

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: 064

Feliz-Mente



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 o Planeamento da Família

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação ATM-Associação Tempo de Mudar para o Desenvolvimento do Bairro dos Lóios

Designação Agrupamento de Escolas D. Dinis, Lisboa

Designação Instituto de Apoio à Criança

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Feliz-Mente

BIP/ZIP em que pretende intervir 28. Amendoeirias

29. Flamenga

31. Armador

33. Marquês de Abrantes

34. PRODAC

ODS 2030 -----

Síntese do Projeto

Fase de execução O projeto Feliz-Mente pretende trabalhar o tema da Felicidade em contexto escolar, respondendo às necessidades sentidas numa comunidade educativa em situação de exclusão social. Através de um trabalho de sensibilização e reflexão junto de crianças, jovens e educador_s, que tem como pano de fundo a educação sexual, o projeto pretende promover o bem-estar físico e psicológico das pessoas envolvidas. Como referência, pretende dar-se visibilidade ao conceito de escolas felizes.

Fase de sustentabilidade O projeto desenvolverá competências pessoais e sociais que se revelarão em comportamentos preventivos em torno da saúde, maior consciencialização das escolhas na definição de um projeto de vida, maior envolvimento na escola e nas aprendizagens e maior implicação comunitária e de participação cívica. O projeto desenvolverá produtos que estarão disponíveis como ferramentas pedagógicas (programa de competências, recomendações do estudo a desenvolver e campanha) de referência nesta área.



DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>Características emocionais comuns nas pessoas que acompanhamos na zona oriental, desde 2006, são: altas taxas de suicídio juvenil, baixa auto-estima, dificuldade na definição do projeto de vida, competências pessoais e sociais deficitárias, mal-estar psicológico, adoção de comportamentos sexuais de risco ou violência, que são tanto causa como consequência dos principais problemas reconhecidos pela própria comunidade: marginalidade, desocupação dos jovens e abandono/insucesso escolar, patentes nos resultados da zona oriental do relatório da consulta pública dos BIP/ZIP. Enquanto aspeto multidimensional, a responsabilidade na promoção da saúde, incluindo a saúde mental, não pode ficar restrita a um sector mas sim englobar várias dimensões da sociedade, nomeadamente a educação. O Prog. Nac. Saúde Escolar (2015) considera a promoção da saúde mental como prioritária, através do desenvolvimento de competências pessoais e sociais, aumento da resiliência, promoção da autoestima e autonomia, visando prevenir comportamentos de risco. Na agenda 2030 de desenvolvimento da ONU, o acesso à saúde de qualidade e promoção do bem-estar para todos, em todas as idades, foi definido como um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), tendo como metas (...) a promoção da saúde mental e do bem-estar geral, assim como o acesso universal aos serviços de saúde sexual e reprodutiva, (...) informação e educação, bem como a integração da saúde reprodutiva em estratégias e programas nacionais.</p>
Destinatários preferenciais	Jovens
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	<p>A APF tem desenvolvido, desde 2006, intervenção na comunidade na zona oriental de Lisboa, o que permitiu constatar multi-vulnerabilidades que culminam em fragilidades de saúde mental, com consequências danosas para crianças e jovens desta zona (processos de promoção e proteção, violência nas relações íntimas, ausência de projetos de vida, relações conflituosas, baixa inteligência emocional,...). Neste sentido, o projeto pretende trabalhar a saúde mental através da noção de felicidade, conceito emergente em termos científicos, particularmente no mundo ocidental. De acordo com os ODS, a saúde mental está intrinsecamente ligada às questões da educação sexual e dos afetos. Nesse sentido, a proposta deste projeto passa por intervir junto de crianças, jovens e pessoal de</p>



