Programa
Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2020

Dimensão: Dimensão Ignição

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 039

Se Eu Consigo, Tu também Consegues!

LISBOA CÂMARA MUNICIPAL

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 Aprender em Parceria - A PAR

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação	Junta de Freguesia de Santa Clara

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão	Dimensão Ignição
Designação	Se Eu Consigo, Tu também Consegues!
BIP/ZIP em que pretende intervir	67. Alta de Lisboa Centro
ODS 2030	----------

Síntese do Projeto

Fase de execução	O projeto tem enfoque na prevenção primária de comportamentos de risco e visa, através da aquisição de competências pessoais/sociais em alunos do 1º e 2º ciclo, obter impacto ao nível do investimento escolar e integração/coesão social. Pretende contribuir para minorar necessidades identificadas e inova pelo facto de não se pretender fazer algo PARA mas COM as crianças, pois as atividades a serem realizadas pretendem envolver as crianças em toda a sua fase de execução, fomentando a entreajuda.
Fase de sustentabilidade	As competências a adquirir serão trabalhadas com recurso à implementação de uma adaptação do Programa Competência Pessoais - Kids' Skills (Sou Capaz). Para além de ser aplicado diretamente com as crianças, também docentes e famílias irão adquirir as estratégias utilizadas para que futuramente as possam aplicar em prol de uma interação positiva e de reforço de competências junto das crianças, potenciando assim o impacto do projeto. A rádio online a ser desenvolvida deverá também ter continuidade.

DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	Num território marcado pelas condicionantes do plano especial de realojamento, permanece entre os seus moradores dificuldades no desenvolvimento de um sentimento de pertença e coesão social. De acordo com o CEDRU aqui residem famílias numerosas, de grande heterogeneidade étnica e cultural onde ainda persistem situações de exclusão social. Verificam-se dificuldades de comunicação em português, altas taxas de desemprego ou emprego precário, condições propícias à adoção de comportamentos de risco. O AE Pintor Almada Negreiros está identificado como TEIP. De acordo com o levantamento efetuado pela DGE apresenta vulnerabilidade económica e social "onde a violência, a indisciplina, o abandono e o insucesso escolar se manifestam". O Diagnóstico Social de Lisboa (2017) refere que é em Santa Clara que se verifica a maior taxa de abandono escolar (3.45%). Tanto a JF com o AE consideram que o projeto que propomos implementar, enquanto oferta complementar ao currículo, é muito importante para tentar inverter este cenário (Eixo Educação - Apoio ao processo Educativo e Formativo). A COVID19 veio contribuir para o agravamento das condições previamente existentes no território. Todavia, também veio criar oportunidade de reforçar redes de vizinhança, apelando a um sentimento de unidade e entreajuda. Sendo expectável que novos surtos virais possam surgir, urge preparar as novas gerações, em termos pessoais, sociais e emocionais, para melhor gerirem os desafios gerados por situações similares.
Destinatários preferenciais	Crianças
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	Os primeiros estudos sobre o impacto psicológico do COVID19 estão já a ser conduzidos pela OPP, mas é inegável o efeito negativo causado pela privação de contacto social salutar e de acompanhamento escolar próximo, nas crianças em geral e nas provenientes de territórios de grande vulnerabilidade social em particular. O Projeto "Se Eu Consigo, Tu também Consegues" foca-se no potencial por explorar de cada criança. É um projeto de intervenção, implementado em contexto escolar e com a comunidade escolar. Através de sessões práticas, lúdicas e reflexivas, pretende-se potenciar as competências pessoais/sociais dos alunos do 1º e 2º ciclo da EPAN, reforçando a sua autonomia, autoestima, capacidade de gerirem emoções e comportamentos de modo mais ajustado; contribuindo simultaneamente para a prevenção de comportamentos de risco. Pelas metodologias adotadas e atividades propostas, acreditamos que este projeto contribuirá para aumentar a coesão social dentro da comunidade escolar. A par com a implementação do Programa de Desenvolvimento de Competências Kids' Skills (Sou Capaz!), do qual detemos os direitos da versão portuguesa, pretendemos orientar os alunos do 2º ciclo na dinamização de uma rádio escolar com conteúdos positivos e encorajadores e que dependerá do seu

