitulada Transformando o nosso Mundo (Extrato do Plano Nacional de Ciência e Tecnologia (PNCT)). A pandemia veio acentuar desigualdades e agravar os desafios existentes nos territórios em que nos propomos intervir. Com base nas necessidades já identificadas, e após o diagnóstico, propomos intervir ao nível da promoção do acesso digital, das boas relações comunitárias e voluntariado de proximidade, bem como potenciar a literacia para a saúde física e mental. Iremos dinamizar: 1) workshops de acesso digital e tutoria individualizada no acesso à internet; 2) workshops e sessões de informação sobre saúde física e mental; 3) atendimento individualizado à população no gabinete de apoio psicossocial; 4) dinamização de atividades de bem estar e promoção de competências pessoais e sociais, 5) distribuição de folhetos informativos sobre comportamentos protetores e preventivos; 6) incentivar a doação e reutilização de bens; 7) promover o voluntariado como meio de combater o isolamento e exclusão social, incentivar a solidariedade e o consumo sustentável.



Descrição

Dotar os residentes dos territórios de maior autonomia no acesso à internet, fomentando a apropriação sistemática das TIC por parte da população nas diversas faixas etárias e níveis de escolaridade, de forma a colmatar as desigualdades exigentes no âmbito do domínio das TIC por parte da população. Fomentar a inclusão digital também é trabalhar a inclusão social pois grande parte das assimetrias relacionadas com a Sociedade de Informação resultam de assimetrias sociais devido ao envelhecimento da população e falta de recursos dos grupos em situação de desvantagem (FCT, 2018). Ao promovermos atividades de literacia digital e tutorias individualizadas neste âmbito, com a população, pretendemos não só dotar as pessoas com conhecimento como as empoderamos de maior autonomia no acesso aos serviços público e no acesso ao emprego. Potenciar a motivação para a procura ativa de emprego e de soluções para as suas necessidades pessoais e combater a dependência de apoios externos, através da promoção de competências pessoais e sociais, desde a autoestima à autoconfiança. Este foco será uma continuação do trabalho que já estamos a desenvolver com as pessoas em idade ativa.

Sustentabilidade

Promover a inclusão é um dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável, independentemente da idade, género, deficiência, origem, etnia, orientação sexual, religião e condição económica. A familiarização com as TIC tornou-se imperativa no dia-a-dia da população não só devido à integração dos serviços públicos digitais, como no acesso ao emprego e continuará no futuro a instalar-se a necessidade de acesso e a obtenção de competências a nível digital. Focar nos grupos em situação de vulnerabilidade e dotá-los destas competências pessoais, sociais e digitais é um investimento para o futuro, resultando num impacto não só a nível social como económico. Após a sua capacitação, muitas pessoas irão continuar a necessitar de suporte para aceder à internet, por falta de capacidade financeira para ao fazer nas suas casas. A existência de um espaço aberto para o efeito, com computadores disponíveis é por isso essencial. Captar parcerias para estender este impacto a outros territórios, bem como fazer um levantamento dos recursos existentes em cada bairro que possam ser reutilizados e rentabilizados para este acesso, é um objetivo premente com o qual nos comprometemos.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Promover atividades de sensibilização e promoção de comportamentos relacionais saudáveis, a nível familiar, de vizinhança e em comunidade. Somos todos diferentes e reagimos a um mesmo estímulo de forma diferente. É normal vivenciar momentos de tensão, frustração, ansiedade, stress em situações adversas como a que temos vivido e é por isso importante reconhecer estes sentimentos e aprender a geri-los. Mais do que nunca testemunhámos a importância do bom relacionamento e comunicação, neste sentido,



pretendemos trabalhar competências pessoais e sociais através de ações de sensibilização sobre resolução de problemas, gestão de conflitos, comunicação assertiva, diversidade e inclusão, empatia e resiliência. É nossa intenção desenvolver também ações de sensibilização para a melhoria das condições habitacionais, conservação do espaço público e comum, através de ações focadas na gestão da vida doméstica e organização familiar, cooperação e partilha de bens. Pretendemos ainda fomentar o voluntariado como forma de combater o isolamento social, treinar competências de organização e gestão, trabalho em equipa, solidariedade, conservação e consumo sustentável mediante a reutilização de bens.

