

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2023
Dimensão: Dimensão Ignição
FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 072

Corpo são Mente sã



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 de Boxe Paulo Seco

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Ares do Pinhal

Designação Crescer na Maior - Associação de Intervenção Comunitária

Designação Fundação Aga Khan - Portugal

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Corpo são Mente sã

BIP/ZIP em que pretende intervir 3. Qta. Cabrinha / Qta. Loureiro / Av. Ceuta Sul

42. Casal Ventoso

ODS 2030 Saúde de Qualidade

Educação de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projeto

Fase de execução Espaço de saúde/bem estar - enfermagem, fisioterapia, nutrição, massagens, manicure... rastreios e ações de sensibilização para a saúde. aulas de boxe educativo semanais, Esc. Manuel da Maia e no Bº aumento competências sociais e pessoais através da ética desporto e liderança positiva. Manutenção física e dança no Bº para mulheres e idosos c/ metodologia de participação rodas de conversa para sinalizar necessidades a resolver com os moradores e os parceiros do Consórcio. Festival Saúde/BemEstar

Fase de sustentabilidade Moradores e parceiros incorporaram métodos e valores éticos para a ação centradas na pessoa que irão continuar a aplicar. Assinatura de 1 carta c/ parceiros e moradores sobre lideranças positivas e ética no desporto para as futuras ações para responsabilizar todos a agir com os mesmos princípios e valores. Moradores adquirem competências para a empregabilidade e geração de rendimento que irão continuar a desenvolver c/ suporte dos parceiros com ação mto consolidada à vários anos, na comunidade



DESCRIÇÃO DO PROJETO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>O Loureiro e Casal Ventoso, com 1023 residentes em fogos municipais, têm problemas sociais que persistem no tempo, substancialmente agravados com a pandemia: baixa escolaridade, absentismo e insucesso escolar e desocupação dos tempos livres dos jovens; desemprego e a dependência de subsídios; o sentimento de insegurança associada ao tráfico e a dificuldade de acolhimento a novas etnias. A baixa coesão social tem potenciado a degradação e vandalização dos espaços públicos e fraca participação e sentimento de pertença. Existe um isolamento face aos bairros contíguos pela inexistência de ligações fáceis e ressentimento da população devido à construção da sala de consumo assistido e a ETAR. A demolição da EB1 do Vale de Alcântara e a demora na construção do pavilhão desportivo acentuam esta perceção da comunidade. No diagnóstico realizado no Loureiro, pelos moradores intervenientes no Curso de Líderes Locais, dinamizado pelo CLDS @tiVAr 4G - Fund. Aga Khan, em maio 2023, foi identificada a falta de espaços de qualidade para a prática de atividades de bem estar, sobretudo para mulheres e população idosa, para além da fraca relação e respeito entre gerações (crianças/jovens e idosos) Foi sinalizada como 1 dos recursos da comunidade a As. Boxe Paulo Seco que adquiriu um espaço maior e complementar ao seu ginásio no B^a para desenvolver trabalho social a partir da atividade desportiva, com crianças, jovens e outros membros da comunidade, mas ainda com pouca estrutura para o realizar.</p>
Destinatários preferenciais	Grupos vulneráveis
Temática preferencial	Promover a Dinamização Comunitária e a Cidadania
Objectivo geral	<p>Mente Sã, Corpo São. pretende promover o desenvolvimento comunitário e a coesão territorial através do desporto e atividades de saúde e bem-estar. Ao proporcionar um ambiente positivo na comunidade, a partir da criação de 1 espaço de saúde e bem-estar intergeracional, o projeto, irá criar oportunidades para processos de mudança pessoais efetivos e para o aumento da conscientização dos valores sociais, contribuindo para melhorar a interação e integração social dos residentes,</p> <p>Em todos os lugares do mundo, o desporto inspira ação e compromisso. Atrai indivíduos de todas as idades, sexo e proveniência, num espírito de solidariedade e fraternidade; fortalece o bem-estar individual e os laços sociais. Por essa razão, as Nações Unidas e seus parceiros consideram o desporto uma alavanca eficaz para o desenvolvimento,</p>



profissionais da área. permite reduzir substancialmente os custos da intervenção Assim, através do aumento do envolvimento dos diferentes intervenientes a nível local, e da redução de riscos, a sustentabilidade financeira e do impacto na comunidade encontra se assegurada. Pretende se ainda no âmbito da responsabilidade social e com o apoio da Rede de Empregabilidade do território, procurar empresas, farmácias, centros e escolas de formação que queiram envolver-se na sustentabilidade do espaço, para além de um futuro contato com a saúde + da SCML e o Centro de saúde da zona para que algumas destas horas possam no futuro, ser asseguradas por técnicos destas duas entidades.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

