

2026



# PLANO DE ATIVIDADES

CRESCER

**CRES  
CER**

ASSOCIAÇÃO  
DE INTERVENÇÃO  
COMUNITÁRIA







# ÍNDICE

## INTRODUÇÃO

### 01. A CRESCER

1. Quem somos
2. Orgãos Sociais
3. Organograma

### 02. PROJETOS A DECORRER

- |  |   |
|--|---|
| 1. É UMA RUA, Ocidental                              | 16. Inclusão Digital                          |
| 2. É UMA RUA, Oriental                               | 17. Emprego Primeiro – Porta Aberta           |
| 3. Unidade Móvel PSOBLE                              | 18. É UM RESTAURANTE                          |
| 4. É UMA RUA, Lisboa Centro Sul                      | 19. É UM ALMOÇO                               |
| 5. É UMA RUA, Amadora                                | 20. É UMA MESA                                |
| 6. Drop-in Espaço Ímpar                              | 21. É UMA COPA                                |
| 7. É UMA CASA, Lisboa, Loures e Almada Housing First | 22. É UM ENCONTRO – Restaurante               |
| 8. Unidade Municipal Emprego e Autonomia             | 23. É UM RESTAURANTE - Astrazeneca            |
| 9. Unidade Municipal Prevenção e Autonomia           | 24. É UM CATERING                             |
| 10. É UM APARTAMENTO                                 | 25. É UM ENCONTRO – Festival Sabores do Mundo |
| 11. É UMA HABITAÇÃO                                  | 26. HomeBound Horizons                        |
| 12. É UMA VIDA                                       | 27. Programa de Gestão de Consumo de Álcool   |
| 13. NO BORDER  | 28. Fábrica Comunitária                       |
| 14. POWGEN   | 29. IN'COMUN: Comunidade transformadora       |
| 15. HOME 4 HEALTH                                    | 30. Viva Mente, Corpo Ciente                  |

### 03. ORÇAMENTO PREVISIONAL



# INTRODUÇÃO

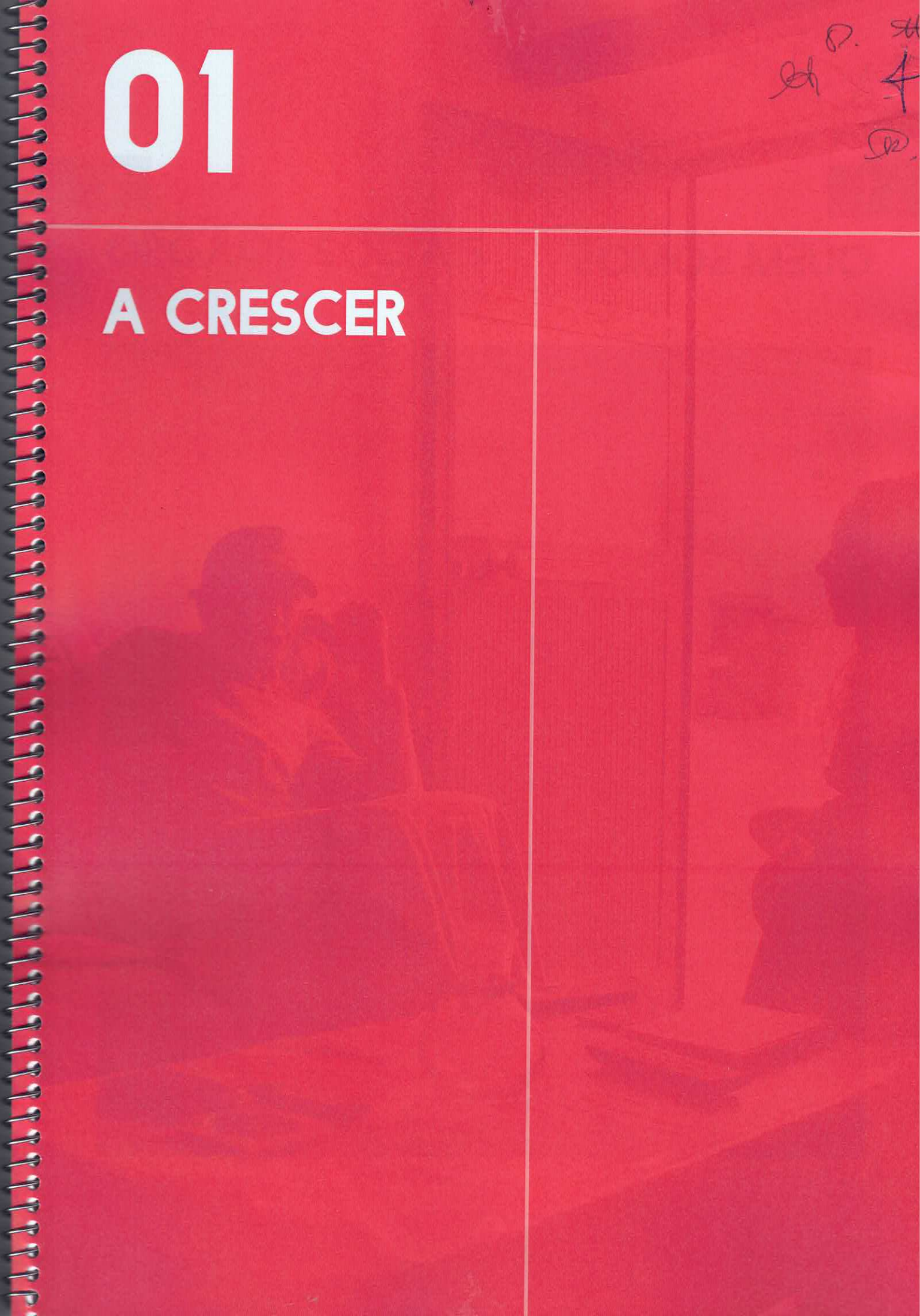
As diretrizes estratégicas que enquadram as atividades da CRESCER mantêm-se orientadas pela ambição de criar e implementar respostas na comunidade que tenham impacto na melhoria das condições de vida das pessoas acompanhadas e que contribuam efetivamente para a sua inclusão.

O Plano de Atividades da CRESCER para 2026 constitui um instrumento orientador, que tem como objetivo descrever as atividades cujo desenvolvimento se prevê ao longo desse período, bem como apresentar o orçamento previsional.



01

A CRESCER





# QUEM SOMOS

## Missão

Ser uma organização de excelência na promoção da inclusão na comunidade da pessoa em situação de vulnerabilidade.

## Visão

Ir ao encontro do outro promovendo a saúde, a redução de riscos e a inclusão da pessoa em situação de vulnerabilidade através de projetos de intervenção na comunidade.

## Valores

01

### Respeito pelos Direitos Humanos:

Garantir que todas as pessoas gozam de todos os direitos consagrados na Declaração Universal dos Direitos Humanos e são tratadas como seres únicos com necessidades e vontades específicas à sua pessoa.

03

### Capacitação:

Promover a aquisição ou reaquisição de competências pessoais e sociais com vista à autonomização e empowerment dos beneficiários.

02

### Integração Comunitária:

Promover a inclusão das populações mais vulneráveis na comunidade, promovendo a sua participação ativa.

04

### Proximidade:

Ter na relação interpessoal com os públicos-alvo o motor das estratégias de intervenção.



## 2

## ORGÃOS SOCIAIS

### Assembleia geral

Presidente: Carlos Alberto Martins da Silva Poiares

1º Secretário: Ana Rita Miranda da Cruz Freire Lopes

2º Secretário: Raúl Élder Madrugo Júnior

### Direção

Presidente: Hélder Manuel Nascimento Trigo

Vice-Presidente: Cláudia Maria da Silva Pereira

Tesoureiro: Maria Ramalho Bento Carmona e Silva

Secretário: Andreia Alexandra Rodrigues Alves

Vogal: Cátia Andreia Alves Moreira

### Conselho Fiscal

Presidente: Guilherme D'Oliveira Martins

Vogal: Ana Rita Pereira Marques

Vogal: Carlos Alberto Fernandes



# ORGANOGRAMA

## ASSEMBLEIA GERAL

Presidente: Carlos Poiares

1º Secretário: Rita Lopes

2º Secretário: Raúl Júnior

### DIREÇÃO

Presidente: Hélder Trigo

Vice-Presidente: Cláudia Pereira

Tesoureiro: Maria Carmona

Secretário: Andreia Alves

Vogal: Cátia Moreira

### CONSELHO FISCAL

Presidente: Guilherme D'Oliveira Martins

Vice-Presidente: Ana Rita Marques

Vogal: Carlos Alberto Fernandes

### GESTÃO E BACKOFFICE

Recursos Humanos: Jéssica Castanheira

Área Financeira: Octávio Patrício

Apoio Administrativo: Joana Branco

Comunicação: Catarina Nobre

Parcerias & Fundraising: Florencia Salvia

### DIRETOR EXECUTIVO

Américo Nave

#### PESSOAS COM COMPORTAMENTOS ADITIVOS

Coordenador/a Geral:  
Andreia Alves

É UMA RUA,  
Lisboa Oriental  
Coordenador/a:  
Solange Ascensão

É UMA RUA,  
Lisboa Ocidental  
Coordenador/a:  
Solange Ascensão

É UMA RUA, Amadora  
Coordenador/a:  
Andreia Alves

Unidade Móvel PSoble  
Coordenador/a:  
Mónica Rocha

#### PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM ABRIGO

Coordenador/a Geral:  
Cristiana Merendeiro

É UMA CASA,  
Lisboa, Almada e Loures  
Housing First  
Coordenador/a:  
Cristiana Merendeiro

É UMA RUA,  
Lisboa Centro Sul  
Coordenador/a:  
Mónica Rocha

Drop-in Espaço ímpar  
Coordenador/a:  
Andreia Alves

UMEA: Unidade Municipal  
de Emprego e Autonomia  
Coordenador/a:  
Andreia Alves

UMPA: Unidade Municipal  
de Prevenção e Autonomia  
Coordenador/a:  
Catarina Rodrigues

