

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2021  
Dimensão: Dimensão Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 030

Gerações Saudáveis



**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](mailto:bip.zip@cm-lisboa.pt)

**ENTIDADES PROMOTORAS**

Designação AMBH - Associação de Moradores Bairro Horizonte

**ENTIDADES PARCEIRAS**

Designação VMBA - Associação de Moradores Viver Melhor no Beato

Designação Clube Intercultural Europeu

Designação Médicos do Mundo, Associação

Designação Geração Com Futuro, Associação

Designação Junta de Freguesia da Penha de França

Designação Fundação Aga Khan - Portugal

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Gerações Saudáveis

BIP/ZIP em que pretende intervir 47. Horizonte

ODS 2030 Saúde de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Cidades e Comunidades Sustentáveis

Síntese do Projeto

Fase de execução Disponibilizar serviços de proximidade que respondam às necessidades de saúde (física e mental) já identificadas de toda a comunidade assim como, a uma escala menor, a de técnicos/as ligados/as ao território para a melhoria e sustentabilidade do seu trabalho de primeira linha. As atividades desenvolvidas no espaço comunitário do Bairro Horizonte, no espaço público e ao domicílio, serão promotoras de saúde e estilos de vida mais saudáveis, especialmente da população sénior do Bairro Horizonte.

Fase de sustentabilidade O consórcio do projeto irá assegurar a mobilização de recursos e cruzamento com outros projetos e processos do território durante o ano de execução para manter as atividades nos 2 anos de sustentabilidade. Este esforço inclui a angariação de novos fundos através do envolvimento de doadores, captação de financiamentos públicos/privados e negociação com autarquias. A aposta na criação de uma rede de serviços sociais, mentorias e empregabilidade local



fortalece a perspetiva de sustentabilidade.

## DESCRIÇÃO DO PROJETO

### Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>O Diagnóstico Participado (AMBH, AKF, SCML e FAUL 2010) identificou as principais necessidades e propostas da comunidade (anexo): espaços de convívio e serviços específicos para crianças, jovens e seniores, equipamentos desportivos e acessos pedonais. ¼ dos moradores tem -25 anos, e 20% +65 (INE 2011), 2 grupos vulneráveis dado o elevado absentismo/abandono escolar, baixas qualificações e o isolamento de idosos. As necessidades diagnosticadas têm sido trabalhadas pela parceria através de vários instrumentos e redes e, mais recentemente, através do BIP/ZIP 2020 "Projeto Intergeneracional Novo Horizonte". A partir do mesmo foi possível estruturarem-se respostas de proximidade à população e houve uma reaproximação da AMBH e respetivos parceiros junto de moradores. Também no contexto deste projeto realizou-se um novo diagnóstico (fev 2021) em que surgiram três questões fundamentais que esta nova candidatura procura dar resposta: 1) Saúde Mental e isolamento da população; 2) Falta de atividades de convívio e dinâmica da população sénior; 3) Espaço público e entreaajuda entre moradores e autoridades competentes para a resolução de certas questões e o cuidado comum com o bairro. A pandemia COVID-19 exacerbou e trouxe mais visibilidade às questões da saúde mental em todo o país e no mundo em geral, mas tais assuntos ganham maior destaque nos BIPs e ZIPs onde não existem estruturas de apoio ou serviços locais como noutras zonas de Lisboa.</p>
Destinatários preferenciais	Idosos
Temática preferencial	Melhorar a Vida no Bairro
Objectivo geral	<p>Promover a saúde mental na população do BIP 47, Bairro Horizonte através de ações, atividades, serviços de proximidade e ofertas de qualidade a moradores, especialmente à população idosa. Em paralelo à oferta de atividades e ações que visam a melhoria da qualidade de vida, o projeto pretende instaurar processos formativos para possibilitar a sustentabilidade das atividades e criar lideranças internas dentro do Bairro Horizonte. A aposta na formação de jovens em soft skills, na vertente da empregabilidade e na sua integração nas respostas e</p>



serviços de proximidade permitirá capacitá-los para a entreaajuda e a possibilidade de pensarem em novas e melhores respostas e soluções na fase da sustentabilidade do projeto. De igual forma, e como referido, uma das grandes preocupações dos moradores/as do BH continua a ser o espaço público, questões de saúde pública e de salubridade e por isso esta nova candidatura inclui um processo de maior envolvimento dos moradores na resolução destas questões a partir da AMBH e aprofundar / estruturar melhor as relações e plataformas já existentes com as autoridades públicas ou outras competentes. As situações de risco social podem englobar diferentes agentes: o contexto (inibidor de fatores de desenvolvimento necessários ou facilitador de experiências pouco positivas), as famílias (baixa responsabilidade exercida pelos pais ou cuidadores), pelo que a intervenção deverá realizar se com uma perspectiva multicausal e interativa. Os serviços sociais básicos ou agentes que trabalham em contato direto com a comunidade constituem o primeiro nível de serviços, já que são os mais próximos ao indivíduo, ao âmbito familiar onde este está inserido e à realidade social do território. As medidas de intervenção / ação pensadas neste projeto poderiam ser classificadas em medidas de prevenção e proteção