A sociedade moderna, altamente influenciada por modelos globalmente expostos pelos media, onde o apelo aos valores mundanos, do poder e do dinheiro, se sobrepõem a todos os princípios, com maior incidência na tipologia de bairros como estes BIP's onde se pretende intervir, pode e deve definir o seu caminho de acordo com valores morais e éticos. A atividade desportiva, pela sua riqueza social e cultural, constitui-se como um meio privilegiado para que as opções pelos valores da ética desportiva sejam, cada vez mais, postos em prática, devendo, pela sua natureza, constituir-se como um exemplo de rumo a seguir por outros setores da sociedade. Neste âmbito o projeto corpo são, mente são, pretende desenvolver e promover atividades desportivas e de bem estar, assentes nos princípios basilares da ética desportiva e das lideranças positivas, como meios potenciadores do desenvolvimento humano, das relações de vizinhança e de pares, de formas efetivas de ajudar a comunidade a alcançar resultados mais positivos com base no reforço das suas qualidades e talentos. Com metodologias criadas a partir da psicologia positiva que utiliza as emoções positivas como combustível para chegar as comunidades e as pessoas chegarem mais longe, no desenvolvimento de processos de melhoria da sua qualidade vida e desenvolvimento local.

Sustentabilidade

Os moradores, jovens e organizações que passarem por estes projetos irão incorporar estas metodologias, os seus valores éticos e formas de agir centradas na pessoa e no seu valor, que após o projeto irão continuar a proceder e atuar de acordo com os mesmo. Será ainda assinada uma carta do território, com os parceiros e jovens/moradores participantes nos encontros colaborativos de lideranças positivas, sobre a ética no desporto e nas ações comunitárias a desenvolver no futuro de forma a responsabilizar todos a agir de acordo com os mesmos princípios e valores. O Agrupamento de escolas em contextos de turmas irá também trabalhar e promover estes conceitos e pressupostos na relação entre alunos.

Objetivo Específico de Projeto 3



Descrição	<p>Com a crença que as pessoas ficam mais felizes quando se esforçam, com este projeto a ABPS, pretende através da saúde e do desporto melhorar a saúde mental e o bem estar dos moradores, promovendo espaços de relação e de participação comunitária que aumentem e melhorem as relação de vizinhança, aliviem o stress e melhorarem o humor e adquiram competências pessoais, sociais para a empregabilidade e ação comunitária. Permitindo lhes estar mais presentes com níveis de participação mais conscientes nas decisões e ações comunitárias desenvolvidas ou promovidas em parceria com as organizações e seus públicos que intervêm no Bairro.</p> <p>Desenvolver a par rodas de conversa e momentos formativos e sessões de esclarecimentos que reforçam as suas capacidades e talentos na melhoria da sua qualidade de vida e não só do bairro.</p>
Sustentabilidade	<p>Pretende-se em todas as ações comunitárias envolver, não só parceiros institucionais, mas também moradores e jovens líderes, que irão encorporar processos e consolidar relações com os diferentes parceiros continuando a promover diferentes ações, pois a ABPS, pretende continuar a dinamizar o grupo de parceiros para além da sua ligação ao grupo de parceiros formal que já existe na intervenção do bairro. Por outro lado os moradores que participarem nas ações de formação, poderão gerar rendimento a partir dos conhecimentos adquiridos e integrar os seus serviços ou saberes em organizações locais.</p>

CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Espaço Saúde e bem estar
Recursos humanos	<p>Coordenador do projeto a 100%; 1 Fisioterapeuta 4 horas por semana; 1 técnico de enfermagem 4h de quinze em quinze dias (Associação Crescer);</p> <p>1 Técnico de saúde 2h por mês da Ares do Pinhal, 1 nutricionista 4h de quinze em quinze dias. estagiários e voluntários da área da saúde e bem-estar a definir.</p>
Local: entidade(s)	Gebalis de acordo com protocolo assinado com a Associação de Boxe Paulo Seco; os rastreios e ações de sensibilização poderão decorrer no espaço público em carrinhas ou espaços preparados para a ação, nesse caso será efetuado um pedido de ocupação do espaço público à junta de Freguesia
Valor	6027 EUR
Cronograma	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Diário



Nº de destinatários	250
Objectivos específicos para que concorre	1, 3
Actividade 2	Comunidade Bem Ativa
Recursos humanos	Coordenador do projeto a 100%; 1 tecnico desporto (boxe educativo) 100% 1 professor dança e movimento 4 horas por semana; 1 professor de ginastica moderada 2h por semana 1 tecnico de desenvolvimento local - AKF para facilitação das rodas de conversa e articulação com o agrupamento de escolas; 1 professor do Agrupamento de Escolas de acompanhamento das sessões de boxe educativo no Agrupamento
Local: entidade(s)	Gebalis mediante protocolo com a Associação de Boxe Paulo Seco: Agrupamento de Escolas Manuel da Maia
Valor	12877 EUR
Cronograma	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	100
Objectivos específicos para que concorre	2, 3
Actividade 3	Lideranças Positivas
Recursos humanos	Coordenador do projeto a 100%; 1 tecnico desporto a 100% Paulo Seco - Presidente e treinador da Associação para facilitação das sessões 1 tecnico de desenvolvimento local - AKF para facilitação das sessões 1 professor do Agrupamento de Escolas de acompanhamento das sessões 1 ou 2 formadores e jovens desportistas convidados para enriqueceram os encontros com o seu testemunho pessoal de vida.
Local: entidade(s)	Gebalis mediante protocolo com a Associação de Boxe Paulo Seco: Agrupamento de Escolas Manuel da Maia
Valor	8727 EUR