É UM APARTAMENTO  
Coordenador/a:  
Maria Carmona

É UMA HABITAÇÃO  
Coordenador/a:  
Américo Nave

INCLUSÃO DIGITAL  
Coordenador/a:  
Maria Carmona

#### PESSOAS REQUERENTES DE ASILO, REFUGIADAS E MIGRANTES

Coordenador/a Geral:  
Catarina Bento

É UMA VIDA  
Coordenador/a:  
Catarina Bento

NO BORDER III  
Coordenador/a:  
Catarina Bento

POWGEN  
Coordenador/a:  
Catarina Bento

PORTA ABERTA  
Coordenador/a:  
Ana Pais

HomeBound Horizons  
Coordenador/a:  
Maria Carmona

#### ÁREA DOS NEGÓCIOS SOCIAIS

Coordenador/a Geral:  
Américo Nave

É UM  
RESTAURANTE  
Coordenador/a:  
Américo Nave

É UM ALMOÇO  
Coordenador/a:  
Américo Nave

É UMA ESPLANADA  
Coordenador/a:  
Américo Nave

É UMA COPA  
Coordenador/a:  
Américo Nave

É UM ENCONTRO  
Coordenador/a:  
Américo Nave

É UM CATERING  
Coordenador/a:  
Américo Nave

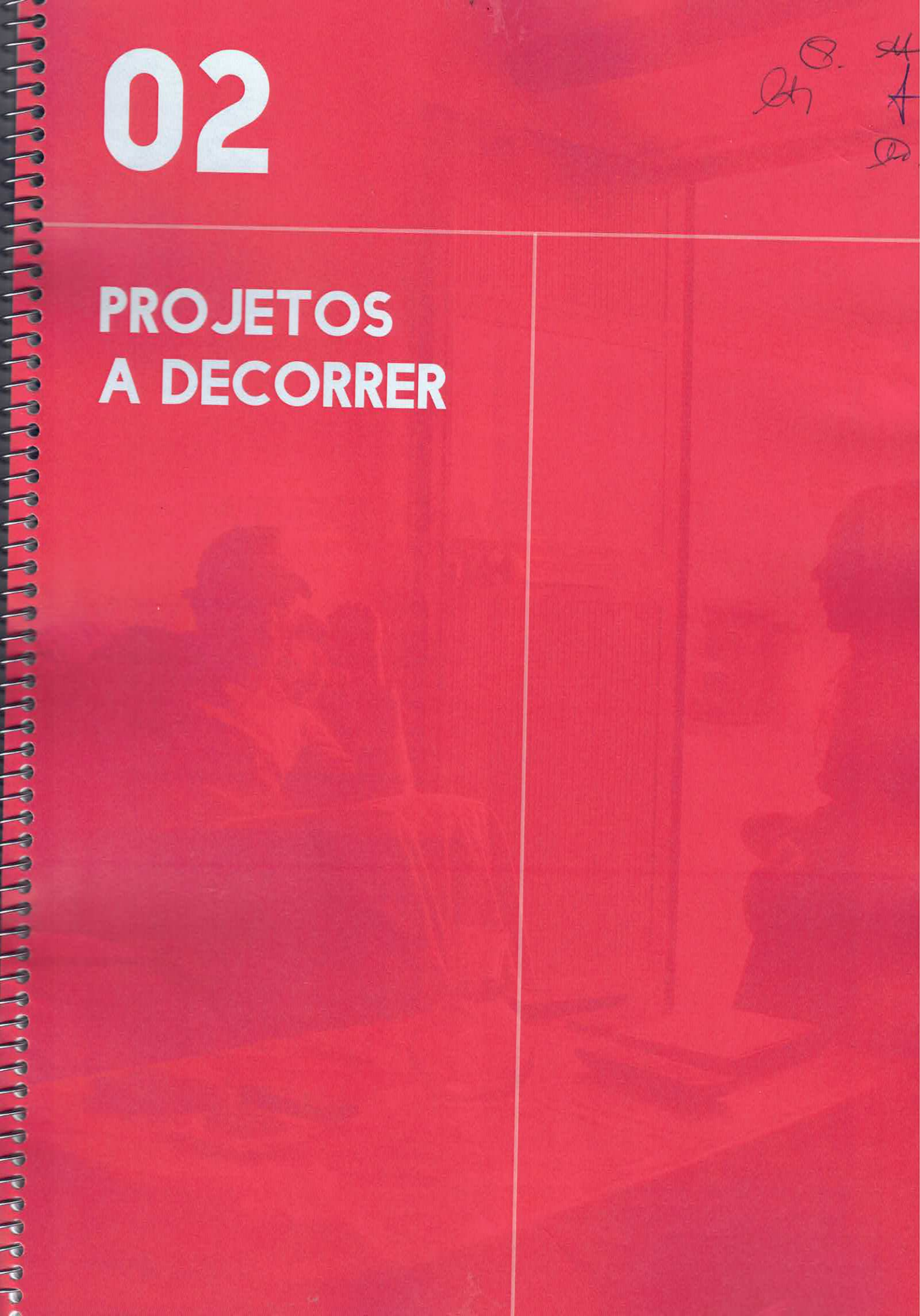
É UM RESTAURANTE -  
AstraZeneca  
Coordenador/a:  
Américo Nave



# 02

8. 54  
th A  
do

## PROJETOS A DECORRER







At. E.  
P. A.

1

## É UMA RUA, LISBOA OCIDENTAL

Projeto financiado pelo ICAD (80%) e Câmara Municipal de Lisboa (20%) no âmbito do Programa de Respostas Integradas (PRI) do território "Concelho de Lisboa".

A intervenção desenvolvida está inserida no Eixo de Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD) e ocorre junto de pessoas que utilizam substâncias psicoativas lícitas e ilícitas da zona Ocidental da cidade de Lisboa, num total de 15 freguesias, nomeadamente Alcântara, Alvalade, Ajuda, Avenidas Novas, Belém, Benfica, Campo de Ourique, Estrela, Campolide, Carnide, Lumiar, Misericórdia, Santa Clara, Santo António, São Domingos de Benfica.

A Equipa Técnica de Rua Ocidental caracteriza-se pela sua natureza multidisciplinar, dado que abarca profissionais de diversas áreas (psicologia, serviço social, mediação de pares, enfermagem, criminologia, medicina) e desenvolve o seu trabalho em consonância com os princípios da Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD), através da implementação de metodologias próprias do Trabalho de Outreach/Proximidade e de Intervenção Comunitária.

De forma geral, a Equipa Técnica de Rua Ocidental procura adotar um conjunto de estratégias que visa a promoção de uma gestão mais segura dos consumos de droga e álcool e a adoção de práticas sexuais de menor risco, a par da motivação para cuidados básicos de saúde/higiene e a reaproximação aos serviços de saúde, social, tratamento da rede formal.



Financiadores:

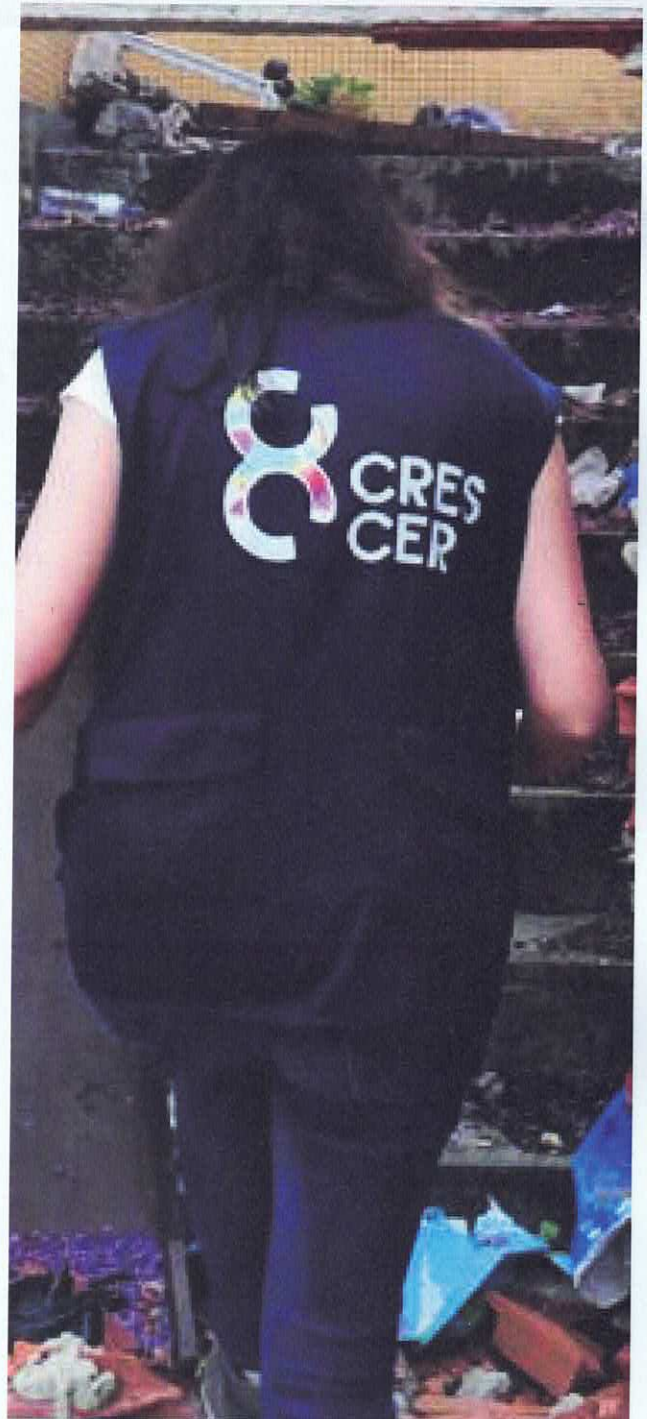


Handwritten signatures and initials in blue ink, including a large 'A' and several smaller marks.

Ao longo do ano de 2026, a Equipa Técnica de Rua Ocidental irá desenvolver as seguintes atividades:

- Caracterização sociodemográfica da população alvo;
- Distribuição e troca de material assético para consumo endovenoso e fumado (Programa de Troca de Seringas, Kits de cachimbo e Pratas);
- Distribuição de material preventivo (Preservativo internos e externos e Gel Lubrificante);
- Distribuição de material informativo;
- Educação e sensibilização para práticas de consumo com menor risco;
- Educação e sensibilização para práticas sexuais com menor risco;
- Apoio psicossocial, psicológico e social;
- Observação e avaliação médica (Clínica geral e Psiquiatria);
- Cuidados de saúde e enfermagem (tratamento de feridas e abcessos, pensos, etc.);
- Rastreio de doenças infecciosas;
- Apoio na toma de fármacos com prescrição médica;
- Administração de vacina da gripe;
- Encaminhamento, transporte, mediação e acompanhamento a estruturas de saúde, sociais e de cidadania;
- Formação para a utilização de naloxona e distribuição de naloxona;
- Promoção de ações de limpeza nos locais de consumo e recolha de material de perigo biológico (seringas, agulhas, etc.)

A equipa funciona de segunda a sexta-feira das 9h às 18h, numa rota predefinida.







Handwritten signature and initials.

2

## É UMA RUA, LISBOA ORIENTAL

Projeto financiado pelo ICAD (80%) e Câmara Municipal de Lisboa (20%) no âmbito do Programa de Respostas Integradas (PRI) do território "Concelho de Lisboa".