---

#### Objetivos Específicos de Projeto

##### Objetivo Específico de Projeto 1

#### Descrição

Criação de respostas face a problemáticas de saúde mental no Bairro Horizonte. Este objetivo prende-se com a necessidade mais urgente identificada no processo de diagnóstico de 2021, a partir do projeto BIPZIP 2020 pelos próprios moradores, e que muito se deve à pandemia COVID-19 (embora muitas das questões fossem pré-existent, foram exacerbadas pelos sucessivos confinamentos e clima de medo que se tem vivido nestes tempos). O projeto pretende criar uma equipa de atendimento e de oferta de serviços de proximidade, incluindo apoio domiciliário, sempre que se verifique como necessário ou pertinente, relacionados com a saúde mental de toda a população do BIP 47, incluindo de igual forma os membros da AMBH e os próprios técnicos que trabalham neste território. Aliás, como é uma necessidade que se tem sentido em todo o Vale de Chelas de forma premente, este objetivo visa não só o BH como os outros bairros de realojamento da antiga Curraleira, do antigo Casal do Pinto e do Portugal Novo, através de intervenções semanais e atividades conjuntas. Este objetivo implica uma análise contínua da realidade, muito cuidadosa e



atualizada, que nos permita alargar as respostas ao máximo de pessoas possíveis, identificar as situações mais emergentes no território e as pessoas mais vulneráveis nesta área da saúde mental, assim como criar espaços de conforto e segurança para lidar com estas questões que muitas vezes são tratadas com vergonha ou pudor

**Sustentabilidade**

Com o apoio do poder local e outros financiadores, poderão ser desenvolvidas ações de qualidade que diminuam as situações prejudiciais para o bem-estar e desenvolvimento dos indivíduos e da comunidade, nomeadamente a ação do CLDS Onda do Bairro e da Equipa Interv. Comunitária (AKF+SCML). Desde o início de 2020 que se tem dado uma maior visibilidade às questões da saúde mental, muito por culpa da pandemia COVID 19, incluindo mais respostas a nível de financiamento e programas para a resolução das questões mais urgentes. Assim, o projeto aproveitará o ano de execução do BIP/ZIP para criar espaços, estruturas e uma relação mais próxima entre equipa / AMBH e os moradores do BIP 47 e dos outros BIPs que integram o Vale de Chelas, para que durante a fase de sustentabilidade se procurem formas alternativas de financiar esta intervenção com base em números mais fixos, num diagnóstico das questões de saúde mental mais trabalhado e com maior base qualitativa e numa AMBH mais capacitada nestas questões para agir como pivô relativamente às potenciais estruturas que poderão financiar estas intervenções entre 2022/24 e daí em diante (financiamento privado, programas públicos, donativos e patrocínios, contribuições simbólicas dos próprios moradores e/ou famílias, entre outros). Ao promover a empregabilidade local durante o ano de execução, o projeto espera capacitar alguns dos moradores nesta área da saúde mental para também garantir a continuidade das atividades na fase da sustentabilidade

**Objetivo Específico de Projeto 2**

**Descrição**

Criação de um programa de envelhecimento saudável que promova atividades psicomotoras com o objetivo de diminuir os fatores de risco da população sénior que derivam em situações de dependência e exclusão. Os problemas de mobilidade e a incapacidade para desenvolver tarefas domésticas acrescentam a falta de funcionalidade que se produz neste processo de envelhecimento e por isso serão dinamizadas atividades preventivas e de manutenção da condição física. O projeto pretende criar uma rede de apoio para que a população sénior não sofra de situações de desacompanhamento, isolamento e mal-estar, a partir das entidades deste consórcio e envolvendo todo o contexto e outras entidades competentes da área social, no desenvolvimento de atividades e ações baseadas na atividade física e na ocupação positiva dos tempos livres. Estas redes irão traduzir-se ao nível individual através de uma intervenção direta com a equipa do projeto, assim como comunitária, através da organização de sessões com





visam, sobretudo, dar maior capacidade ao Bairro Horizonte de se posicionar no território de forma mais íntegra e na resolução de questões de saúde pública e insalubridade que continuam a ser situações a necessitar de respostas urgentes e cuja resolução se encontra muito atrasada. No entanto, este objetivo tem maior amplitude, pois inclui um processo formativo de jovens moradores para o seu envolvimento, direto ou indireto, neste projeto, ao longo da fase de sustentabilidade do projeto de 2020 e na associação de moradores, visando não só a sua própria empregabilidade, como uma nova visão sobre os desafios e soluções do bairro

