

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: 085

PRODAC KitchenLAB



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 LOCALS APPROACH

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Universidade Nova de Lisboa

Designação Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

Designação Junta de Freguesia de Marvila

Designação Grupo Comunitário 4 Crescente

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

Dimensão Dimensão Ignição

Designação PRODAC KitchenLAB

BIP/ZIP em que pretende intervir 34. PRODAC

ODS 2030 Erradicar a Fome

Saúde de Qualidade

Cidades e Comunidades Sustentáveis

Síntese do Projeto

Fase de execução PRODAC KitchenLAB visa fortalecer o sistema alimentar no PRODAC em Marvila, promovendo a literacia alimentar através de atividades intergeracionais. Cozinhando histórias e memórias familiares, iremos criar produtos únicos que celebram a identidade local, combatendo vulnerabilidades alimentares e fortalecendo laços comunitários.

Fase de sustentabilidade Seja através do livro infantil ilustrado, da celebração anual entre vizinhos, ou por via dos menus cocriados que passam a fazer parte dos menus na cantina do CPS PRODAC da SCML, o projecto mantém viva a missão de fortalecer laços sociais e promover hábitos saudáveis e sustentáveis, através de atividades que reforçam também o sistema alimentar local a médio e longo-prazo.

DESCRIÇÃO DO PROJETO



### Objetivo Geral de Projeto

#### Diagnóstico

A PRODAC enfrenta desafios socioeconômicos e de saúde, agravados pela desconexão das comunidades com o sistema alimentar. A alta incidência de diabetes resulta também do acesso limitado a alimentos saudáveis. Em Marvila, 56% da população tem apenas o ensino básico completo e a taxa de analfabetismo é de 4,6%, a mais alta de Lisboa, refletindo uma população envelhecida, com 32,34% acima de 65 anos (comparado aos 23,7% de Lisboa). Contudo, 9,03% da população tem entre 10 e 19 anos (8,75% em Lisboa). A iliteracia alimentar e de saúde é exacerbada pelo limitado acesso aos serviços de saúde, com muitas famílias sem médico de família, dificultando cuidados preventivos. O Banco Alimentar de Lisboa registou um aumento de 19,2% na distribuição de cabazes alimentares em 2020, e os pedidos de apoio subiram de 91 em 2019, para 2.632 em 2020, representando um aumento drástico das necessidades alimentares.

Surgiram novas dinâmicas e surgiram fruto do trabalho desta parceria desde 2022, no sentido de reforçar a intervenção na resposta a um conjunto de necessidades expressas pelos moradores, que vão desde ações de convívio para idosos, para combater o isolamento, ao aproveitamento do interesse que os jovens têm demonstrado em torno da produção e venda de comida. Em reunião com o parceiro Grupo Comunitário 4ºCrescente, foi reforçada a necessidade de uma intervenção que cruze gerações e chegue às famílias ao nível da promoção de hábitos alimentares de prevenção.

#### Destinatários preferenciais

Grupos vulneráveis

#### Temática preferencial

Melhorar a Vida no Bairro

#### Objectivo geral

PRODAC KitchenLAB irá reforçar e otimizar o sistema alimentar no território 34, através da promoção da literacia alimentar para diferentes gerações, numa clara aposta na alimentação como forma de prevenção de doenças não transmissíveis.

A partir do poder agregador da comida que cruza gerações, o projeto otimizará o sistema alimentar local, através de várias atividades baseadas no convívio entre diferentes gerações, combatendo o isolamento senior, ativando as gerações mais novas, tendo como base destas a promoção da literacia alimentar.

O Centro Comunitário da PRODAC Sul (CPSP) da SCML, é um pólo de agregação comunitária e será o ponto central no projeto onde se cruzam estas gerações num resgate do património alimentar local de todos, e de cada um.

PRODAC KitchenLab chegará diretamente às famílias, e esta profundidade de intervenção, é fruto da confiança estabelecida com os participantes que permitir-nos-à, não só melhores resultados ao nível da literacia alimentar e no resgate deste património, mas representa também o alcance de outro nível de confiança mais profundo entre as



organizações e a comunidade. Será a partir deste registo etnográfico de extrema proximidade, que criaremos um receituário em formato de novela gráfica que dará cor e forma aos protagonistas das histórias e memórias destas famílias. Gera-se assim um produto de alto valor emocional e nutricional, promotor de princípios de uma alimentação sustentável.