A intervenção desenvolvida está inserida no Eixo de Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD) e ocorre junto de pessoas que utilizam substâncias psicoativas lícitas e ilícitas da zona Oriental da cidade de Lisboa, num total de 9 freguesias, nomeadamente Areeiro, Arroios, Beato, Marvila, Olivais, Parque das Nações, Penha de França, Santa Maria Maior e São Vicente.

A Equipa Técnica de Rua Oriental caracteriza-se pela sua natureza multidisciplinar, dado que abarca profissionais de diversas áreas (psicologia, serviço social, mediação de pares, enfermagem, criminologia, medicina) e desenvolve o seu trabalho em consonância com os princípios da Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD), através da implementação de metodologias próprias do Trabalho de Outreach/Proximidade e de Intervenção Comunitária

De forma geral, a Equipa Técnica de Rua Oriental procura adotar um conjunto de estratégias que visa a promoção de uma gestão mais segura dos consumos de droga e álcool e a adoção de práticas sexuais de menor risco, a par da motivação para cuidados básicos de saúde/higiene e a reaproximação aos serviços de saúde, social, tratamento da rede formal.



Financiadores:

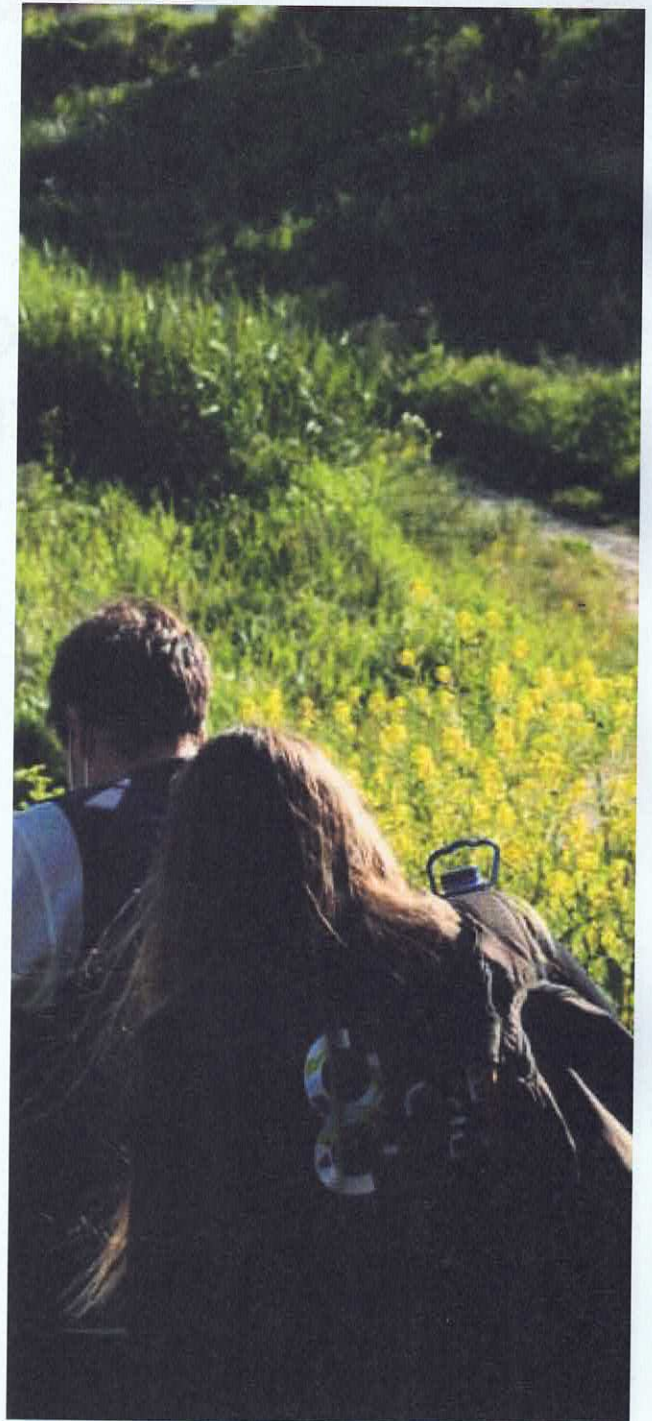


B.  
G.  
A.  
C.


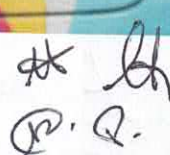
Ao longo do ano de 2026, a Equipa Técnica de Rua Oriental irá desenvolver as seguintes atividades:

A equipa funciona de segunda a sexta-feira das 9h às 18h, numa rota predefinida.

- Caracterização sociodemográfica da população alvo;
- Distribuição e troca de material assético para consumo endovenoso e fumado (Programa de Troca de Seringas, Kits de cachimbo e Pratas);
- Distribuição de material preventivo (Preservativo internos e externos e Gel Lubrificante);
- Distribuição de material informativo;
- Educação e sensibilização para práticas de consumo com menor risco;
- Educação e sensibilização para práticas sexuais com menor risco;
- Apoio psicossocial, psicológico e social;
- Observação e avaliação médica (Clínica geral e Psiquiatria);
- Cuidados de saúde e enfermagem (tratamento de feridas e abcessos, pensos, etc.);
- Rastreio de doenças infecciosas;
- Apoio na toma de fármacos com prescrição médica;
- Administração de vacina da gripe;
- Encaminhamento, transporte, mediação e acompanhamento a estruturas de saúde, sociais e de cidadania;
- Formação para a utilização de naloxona e distribuição de naloxona;
- Promoção de ações de limpeza nos locais de consumo e recolha de material de perigo biológico (seringas, agulhas, etc.).







+351.213.620.192  
CRESCER.ORG

### 3

## UNIDADE MÓVEL PROGRAMA SUBSTITUIÇÃO OPIÁCEA BAIXO LIMIAR DE EXIGÊNCIA - AMADORA

O presente projeto visa a implementação de um Programa de Substituição Opiácea de Baixo Limiar de Exigência, a desenvolver na freguesia de Águas Livres, concelho da Amadora, dirigido a pessoas em situação de elevada vulnerabilidade social e com consumos de opiáceos, nomeadamente heroína e metadona não prescrita.

A proposta assenta numa intervenção de proximidade, integrada na filosofia da Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD), procurando responder às dificuldades de acesso e adesão aos programas tradicionais de tratamento, frequentemente associadas a constrangimentos como horários rígidos, distância geográfica e elevado nível de exigência. O projeto surge como complemento às respostas já existentes no território, em articulação com a Equipa Técnica de Rua e o Drop-In, promovendo uma resposta de saúde acessível, flexível e centrada na pessoa.

O programa destina-se a um máximo de 30 beneficiários, tendo como principal objetivo a estabilização física e psicológica, a redução dos riscos associados ao consumo de substâncias psicoativas ilícitas e a melhoria da qualidade de vida. Através da administração supervisionada de cloridrato de metadona, o projeto pretende favorecer a organização do quotidiano, a adesão a cuidados de saúde e a aproximação progressiva a respostas sociais e de tratamento de maior exigência.

A intervenção será realizada em Unidade Móvel, localizada em zonas de maior incidência de consumo, garantindo a administração da terapêutica, cuidados de enfermagem, avaliações médicas e acompanhamento psicossocial.

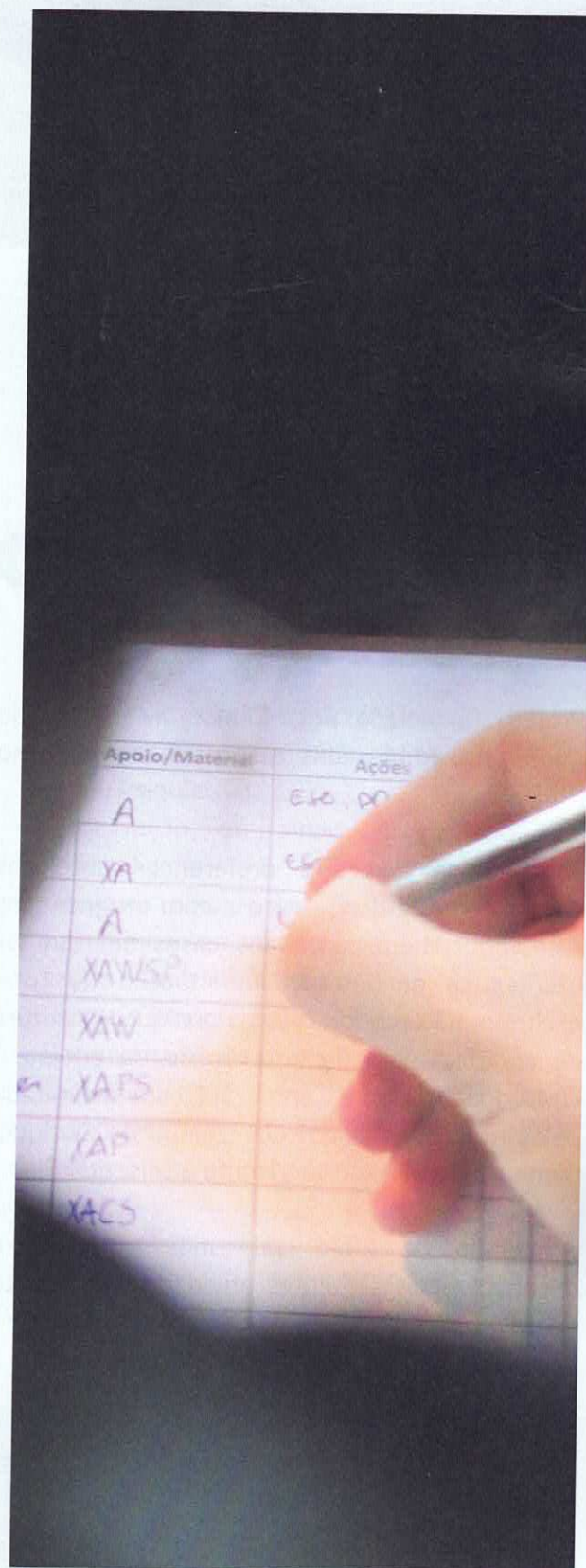
Financiadores:



Handwritten signatures and initials in the top right corner.

O projeto será assegurado por uma equipa técnica multidisciplinar, composta por coordenação, profissionais das áreas da psicologia/serviço social, enfermagem e medicina, bem como por pares com experiência de vida relevante, reforçando a relação de confiança e a adequação da intervenção às necessidades reais da população-alvo. Está ainda prevista supervisão externa regular e uma forte articulação com parceiros institucionais, nomeadamente serviços de saúde, estruturas de tratamento, ICAD e outras entidades do território.