Sustentabilidade

A sustentabilidade deste objetivo assegura-se a partir da AMBH, que se encontra cada vez mais fortalecida a partir dos processos participativos e do projeto BIP/ZIP 2020. Através da atividade 1, cuja missão é formar e capacitar moradores e moradoras do BIP 47, especialmente a população mais jovem, este objetivo irá ser assegurado a partir da sua integração nas atividades durante o ano de execução que levará a uma aprendizagem prática e a um processo de responsabilização dos participantes envolvidos e da própria AMBH. De igual forma, existem no território processos e projetos em paralelo que têm como missão a contínua capacitação dos moradores do Vale de Chelas (como por exemplo o CLDS Onda no Bairro e a Casa da Juventude do Beato), assim como se tem criado uma relação muito forte e colaborativa entre as várias associações de moradores dos bairros que resultam do processo de realojamento da antiga Curraleira e do antigo Casal do Pinto (BIPs 46, 57, 59 e 60), bem como do bairro do Portugal Novo. Este contexto fornece uma perspetiva de sustentabilidade muito positiva para este objetivo, pois permitirá a continuidade do processo formativo e de criação de novas lideranças no Bairro Horizonte, assim como adicionar outro tipo de competências e soft skills nos jovens

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1 Educar para novos Horizontes

Recursos humanos

Coordenador do Projeto coordena a atividade e a equipa de projeto  
 1 técnico especializado na área das ciências sociais (psicologia) que estará afeto ao projeto 30h/semana, responsável por desenvolver o trabalho com crianças/jovens e faz a ligação com EE e professores das escolas .  
 1 dinamizador local estará afeto ao projeto 30h/semana e operacionalizará todas as oficinas.  
 Envolvimento de voluntários/as e estagiários/as (locais e internacionais);  
 A AMBH será responsável pela logística, gestão do espaço e pelo envolvimento ativo dos/as moradores/as do BIP 47 e



		pela ligação com os outros bairros do Vale de Chelas. Os restantes parceiros do consórcio darão apoio técnico, logístico e de mobilização.
Local: entidade(s)		O local é disponibilizado pela Associação de Moradores Bairro Horizonte no edifício da antiga sede do União Clube da Curraleira.
Valor		10090 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		Semanal
Nº de destinatários		20
Objectivos específicos para que concorre		1, 3
Actividade 2		Horizonte Saudável
Recursos humanos		<p>Coordenador do Projeto coordena a atividade e a equipa de projeto</p> <p>1 técnico especializado na área das ciências sociais (psicologia) que estará afeto ao projeto 30h/semana, responsável por desenvolver o trabalho com crianças/jovens e faz as ligações necessárias;</p> <p>1 dinamizador local estará afeto ao projeto 30h/semana e operacionalizará esta atividade;</p> <p>Envolvimento de voluntários/as e estagiários/as (locais e internacionais);</p> <p>A AMBH será responsável pela logística, gestão do espaço e pelo envolvimento ativo dos/as moradores/as do BIP 47 e pela ligação com os outros bairros do Vale de Chelas.</p> <p>Os restantes parceiros do consórcio darão apoio técnico, logístico e de mobilização</p>
Local: entidade(s)		O local é disponibilizado pela Associação de Moradores Bairro Horizonte no edifício da antiga sede do União Clube da Curraleira.
Valor		10290 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		Semanal
Nº de destinatários		38
Objectivos específicos para que concorre		1, 2



Actividade 3	Horizonte Comunitário
Recursos humanos	<p>Coordenador do Projeto          1 técnico especializado na área das ciências sociais (psicologia) que estará afeto ao projeto 30h/semana, responsável por desenvolver atividades e consultas direcionadas à comunidade e técnicos do território.          1 nutricionista enquanto colaboradora ocasional, responsável pelas consultas de nutrição, bem como pelo desenvolvimento de ações de informação e sensibilização nesta área.</p> <p>1 dinamizador local</p> <p>Voluntários/as e estagiários/as (locais e internacionais);          A AMBH será responsável pela logística, gestão do espaço e pelo envolvimento ativo dos/as moradores/as do BIP 47 e pela ligação com os outros bairros do Vale de Chelas.          Os restantes parceiros do consórcio darão apoio técnico, logístico e de mobilização.</p>
Local: entidade(s)	O local é disponibilizado pela Associação de Moradores Bairro Horizonte no edifício da antiga sede do União Clube da Curraleira.
Valor	9790 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	Semanal
Nº de destinatários	20
Objectivos específicos para que concorre	1, 3
Actividade 4	Horizonte em Movimento
Recursos humanos	<p>Coordenador do Projeto coordena a atividade e a equipa de projeto          1 técnico especializado na área das ciências sociais (psicologia) que estará afeto ao projeto 30h/semana          1 dinamizador local estará afeto ao projeto 30h/semana e operacionalizará esta atividade;          Envolvimento de voluntários/as e estagiários/as (locais e internacionais);          A AMBH será responsável pela logística, gestão do espaço e pelo envolvimento ativo dos/as moradores/as do BIP 47 e pela ligação com os outros bairros do Vale de Chelas.          Os restantes parceiros do consórcio darão apoio técnico, logístico e de mobilização.</p>
Local: entidade(s)	O local é disponibilizado pela Associação de Moradores Bairro Horizonte no edifício da antiga sede do União Clube



