

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2024  
Dimensão: Dimensão Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 060

Let's CARE



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 Associação Men Talks

**ENTIDADES PARCEIRAS**

Designação UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta

Designação Agrupamento de Escolas Gil Vicente

Designação Associação Jorge Pina (AJP)

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Dimensão Ignição

Designação Let's CARE

BIP/ZIP em que pretende intervir

4. Portugal Novo

37. Alto da Eira

46. Quinta do Lavrado

57. Empreendimento Municipal - Rua João Nascimento Costa

59. Empreendimento Municipal Rua Carlos Botelho

60. Coop. Rua João Nascimento Costa / Carlos Botelho

ODS 2030

Educação de Qualidade

Igualdade de Género

Reduzir as Desigualdades

Síntese do Projeto

Fase de execução

Ao longo do ano letivo, o Projeto "Let's CARE" trabalhará com turmas pertencentes ao Agrupamento de Escolas Gil Vicente na socialização de conhecimento partilhado e na eliminação de estereótipos e crenças sociais sobre as relações de namoro. Do mesmo modo, promoverá a socialização de ferramentas de comunicação não violenta que sirvam para evitar futuras situações de violência entre jovens no contexto de relações de intimidade.

Fase de sustentabilidade

O projeto "Let's CARE" habilitará um site com informação sobre como identificar e prevenir situações de violência no namoro, bem como ferramentas sobre comunicação não violenta. Assim também, as redes sociais do projeto (Instagram) permitirão socializar estes conteúdos.



Espera-se que nos dois anos seguintes à implementação do projeto se realizem duas atividades para reforçar o conteúdo e os conceitos que foram tratados ao longo do projeto, para alargar o impacto dentro da comunidade escolar.

---

## DESCRIÇÃO DO PROJETO

### Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico	<p>O Estudo Nacional sobre Violência no Namoro realizado pela UMAR, de 2024, revela a realidade preocupante neste tema em Portugal. Com uma amostra de 6.152 jovens entre 11 e 21 anos, constatou-se que 68,1% dos participantes não consideram pelo menos um dos 15 comportamentos violentos como violência. Destaca-se que os jovens do género masculino tendem a legitimar mais todas as formas de violência em comparação com os jovens do género feminino, especialmente em controlo e violência sexual. Além disso, 63% dos jovens que já tiveram uma relação de namoro reportaram ter experienciado pelo menos um indicador de vitimação.</p> <p>Dados europeus de 2021 sobre perceção e vitimação na violência no namoro corroboram essas conclusões. A prevalência de vitimação é significativamente maior entre as raparigas, sendo que a probabilidade de violência no namoro aumenta com a idade dos jovens. Os principais fatores associados à vitimação estão ligados a abusos sofridos durante a infância, bem como a sexismo e atitudes machistas (Vives-Cases, Carmen, et al., 2021).</p> <p>Considerando o ambiente escolar como espaço fundamental de socialização, relacionamentos interpares e microssistema onde as relações de género são moldadas antes da fase adulta, torna-se imperativo realizar o trabalho de prevenção da violência no namoro. É preciso sensibilizar adolescentes para reconhecer atitudes danosas que, embora comuns no namoro, são legitimadas por crenças e estereótipos sociais.</p>
Destinatários preferenciais	Jovens
Temática preferencial	Promover a Inclusão e a Prevenção
Objectivo geral	O projeto tem como objetivo promover relações de intimidade/ou amorosas saudáveis com base no cuidado, afeto, respeito e empatia. Com a promoção deste tipo de relação pretendemos prevenir comportamentos violentos que