Sustentabilidade

Enquanto padrinhos de 4 lotes habitacionais e responsáveis por uma loja de trocas, sentimos de perto a importância deste trabalho. Continuaremos no território a monitorizar e a apoiar as problemáticas que surgem e em relação às quais a população tem recorrido cada vez mais devido à relação de proximidade já estabelecida as entidades envolvidas no projeto. Não só pessoas dos lotes apadrinhados por nós como também de outros lotes. O trabalho de parceria com a Gebalis tem sido fundamental, para acelerar as respostas relativas às questões habitacionais, assim como com a Junta de Freguesia de Carnide. Temos como objetivo disseminar estas ações por outros territórios enquanto boas práticas de fomento de relações comunitárias saudáveis, no contacto com instituições parceiras sediadas nos mesmos estabelecendo pontes e unindo sinergias.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Prevenir e promover a saúde física e mental dos grupos vulneráveis com menor poder económico e menor acesso aos serviços de saúde, através de sessões informativas, de consciencialização e esclarecimento acerca de diversas doenças, incluindo Covid-19, com o objetivo de promover a adoção de comportamentos preventivos e protetores e tomadas de decisão conscientes em relação à saúde individual e comunitária. Facultar documentação informativa que reforce esta consciencialização individual e das comunidades dos bairros de intervenção. Criação de um gabinete de apoio psicossocial para atendimento individualizado, gratuito e confidencial com o objetivo de identificar as problemáticas de forma a ser realizada a intervenção adequada o mais atempadamente possível. Sensibilizar para a importância da atividade física na saúde física e mental e estimular a utilização dos equipamentos desportivos instalados nos bairros, alertando sempre para os cuidados protetores de desinfeção e distâncias de segurança.

Sustentabilidade

O gabinete de apoio psicossocial instalado permanecerá no território assegurando os atendimentos individuais, tendo como objetivo fazer a identificação precoce de problemas de saúde da população, para que mesmo que não sejam passíveis



de responder no espaço possa ser feito o encaminhamento para entidades parceiras de forma à redução de riscos e minimização de danos. A proximidade local com a população, a confiança já estabelecidas e a crescente procura de atendimentos nesse sentido merece toda a atenção e investimento que a longo prazo trará impacto positivo da sociedade e economia.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Diagnóstico de Necessidades
Descrição	<p>Para o diagnóstico iremos realizar questionários e entrevistas através de contacto presencial com o objetivo de conhecer aprofundadamente os recursos existentes, os interesses, necessidades e lacunas a nível de saúde, emprego, vivência comunitária, digital dos membros da comunidade e quais as necessidades de intervenção em cada um dos eixos.</p> <p>Este levantamento informativo é importante para avaliarmos os reais problemas pessoais e sociais da comunidade de modo a que possamos intervir de forma mais focada e pertinente e para que a intervenção faça sentido e tenha impacto na vida diária de tod@s. Para tal, com apoio dos parceiros e da Junta de Freguesia, iremos conduzir questionários e entrevistas de rua a representantes de diferentes grupos étnicos e etários. Questionários e reuniões serão ainda realizadas com instituições de ambos os bairros.</p>
Recursos humanos	<p>Coordenadora do projeto/psicóloga Técnica de serviço social Técnicos dos parceiros</p>
Local: morada(s)	Bairro Horta Nova e Padre Cruz
Local: entidade(s)	Nas instalações da Horas de Sonho, apoio à criança e à família, crl, e instalações das entidades parceiras
Resultados esperados	<p>- 1 Questionário aplicado a 250 pessoas dos bairros da Horta Nova e Padre Cruz para levantamento das necessidades das famílias e da comunidade em geral.</p> <p>- 1 Questionário aplicado a 5 instituições de apoio à comunidade instaladas nos bairros</p>
Valor	6272 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2
Periodicidade	Pontual2
Nº de destinatários	255