comprometimento. Todas as atividades previstas concorrem para aumentar competências pessoais, sociais e cívicas. Partindo do envolvimento direto das crianças, das suas vivências e interesses, procuraremos dar resposta às necessidades por elas identificadas/sentidas. Tal contribuirá para um sentimento de pertença a algo maior do que o individuo, aumentando a consciência de si, das suas potencialidades individuais, mas também de uma consciência social. Acreditamos que a escola pode e deve incluir diferentes etnias, culturas, comunidades, constituindo uma única Comunidade multicultural e por isso mais rica. O respeito por essa diversidade e valorização da multiculturalidade será evidenciado na atividade nº5.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição	Inserido no Eixo Educação, o projeto concorre especificamente para a capacitação das crianças residentes no território, ajudando-as a desenvolver as suas competências pessoais e sociais, prevenindo comportamentos de risco. As atividades 4 e 5 do projeto "Se Eu Consigo, Tu também Consegues" visam potenciar a assertividade, a responsabilidade, a autonomia, a criatividade, a aceitação (de si e do outro), o respeito pela diversidade, o autocontrolo emocional e comportamental; competências que (esperamos) terão impacto no investimento escolar e por conseguinte na valorização da escola, fomentando comunidades mais seguras e integradas. Ao ajudarmos a criança a desenvolver o seu potencial e a tomar consciência de que é capaz de alcançar os objetivos a que se propõe com sucesso, reforçaremos a sua autoestima, a sua vontade de se empenhar cada vez mais e melhor em qualquer esfera da sua vida. Se as crianças sentirem que os adultos e os pares à sua volta, acreditam em si e no seu potencial, mais facilmente desenvolverão a confiança necessária e a motivação para corresponderem às expectativas externas e demonstrar que efetivamente conseguem, construindo uma imagem mais positiva de si próprios. Essa confiança será fundamental para os ajudar a desenvolver uma capacidade de resiliência e uma estrutura interna que lhes permita evitar enveredar por comportamentos desviantes ou de risco futuramente.
Sustentabilidade	Uma vez interiorizados os princípios subjacentes ao Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais, cada criança será capaz de os continuar a replicar, adquirindo

mais e mais competências ou melhorando/reforçando competências já aprendidas;
Tanto as crianças como os adultos abrangidos pelo programa, deverão ser capazes de se debruçar sobre as dificuldades, encarando-as não como problemas mas como oportunidades de crescimento e de aprendizagem;
Esta forma de encarar qualquer situação do dia-a-dia torná-las-á crianças mais resilientes e mais capazes de superar obstáculos, contribuindo para quebrar ciclos de desinvestimento e desresponsabilização pessoal e/ ou social.
Os docentes também poderão aprender a utilizar as estratégias e linhas orientadoras o inerente ao Programa de Competências Pessoais, aplicando-o junto de alunos dos anos seguintes, findo o financiamento do Programa BIP/ZIP.
Passarão a dispor de mais uma ferramenta de trabalho com resultados comprovados, a qual concorre para a sustentabilidade da intervenção local.
A Associação A PAR compromete-se a pontualmente, promover reuniões ou sessões para reciclagem de conteúdos/ estratégias de modo a potenciar o impacto positivo gerado pelo projeto e garantir a sua monitorização.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição	Um segundo objetivo do projeto visa promover o exercício da cidadania. Desenvolver valores, atitudes e práticas que contribuam para a formação de cidadãos conscientes e participativos. As atividades 4 e 5 concorrem para a prossecução deste objetivo ao proporcionar aos alunos atividades que permitem o desenvolvimento da autorregulação e da autodisciplina, responsabilizando-os pelos seus atos e melhorando as suas relações interpessoais. As crianças serão convidadas a contribuir com as suas ideias, a espelhar a sua identidade cultural e a sua criatividade, com total respeito pelo outro e aceitação das suas diferenças/ especificidades. O potencial das atividades poderá ser explorado pelos docentes das várias disciplinas integrando os diversos saberes com uma componente prática que apela a uma unidade (sentimento de identificação e pertença) e ao exercício das competências cívicas e sociais. Esta partilha permitirá estreitar as relações e a comunicação entre toda a comunidade escolar, funcionando como meio de disseminação de boas práticas. Dado que o sucesso desta atividade, depende em grande parte do envolvimento das crianças (é uma atividade que é feita com elas e não apenas para elas), promove igualmente o desenvolvimento da responsabilidade individual e coletiva e da procura de soluções conjuntas.
Sustentabilidade	Uma vez ultrapassado o investimento inicial para dinamização da atividade 5, a apropriação dos conhecimentos e procedimentos transmitidos para dinamização da mesma, por parte das crianças/ jovens, ainda que com supervisão de algum(s) docente(s), deverão garantir as condições