### Objetivos Específicos de Projeto

#### Objetivo Específico de Projeto 1

##### Descrição

A democratização da literacia alimentar far-se-á pelo incentivo e exposição de hábitos e rotinas alimentares saudáveis como forma de prevenção de doenças não transmissíveis. Será através de uma abordagem de proximidade e sobretudo hands-on que as atividades do projeto serão alavancadas e estas servirão como pretexto para cruzar jovens e seniores que frequentam o CPSP. Será criada uma base de partilha de histórias e memórias alimentares para inspirar diferentes gerações através de visitas a projetos e iniciativas que pelo seu impacto se assumam como faróis nesta temática. Desta forma promover-se-á um vínculo mais forte entre gerações e culturas, pela dinamização de festivais(at.1) e workshops(at.3), pelos registos etnográficos e passeios pelo território (at.2), e na criação do receituário familiar (at4).

Após um intrincado processo de várias atividades, iremos até ao encontro de 10 famílias, para que com elas e no conforto de suas casas(at.4), possamos cozinhar receitas queridas, associadas a memórias afetivas e a partir desse ponto possamos abordar as temáticas da alimentação sustentável (at.3).

Estão também programadas visitas a projetos e iniciativas na área de alimentação saudável, com o objetivo de inspirar a comunidade sobre boas práticas e opções saudáveis.

##### Sustentabilidade

Espera-se que a forte campanha de promoção de hábitos e rotinas alimentares saudáveis a partir das atividades promovidas pelo projeto resulte num exponencial aumento de probabilidades de adesão destes grupos e respectivas famílias. Deste modo acreditamos que pela atuação de PRODAC KitchenLAB estaremos diretamente a interceptar um conjunto de doenças não transmissíveis junto dos participantes do projeto, a curto, médio e a longo-prazo, contribuindo desta forma para índices de saúde comunitária mais altos, de forma a contrariar a tendência no



território.

Reforçar-se-á o sentimento de auto-estima e sentido de pertença de uma forma profunda às 10 famílias retratadas no livro, que verão neste, as suas histórias ilustradas, incrementando o orgulho em fazer parte de uma comunidade em processo de transição nos seus hábitos alimentares. Estas famílias tornar-se-ão embaixadoras deste tema nos seus circuitos sociais, acelerando a adoção de hábitos e rotinas alimentares mais saudáveis.

PRODAC KitchenLAB deixará um legado tangível e intangível na comunidade, de uma população mais informada e capacitada em relação à alimentação saudável e sustentável, com uma rede de apoio intergeracional consolidada.

#### Objetivo Específico de Projeto 2

#### Descrição

O projeto criará condições ao aparecimento de novas respostas face às vulnerabilidades do setor alimentar local através da criação de produtos alimentares, mas não só. Pretende-se que estes possam, inclusive, criar uma base de receita própria, contribuindo para a continuidade de PRODAC KitchenLAB após o seu ano de implementação.

Na base para a criação destes produtos estará a recolha das histórias e memórias locais em torno do património alimentar. Este processo criará bases sólidas para a cocriação de menus únicos e de novos produtos que respondam a necessidades alimentares no território, munidos da identidade do mesmo.

Além de produtos alimentares, PRODAC KitchenLab desenvolverá também a partir das histórias, uma novela gráfica gerada a partir das incursões na cozinhas das 10 famílias, onde partilharão receitas queridas do seu património familiar.

Este resgate patrimonial servirá como um arquivo vivo, altamente intrincado na história e na identidade do território, celebrando este com a comunidade.

#### Sustentabilidade

PRODAC KitchenLAB estimulará o espírito empreendedor na comunidade, pois através da celebração da sua identidade pela cocriação de um conjunto de produtos alimentares e não alimentares dará resposta aos problemas diagnosticados. Por outro lado o (re)conhecimento do sistema alimentar local, onde todos estamos, mas nem todos nos apercebemos de que somos parte, abrirá um conjunto de oportunidades de intervenção ao grupo de participantes do projeto, que podem deste modo criar outros produtos ou serviços, projetos e até negócios que o melhorem. As visitas a projetos podem também abrir horizontes no grupo de jovens, enquanto alternativas de trabalho possíveis e passíveis de serem viáveis enquanto percurso de vida. A adoção dos produtos alimentares e menus cocriados pela cantina da Centro Comunitário da PRODAC, é também uma forma de reforço deste sistema alimentar pela geração de mais uma



alternativa alimentar no território, direcionada no sentido da alimentação como forma de prevenção de doenças não transmissíveis, oferecendo assim ao consumidor uma alternativa.

Por fim, o receituário ilustrado em forma de livro infantil, permitirá a geração de receitas que irão reverter para que o projeto possa continuar a desenvolver as suas atividades além do seu ano de implementação.

### Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição	<p>PRODAC KitchenLAB estabelecerá as bases para um diálogo intergeracional tendo a gastronomia como veículo de conexão, entre diferentes gerações. Esta é uma forma de fortalecer laços comunitários e promover o respeito e a compreensão mútua.</p> <p>Entendemos a comida como um veículo universal e através das atividades de recolha etnográfica (at.2) onde se partilharão histórias e memórias de diferentes gerações, discutiremos não só sabores, mas também diferentes contratos sociais, formas de expressão e visões.</p> <p>Estas ações de recolha etnográfica estão na base de arranque das outras atividades, do projeto, como a cocriação de menus e produtos alimentares (at.3) a promoção do festival, mas também a criação do receituário familiar (at.4) e outros eventos comunitários que promovem esta interação entre os diferentes grupos a partir da mesa e da promoção de uma alimentação saudável.</p> <p>Estas interações servirão como catalisadores de relações entre gerações, criando espaços para a transmissão de valores que aumentam a autoestima e a confiança nos seniores, que se sentirão ouvidos, e inspirarão os jovens com conhecimento e experiências de vida.</p> <p>O PRODAC KitchenLab procura equilibrar tradição e inovação, valorizando as raízes culturais e alimentares do bairro enquanto considera preocupações e oportunidades contemporâneas e futuras.</p>
Sustentabilidade	<p>Ao serem reforçados laços na comunidade entre diferentes gerações o projeto está a contribuir para o reforço do sentido de identidade e sentimento de pertença. Por si, estes factores são fundamentais para a criação de comunidades resilientes, porém se a esta equação adicionarmos a variável que assenta na criação de produtos e serviços que têm como objetivo a resposta a necessidades alimentares graves e que essas mesmas respostas são cocriadas a partir da identidade local, esta assume um papel de ainda maior preponderância, pois está na base de uma operação de melhoria das condições de saúde da comunidade.</p> <p>Podemos afirmar que quanto mais forte e inclusiva for a identidade da comunidade, mais eficazes serão as respostas criadas que visem melhorar o sistema alimentar do território.</p> <p>É a partir do cruzamento de gerações que melhor</p>



conseguiremos entender a forma como cada uma olha para si, olha para a outra e consequentemente como estas se comportam neste sistema.

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO

Actividade 1	Ativar a Vizinhança
Recursos humanos	Coordenador - área da ativação comunitária Operacional - área paisagens alimentares Bolsa de voluntários (x4) Especialistas para participação em tertúlias (x5) Dinamizadores de workshops (x8) Um recurso humano de cada parceiro para apoio
Local: entidade(s)	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa Junta de Freguesia de Marvila
Valor	9075 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Pontual 2 festivais da vizinhança
Nº de destinatários	300
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 2	Recolha de Histórias e Memórias
Recursos humanos	Coordenador - área da ativação comunitária Operacional - área paisagens alimentares Equipa de comunicação, registo e produção audiovisual (parceiro informal SOMAR) Equipa de recolha de histórias/co-criação - operacional, nutricionista (parceiro NMS), e chef/food design Operacional de apoio do CPS PRODAC da SCML (parceiro)
Local: entidade(s)	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Valor	10975 EUR
Cronograma	Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	14
Objectivos específicos para que concorre	2, 3



**Actividade 3** Co-Criação de Menus

**Recursos humanos** Coordenador - área da ativação comunitária  
Operacional - área paisagens alimentares  
Equipa de comunicação, registo e produção audiovisual (parceiro informal SOMAR)  
Equipa de recolha de histórias/co-criação - operacional, nutricionista (parceiro NMS), e chef/food design  
Operacional de apoio do CPS PRODAC da SCML (parceiro)

**Local: entidade(s)** Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

**Valor** 11075 EUR

**Cronograma** Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9

**Periodicidade** Semanal

**Nº de destinatários** 14

**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2, 3

**Actividade 4** Receituário Familiar

**Recursos humanos** Coordenador - área da ativação comunitária  
Operacional - área paisagens alimentares  
Equipa de comunicação, registo e produção audiovisual (parceiro informal SOMAR)  
Equipa de recolha de histórias/co-criação - operacional, nutricionista (parceiro NMS), e chef/food design  
Operacional de apoio do CPS PRODAC da SCML (parceiro)  
Ilustrador  
Designer gráfico e editorial

**Local: entidade(s)** Santa Casa da Misericórdia de Lisboa

**Valor** 13825 EUR

**Cronograma** Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

**Periodicidade** Pontualvisitas agendadas a 10 famílias

**Nº de destinatários** 10

**Objectivos específicos para que concorre** 1, 2, 3

**Actividade 5** Monitorização e avaliação on-going

**Recursos humanos** Equipa externa de Avaliação de Impacto do Projeto

**Local: entidade(s)** Santa Casa da Misericórdia de Lisboa





Valor	5000 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 4, Mês 6, Mês 8, Mês 10, Mês 12
Periodicidade	Pontualbimensal
Nº de destinatários	34
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	8
	Constituição da equipa de projeto
Função	coordenador - ativacao comunitaria
Horas realizadas para o projeto	1120
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Operacional - área paisagens alimentares
Horas realizadas para o projeto	900
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Operacional de apoio do CPS PRODAC SCML
Horas realizadas para o projeto	200
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Especialista em Food Design/Chef