Objectivos específicos para que concorre 1, 2, 3

Actividade 2 Acesso Digital

Descrição

A pandemia da Covid-19 veio, para além de trazer novas dificuldades de acesso, agravar a exclusão dos grupos em situação de vulnerabilidade a serviços públicos com os mesmos a funcionar durante praticamente 1 ano, apenas por via online. Tendo acesso limitado a internet e a equipamentos tecnológicos, fomos percebendo que parte da população não se encontra preparada para com os próprios meios e de forma independente aceder aos serviços online e proceder a simples ações como agendamentos, entrega de documentos, pedidos, renovações, impressão de documentos, requerimentos, entre outros. Tudo isto devido não só à baixa escolaridade da comunidade assim como à falta conhecimentos digitais e acesso a equipamentos. Desta forma pretendemos apoiar na utilização da internet para promover um acesso independente na pesquisa e tratamento de assuntos pessoais relacionados com serviços públicos (Segurança Social, Finanças, IRN, portal da saúde, tribunais, IEFP, entre outros), entrevistas de emprego (plataformas tipo zoom), contacto com familiares; apoiar as crianças no acesso às escolas online (dificuldade observada durante o confinamento); criação de um espaço para disponibilização de equipamentos (computadores e tablets com ligação à internet) para que as pessoas possam utilizar para tratar de assuntos pessoais. Pretendemos dar espaço a que a comunidade se motive e equipe de ferramentas digitais.

Recursos humanos Coordenadora do projeto/psicóloga
Técnica de serviço social
Técnicos dos parceiros

Local: morada(s) Bairro Horta Nova e Padre Cruz

Local: entidade(s) Nas instalações da Horas de Sonho, apoio à criança e à família, crl, e instalações das entidades parceiras

Resultados esperados

- Realização de 200 atendimentos para acesso a serviços online
- Aumento do número de moradores atendidos pela Horas de Sonho que passa a aceder a serviços online de forma autónoma
- Aumento do número de pessoas acedem autonomamente a aplicações de vídeo chamadas para contactos familiares, referindo combater o isolamento
- Dinamização de 2 workshops sobre acesso digital para a comunidade em geral
- Criação de um espaço (nas instalações da Horas de Sonho) com equipamentos informáticos para utilização livre por parte da comunidade, usado por 30 pessoas



<i>Valor</i>	15934 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	30
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1
<i>Actividade 3</i>	Relações comunitárias
<i>Descrição</i>	<p>O isolamento social espoletou e/ou agravou tensões entre as pessoas. Se ao início a solidariedade parecia estar a crescer, o prolongamento do confinamento e as alterações que provocou teve um impacto significativa na vida diária não só em família como na comunidade e no trabalho. As relações na comunidade e nos lotes têm sido alvo de preocupação, assim como a cooperação na conservação dos espaços comuns e espaços públicos dos bairros. Pretendemos assim contribuir para o reforço das relações de proximidade e solidariedade locais, através de ações de sensibilização, atividades comunitárias e voluntariado de proximidade. Tendo em vista a economia circular e consumo sustentável e uma vez que temos na Horas de Sonho uma loja social de troca de bens (Trokaki) faz sentido fomentar a importância do envolvimento da comunidade em ações de interesse coletivo, incentivar a doação e reutilização de bens e promover o voluntariado como meio de combater o isolamento e exclusão social e incentivar a solidariedade e as relações sociais locais.</p>
<i>Recursos humanos</i>	<p>Coordenadora do projeto/psicóloga Técnica de serviço social Técnicos dos parceiros</p>
<i>Local: morada(s)</i>	Bairro Horta Nova e Padre Cruz
<i>Local: entidade(s)</i>	Nas instalações da Horas de Sonho, apoio à criança e à família, crrl, e instalações das entidades parceiras
<i>Resultados esperados</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Realização de 2 Ações de sensibilização envolvendo a comunidade com participação de 20 pessoas - 1 ação coletiva de limpeza e/ou requalificação dos espaços comuns e públicos envolvendo a comunidade com 30 pessoas - Promoção do voluntariado através de 5 aberturas da loja TROKAKI com 10 voluntários locais e 50 participantes - 1 workshop para voluntários sobre voluntariado - 1 publicação na revista JFCarnide (Promoção do Voluntariado)