necessária para a continuidade desta atividade ao longo dos anos. A mesma poderá, inclusive, passar a fazer parte da oferta extracurricular da escola.
As competências pessoais e sociais trabalhadas, quando exercitadas ao longo do tempo, passam a fazer parte dos valores intrínsecos de cada criança, contribuindo para um exercício efetivo de cidadania ativa. O envolvimento das crianças na identificação e procura de soluções dentro da sua escola aumenta o sentimento de pertença e integração, e promove o investimento escolar em todas as esferas (saber, saber fazer e saber ser). Investimento esse que por sua vez contribuirá para uma diminuição de comportamentos disruptivos.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição	Por último, mas não menos importante, é nosso objetivo promover a troca de saberes entre todos os intervenientes que facilitem a procura de soluções para a resolução de problemas. Todos os destinatários do projeto, as crianças enquanto destinatários principais, mas também os docentes, os pais e outros técnicos com intervenção no projeto, serão chamados a colaborar na identificação das necessidades bem como no planeamento e operacionalização de ideias/ estratégias que promovam o envolvimento de toda a comunidade educativa (escolas e famílias) e fomentem a participação cívica. A atividade 1, 2 e 3 concorrem para a persecução deste objetivo específico. É nosso objetivo fomentar a comunicação, entre os diferentes elementos da comunidade educativa (docentes e encarregados de educação), facilitadora da procura de soluções conjuntas para a resolução de problemas comuns. Como tal, docentes e encarregados de educação dos alunos do 1º e 2º ciclo da Escola Pintor Almada Negreiros, serão convidados a participar em sessões adaptadas do Programa de Competências Pessoais "Kids'Skills", dotando-os de ferramentas/ estratégias capazes de gerar mudanças positivas e de fomentar a participação cívica.
Sustentabilidade	A realização da atividade 2 e 3 concorre para a sustentabilidade do projeto na medida em que ao formar/ capacitar docentes e encarregados de educação, estaremos a ampliar a probabilidade de continuação do projeto e dos seus objetivos no futuro. Findo o projeto, docentes e encarregados de educação estarão em condições de (re)aplicar as metodologias aprendidas, disseminando as informações relevantes e chegando a mais destinatários. Com o compromisso e boa vontade de todos os parceiros envolvidos (formais e informais) as atividades poderão ter continuidade no ano letivo seguinte como parte integrante da disciplina de formação cívica, cidadania, ou outra oferta extracurricular dos estabelecimentos de ensino.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Traçar Caminhos
Recursos humanos	Nestes momentos de planeamento, acompanhamento da execução do projeto no terreno e avaliação do mesmo, deverão estar presentes: a coordenadora do projeto (ou quem esta designe), a representante da entidade promotora (ou quem esta nomeie) e o(s) representante(s) das entidades parceiras ou técnicos diretamente envolvidos.
Local: entidade(s)	Qualquer uma das entidades envolvidas no projeto poderá disponibilizar o seu espaço. Assim, as reuniões poderão ter lugar nos seguintes locais: - Junta de Freguesia de Santa Clara - Escola Pintor Almada Negreiros - EB1/JI Alta de Lisboa
Valor	811 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 4, Mês 7, Mês 10, Mês 12
Periodicidade	Pontualtrimestral/sempre que justifique
Nº de destinatários	22
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 2	Sou Docente e Sou Capaz!
Recursos humanos	A dinamização desta atividade contará com a colaboração de 2 Recursos Humanos Externos (formadores) e de 1 elemento da Equipa A PAR. Aos formadores caberá a planificação, dinamização e avaliação das sessões. O coordenador do projeto prestará o apoio necessário para a concretização desta atividade, atuando como mediador entre todos os envolvidos.
Local: entidade(s)	- Escola Pintor Almada Negreiros - Junta de Freguesia de Santa Clara
Valor	1731 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	30
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 3	Famílias Capazes!