	da Curraleira.
Valor	10240 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	Semanal
Nº de destinatários	32
Objectivos específicos para que concorre	2
Actividade 5	Horizontes em Harmonia
Recursos humanos	Coordenador do Projeto coordena a atividade e a equipa de projeto 1 técnico especializado na área das ciências sociais (psicologia) que estará afeto ao projeto 30h/semana 1 dinamizador local estará afeto ao projeto 30h/semana e operacionalizará esta atividade; Envolvimento de voluntários/as e estagiários/as (locais e internacionais); A AMBH será responsável pela logística, gestão do espaço e pelo envolvimento ativo dos/as moradores/as do BIP 47 e pela ligação com os outros bairros do Vale de Chelas. Os restantes parceiros do consórcio darão apoio técnico, logístico e de mobilização.
Local: entidade(s)	Associação de Moradores Bairro Horizonte Associação de Moradores Viver Melhor no Beato; Associação de Moradores Geração com Futuro; Associação de Moradores Paz, Amizade e Cores; Casa da Juventude do Beato - Junta da Freguesia do Beato / Clube Intercultural Europeu;
Valor	9590 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	50
Objectivos específicos para que concorre	3

## MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)



Nº de parceiros mobilizados	10
	Constituição da equipa de projeto
Função	Coordenador/a
Horas realizadas para o projeto	1680
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico/a Superior
Horas realizadas para o projeto	1440
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Dinamizador/a Comunitário/a
Horas realizadas para o projeto	1440
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Auxiliar de higiene e manutenção
Horas realizadas para o projeto	480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Nutricionista
Horas realizadas para o projeto	192
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Técnico/a de Desenvolvimento Comunitário - AKF Portugal
Horas realizadas para o projeto	384



Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico/a de Desenvolvimento Comunitário - SCML
Horas realizadas para o projeto	384
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnico/a Operacional - Clube Intercultural Europeu
Horas realizadas para o projeto	144
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Membro(s) da AMBH
Horas realizadas para o projeto	480
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Dinamizador/a Comunitário/a
Horas realizadas para o projeto	720
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Técnico/a Médicos do Mundo
Horas realizadas para o projeto	144
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  $\geq$  75%) 3

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) 75

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 160

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 15

**Equidade**

Nº de destinatários com deficiência / doença mental 16

Nº de destinatários mulheres 45

Nº de destinatários desempregados 26

Nº de destinatários jovens (- de 30 anos) 30

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos) 42

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 1

Nº de páginas de Internet criadas 0

Nº de páginas de facebook criadas 2



Nº de vídeos criados	5
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

Encargos com pessoal interno	41440 EUR
Encargos com pessoal externo	1000 EUR
Deslocações e estadias	3500 EUR
Encargos com informação e publicidade	310 EUR
Encargos gerais de funcionamento	3250 EUR
Equipamentos	500 EUR
Obras	0 EUR
Total	50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade	AMBH - Associação de Moradores Bairro Horizonte
Valor	50000 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade	Fundação Aga Khan Portugal
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	8657 EUR
Descrição	Suporte Técnico à implementação e gestão das atividades do projeto, nomeadamente: 1 técnico desenvolvimento local, cerca de 100 horas, num apoio não financeiro estimado em 8.657,60EUR.
Entidade	Clube Intercultural Europeu
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2160 EUR



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Descrição	Disponibilização de 1 técnico de apoio à coordenação e à implementação das atividades numa estimativa de cerca de 3 horas semanais.
Entidade	Associação de Moradores Bairro Horizonte
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3810 EUR
Descrição	Despesas relacionadas com o Espaço Comunitário Novo Horizonte e disponibilização de RH da associação como coordenadora do projeto.

**TOTAIS**

Total das Actividades	50000 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	14627 EUR
Total do Projeto	64627 EUR
Total dos Destinatários	160