estão associados na sua maioria ao sexo masculino, falamos especificamente de violência no namoro, de género e sexual. Através de atividades, dinâmicas e utilização de recursos físicos e audiovisuais, com base na educação não-formal e facilitadas por profissionais que integram a entidade promotora e as entidades parceiras, procura-se fomentar a confiança entre as pessoas participantes para que sejam capazes de identificar e refletir criticamente acerca de crenças sociais que baseiam comportamentos danosos dentro das relações interpessoais, especialmente de namoro. O projeto também tem como objetivo que as pessoas participantes possam aprofundar os conhecimentos sobre violência no namoro e relações de intimidade juvenil com base em informações e dados de entidades académicas, científicas e da sociedade civil, bem como instruir para o reconhecimento de situações de vitimização para que possam buscar o apoio necessário a fim de prevenir a escalada de violência. Para além da componente reflexiva, o "Let's CARE" pretende dotar os e as jovens de conhecimentos práticos para a melhor gestão de situações que podem levar a comportamentos violentos, de modo que possam assimilar e aplicar no dia-a-dia das suas relações interpessoais. Por fim, visa-se que os participantes possam influenciar a comunidade através da promoção de uma cultura de cuidado, afeto, respeito e empatia, para relações de intimidade mais saudáveis.

### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

**Descrição** Fomentar a reflexão sobre estereótipos de género e relações de namoro

Através da realização de rodas de conversa mistas e facilitadas pelos profissionais da entidade parceira, este objetivo aponta à construção e manutenção de um espaço de partilha e escuta respeitosa onde serão tratados diversos tópicos relacionados com estereótipos de género, relações de namoro, dinâmicas interpessoais e formas de relacionamento. Pretende-se, por meio de uma facilitação equilibrada, promover a participação de cada pessoa integrante das rodas de conversa, dado o valor que cada uma delas representa para os objetivos do projeto. Pretende-se, com este objetivo, contribuir na construção dos mínimos comuns através dos quais o projeto será implementado ao longo do ano letivo.

**Sustentabilidade** Através da criação de espaços de conversa horizontal e de



participação equilibrada das pessoas participantes, pretende-se salientar o valor dos contributos pessoais em prol de objetivos comuns, o valor das experiências e das ideias que cada integrante dos círculos tem e poderá trazer na dinamização dos encontros. Como resultado, a equipa facilitadora das sessões fará uma seleção do conteúdo relevante trazido nas rodas de conversa para construir materiais digitais que serão carregados no site do projeto, com o intuito de eles ficarem disponíveis para quem os quiser consultar ou utilizar no futuro.

**Objetivo Específico de Projeto 2**

**Descrição** Aprofundar os conhecimentos sobre violência no namoro e relações de intimidade juvenil.

O segundo objetivo visa a partilha de informação produzida por entidades académicas, científicas e da sociedade civil em relação com a violência no namoro, as relações de intimidade juvenil e a comunicação não violenta. Deste modo, procura-se entregar novo e válido conhecimento para as pessoas participantes do projeto, com o objetivo de incorporarem estas informações não apenas nas suas relações interpessoais nem apenas no contexto do desenvolvimento do projeto, mas também para quem puder precisar de ter acesso a esta informação no futuro.

**Sustentabilidade** A violência no namoro não é um problema de alguns jovens ou de alguns relacionamentos, mas sim um problema social relevante que é muitas vezes desvalorizado. Tal como nas relações conjugais, também a violência nas relações de intimidade juvenil é um problema sério porque deixa marcas. A prevenção da violência no namoro é fundamental para que os/as jovens possam construir relações saudáveis tendo por base a comunicação e o diálogo.

A implementação do segundo objetivo através de ferramentas teórico-práticas e a transferência de conhecimento das entidades parceiras no desenho e na implementação das sessões, bem como das atividades que fazem parte do projeto, permitirá à comunidade envolvida no processo educativo sentir-se parte de um verdadeiro processo de transformação que lhes permitirá olhar para o mundo de uma forma diferente. Com isto, pretende-se dar novos instrumentos para que os processos de reflexão e ação sejam construídos de forma específica para necessidades pontuais nos distintos grupos que serão atingidos pelo projeto.

**Objetivo Específico de Projeto 3**

**Descrição** Promover a participação ativa na erradicação da violência no namoro e nas relações de intimidade

O projeto "Let's CARE" foi pensado numa lógica horizontal e



participativa, onde as pessoas que fazem parte dele possam interagir ativamente na construção de cada umas das sessões e dos produtos de comunicação que serão criados ao longo da sua implementação e que serão divulgados após a finalização das etapas de sessões de trabalho. Neste sentido, este objetivo visa promover uma participação ativa na construção de campanhas digitais que retratem o que foi apreendido ao longo do projeto e que os materiais contem com a visão pessoal e coletiva que resulte do processo da implementação das sessões.