Valor	5332 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	110
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 4	Saúde física e mental
Descrição	Dadas as dificuldades já existentes e agravadas pela pandemia, o projeto pretende criar um gabinete de apoio psicossocial, gratuito e confidencial, de apoio direto à comunidade, como espaço para atendimento, encaminhamento e acompanhamento de pessoas fragilizadas e vulneráveis. Pretendemos realizar ações de sensibilização, prevenção e promoção da saúde e do bem-estar dos moradores dos bairros com o objetivo de informar, esclarecer e debater as problemáticas com que a comunidade se depara. Problemáticas como alcoolismo, isolamento social, ansiedade, depressão, consumo de drogas e maus hábitos de alimentação. Uma vez que estamos a viver uma fase pandémica e que a saúde de tod@s depende dos comportamentos de cada um de nós é imperativo continuar a alertar a população para os cuidados a ter contra a propagação do vírus e para manutenção e respeito pelas regras impostas.
Recursos humanos	Coordenadora do projeto/psicóloga Técnica de serviço social Técnicos dos parceiros
Local: morada(s)	Bairro Horta Nova e Padre Cruz
Local: entidade(s)	Nas instalações da Horas de Sonho, apoio à criança e à família, cml, e instalações das entidades parceiras
Resultados esperados	- 2 Workshops e sessões de informação com vista à adoção de comportamentos protetores e preventivos - 30 Atendimentos individualizados à população no gabinete de apoio; - Acompanhamentos psicológicos mensais de 3 pessoas/Famílias - Dinamização de 2 atividades desportivas (ginástica) - Distribuição de 2 folhetos informativos sobre os comportamentos a adotar na prevenção do vírus covid-19 - 1 publicação na revista JFCarnide (Gabinete de Apoio Psicossocial)
Valor	10159 EUR

<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	50
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 5</i>	Avaliação de Impacto Social
<i>Descrição</i>	Uma vez que é nosso objetivo trabalhar os problemas sociais das comunidades é, de igual forma importante avaliar se essa finalidade foi cumprida. Pretendemos assim, juntamente com entidade a contratar, desenhar um plano de avaliação antes e após as atividades, por forma a perceber o potencial uso autónomo de serviços a longo termo, os impactos nas relações comunitárias e o papel que o projeto teve neste.
<i>Recursos humanos</i>	Coordenadora do projeto/psicóloga Técnica de serviço social Técnicos dos parceiros
<i>Local: morada(s)</i>	Bairro Horta Nova e Padre Cruz
<i>Local: entidade(s)</i>	Nas instalações da Horas de Sonho, apoio à criança e à família, crl, e instalações das entidades parceiras
<i>Resultados esperados</i>	- 1 avaliação de impacto social envolvendo 50 participantes de diferentes idades/ grupos
<i>Valor</i>	8772 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Pontual4
<i>Nº de destinatários</i>	50
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados 5

Constituição da equipa de projeto



Função Marta Susana Freire da Silva Becalli
Horas realizadas para o projeto 700
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Carla Sofia Esteves Calado
Horas realizadas para o projeto 100
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Pessoa a Contratar
Horas realizadas para o projeto 1760
Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
Morador no bairro do projeto Não

Função Pessoa a Contratar
Horas realizadas para o projeto 880
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 0

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 250



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 1

Equidade

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 5

Nº de destinatários mulheres 150

Nº de destinatários desempregados 20

Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 10

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) 50

Nº de destinatários imigrantes 3

Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

Nº de produtos concebidos para venda / demonstração 2

Nº de intervenções em edifício para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade 0

Nº de intervenções no espaço público 0

Nº de publicações criadas 2

Nº de páginas de Internet criadas 0

Nº de páginas de facebook criadas 4

Nº de vídeos criados 0

Nº de artigos publicados em jornais / revistas 2

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

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado



<i>Encargos com pessoal interno</i>	29364 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	12150 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	720 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	300 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	935 EUR
<i>Equipamentos</i>	3000 EUR
<i>Obras</i>	0 EUR
<i>Total</i>	46469 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

<i>Entidade</i>	Horas de Sonho, apoio à criança e à família, CRL
<i>Valor</i>	46469 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

<i>Entidade</i>	Junta de Freguesia de Carnide
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	720 EUR
<i>Descrição</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Cedência de espaços para dinamização das atividades que venham a revelar necessárias e se enquadrem no âmbito do projeto - Divulgação do projeto em todos os canais de comunicação da JFCarnide, dando a conhecer o projeto à comunidade - Encaminhamento de fregueses para as atividades a desenvolver - Apoio nas deslocações que se considerem necessárias e se enquadrem no âmbito do projeto

TOTAIS

<i>Total das Atividades</i>	46469 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	720 EUR
<i>Total do Projeto</i>	47189 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	495