Com funcionamento diário, o programa pretende constituir-se como uma resposta de baixo limiar, transitória e eficaz, promovendo, sempre que possível, a transferência dos beneficiários para programas de substituição de maior exigência, libertando vagas para novas pessoas em situação de extrema vulnerabilidade. Este projeto contribuirá para a melhoria da saúde pública, a redução de comportamentos de risco, a diminuição da pressão sobre os serviços de emergência e o reforço da inclusão social no território.







Handwritten signatures and initials in blue and black ink.

4

## É UMA RUA, LISBOA CENTRO SUL

Projeto financiado pela Câmara Municipal de Lisboa no âmbito das respostas previstas no PMPSA.

Esta equipa dedica-se preferencialmente aos casos de duplo diagnóstico e com prognósticos reservados, bem como aos casos em que os utentes se encontram em situação de total exclusão, não tendo acesso a qualquer estrutura de apoio. A área de intervenção da equipa É UMA RUA, Lisboa Centro Sul está delimitada pelas freguesias de Estrela, Campo de Ourique, Santa Maria Maior, São Vicente e Misericórdia.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver as seguintes atividades no âmbito deste projeto

- Caracterização sociodemográfica da população alvo;
- Apoio psicossocial;
- Apoio psicológico;
- Apoio na toma de fármacos com prescrição médica;
- Articulação estreita com as entidades parceiras;
- Encaminhamento para as estruturas de saúde e de tratamento;
- Encaminhamento para as estruturas de apoio social;
- Transporte, mediação e acompanhamento às diversas estruturas de saúde e de apoio social;
- Distribuição de preservativos e lubrificantes;
- Troca e distribuição de material assético para consumo.

A equipa funciona segunda-feira das 16h às 24h, de terça-feira a quarta-feira das 14h às 22h e de quinta-feira a sexta-feira das 9h às 18h.

Financiadores:







Handwritten signatures and initials in blue ink.

## 5

# É UMA RUA, AMADORA

Projeto financiado pela Câmara Municipal de Amadora. A intervenção está inserida no Eixo de Redução de Riscos e Minimização de Danos (RRMD) e tem como grupo-alvo as pessoas que consomem substâncias psicoativas lícitas e ilícitas no concelho da Amadora.

A equipa de Rua é uma resposta de proximidade, multidisciplinar, que atua segundo a filosofia de RRMD.

Ao longo de 2026, pretendemos implementar as seguintes atividades no âmbito deste projeto:

- Caracterização sociodemográfica da população alvo;
- Distribuição e troca de material assético para consumo;
- / Programa de Troca de Seringas, Kits de cachimbo, Pratas;
- Distribuição de preservativos;
- Distribuição de material informativo;
- Educação e sensibilização para práticas de consumo com menores riscos;
- Apoio psicossocial e psicológico;
- Observação e avaliação médica: Clínica geral, Psiquiatria;
- Observação de sinais e cuidados de enfermagem;
- Apoio na toma de medicação prescrita;
- Encaminhamento para as estruturas de saúde e de tratamento;
- Rastreio de doenças infecciosas;
- Encaminhamento para as estruturas de apoio social;
- Transporte, mediação e acompanhamento às diversas estruturas de saúde e de apoio social;
- Articulação estreita com as entidades parceiras;
- Recolha de seringas encontradas nos locais de consumo;
- Promoção de ações de limpeza nos bairros de consumo.
- A equipa funciona de segunda a sexta-feira das 9h às 18h, numa rota predefinida.

Financiadores:





6

## DROP-IN ESPAÇO ÍMPAR

O Drop-In Espaço Ímpar apresenta-se como uma resposta, desenvolvida num equipamento aberto à comunidade, que consiste na prestação de um conjunto de serviços à população em situação de sem-abrigo, que necessite de uma ocupação durante o dia, permitindo que a esta possa usufruir de um espaço que, em simultâneo, satisfaça as suas necessidades mais básicas (alimentares, higiene, roupa, acesso à internet), promova o acesso a serviços de saúde/redes de apoio e, no seu papel de cidadania ativa (busca de emprego, voto social e promoção dos seus direitos e deveres). Esta resposta é prestada com base num trabalho de envolvimento e co-construção com os seus beneficiários, solicitando o envolvimento e a participação ativa dos mesmos, na construção de toda a dinâmica a implementar no espaço.

O primeiro imperativo é criar condições para que se estabeleça uma relação de confiança e que o espaço seja investido como um verdadeiro local de escuta, cuidados e aquisição de competências. O espaço coloca à disposição um

conjunto de meios e serviços, para que cada um tenha a livre escolha de usufruir durante o tempo que desejar, com base nas necessidades e objetivos de cada um.

Este espaço será uma estrutura fundamentalmente destinada a apoiar e fomentar o desenvolvimento das competências individuais e sociais da população-alvo, permitindo uma maior capacidade de resposta dos indivíduos em diferentes contextos, mobilizando-os para um percurso de vida alternativo à situação atual.



Financiadores:



Handwritten signatures and initials in the top right corner.

O espaço está munido de profissionais (técnicos e pares) para o incremento das atividades a desenvolver com a população-alvo. Atividades essas que passam por:

Os serviços do Espaço Funcionam de segunda-feira a sexta-feira das 9h às 17h.

- Atendimentos Sociais;
- Atendimentos Psicológicos;
- Cuidados de Enfermagem (pensos, curativos, vacinação, avaliação do estado de saúde, etc.);
- Rastreios VIH, VHC, VHB, TB;
- Alimentação/ Refeições;
- Balneários;
- Banco de Roupas;
- Acesso a telefone, computadores e internet;
- Acesso a televisão, livros e jogos;
- Espaço arte (pintura, música, etc.);
- Reuniões de grupo para planeamento das atividades do espaço de forma participada;
- Workshops e ações de sensibilização;
- Sessões de informação e sensibilização em parceria com o Instituto de Emprego e Formação Profissional, Equipa de Tratamento, Centro de Saúde, Centro Diagnóstico Pneumológico e Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes;
- Comemoração de datas festivas/ simbólicas.

Com estas atividades procura-se promover a valorização pessoal através do aproveitamento máximo das capacidades do utente, no sentido da promoção da autonomia pessoal e do desenvolvimento de competências.







Handwritten notes and signatures in the top left corner, including a blue 'X' and some illegible scribbles.

7

## É UMA CASA, LISBOA, ALMADA E LOURES HOUSING FIRST

O É UMA CASA, que inclui os projetos Lisboa Housing First, Loures Housing First e Almada Housing First, tem como principal objetivo proporcionar o acesso imediato a uma habitação individualizada para pessoas em condição crónica de sem-abrigo.

Estes projetos focam-se em indivíduos que também apresentam consumos de substâncias psicoativas, lícitas e/ou ilícitas, e que se encontram totalmente excluídos da rede convencional de suporte social e das estruturas de saúde, para os quais as respostas existentes não foram adequadas.

Estes projetos prestam serviços de suporte individual e habitacional 24h/dia, 365 dias/ano e garantem o acompanhamento continuado e de longo prazo no contexto residencial. Promove o acesso dos inquilinos a todos os recursos existentes na comunidade, tanto a nível social como de saúde, tendo em vista a sua autonomia.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver as seguintes atividades:

Receção e acompanhamento de sinalizações da EPPMPSSA da CML, entidades parceiras do NPISA e entidades particulares para integração no projeto de PSSA com outras problemáticas ou que se encontrem integradas em respostas de acolhimento de emergência por motivos de saúde pública ou outras condições excecionais;

- Procura e arrendamento de casas no mercado imobiliário;
- Intervenção em contexto de rua e/ou de resposta de emergência e apoio na transição para uma habitação;



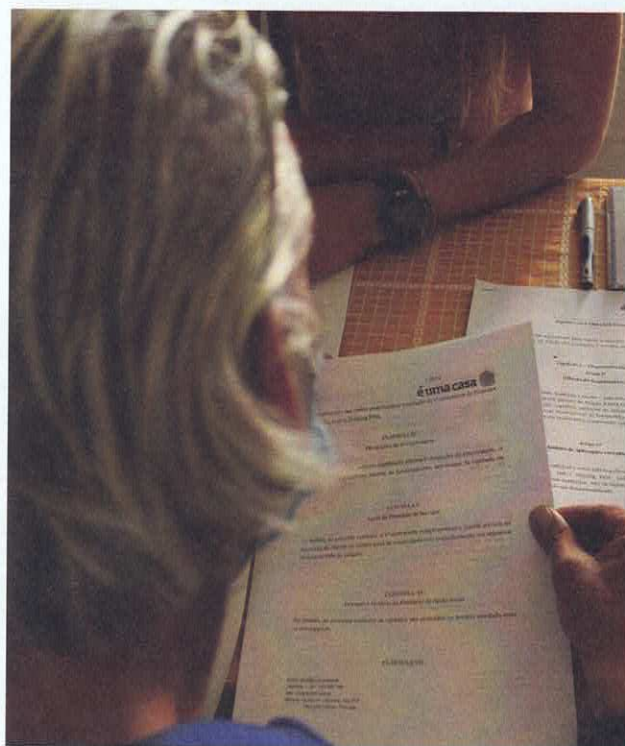
Ana Brígida ©

Financiadores:



- Montagem e preparação de casas;
- Contratualização de serviços para as casas afetas ao projeto;
- Gestão administrativa e financeira das casas afetas ao projeto;
- Visitas semanais em contexto habitacional (mínimo de seis visitas por mês);
- Serviço de prevenção disponível 24 horas por dia, 365 dias por ano com dois técnicos destacados para intervenção em situação de crise ou emergência;
- Levantamento das necessidades específicas de cada inquilino;
- Reunião quinzenal de inquilinos;
- Apoio psicossocial;
- Apoio psicológico;
- Encaminhamento, acompanhamento e mediação com as estruturas de saúde e de apoio social da área residencial;
- Consultas de psiquiatria e consultas de enfermagem;
- Apoio na gestão e administração de medicação;
- Apoio na gestão do dinheiro;
- Determinação, receção e gestão da comparticipação mensal dos inquilinos;
- Apoio e promoção de autonomia na concretização de atividades da vida diária (por exemplo, tarefas domésticas, utilização de transportes públicos, etc.);
- Educação para a saúde e distribuição de material informativo;
- Educação e sensibilização para práticas sexuais de menor risco;
- Troca e distribuição de material assético para consumo (Kits de seringas, kits de cachimbo, prata);
- Distribuição de preservativos e lubrificantes;
- Encaminhamento, acompanhamento e mediação com estruturas que disponibilizem atividades ocupacionais, bem como com estruturas de formação e emprego;

- Acompanhamento no âmbito do Programa de Emprego Apoiado da RedeEmprega e do gabinete de apoio à empregabilidade de públicos vulneráveis Emprego Primeiro – Porta Aberta;
- Estabelecimento de parcerias com entidades externas para sustentabilidade dos Projetos ou outras parcerias (ex., doações e recheios das habitações);
- Formação e supervisão de outros projetos que pretendam implementar o modelo Housing First;
- Formações e supervisão interna da equipa;
- Receção e acolhimento de visitas de entidades externas e realização de apresentações do projeto;
- Acolhimento e orientação de voluntários;
- Acolhimento e orientação de estagiários curriculares, estágios profissionais e estágio ao abrigo do programa Erasmus+;
- Participação da equipa técnica e de inquilinos em ações de advocacy (como por exemplo, entrevistas, debates, apresentações, comunicações em conferências e outros eventos etc.);
- Presença em reuniões de trabalho com parceiros;
- Presença em reuniões de monitorização do projeto.