educação, encontrando estratégias de educação sexual em contexto escolar que promovam saúde mental, bem-estar, otimismo, auto-estima e auto-confiança, sentido de pertença e participação cívica e relações positivas. As referidas estratégias serão consubstanciadas num programa de competências a disponibilizar online. Este programa será enriquecido com a experiência direta das sessões de sensibilização/formação e do levantamento sobre os índices de felicidade desta população. Como estratégia de disseminação e de visibilidade, estão pensadas atividades como a Biblioteca Humana, metodologia ensaiada internacionalmente e que pretende capacitar as pessoas na relativização de preconceitos; uma campanha de promoção da felicidade, que, não só promove a participação voluntária de jovens e outros membros da comunidade, como permite ultrapassar as fronteiras do Bairro e sensibilizar toda a cidade. Por fim, o projeto contempla um Seminário final, que permite a disseminação de melhores práticas, recomendações nesta área e formas sustentáveis de continuar o investimento realizado em torno da felicidade.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	Promover a saúde mental através da educação sexual e desenvolvimento de competências para a felicidade, entre crianças, jovens e pessoal da educação. Pretende-se maior integração dos benefícios objetivos do bem-estar subjetivo, incluindo maior saúde e longevidade (melhoria do sistema imunitário, menores comportamentos de risco), maior produtividade (maior criatividade, participação e flexibilidade, redução do absentismo e aumento da cooperação) e melhoria do comportamento individual e social (aumento da resiliência, maior participação na comunidade, redução de relações de conflito). Pretende-se uma escola mais humanizada e que priorize a felicidade de crianças e jovens.
Sustentabilidade	Crianças, jovens e adultos capacitados, com competência para atingir o seu bem-estar, passam a fazer escolhas adequadas à promoção da sua saúde e ao seu projeto de vida e são capazes de ajudar pessoas da sua rede relacional directa e indirecta a fazer o mesmo. Uma escola mais humanizada e que promove um ambiente relacional positivo entre professores e alunos, priorizando o bem-estar face aos resultados académicos, contribui para a diminuição do absentismo e do abandono escolar, promove a saúde mental, melhora as relações interpessoais, reduz as relações de



conflito, benéficos com impacto em anos vindouros. A APF continuará a ser um recurso para esta comunidade, particularmente no âmbito de manter uma parceria articulada, envolvida e participativa. Os produtos do projeto continuarão disponíveis, permitindo a continuidade do trabalho direto com novos grupos de crianças e jovens.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição	<p>Através da divulgação e disseminação dos produtos e da experiência de execução do projeto, pretende sensibilizar-se a comunidade em geral para a importância e benefícios da promoção da temática da felicidade em contexto escolar. Desta forma, pretende criar-se a génese de um novo olhar sobre as escolas, onde o bem-estar é preponderante e basilar para o sucesso escolar e pós-escolar, dando sentido à ideia que a escola não prepara só para as temáticas curriculares, mas também contribui inequivocamente para o desenvolvimento pessoal e social. Esta disseminação será conseguida através da utilização de ecrãs luminosos distribuídos em todo o concelho de Lisboa com mensagens relacionadas com a temática da felicidade. Será também conseguida através do recurso à comunicação social com reportagens dos eventos, como, por exemplo, biblioteca humana e festival/seminário final. Outro meio de divulgação a mobilizar será o recurso ao site da APF com protagonismo para o download da campanha e do Programa de competências. Por último, os momentos de reflexão conjunta (ex.: testes do programa, festival final, biblioteca humana) serão também momentos de divulgação e sensibilização de produtos e metodologias.</p>
Sustentabilidade	<p>O projeto estrutura-se na criação de produtos (campanha, programa de competências, estudo sobre a Felicidade Interna Bruta) que perduram no tempo, podendo ser utilizados em diferentes contextos e momentos. A imagem alternativa criada levará a que se comunique de forma diferente sobre a escola e o bairro. Criar metodologias e produtos concretos em torno de uma temática emergente e que tem sido, primordialmente, abstrata e teórica, permite uma maior adesão ao tema, fomentando a sua aplicação. Tendencialmente as escolas têm o objetivo de se tornar mais humanizadas. Este projeto contribui para esta tendência, dando voz a um movimento que muda o paradigma da escola.</p>

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Feliz-Idade
Recursos humanos	Pessoal técnico da APF e de entidades parceiras; técnico/a de contacto em cada instituição educativa.



Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
Valor	8714 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Pontual14
Nº de destinatários	400
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 2	Felicita-Ação
Recursos humanos	Pessoal técnico da APF e de entidades parceiras; técnico/a de contacto em cada instituição educativa.
Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
Valor	8714 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Pontual12
Nº de destinatários	140
Objectivos específicos para que concorre	1
Actividade 3	Prog. de Competências Feliz-Mente
Recursos humanos	Pessoal técnico da APF (coordenadora a técnico/a) e das entidades parceiras; designer; programador/a informático.
Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
Valor	6307 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	Pontual1
Nº de destinatários	100
Objectivos específicos para que	



	concorre	1, 2
	Actividade 4	Felicidade Interna Bruta (FIB)
	Recursos humanos	Pessoal técnico da APF; Técnico investigador; técnico/a de contacto e docentes de TIC da ES Dom Dinis.
	Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
	Valor	4857 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	Pontual1
	Nº de destinatários	500
	Objectivos específicos para que concorre	1, 2
	Actividade 5	Feliz-Cidade
	Recursos humanos	Pessoal técnico da APF; designer; fotógrafo e técnico de imagem
	Local: entidade(s)	Associação para o Planeamento da Família
	Valor	8136 EUR
	Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
	Periodicidade	Pontual1
	Nº de destinatários	2500
	Objectivos específicos para que concorre	1, 2
	Actividade 6	Feliz-Citar - Biblioteca Humana
	Recursos humanos	Pessoal técnico da APF ; Designer gráfico; "livros" humanos.
	Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
	Valor	4737 EUR



Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7
Periodicidade	Pontual1
Nº de destinatários	90
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
Actividade 7	Grande Plano para a Felicidade
Recursos humanos	Pessoal técnico da APF e das entidades parceiras; palestrantes; técnico de imagem e de edição; designer gráfico.
Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Dom Dinis; Associação para o Planeamento da Família
Valor	8535 EUR
Cronograma	Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Pontual1
Nº de destinatários	50
Objectivos específicos para que concorre	2

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	15
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenadora - Interna
Horas realizadas para o projeto	420
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Superior - Interna

Horas realizadas para o projeto	588
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Superior - Financeiro - Interna
Horas realizadas para o projeto	252
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico Superior - Externo
Horas realizadas para o projeto	1680
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico Superior - Investigador
Horas realizadas para o projeto	64
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Designer gráfico
Horas realizadas para o projeto	145
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Programadora informática
Horas realizadas para o projeto	54
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não



Função Fotógrafo
 Horas realizadas para o projeto 54
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico de imagem e edição
 Horas realizadas para o projeto 75
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico Superior - Parceiro ATM
 Horas realizadas para o projeto 7
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico Superior - Parceiro IAC
 Horas realizadas para o projeto 7
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira
 Morador no bairro do projeto Não

Função Técnico Superior - Parceiro AEDD
 Horas realizadas para o projeto 7
 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%)

1

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)	950
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	2500
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	550
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	950
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	0
Nº de destinatários imigrantes	0
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	3
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	3
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	1
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0



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

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	18309 EUR
Encargos com pessoal externo	20902 EUR
Deslocações e estadias	1300 EUR
Encargos com informação e publicidade	0 EUR
Encargos gerais de funcionamento	8589 EUR
Equipamentos	900 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	Associação para o Planeamento da Família
Valor	50000 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	Associação para o Planeamento da Família
Tipo de apoio	Financeiro
Valor	4887 EUR

Descrição Contributo mensal de 407,25EUR (43%) para a cedência de espaço da sede da delegação Lisboa da APF. Serão utilizadas duas salas para o desenvolvimento do projeto para os técnicos alocados ao mesmo, para preparação de materiais e formações a serem realizadas nas instalações da sede da delegação Lisboa da APF (a sala de formação está completamente equipada, não sendo necessário nenhum investimento por parte da CM Lisboa).

Entidade	ATM-Associação Tempo de Mudar para o Desenvolvimento do Bairro dos Lóios
----------	--



Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	947 EUR
Descrição	Valor calculado com base no número de horas estimadas de um/a técnico/a da ATM (5%/mês) para fazer articulação institucional para alcançar os objetivos do projeto e divulgação das atividades do mesmo.
Entidade	IAC - Instituto de Apoio à Criança
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	947 EUR
Descrição	Valor calculado com base no número de horas estimadas de um/a técnico/a do IAC (5%/mês) para fazer articulação institucional para alcançar os objetivos do projeto e divulgação das atividades do mesmo.
Entidade	Agrupamento de Escolas Dom Dinis (AEDD)
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	947 EUR
Descrição	Valor calculado com base no número de horas estimadas de um/a técnico/a do AEDD (5%/mês) para fazer articulação institucional para alcançar os objetivos do projeto e divulgação das atividades do mesmo.

TOTAIS

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	7728 EUR
Total do Projeto	57728 EUR
Total dos Destinatários	3780

