

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2018
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 059

Uma mente cheia de Graça



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

FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Sociedade de Instrução e Beneficência - A Voz do Operário

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Ordem dos Psicólogos Portugueses

Designação Associação Cultural Ceba Torta

Designação Mais Graça - Associação Cultur Bairro Graça

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Uma mente cheia de Graça

BIP/ZIP em que pretende intervir 23. Graça / Sapadores

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução Estando a saúde psicológica diretamente relacionada com as problemáticas identificadas, este projecto foi desenvolvido pela população e suas organizações com o objectivo de a promover e de trabalhar para a prevenção. Serão realizadas ações de sensibilização para a comunidade e ações de formação para elementos-chave da comunidade. E serão expostos no espaço público do bairro os produtos criativos criados pelos grupos das ações, como forma de mobilizar toda a população à reflexão sobre o tema.

Fase de sustentabilidade A formação será dirigida a elementos-chave que irão desenvolver acções com a população com quem trabalham durante o segundo ano de implementação do projeto. O primeiro ano capacitará estes profissionais para continuarem a aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo dos anos. As ações de sensibilização pretendem ser um momento que perdure na memória e que seja evocado pelos produtos criativos no espaço público, que irão permanecer e se renovar durante o segundo ano.

DESCRIÇÃO DO PROJETO



Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>A OMS define Saúde Psicológica como um estado de bem-estar que permite realizar capacidades e potencial, lidar com o stress normal do dia-a-dia, trabalhar produtivamente e contribuir ativamente para a comunidade. A OPP afirma que os problemas psicológicos têm impacto directo na diminuição da qualidade de vida, exclusão social e perda de oportunidades. Na Graça/Sapadores existem problemas sociais relacionados com estas questões: taxas elevadas no abandono escolar até aos 15 anos e nos jovens nem-nem (II Diag. Social Lisboa, S. Vicente, 2011), problemas de segurança, desocupação dos jovens, marginalidade e desemprego (Bip Zip), índices de envelhecimento e de dependência dos idosos também elevados. Embora este seja um tema recente na sociedade, a investigação científica demonstrou que "A intervenção psicológica apresenta custo-efectividade tanto a nível da redução directa dos custos, através da redução da procura de serviços de saúde, como a nível da redução indirecta, através de um aumento da produtividade, redução do absentismo e dos benefícios ou encargos sociais associados à doença." (OPP, 2011). Um artigo da OMS (The Lancet, 2016) afirma que, por cada euro investido na saúde mental, se ganham 4 em saúde e capacidade de trabalho. A OPP estima que 23% da população (incluindo crianças) tem problemas de saúde psicológica e que, destes, 65% não recebe ajuda. Trabalhar na prevenção dos problemas psicológicos é trabalhar para mitigar problemas sociais e promover a coesão social.</p>
Destinatários preferenciais	Grupos vulneráveis
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>Um dos objetivos definidos pela OMS na área da saúde mental para 2013-20 é o de implementar estratégias de promoção e prevenção. O presente projeto tem como objetivo a promoção da saúde psicológica como base para o desenvolvimento social e comunitário, com um enfoque na prevenção. Assenta na sensibilização da população para o tema e na formação de agentes que irão implementar ações de prevenção futuras. Pretende intervir no espaço humano, através da formação, e no espaço físico, através da colocação de produtos (gráficos ou outros) produzidos pelos grupos de formação nos locais públicos do bairro, como interpelação do bairro a si mesmo. Os destinatários diretos preferenciais são alunos do 1º ciclo ao secundário, encarregados de educação, professores, educadores e outros profissionais, nomeadamente os ligados à 3ª idade. Os destinatários indirectos são a população em geral.</p> <p>O mote: pode um bairro ser feliz?</p> <p>O bem-estar psicológico é condição de base para todos os objetivos humanos, os quais criam raízes nos sítios e nas pessoas. Mas o que será que pode fazer um bairro pelo bem-estar psicológico da sua população? Onde vivemos,</p>