Handwritten signatures and initials in blue ink.

8

## UNIDADE MUNICIPAL EMPREGO E AUTONOMIA

O Projeto Unidade Municipal Emprego e Autonomia visa a integração em contexto habitacional de pessoas em situação de sem-abrigo que se encontrem a trabalhar ou em formação remunerada.

O projeto conta com 15 vagas e propõe-se a promover a autonomia das pessoas integradas e a garantir a transição das mesmas para alternativas habitacionais autónomas, através do

acompanhamento de equipa técnica, num período de 6 meses. Período ao longo do qual são desenvolvidas competências ao nível da gestão económica, inclusão no contexto laboral, gestão doméstica e adesão a serviços sociais e de saúde; competências essenciais para a autonomia das pessoas integradas.



Financiadores:



## 9

## UNIDADE MUNICIPAL PREVENÇÃO E AUTONOMIA

A Unidade Municipal Prevenção e Autonomia (UMPA) visa dar resposta à situação de sem-abrigo de forma célere e preventiva, apoiando pessoas que, pela primeira vez, estão nesta situação há menos de três meses. Com capacidade para 28 vagas, o projeto procura garantir estabilidade habitacional temporária e fomentar a autonomia das pessoas acolhidas, promovendo uma transição gradual para habitações autónomas. Durante um período de intervenção com duração máxima de 6 meses, a equipa técnica trabalha no desenvolvimento de competências essenciais, como a gestão económica, inserção no mercado de trabalho, organização doméstica e acesso a serviços sociais e de saúde.

Todos os utentes recebem um acompanhamento individual próximo, com atendimentos semanais que monitorizam o progresso do plano individual. Além disso, o projeto promove reuniões semanais de grupo que incentivam a partilha de experiências, permitem a gestão de conflitos e facilitam a organização da casa.

Complementarmente, o projeto inclui uma componente de investigação para compreender melhor as causas do sem-abrigo e desenvolver respostas preventivas eficazes.



Financiadores:





10

## É UM APARTAMENTO

Num projeto que resulta da parceria entre a CRESCER, a Cofidis Portugal e a Bureaux du Coeur, foi criada uma resposta que visa acolher duas pessoas em situação de vulnerabilidade, em dois apartamentos em contexto empresarial, com o objetivo de capacitar e apoiar a inclusão de pessoas em situação de sem-abrigo na sociedade.

Os apartamentos são cedidos e equipados pela Cofidis Portugal e a CRESCER disponibilizou o acompanhamento técnico regular às pessoas que nestes vivem, durante 6 meses. Um projeto que visa servir de base para a inclusão habitacional e socio-profissional das pessoas que são integradas no Projeto.

A Cofidis assegura a habitação nas suas instalações e, por sua vez, a CRESCER irá fazer a identificação destas pessoas, estando encarregue de todo o acompanhamento, através de apoio psicossocial, acesso a cuidados de saúde e inclusão no mercado de trabalho.



Parceiros:







8. A

## 11

## É UMA HABITAÇÃO

A CRESCER implementa, desde 2013, o programa "É UMA CASA, Housing First", baseado num modelo internacionalmente validado: oferecer primeiro a casa, acompanhada de suporte técnico especializado, e só depois trabalhar as restantes dimensões da reintegração social.

Desde então, mais de 170 pessoas em situação de sem-abrigo crónica (em média, 14,2 anos na rua) foram integradas no programa. Os resultados são claros: 90% das pessoas não regressaram à situação de sem-abrigo, e nenhuma pessoa recusou a saída da rua para integrar o projeto.

Apesar destes resultados, existe hoje um bloqueio estrutural: mesmo trabalhando e contribuindo com 30% do seu rendimento, as pessoas integradas não conseguem aceder ao mercado de arrendamento acessível. Esta realidade limita a sua autonomia e impede a entrada de novos beneficiários no programa.

Perante este desafio, a CRESCER está a desenvolver o projeto "É UMA HABITAÇÃO",

com o objetivo de criar soluções estruturais e sustentáveis de acesso à habitação, garantindo estabilidade a longo prazo e permitindo a continuidade do modelo Housing First.

Em articulação com parceiros públicos e privados, o projeto pretende:

- Adquirir imóveis na Área Metropolitana de Lisboa (150.000€ a 200.000€ por unidade), através de donativos e investimento social, criando um parque habitacional de impacto social;
- Reabilitar imóveis devolutos ou subvalorizados, assegurando qualidade técnica, eficiência energética, conforto e segurança.







## 12

## É UMA VIDA

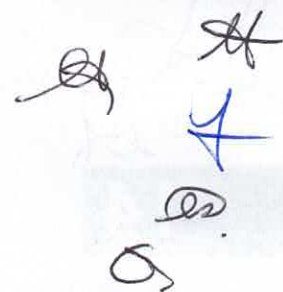
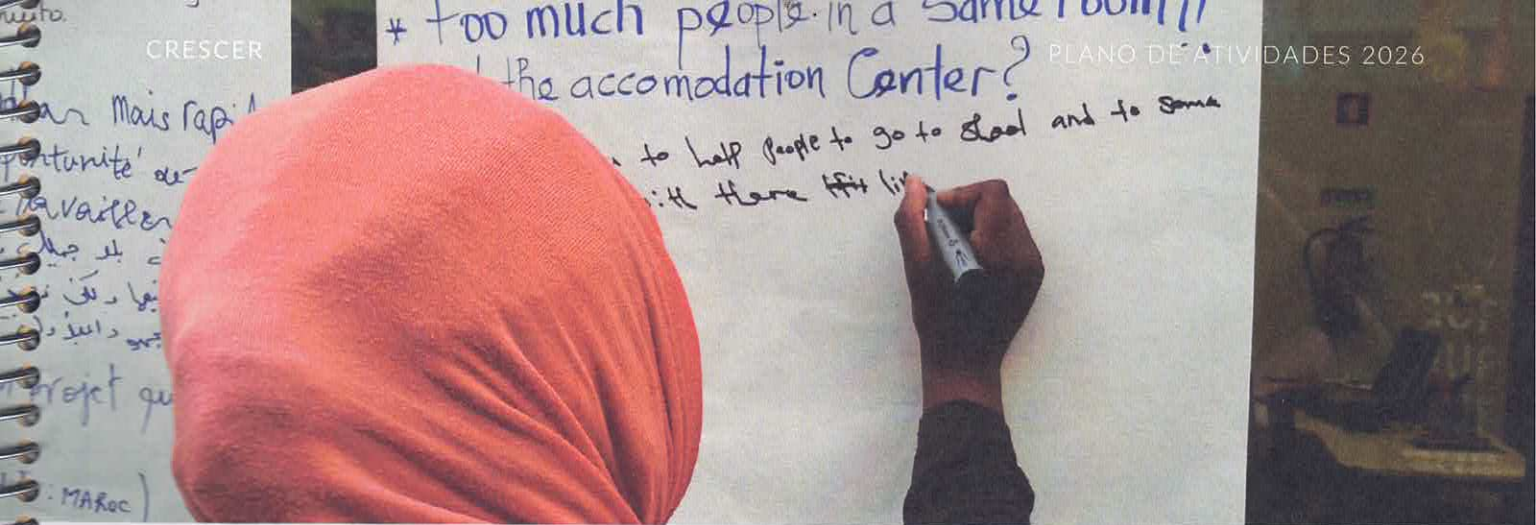
Este projeto tem como objetivo apoiar as pessoas requerentes de asilo/refugiadas na sua inclusão na sociedade, através do acompanhamento de proximidade e da promoção do seu acesso à saúde, educação, emprego, ajudando-os em todos os passos necessários para que consigam usufruir de todos os seus direitos.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver as seguintes atividades no âmbito do projeto É UMA VIDA:

- Preparação das casas;
- Entrevista de anamnese;
- Matching para entrada nas casas;
- Apoio na transição para as casas;
- Atribuição de um gestor de caso;
- Visitas regulares em contexto residencial;
- Acompanhamento individualizado;
- Apoio na obtenção de toda a documentação necessária à sua integração;
- Apoio na divisão e gestão das tarefas domésticas;
- Apoio na gestão financeira;
- Apoio na definição de objetivos e estratégias com vista à realização do projeto de vida individual;
- Acompanhamento às diversas estruturas da comunidade;
- Mediação com as diversas estruturas da comunidade;
- Reuniões semanais com todos os beneficiários;
- Apoio na procura ativa de trabalho;
- Estabelecimento de novas parcerias que proporcionem uma melhoria da resposta dada aos beneficiários;
- Promoção de atividades lúdico-culturais;
- Promoção de práticas desportivas;
- Apoio na procura, visita, negociação e contratualização de uma solução habitacional para o pós-programa.

Financiadores:





13

## NO BORDER III

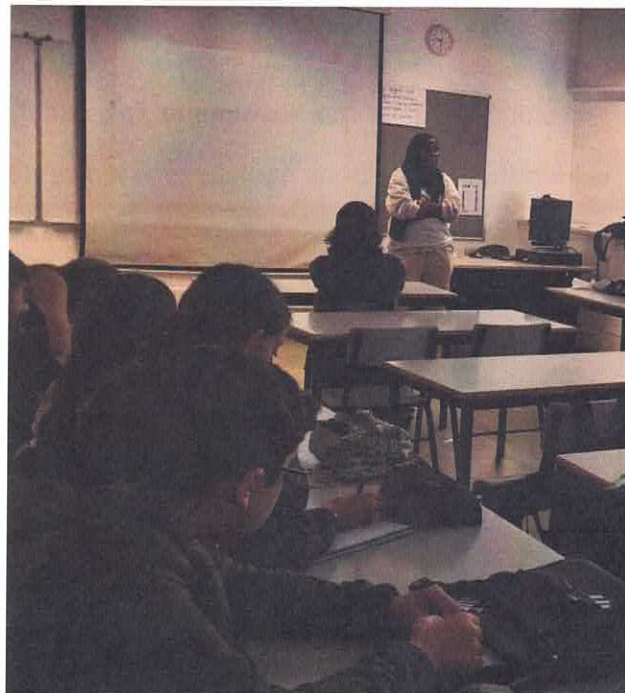
Este projeto é dirigido a pessoas migrantes, refugiadas e requerentes de asilo e tem como objetivo a criação de um espaço onde as pessoas possam encontrar um conjunto de serviços/apoios dirigidos às necessidades que temos identificado como mais prementes – apoio psicológico e social, mediação, apoio jurídico, apoio à empregabilidade e informação/sensibilização às comunidades locais.