Horas realizadas para o projeto	160
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Nutricionista
Horas realizadas para o projeto	60
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Estagiário da área da Saúde e Nutrição
Horas realizadas para o projeto	0
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Não Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Designer Gráfico e editorial
Horas realizadas para o projeto	60
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Ilustrador
Horas realizadas para o projeto	60
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Equipa de registo, edição e produção audiovisual
Horas realizadas para o projeto	60
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não



Função	Equipa de registo, edição e produção audiovisual
Horas realizadas para o projeto	0
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	<b>Criação de emprego (Impacto)</b>
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	0
	<b>Destinatários (Resultados)</b>
Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)	54
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	300
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	1
	<b>Equidade</b>
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	34
Nº de destinatários desempregados	3
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	23
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	31
Nº de destinatários imigrantes	4
Famílias	10
	<b>Produtos/Elementos tangíveis da intervenção</b>
Nº de produtos concebidos para venda /	



demonstração	5
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	6
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	1
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
Livro Infantil	1
Menu cocriado para a cantina do Centro Comunitário da PRODAC	1

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	26000 EUR
Encargos com pessoal externo	14850 EUR
Deslocações e estadias	650 EUR
Encargos com informação e publicidade	5400 EUR
Encargos gerais de funcionamento	2150 EUR
Equipamentos	900 EUR
Obras	0 EUR
<b>Total</b>	<b>49950 EUR</b>

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade **LOCALS APPROACH**

Valor **49950 EUR**

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Entidade	Locals Approach
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3500 EUR
Descrição	A Associação Localsapproach dará um apoio não financeiro correspondendo a: -Materiais e equipamentos próprios para o trabalho de gestão e coordenação e de apoio às atividades do projeto (computadores, portáteis, impressora, ferramentas digitais, máquina fotográfica, material de desgaste, e outros); -Materiais e equipamentos próprios de cozinha de confeção de comida e de apoio às atividades do projeto; -Disponibilização de voluntários e membros da Locals em regime voluntário para apoio em atividades do projeto; s seus canais de comunicação e rede de contactos.
Entidade	Junta de Freguesia de Marvila
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2000 EUR
Descrição	A Junta de Freguesia de Marvila dará um apoio não financeiro correspondendo a:  -Apoio logístico de alguns recursos de apoio ao desenvolvimento e organização dos festivais da Atividade 1 - Ativar a Vizinhaça, dentro das competências da Junta de Freguesia -agilização e validação de algumas licenças necessárias para o desenvolvimento das atividades (LOTEP e LER) -Afetação de um recurso humano para apoio e acompanhamento do projeto;
Entidade	(GI) Grupo Comunitário 4 Crescente
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	500 EUR
Descrição	O Grupo Comunitário 4º Crescente dará um apoio não financeiro correspondendo a: -apoio do secretariado em reuniões do projeto.
Entidade	Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3000 EUR
Descrição	A Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, através do Centro de Promoção Social do PRODAC dará um apoio não financeiro correspondendo a: -Cedência de espaços físicos para sessões de trabalho, reuniões do consórcio de parceiros, e atividades do



projeto;  
-Apoio com materiais e equipamentos próprios de cozinha de confeção de comida e de apoio às atividades do projeto;  
-Apoio com materiais e equipamentos próprios de apoio às atividades do projeto;  
-Afetação de um recurso humano para apoio e acompanhamento do projeto;  
-Afetação do grupo informal Raíz para a participação nas atividades do projeto;

Entidade	Projecto SOMAR (parceiro informal)
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	3000 EUR
Descrição	O Projecto SOMAR dará um apoio não financeiro correspondendo a: -Cedência de espaços físicos para possíveis atividades do projeto; -Apoio com materiais e equipamentos próprios de apoio às atividades do projeto; -Apoio com materiais e equipamentos próprios de recolha e registo audiovisual de apoio às atividades do projeto; -Afetação de um recurso humano para apoio e acompanhamento do projeto;
Entidade	Universidade Nova de Lisboa - Nova Medical School
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	4000 EUR
Descrição	A Universidade Nova de Lisboa, Nova Medical School dará um apoio não financeiro correspondendo a:  -Apoio com materiais e equipamentos próprios de apoio às atividades do projeto; -Afetação de recurso humano para apoio e acompanhamento do projeto; -Alocação de estudantes e estagiários para apoio e acompanhamento em atividades do projeto;
Entidade	Biblioteca de Marvila (parceiro informal)
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	2000 EUR
Descrição	-Cedência de espaços físicos para possíveis atividades do projeto;

TOTAIS



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Total das Actividades	49950 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	18000 EUR
Total do Projeto	67950 EUR
Total dos Destinatários	372