trabalhamos, compramos e passeamos, as paredes mudam, o elétrico empanca, os tuc-tucs voam, as obras mudam a paisagem e ouvem-se línguas estrangeiras. A população e as organizações que propõem este projecto vivem este dia a dia e sentem a necessidade de trabalhar para a inclusão de todos, a promoção do sentimento de pertença e a coesão comunitária. Repensar uma comunidade com capacidade para promover a saúde psicológica é empoderar a própria comunidade para cuidar de si mesma. Esta inovação abarca, além do conteúdo, a criatividade de fazer nascer um espaço novo, material e imaterial, através de mensagens nos locais públicos, que levam ao encontro e à descoberta de quem está ali ao nosso lado. Promove-se a coesão social, tanto internamente, como na sua relação com a cidade, dado este ser um bairro fundamental para o turismo lisboeta.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	<p>O Bairro a cuidar de si mesmo - pessoas cheias de Graça. Os problemas sociais identificados no diagnóstico necessitam de uma abordagem de prevenção, no sentido de criar uma comunidade capaz de cuidar, de estar atenta, de servir de suporte, de saber como agir. Sabemos que não devemos abusar do sal, que o exercício físico faz bem à saúde e que devemos lavar os dentes. Mas sabemos muito pouco sobre o que devemos fazer para nos sentirmos psicologicamente bem. E se estamos mal, ou vemos alguém mal, não sabemos como agir. Assim, o primeiro objetivo deste projeto é criar uma base de literacia sobre saúde psicológica, para crianças e adultos da comunidade. Aprender a cuidar da nossa saúde psicológica, mas também reflectir sobre como as nossas ações influenciam a dos outros. E aprender como agir em situação de suspeita de doença. O bairro que cuida de si mesmo é um espaço humano em que ganhamos um pouco mais de confiança para nos aproximarmos uns dos outros, para oferecer ajuda quando nos parecer útil, e para pedir ajuda quando necessitamos. É uma rede de suporte que facilita não só a vida do dia a dia, como o enfrentar problemas e dificuldades. Os veículos para trabalhar este objetivo são a relação e a criatividade: a relação humana, entre formandos, formador, e comunidade; a criatividade na abordagem ao tema e na criação de produtos, narrativas, que sirvam de suporte ao trabalho.</p>
Sustentabilidade	<p>Uma parte da formação será dedicada a agentes que irão pôr em prática ações de prevenção no segundo ano de implementação do projeto. Estas ações serão preparadas ao</p>



longo do primeiro ano, a nível de promoção de competências (formação) e de fornecimento de materiais, e monitorizadas ao longo do segundo ano, de forma a compilar informação objectiva sobre as ações realizadas. Pretende-se, portanto, criar um efeito árvore, em que estes elementos-chave da comunidade terão um papel de destaque na criação de ambientes psicologicamente saudáveis, e na passagem de informação àqueles com quem trabalham no terreno. A formação para a população é uma ação que se pretende abrangente em termos de número de pessoas envolvidas. Pretende-se sensibilizar para o tema da saúde psicológica e criar debate à sua volta, numa perspectiva de educação e prevenção. Os efeitos pretendem-se duradouros a médio e longo prazo: um momento de prazer, e em que se fala de algo novo, tende a ficar na memória e a ser evocado mais tarde em situações que toquem o tema. O objetivo de envolver um grande número de pessoas é uma forma de potenciar a comunidade e criar uma base em que se possa gerar encontro à volta do que pode fazer o bairro e as pessoas mais felizes.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