**Sustentabilidade** A violência no namoro e nas relações de intimidade juvenil representa uma realidade que afeta a grande parte da população nessa faixa etária no país. Após a implementação das sessões que fazem parte do projeto, pretende-se que as pessoas participantes possam criar campanhas digitais que promovam os conteúdos partilhados ao longo do ano letivo. Estas campanhas ficarão disponíveis nas redes sociais do projeto, bem como no site do mesmo, o que permitirá que outras pessoas e comunidades, além das que participaram do projeto, possam ter acesso e utilizar estes conteúdos sem qualquer limitação de tempo ou de formato. Pretende-se que estes conteúdos, de alto valor, consigam permear outros espaços além das salas de aula e que fiquem presentes na vida das e dos estudantes para prevenir potenciais episódios de violência doméstica e/ou contra as mulheres no futuro.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Let's listen, let's share!
Recursos humanos	. Integrantes da Men Talks (o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas actividades) . Técnico/a de contacto em cada instituição . Formador/a . Fotógrafo/a . Professores/as (de cada turma envolvida para socialização de conteúdos)
Local: entidade(s)	Esta atividade é fundada no conhecimento da própria escola, concretizando-se nos espaços da Escola Gil Vicente
Valor	9815 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	200
Objectivos específicos para que concorre	1, 2



Actividade 2	Let's talk, let's learn!
Recursos humanos	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Integrantes da Men Talks (o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas atividades)</li> <li>. Técnico/a de contacto em cada instituição</li> <li>. Formador/a</li> <li>. Fotógrafo/a</li> <li>. Professores/as (de cada turma envolvida para socialização de conteúdos)</li> </ul>
Local: entidade(s)	Local: Esta atividade é fundada no conhecimento da própria escola, concretizando-se nos espaços da Escola Gil Vicente
Valor	9815 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	200
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 3	Let's move, let's CARE!
Recursos humanos	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Integrantes da Men Talks(o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas atividades)</li> <li>. Técnico/a de contacto em cada instituição</li> <li>. Formador/a</li> <li>. Fotógrafo/a</li> <li>. Professores/as (de cada turma envolvida para socialização de conteúdos)</li> </ul>
Local: entidade(s)	Esta atividade é fundada no conhecimento da própria escola, concretizando-se nos espaços da Escola Gil Vicente
Valor	9815 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	200
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 4	Sessões de formação
Recursos humanos	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Integrantes da Men Talks (o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas atividades)</li> <li>. Técnico/a de contacto em cada instituição</li> </ul>



	. Docentes e assistentes operacionais
Local: entidade(s)	Esta atividade é fundada no conhecimento da própria escola, concretizando-se nos espaços da Escola Gil Vicente
Valor	9815 EUR
Cronograma	Mês 10, Mês 11
Periodicidade	Pontual 4,5 horas
Nº de destinatários	70
Objectivos específicos para que concorre	1, 2
<b>Actividade 5</b>	<b>Administração de canais digitais</b>
Recursos humanos	. Integrantes da Men Talks (o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas atividades) . Pessoa responsável pela criação de conteúdos e pela manutenção do site e do perfil de Instagram. . Fotógrafo/a
Local: entidade(s)	O registo das atividades será feito nos espaços da Escola Gil Vicente, outros a serem contactados/solicitados de acordo com as definições próprias da estratégia de comunicação digital do projeto
Valor	2520 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	300
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
<b>Actividade 6</b>	<b>Evento de encerramento</b>
Recursos humanos	. Integrantes da Men Talks + Conselho Consultivo (o valor dos RH da equipa de projeto, está distribuído pelas atividades) . Equipa de formação . Fotógrafo/a . Professores/as (de cada turma envolvida para articulação de conteúdos)
Local: entidade(s)	O registo das atividades será feito nos espaços da Escola Gil Vicente