Os serviços disponibilizados funcionam no espaço criado para o efeito ou através do encaminhamento (com acompanhamento) para entidades externas, com o objetivo de facilitar o acesso às estruturas da comunidade e promover a autonomização dos beneficiários.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver as seguintes atividades no âmbito deste projeto:

- Apoio psicossocial;
- Apoio na integração do mercado de trabalho e em respostas formativas;
- Apoio psicológico;
- Apoio no acesso à habitação;

- Mediação e tradução;
- Apoio jurídico e advocacy;
- Sensibilização da comunidade e a criação de instrumentos de política local.



Financiadores:





Handwritten signatures and initials in blue and black ink.

14

## POWGEN

O POWGEN é um projeto internacional que visa facilitar a integração laboral de migrantes, nacionais de países terceiros (NPTs) através da oferta de formação certificada nos setores da renovação e energias renováveis e de serviços de job-matching entre os formandos e as empresas.

Fá-lo através de:

- Identificação de boas práticas em termos de inclusão laboral;
- Envolvimento dos beneficiários, empresas e profissionais no projeto;
- Desenvolvimento das competências dos profissionais que trabalham com NPTs;
- Implementação de cinco projetos piloto locais (Lisboa, Barcelona, Frankfurt, Nápoles e Perugia);
- Estabelecimento de parcerias com empresas para facilitar estágios e oportunidades de emprego para os formandos;
- Advocacy para mudanças políticas em relação à inclusão laboral de migrantes;

- Sensibilização, promoção da inovação e divulgação dos resultados dos projetos, destacando os benefícios de locais de trabalho inclusivos;



Financiadores:



Parceiros:





15

## HOME4HEALTH

O Home4Health é um projeto que procura colaborar com organizações da sociedade civil, instituições e autoridades públicas na abordagem, a partir de uma perspetiva socialmente inclusiva, dos desafios encontrados no cuidado a pessoas em situação de sem abrigo que enfrentam questões complexas de saúde e traumas, como a adição.

O projeto também irá adaptar organizações de formação profissional (VET) às necessidades do mercado de trabalho, tendo como base a necessidade urgente de uma transição para sistemas socioeconómicos inclusivos num cenário pós-pandémico, bem como a crescente complexidade da procura por empregos e competências nos setores da saúde e social, abordando especificamente questões complexas como adição e trauma. Consequentemente, o projeto pretende aumentar as oportunidades de desenvolvimento profissional através da partilha de boas práticas e experiências ao nível europeu.

O projeto Home4Health, financiado pelo programa Erasmus+, será implementado entre janeiro de 2024 e junho de 2026, em colaboração com as seguintes organizações: Asociación Bienestar y Desarrollo ABD (Espanha), enquanto coordenadora do projeto, CRESCER (Portugal), HVO-Querido (Países Baixos) e Cork Simon Community (Irlanda).



Financiadores:



Parceiros:





16

## INCLUSÃO DIGITAL

Em 2026, prevemos dar continuidade ao nosso projeto de Inclusão Digital dirigido a pessoas que se encontram em situação de sem abrigo, reforçando o trabalho iniciado em 2024. Este projeto, desenvolvido em colaboração com a Simon Community Scotland e a Vodafone Portugal, tem como objetivo central promover a literacia digital e facilitar o acesso das pessoas aos múltiplos benefícios do mundo digital.

Acreditamos que um smartphone com ligação à internet é mais do que uma ferramenta prática: é um elemento fundamental de inclusão e autonomia. O acesso a informação útil, localização de serviços, contacto com redes de apoio, serviços de saúde e sociais, assim como notícias, entretenimento e comunicação com familiares e amigos, contribui significativamente para a redução do isolamento e para o aumento das oportunidades de inclusão social.

Ao longo de 2026, os beneficiários continuarão a receber acompanhamento regular do "Champion Digital", um técnico da equipa da CRESCER que apoia cada pessoa na utilização do telemóvel, sugere a instalação de aplicações úteis e incentiva uma utilização digital segura, informada e adaptada às necessidades de cada um.



Pexels

Parceiros:





17

## PORTA ABERTA - AGÊNCIA DE EMPREGABILIDADE

Projeto financiado pela Câmara Municipal de Lisboa e tem como objetivo principal de prestar apoio ao nível da empregabilidade a pessoas em situação de vulnerabilidade. No projeto é assegurado:

- Apoio especializado na área da empregabilidade para as organizações do setor social;
- Realização de atendimentos psicossociais;
- Trabalho em articulação com os parceiros sociais na definição de planos de ação;
- Disponibilização de espaço de co-work para os parceiros;
- Apoio às entidades empregadoras no job-matching;
- Acompanhamento especializado às entidades empregadoras (recrutamento, onboarding, pós colocação);
- Apoio na procura (e elaboração) de incentivos para a entidade empregadora.

ano 2026 pretendemos realizar as seguintes atividades:

- Oficinas de empregabilidade no espaço do projeto e no espaço dos parceiros;
- Ações de formação (português como língua não materna, sessões de valorização para a empregabilidade – coaching, comunicação e assertividade, promoção de competências pessoais e sociais);
- Promoção de reuniões e encontros entre candidatos;
- Disponibilização de PCs (procura de trabalho, formações online, etc.);
- Sessões de preparação das entrevistas em mercado de trabalho;
- Realização de feiras de emprego;
- Sensibilização junto das entidades empregadoras;
- Participação em redes de empregabilidade;
- Reuniões mensais de parceiros.

Além da continuidade dos nossos serviços, no

Financiadores:



18

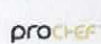
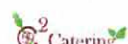
## É UM RESTAURANTE

Abrimos, em 2019, o nosso primeiro negócio social, um restaurante numa zona central de Lisboa. Após um encerramento forçado em maio de 2020, e que durou cerca de 18 meses, devido à pandemia, o É UM RESTAURANTE reabriu ao público em fevereiro de 2022.

Este projeto tem como principal objetivo promover a formação e empregabilidade de pessoas que estavam em situação de sem abrigo. A formação divide-se em 4 fases, sendo a última correspondente a um período de estágio profissional ou à integração no mercado de trabalho.



### Parceiros e financiadores





Handwritten signatures and initials in the top right corner, including a blue signature and several initials in black and blue ink.

FASE 1: 25 horas de formação em competências pessoais, sociais e relacionais. Formação da responsabilidade da CRESCER.

FASE 2: Capacitação profissional, com duração de 75 horas, dirigida às competências técnicas específicas ao trabalho na restauração. Formação da responsabilidade da Escola de Hotelaria e Turismo de Lisboa.

FASE 3: Integração no restaurante, em contexto formativo supervisionado e desempenhando as funções necessárias ao dia-a-dia profissional deste espaço. Esta fase representa 600 horas de formação on the job.

FASE 4: Período de estágio profissional e integração no mercado de trabalho. Durante todo o período durante o qual os formandos se encontram no projeto, e mesmo após a inclusão laboral, se assim o pretenderem, são acompanhados por um gestor de caso, membro da equipa técnica da CRESCER. O gestor de caso apoia os formandos na definição e concretização do seu projeto individual de vida, abrangendo todas as áreas necessárias, e assegura igualmente apoio psicossocial.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver este projeto.







Lucas Fita ©

19

## É UM ALMOÇO

Em fevereiro de 2022, a CRESCER iniciou a gestão do espaço de restauração da Ageas, uma empresa multinacional que inaugurou um novo edifício em 2023. Este restaurante, dirigido aos trabalhadores da empresa, funciona exatamente nos mesmos moldes do É UM RESTAURANTE, permitindo à CRESCER alargar o número de for-

mandos apoiados e, consequentemente, o número de pessoas incluídas no mercado de trabalho.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver este projeto.



Lucas Fita ©

Parceiros:

grupo  
**ageas**  
portugal





Arlindo Camacho

20

## É UMA MESA

Em maio de 2022, a CRESCER inaugurou o seu terceiro negócio social, um restaurante italiano situado no Bairro Padre Cruz.

À semelhança dos projetos É UM RESTAURANTE e É UM ALMOÇO, este espaço integra componentes de formação e inclusão socioprofissional de pessoas que se encontravam em situação de sem abrigo. Paralelamente, continua a contribuir para a dinamização do Bairro Padre Cruz, considerado zona de intervenção prioritária.

Atualmente, o restaurante encontra-se direcionado para a realização de eventos e jantares ou almoços de grupo, sendo também neste espaço que são confeccionados os serviços de catering da Associação CRESCER.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver este projeto.



Arlindo Camacho ©

Parceiros:







21

## É UMA COPA

Em setembro de 2023, a CRESCER iniciou a gestão do espaço de restauração do grupo COFIDIS, uma empresa multinacional que inaugurou recentemente um novo edifício em Lisboa - Natura Towers. Trata-se de um restaurante dirigido aos trabalhadores da empresa, mas também aberto ao público em geral. Funciona exatamente nos mesmos moldes dos outros restaurantes da CRESCER, permitindo assim alargar o número de pessoas incluídas no mercado de trabalho.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver este projeto.



Parceiros:







Beatriz Felício ©

22

## É UM ENCONTRO

O restaurante nasce como uma celebração da diversidade cultural e gastronómica que define o município da Amadora.

Num território onde o mundo inteiro cabe num bairro, a proposta gastronómica pretende ser um reflexo dessa riqueza: pizzas de forno a lenha convivem com pratos inspirados em sabores de vários continentes - de receitas tradicionais portuguesas a influências marcantes dos países africanos de língua portuguesa, passando pela Ásia, América Latina e Mediterrâneo.

Valorizar a fusão natural entre culturas, resultado das migrações, encontros e partilhas que moldam diariamente o município da Amadora.



Financiadores:



Portugal  
INOVACÃO  
SOCIAL



Deloitte.

makro

ChefsAgency

HOTEL







Astrazeneca

DR: Nettomia

**23**

## É UM RESTAURANTE - ASTRAZENECA

Em fevereiro de 2026, o É UM RESTAURANTE abrirá um novo espaço em contexto corporativo, integrando a área de restauração do novo edifício da AstraZeneca, destinado aos trabalhadores desta empresa.

Este restaurante funcionará nos mesmos moldes dos restantes espaços da CRESCER, permitindo assim alargar o número de pessoas em situação de vulnerabilidade que beneficiarão de um percurso estruturado de formação e capacitação com vista à sua inclusão no mercado de trabalho.