O Bairro a cuidar de si mesmo - espaços cheios de Graça. Num território meio deslaçado por mudanças bruscas, mas ao mesmo tempo a reconstruir-se em passeios e praças novos, a criação de produtos físicos que incentivam a encontrar os sítios e as pessoas do bairro, tem como objetivo promover a ideia do bairro como espaço de pertença - espaço que podemos habitar, utilizar, sentir como nosso, mas também que nos interpela e nos convida à reflexão e à ação. Como pode bairro cuidar de si mesmo? A palavra é a ferramenta de excelência, co-criada através da reflexão e do encontro, encontrada em narrativas inventadas por um nós que agora se estende a um território mais amplo que é o do bairro. Não é alguém que fala para o bairro, é o bairro que fala para si próprio, como num discurso interno mas do tamanho das ruas e das praças. Pretende-se que o trabalho dos grupos de formação saia de portas para ocupar o espaço público do bairro, através da colocação de produtos (gráficos ou outros) nos locais de comércio local. Pretende-se que estes produtos sirvam de incentivo à reflexão, à conversa e partilha, e à ação, daqueles que não participaram das formações, mas que fazem parte do tecido humano do bairro.

Sustentabilidade

A intervenção no espaço físico do bairro, através dos estabelecimentos de comércio local, será iniciada no primeiro ano de implementação do projeto, como resultado físico das ações de formação levadas a cabo nesse período. Serão produtos físicos que permanecerão nos locais, visíveis para a população local que os frequenta. Durante este ano serão produzidos materiais "template" que irão ser entregues aos agentes que darão continuidade às ações de prevenção no segundo ano de implementação do projeto, de forma a promover a produção de novos produtos com mensagens



e ideias novas, criadas pelos novos grupos-alvo das ações. Ou seja, irão surgir novos produtos que irão completar e/ou substituir os antigos, dando continuidade ao trabalho iniciado.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição	<p>O Bairro a cuidar de si mesmo - mentes cheias de Graça Para além da prevenção, a população do bairro da Graça / Sapadores tem também uma necessidade premente de acesso a apoios na área da saúde psicológica. A Voz do Operário, como organização de apoio à população do bairro e da cidade, abriu em 2015 o Serviço de Psicologia para a Comunidade que presta serviços de avaliações psicológicas a crianças e adolescentes, apoio psicológico e psicoterapêutico a crianças, adolescentes e adultos, terapia de casal e familiar, apoio psicopedagógico e terapia da fala. Pretende-se dar continuidade ao funcionamento do serviço e melhorar a sua qualidade, apetrechando-o com material técnico (testes psicológicos) e informático, que permitirá maior celeridade na resposta aos pedidos dos utentes, maior capacidade de resposta a diferentes pedidos (nomeadamente de avaliação psicológica) e menor tempo despendido em tarefas de gestão e administração.</p>
Sustentabilidade	<p>A sustentabilidade do serviço está assegurada à partida, não dependendo de financiamento externo, já que assenta num modelo de pagamento pelo utente de acordo com a sua capacidade financeira. O apetrechamento do serviço irá permitir prestar um melhor serviço aos utentes, mais célere e mais abrangente, que irá perdurar no tempo, já que são investimentos materiais que não necessitam de actualizações muito frequentes nem muito dispendiosas.</p>

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Preparação
Recursos humanos	<p>Toda a equipa do projeto e os parceiros estarão envolvidos nesta fase do projeto. Haverá reuniões iniciais com todos os elementos e posterior organização de trabalho entre todos.</p> <p>O coordenador, o formador e o consultor técnico irão desenhar as ações de sensibilização, de formação e a sua avaliação.</p> <p>O coordenador, o formador, o consultor técnico e o designer irão criar a imagem geral do projeto, os folhetos de divulgação do projeto, e o template para os produtos criativos criados pelos grupos de sensibilização e de formação.</p>