Valor 2500 EUR

Cronograma Mês 11, Mês 12

Periodicidade Pontual1

Nº de destinatários 350

Objectivos específicos para que concorre 1, 2, 3

Actividade 7 Reuniões de coordenação

Recursos humanos . Elementos da entidade promotora: Men Talks (O valor dos RH da equipa está distribuído no resto das atividades)  
. Representantes da escola  
. Diretores das turmas envolvidas no projeto  
. Conselho Consultivo

Local: entidade(s) Agrupamento de Escolas Gil Vicente / Escola Gil Vicente.  
Rua da Verónica, 37 1170 - 384, Lisboa.

Valor 0 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 10

Objectivos específicos para que concorre 1, 2, 3

Actividade 8 Criação identidade Let's CARE

Recursos humanos - Designer  
- Fotógrafo/a  
- Pessoal de contato na MT

Local: entidade(s) A definir pela pessoas responsáveis

Valor 4500 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 500

Objectivos específicos para que concorre 1, 2, 3

Actividade 9	Let's Care, let's spread!
Recursos humanos	. Elementos da entidade promotora: Men Talks (O valor dos RH da equipa está distribuído no resto das atividades) . Representantes da Associação Jorge Pina e do Clube Intercultural Europeu . Fotógrafo(a)
Local: entidade(s)	A serem definidas pelas entidades
Valor	1200 EUR
Cronograma	Mês 8, Mês 9, Mês 10
Periodicidade	Pontual4
Nº de destinatários	30
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 10	Criação de Conselho Consultivo
Recursos humanos	Elementos da entidade promotora: Men Talks (O valor dos RH da equipa está distribuído no resto das atividades)
Local: entidade(s)	Agrupamento de Escolas Gil Vicente / Escola Gil Vicente. Rua da Verónica, 37 1170 - 384 Lisboa Online
Valor	0 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 8
Periodicidade	Pontual3
Nº de destinatários	0
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3

---

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	10
	Constituição da equipa de projeto



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Função Coordenador  
 Horas realizadas para o projeto 775  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Facilitador 1  
 Horas realizadas para o projeto 155  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Facilitador 2  
 Horas realizadas para o projeto 110  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Facilitador 3  
 Horas realizadas para o projeto 145  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Facilitador 4  
 Horas realizadas para o projeto 80  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não

Função Profissional de apoio  
 Horas realizadas para o projeto 10  
 Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira  
 Morador no bairro do projeto Não



Função	Web designer
Horas realizadas para o projeto	150
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Profissional audiovisual
Horas realizadas para o projeto	80
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Formador formadores 1
Horas realizadas para o projeto	14
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Formador formadores 2
Horas realizadas para o projeto	14
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%)	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)	650

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	650
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1
Equidade	
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	7
Nº de destinatários mulheres	75
Nº de destinatários desempregados	10
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	250
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	10
Nº de destinatários imigrantes	20
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	1
Nº de páginas de facebook criadas	1
Nº de vídeos criados	9
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	0
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado



Encargos com pessoal interno	0 EUR
Encargos com pessoal externo	33360 EUR
Deslocações e estadias	1800 EUR
Encargos com informação e publicidade	7020 EUR
Encargos gerais de funcionamento	6700 EUR
Equipamentos	1100 EUR
Obras	0 EUR
Total	49980 EUR
	Montante de apoio financeiro por entidade promotora
Entidade	Associação Men Talks
Valor	49980 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Agrupamento de Escolas Gil Vicente
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	1750 EUR
Descrição	Valor calculado com base no número de horas estimadas de um/a técnico/a do Agrupamento de Escolas (7% / mês durante o projeto) para fazer articulação institucional para alcançar os objetivos do projeto e divulgação das atividades do mesmo. Cedência de espaços de trabalho e salas para formação. O valor corresponde ao custo do valor de aluguer de referência de 30 horas (20EUR/hora).

---

**TOTAIS**

Total das Actividades	49980 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	1750 EUR
Total do Projeto	51730 EUR
Total dos Destinatários	1860