O novo espaço privilegiará um conceito de cozinha saudável e de conforto, com uma oferta diversificada e inclusiva.



Parceiros:

AstraZeneca 



24

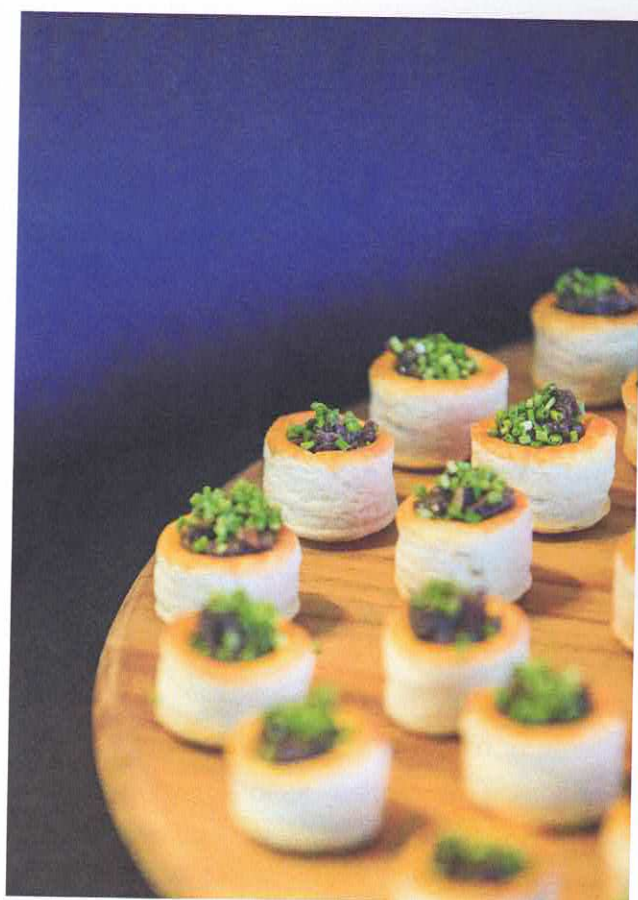
## É UM CATERING

O É UM CATERING replica o modelo de intervenção dos negócios sociais da CRESCER, adaptado ao formato de serviço de catering.

Através de um modelo de formação adaptado e empregabilidade acompanhada, o É UM CATERING tem como principal objetivo promover a formação profissional e integração no mercado laboral de pessoas que se encontram em situação de sem abrigo.

O É UM CATERING é o sexto negócio social da CRESCER e nasceu em 2022, fruto de várias solicitações feitas junto dos nossos restaurantes já em funcionamento. É um projeto sem financiamento próprio.

Ao longo de 2026, prevemos continuar a desenvolver este projeto.





25

## É UM ENCONTRO - FESTIVAL SABORES DO MUNDO

O É UM ENCONTRO - Festival Sabores do Mundo tem por objetivo promover o diálogo intercultural enquanto veículo de integração, através da representação da multiculturalidade gastronómica presente no município da Amadora. Pretende reunir anualmente chefs nacionais e internacionais, para dar a conhecer a oferta gastronómica local, fomentando a partilha e a troca de ideias através da cozinha. Procura assim sensibilizar a comunidade local para a interculturalidade e promover a integração de pessoas migrantes.

Durante um fim-de-semana do mês de setembro, o Festival tem lugar no município da Amadora, tendo previstas diversas atividades, tais como showcookings, venda de produtos do mundo, streetfood, espetáculos e exposições culturais, debates e apresentações, atividades para os mais novos, entre outras.

A fim de atingir os objetivos a que se propõe e garantir o envolvimento ativo da comunidade local, o É UM ENCONTRO prevê ainda a dinamização de atividades de sensibilização para a interculturalidade e para a integração de migrantes. Paralelamente, prevê a organização de micro eventos gastronómicos para promover a capacitação da comunidade local e a divulgação do projeto.



Financiadores:



Parceiros:

HOTEL

i hotel agency



VIVO



Goldinax



Associação de Municípios de Lisboa



Ivo



Ivo



Ivo





Pexels ©

26

## HOMEBOUND HORIZONS

O HomeBound é um projeto europeu que visa promover a reintegração social e laboral de pessoas em situação de sem abrigo, reconhecendo que o acesso a emprego estável é um dos fatores mais decisivos para a autonomização e inclusão. Para isso, o projeto propõe a criação de uma nova Estratégia de Formação e a reorganização dos centros locais de aprendizagem geridos por ONGs e outras instituições, modernizando-os e alinhando-os com as necessidades reais do mercado de trabalho.

Paralelamente, o HomeBound aposta na criação de comunidades de apoio, envolvendo empresas e stakeholders locais que assumem um papel ativo na integração profissional e social das pessoas em situação de sem abrigo, contribuindo para mudanças estruturais e sustentáveis nas suas trajetórias de vida.

Trata-se de um consórcio composto por representantes da Alemanha, Portugal, Grécia e Croácia.



Pexels ©

Financiadores:



Erasmus+





Handwritten notes in blue and black ink, including a large 'X' and some illegible scribbles.

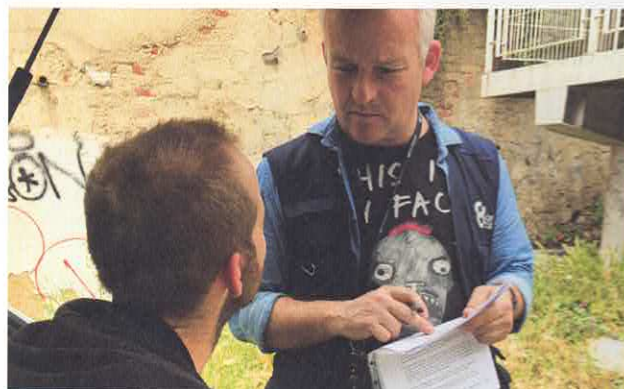
**27**

## PROGRAMA DE GESTÃO DE CONSUMO DE ÁLCOOL

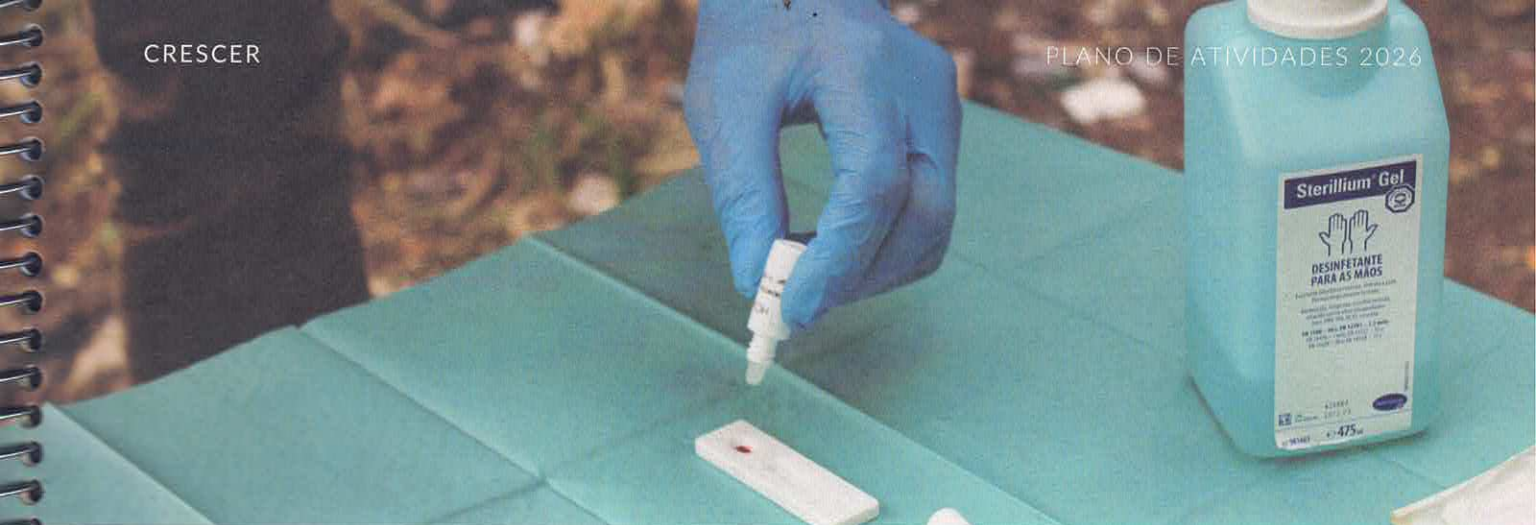
Em 2026 iremos dar continuidade ao Programa de Gestão de Consumo de Álcool como estratégia de RRMD para as pessoas que consomem álcool, com capacidade para 30 pessoas. A integração numa estrutura fixa possibilita o acesso a quantidades controladas de álcool numa programação diária, como forma de garantir que a pessoa consome bebidas alcoólicas num contexto seguro. A estrutura assegura igualmente acesso à satisfação de necessidades básica – dormida, higiene e alimentação – bem como apoio médico, de enfermagem, psicológico e de serviço social, de acordo com a manifestação de vontade e necessidade do beneficiário.

É uma resposta para homens e mulheres, com idade superior a 18 anos, em situação de sem abrigo e com dependência severa de álcool, população que corre um elevado risco de sofrer

danos causados pela abstinência abrupta ou por outros comportamentos de risco associados ao consumo. O projeto compromete em melhorar as condições de vida dos utilizadores, contribuindo para a sua estabilidade habitacional e para a redução dos consumos de álcool e dos danos causados pela sua abstinência.







28

## FÁBRICA COMUNITÁRIA

Em 2026, iremos dar continuidade à parceria no Projeto Fábrica Comunitária promovido pela Associação Kosmicare. O Projeto Fábrica Comunitária é financiado pelo Programa de Parcerias Locais de Lisboa BIP/ZIP e materializa-se na implementação de dinamização de ações que promovam a educação para a saúde e a coesão social das comunidades locais, através de atividades formativas e de lazer que permitam aproximar os/as diferentes atores/atrizes no território, minimizando os conflitos existentes e promovendo um ambiente mais inclusivo, contribuindo para a coesão social e melhoria do bairro, das condições de saúde e bem-estar social dos diferentes grupos populacionais dos Bairros de Intervenção Prioritária Ourives, Estrada de Chelas, Rua João Nascimento Costa e Rua Carlos Botelho.

A CRESCER assume o compromisso enquanto entidade parceira, de apoiar no desenvolvimento e na organização das atividades, privilegiando sempre o contacto e o encaminhamento do

público-alvo com quem trabalha para as iniciativas de intervenção comunitária desenvolvidas pela Kosmicare e respetivo consórcio neste projeto, bem como a facilitar, mediar e mobilizar a população-alvo para os processos, procurando envolver mais pessoas na dinâmica de desenvolvimento local comunitário e nas atividades desenvolvidas no projeto. A CRESCER irá ainda disponibilizar suporte técnico e logístico na implementação das atividades do projeto, nomeadamente nos atendimentos de saúde, rastreios de IST, formações na área da saúde e divulgação de materiais produzidos nos meios de informação e comunicação.