Local: entidade(s)	A Voz do Operário fornecerá as instalações para as reuniões, não obstante a necessidade e/ou interesse de realizar reuniões nas instalações dos restantes parceiros.
Valor	6313 EUR
Cronograma	Mês 1
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	300
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
Actividade 2	
Recursos humanos	O coordenador de projeto irá organizar e gerir as reuniões com o formador e o consultor técnico, com o objetivo de acompanhar as ações ao longo da sua implementação. O formador irá realizar as ações de sensibilização, com o acompanhamento do coordenador de projeto, recolher e tratar os dados da avaliação da sensibilização, produzir os conteúdos a publicar. O responsável pela comunicação irá realizar o registo gráfico das ações e a publicação dos conteúdos.
Local: entidade(s)	Como parte do consórcio do projeto, temos garantia de realização da formação junto das populações do AE Gil Vicente e da SIB A Voz do Operário, que disponibilizarão as suas instalações. Serão feitos outros contactos para realização da sensibilização com outros públicos-alvo e outros locais do bairro.
Valor	4967 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Pontual70
Nº de destinatários	1000
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	
Recursos humanos	O coordenador de projeto irá organizar e gerir as reuniões com o formador e o consultor técnico, com o objetivo de acompanhar a formação ao longo da sua implementação. O formador irá realizar as ações de formação, com o acompanhamento do coordenador de projeto, recolher e tratar



os dados da avaliação da formação, organizar os conteúdos a publicar. O responsável pela comunicação irá realizar o registo gráfico das ações e a publicação dos conteúdos.

Local: entidade(s)	A Voz do Operário fornecerá as instalações para as formações, não obstante a necessidade e/ou interesse de realizar as formações nas instalações do AE Gil Vicente ou noutros locais convenientes aos grupos de formação.
Valor	6655 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 11
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	45
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 4	Intervenção no espaço público
Recursos humanos	O consultor artístico e o formador trabalharão directamente com os grupos participantes. O consultor comunitário fará os contactos com os comerciantes locais O responsável pela comunicação fará o registo gráfico dos locais de exposição dos produtos criativos.
Local: entidade(s)	A definir.
Valor	4993 EUR
Cronograma	Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	1045
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 5	Consultas de psicologia
Recursos humanos	O Coordenador do projeto, nas suas funções de coordenador do Serviço, irá continuar a organizar o trabalho no âmbito dos serviços de psicologia a prestar. Os psicólogos irão prestar os serviços de psicologia. Os serviços administrativos irão dar o apoio necessário a esta actividade.
Local: entidade(s)	A Voz do Operário
Valor	2000 EUR



Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Diário
Nº de destinatários	25
Objectivos específicos para que concorre	3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	5
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador do projeto
Horas realizadas para o projeto	370
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Formador
Horas realizadas para o projeto	423
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Consultor comunitário
Horas realizadas para o projeto	264
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
	Função
	Consultor artístico
Horas realizadas para o projeto	50



Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Consultor técnico

Horas realizadas para o projeto 26

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Responsável de comunicação

Horas realizadas para o projeto 264

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Sim

Função Administrativo

Horas realizadas para o projeto 105

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Designer

Horas realizadas para o projeto 40

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 $\geq 75\%$) 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)	1045
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
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	0
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	800
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	50
Nº de destinatários imigrantes	0
	Produtos/Elementos tangíveis da intervenção
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	0
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	0
Nº de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	0
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	0
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	3
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
-	0



- 0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	10270 EUR
Encargos com pessoal externo	9270 EUR
Deslocações e estadias	0 EUR
Encargos com informação e publicidade	1500 EUR
Encargos gerais de funcionamento	1888 EUR
Equipamentos	2000 EUR
Obras	0 EUR
Total	24928 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Sociedade de Instrução e Beneficência - A Voz do Operário
Valor	24928 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	A Voz do Operário
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	28248 EUR
Descrição	Funcionamento das consultas de psicologia e utilização de instalações
Entidade	Ordem dos Psicólogos Portugueses
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1300 EUR
Descrição	Horas de consultoria técnica

TOTAIS



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Total das Actividades	24928 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	29548 EUR
Total do Projeto	54476 EUR
Total dos Destinatários	2415