Recursos humanos	A dinamização desta atividade contará com a colaboração de 2 Recursos Humanos Externos (formadores) e de 1 elemento da Equipa A PAR. Aos formadores caberá a planificação, dinamização e avaliação das sessões. O coordenador do projeto prestará o apoio necessário para a concretização desta atividade, atuando como mediador entre todos os envolvidos. Será importante envolver ainda a Direção do AEPAN e a Associação de Pais que terão um papel fundamental na mobilização dos Encarregados de Educação.
Local: entidade(s)	- Agrupamento de Escolas Pintor Almada Negreiros - Junta de Freguesia de Santa Clara
Valor	1799 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	30
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 4	Sou Capaz!
Recursos humanos	Este programa será dinamizado por dois elementos da Equipa A PAR, com apoio de um Supervisor externo com formação e acreditado pelo Helsinky Brief Therapy Institute. Contará ainda com o envolvimento direto dos 6 docentes titulares de turma.
Local: entidade(s)	EB1/JI Alta de Lisboa
Valor	4108 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	146
Objectivos especificos para que concorre	1, 2

Actividade 5	Sou Capaz - On Radio
Recursos humanos	Este programa será dinamizado por dois elementos da Equipa A PAR, com apoio de um Supervisor externo com formação e acreditado pelo Helsinky Brief Therapy Institute. Contará ainda com o envolvimento direto de pelo menos 10 docentes (titulares de turma ou outros). Para a dinamização da

	atividade da rádio na internet contaremos com a colaboração de João Ribeiro, fundador da Tropelias & Companhia Associação Cultural (Rádio Tropelias e Companhia)
Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas pintor Almada Negreiros
Valor	7928 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	220
Objectivos especificos para que concorre	1, 2

Actividade 6	Vamos dar a Saber!
Recursos humanos	Os conteúdos serão elaborados pelos técnicos A PAR e revistos pelo coordenador e pelo supervisor do projeto. Ocasionalmente poderemos contar com a colaboração de alguns voluntários.
Local: entidade(s)	Não se aplica
Valor	1081 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	Mensal
Nº de destinatários	3050
Objectivos especificos para que concorre	3

Actividade 7	Avaliar e Monitorizar é a chave!
Recursos humanos	Nesta atividade contaremos com o envolvimento de todos os intervenientes no projeto: dirigentes, diretores técnicos, docentes, alunos, pais/ cuidadores. O tratamento estatístico ficará a cargo da equipa técnica e dos voluntários da Associação.
Local: entidade(s)	Não se aplica
Valor	811 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 11, Mês 12

Periodicidade	Pontual2 primeiros e 2 últimos meses
Nº de destinatários	40
Objectivos especificos para que concorre	3