Cronograma	Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	0
Objectivos específicos para que concorre	2, 3
Actividade 4	Bem Estar em Parceria
Recursos humanos	Coordenador do projeto a 100%; 1 tecnico desporto 1 representante da Crescer 1 representante da Ares do Pinhal 1 tecnico de desenvolvimento local - AKF 1 Professor do Agrupamento de Escolas 1 tecnico da Junta de Freguesia de Campo de Ourique
Local: entidade(s)	Gebalis mediante protocolo com a Associação de Boxe Paulo Seco e organizações que integram o consórcio.
Valor	4647 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	250
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 5	Formar para Agir e Bem Estar
Recursos humanos	Coordenador do projeto 1 tecnico ABPS 1 tecnico da Crescer 1 tecnico da Ares do Pinhal 1 tecnico de desenvolvimento local - AKF 1 tecnico da Junta de Freguesia de Campo de Ourique Formadores das areas a promover
Local: entidade(s)	Gebalis em protocolo com a Associação de Boxe Paulo Seco
Valor	7877 EUR
Cronograma	Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	90

Objectivos especificos para que
concorre

2, 3

Actividade 6 Festival de Saude e Bem estar

Recursos humanos

Coordenador do projeto
1 tecnico ABPS
1 tecnico da Crescer
1 tecnico da Ares do Pinhal
1 tecnico de desenvolvimento local - AKF
1 tecnico da Junta de Freguesia de Campo de Ourique
dinizadores das diferentes atividades a desenvolver

Local: entidade(s)

Gebalis em protocolo com a Associação de Boxe Paulo Seco,
no caso do espaço público será solicitado à junta de
freguesia as devidas autorizações de ocupação de espaço
público.

Valor 9827 EUR

Cronograma Mês 11

Periodicidade Pontual5

Nº de destinatários 240

Objectivos especificos para que
concorre

1, 2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados

4

Constituição da equipa de projeto

Função

Coordenador

Horas realizadas para o projeto

1456

Tipo de afetação ao BIP/ZIP

Financeira

Morador no bairro do projeto

Sim

Função

tecnico de educação e desporto



Horas realizadas para o projeto	1456
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	tecnico de desenvolminento local - Fundação Aga Khan
Horas realizadas para o projeto	832
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Professor de dança e movimento
Horas realizadas para o projeto	840
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim
Função	Tecnico de Enfermagem - Crescer
Horas realizadas para o projeto	420
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Tecnico de saude - Ares do Pinhal
Horas realizadas para o projeto	238
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Consultor tecnico, formador e treinador
Horas realizadas para o projeto	840
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Sim



Função	Tecnico da Junta de Freguesia Campo Ourique
Horas realizadas para o projeto	110
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Professor do Agrupamento de Escolas Manuel da Maia
Horas realizadas para o projeto	1200
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%)	2
Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto	2
	Destinatários (Resultados)
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	280
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	5
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	30
Nº de destinatários desempregados	30
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	160

Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	20
Nº de destinatários imigrantes	0
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	12
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	1
Nº de páginas de facebook criadas	3
Nº de vídeos criados	12
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	1

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	27962 EUR
Encargos com pessoal externo	3900 EUR
Deslocações e estadias	2420 EUR
Encargos com informação e publicidade	1100 EUR
Encargos gerais de funcionamento	11500 EUR
Equipamentos	3100 EUR
Obras	0 EUR
Total	49982 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Associação de Boxe Paulo Seco



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

Valor	49982 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Junta de Freguesia de Campo de Ourique
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2000 EUR
Descrição	Apoio Técnico e Logístico necessário à implementação das ações do projeto, inclusive no que diz respeito aos anos de sustentabilidade do mesmo.
Entidade	Ares do Pinhal
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	450 EUR
Descrição	um técnico de saúde para realização dos testes rápidos 1x/mês (2 horas) 11 meses. Participação do técnico de saúde nas 3 ações de sensibilização da população.
Entidade	Fundação Aga Khan
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	5824 EUR
Descrição	4h semanais de um técnico de desenvolvimento comunitário de acompanhamento e suporte às ações do projeto 4horas semanais X 7EUR X52 semanas = 5824 EUR
Entidade	Associação Crescer
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	4200 EUR
Descrição	tecnico de saúde e enfermagem 420H X 10EUR por hora = 4200EUR

TOTAIS

Total das Actividades	49982 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	12474 EUR
Total do Projeto	62456 EUR



Total dos Destinatários 930