	MONITORIZAÇÃO DE PROJETO
	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	4
	Constituição da equipa de projeto
Função	1 Representante no Projeto
Horas realizadas para o projeto	144
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	1 Supervisor das atividades
Horas realizadas para o projeto	135
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	1 Coordenador do Projeto
Horas realizadas para o projeto	504
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	1 Técnico A PAR
Horas realizadas para o projeto	504
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%)	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)	416
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	240
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)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	0
Nº de destinatários imigrantes	0
Formandos (Docentes e pais)	60
Alunos (1º e 2º ciclo)	340
	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	7
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	4
Nº de vídeos criados	2
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	9796 EUR
Encargos com pessoal externo	4703 EUR
Deslocações e estadias	696 EUR
Encargos com informação e publicidade	285 EUR
Encargos gerais de funcionamento	2040 EUR
Equipamentos	749 EUR
Obras	0 EUR
Total	18269 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	Associação Aprender em Parceria - A PAR
Valor	18269 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Associação Aprender em Parceria - A PAR
Tipo de apoio	Não financeiro

Valor	1674 EUR
Descrição	A A PAR reconhece que o seu trabalho social, desenvolvido junto de famílias em situação de vulnerabilidade social, só é possível com o apoio de entidades como a CML através do Programa BIP/ZIP. Ainda assim, procura dar também o seu (ainda que pequeno) contributo financeiro para todas as atividades que promove. Como tal, para o Projeto em questão, a A PAR contribuirá com a cedência de Recursos Humanos e com o suporte dos custos indiretos inerentes ao projeto. Ao nível dos Recursos Humanos serão 1 Técnico Superior que na qualidade de representante da A PAR irá apoiar o desenvolvimento do projeto, participar em reuniões de planeamento e avaliação, ajudar a mobilizar atores estratégicos, entre outros (144h*10EUR/hora). Relativamente aos custos indiretos com comunicações e internet, renda e contabilidade suportará um valor estimado em 1224EUR ao ano (calculados com base em 30% dos custos totais).
Entidade	Junta de Freguesia de Santa Clara
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	225 EUR
Descrição	A Junta de Freguesia de Santa Clara será uma das maiores fontes de apoio na implementação deste projeto no território. Os seus técnicos da área Social e não só, serão uma mais-valia na partilha do conhecimento sobre as características da população residente e identificação dos parceiros estratégicos, bem como de elementos da população que possam funcionar como mediadores entre os técnicos do projeto e os destinatários. O apoio não financeiro prestado pela Junta de Freguesia é relativo à disponibilização do tempo dos Recursos Humanos que irão partilhar connosco o seu know How e que participarão nas reuniões com o objetivo de planear, monitorizar, mobilizar atores e divulgar as atividades do projeto. Para além disso ocasionalmente cederão as suas instalações para as referidas reuniões.
Entidade	EB1/JI Alta de Lisboa
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1650 EUR
Descrição	A EB1/JI disponibilizará seis salas para realização das sessões bem como pelo menos 1 colaborador de cada uma das salas abrangidas pelo projeto e que acompanharão a dinamização das atividades. Esses colaboradores terão um papel preponderante no estabelecimento da comunicação entre a escola e a família, difundindo as atividades do projeto. Também a Coordenadora da Escola disponibilizará o seu tempo e os seus recursos com o objetivo de planear, monitorizar e divulgar as atividades do projeto pela comunidade.

Entidade	EB 2/3 Pintor Almada Negreiros
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2270 EUR
Descrição	A EB2/E PAN disponibilizará uma ou mais salas para realização da atividade 2, 3 e 5, num estimado em 92 utilizações. Pelo menos 1 docente de cada turma abrangida pelo projeto acompanhará as atividades colaborando na dinamização das mesmas. Esses colaboradores terão um papel preponderante no estabelecimento da comunicação entre a escola e a família, difundindo as atividades do projeto. Também o Diretor da Escola disponibilizará o seu tempo e os seus recursos com o objetivo de ajudar a planear, monitorizar e divulgar as atividades do projeto pela comunidade

---

	TOTAIS
Total das Actividades	18269 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	5819 EUR
Total do Projeto	24088 EUR
Total dos Destinatários	3538