Parceiros:





Handwritten notes and signatures in blue and black ink.

29

## IN'COMUN: COMUNIDADE TRANSFORMADORA

O projeto promovido pela VMBA – Associação de Moradores Viver Melhor no Beato, em parceria com a CRESCER e várias entidades sociais e comunitárias (Associação Kosmicare; Centro Social do Exército de Salvação; Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos; AMVOB; Médicos do Mundo, Associação), visa responder às múltiplas vulnerabilidades existentes nos territórios Bairro de Intervenção Prioritária Ourives, Estrada de Chelas, Rua João Nascimento Costa e Rua Carlos Botelho.

A intervenção proposta é integrada, transversal e multidisciplinar, orientada para a construção de comunidades mais seguras, coesas e sustentáveis. O projeto aposta num modelo de governança colaborativa e participativa, criando espaços de diálogo, partilha e coaprendizagem, que promovem a inclusão social, a saúde, o bem-estar e o empoderamento da comunidade.

Entre os seus objetivos, destaca-se a capacitação da população para o acesso a serviços e para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, bem como a revitalização do território através de estruturas de proximidade, melhoria dos espaços comuns e reforço da articulação entre serviços e equipas locais.

Todas as atividades são orientadas por processos colaborativos que procuram reduzir barreiras de exclusão, combater a discriminação e reforçar a coesão social. O projeto pretende, assim, criar um ambiente comunitário mais inclusivo, resiliente e participativo, contribuindo para uma sociedade mais justa, equitativa e com melhores oportunidades de desenvolvimento para todos os residentes.



**30**

8-  
7  
lw.

## VIVA MENTE, CORPO CIENTE

O Projeto Viva Mente, Corpo Ciente, promovido pela Associação de Boxe Paulo Seco e desenvolvido em parceria com a CRECER e várias outras instituições (Casa Pia de Lisboa; Ares do Pinhal; Agrupamento de Escolas Manuel da Maia), pretende melhorar a qualidade de vida da comunidade do Vale de Alcantara através da promoção da saúde, do bem-estar e da integração social.

O projeto assegura acesso gratuito a cuidados de saúde, incluindo consultas de enfermagem, fisioterapia, rastreios e ações formativas, com o objetivo de aumentar a literacia em saúde, promover a prevenção de doenças e reduzir desigualdades no acesso a serviços essenciais.

Paralelamente, investe fortemente na prática desportiva como forma de combater o sedentarismo e o isolamento social. As atividades regulares incentivam estilos de vida saudáveis, reforçam o convívio e desenvolvem competências físicas, emocionais e sociais, especialmente entre crianças e jovens.

No conjunto, o “Viva Mente, Corpo Ciente” pretende construir uma comunidade mais saudável, inclusiva e solidária, onde cada pessoa tem oportunidade de crescer, aprender e participar ativamente no bem-estar coletivo.

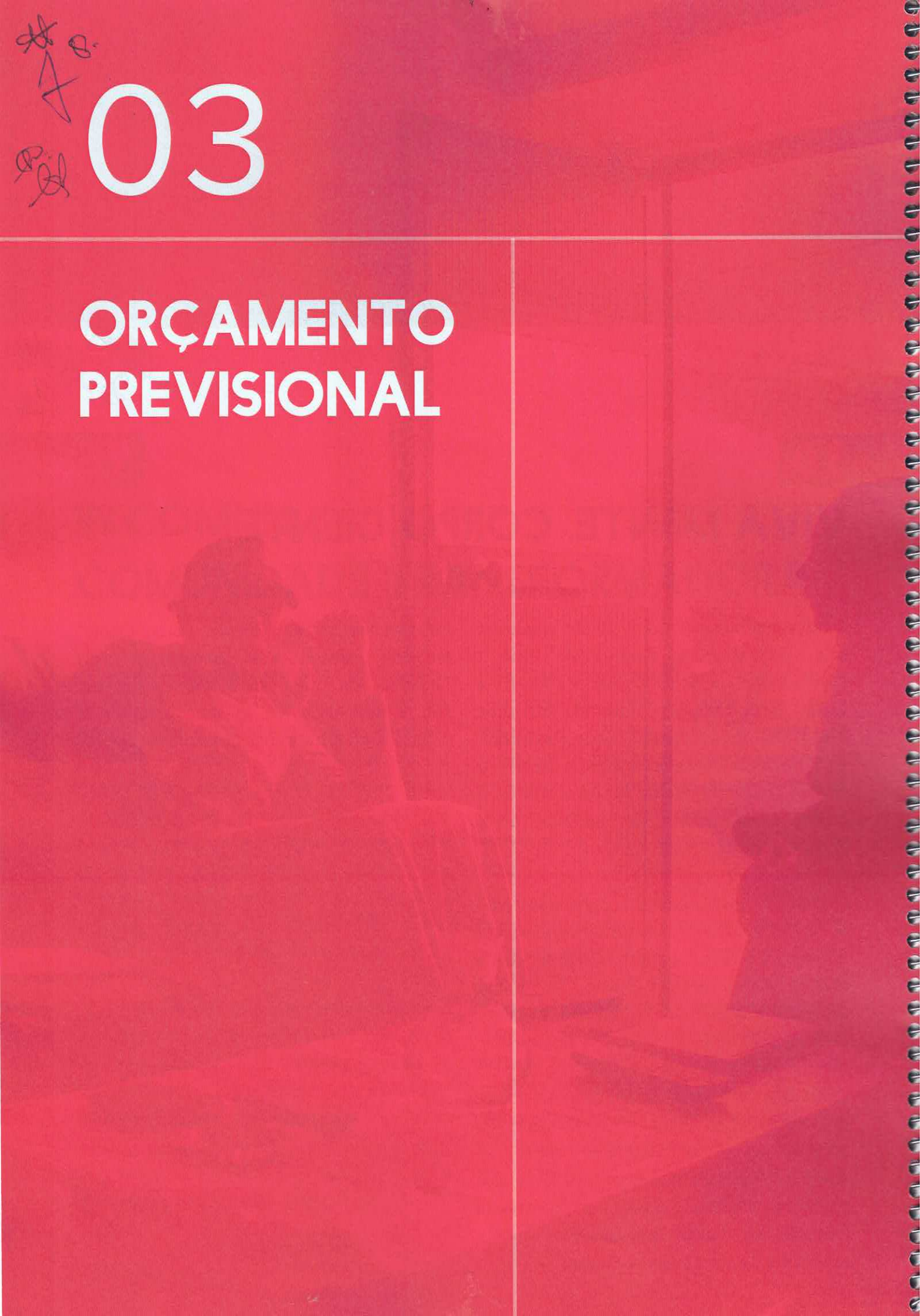
Parceiros:



Handwritten marks and signatures in the top left corner.

# 03

## ORÇAMENTO PREVISIONAL





3

# ORÇAMENTO PREVISIONAL

PROJETO	ORÇAMENTO TOTAL	ORÇAMENTO 2026	ENTIDADES FINANCIADORAS	VALOR FINANCIADO
É UMA CASA, LISBOA HOUSING FIRST 20	1 402 383,41€	201 300,00€	CML Segurança Social	CML: 153 300,00€ Segurança Social: 48 000,00€
É UMA CASA, LISBOA HOUSING FIRST 30		283 950,00€		CML: 229 950,00€ Segurança Social: 54 000,00€
É UMA CASA, LISBOA HOUSING FIRST 40		378 600,00€		CML: 306 600,00€ Segurança Social: 72 000,00€
É UMA CASA, LISBOA HOUSING FIRST 50		503 250,00€		CML: 383 250,00€ Segurança Social: 120 000,00€
É UMA CASA, LOURES HOUSING FIRST		12 000,00€	Segurança Social	12 000,00€
É UMA CASA, ALMADA HOUSING FIRST		23 283,41,00€	PT2030/CM ALMADA	23 283,41,00€
É UM RESTAURANTE	291 000,00€	87 515,88€	CML Seg Social	(espaço físico) 87, 515, 88€
É UM ALMOÇO	401 999,00€	401 999,00€	Grupo Ageas e Fundação Ageas CRESCER	(espaço físico) 401 999,00€
É UMA MESA	226 665,00€	226 665,00€	CRESCER	226 665,00€
É UMA COPA	186 666,00€	186 666,00€	Cofidis CRESCER	(espaço físico) 186 666,00€
É UM ENCONTRO - restaurante	1 233 714,11€	572 993,05 €	CMA  Portugal Inovação Social	(espaço físico) + 150 000,00€  150 000,00€
É UM CATERING	-	287 730,20€	-	287 730,20€
É UM ENCONTRO - Festival Sabores do Mundo	198 700,00€	198 700,00€	CMA	150 000,00€



PROJETO	ORÇAMENTO TOTAL	ORÇAMENTO 2026	ENTIDADES FINANCIADORAS	VALOR FINANCIADO
É UMA RUA, LISBOA CENTRO SUL	72 253,14€	72 253,14€	CML CRESCER	71 600,00€ 653,14€
É UMA RUA, AMADORA + ESPAÇO ÍMPAR	173 638,00€	173 638,00€	CM AMADORA/ PT2030	173 638,00€
POWGEN	158 248,72€	47 474,62€	FAMI CRESCER	142 423,85€ 15 824,87€
PORTA ABERTA	699 914,38 €	232 804,79€	CML PT2030	66 158,51 € 166 646,28 €
EQUIPA DE RUA, OCIDENTAL	90 003,59€	90 003,59€	ICAD CML	72 003,00€ 18 000,59€
EQUIPA DE RUA, ORIENTAL	92 969,93€	92 969,93€	ICAD CML	75 000,00€ 17 969,93€
NO BORDER III	432 246,70€	144 082,23€	FAMI Financ. Público	324 185,02€ 108 061,68€
É UMA VIDA	276 830,00€	276 830,00€	CML	276 830,00€
É UM APARTAMENTO	0€	0€		0€
É UMA HABITAÇÃO	63 896 623€	1 721 849€	-	1 596 000,00€
UMEA	87 600,00€	87 600,00€	CML	87 600,00€
UMPA	214 620,00€	214 620,00€	CML	214 620,00€
Unidade Móvel PSOBLE	108 668,00€	108 668,00€	CMA	108 668,00€
Homebound Horizons	44 800,00€	29 800,00€	Erasmus+	29 800,00€
HOME 4 HEALTH	52 077,00€	10 415,40€	Erasmus+	10 415,40€
INCLUSÃO DIGITAL	-	21 529,60€	-	21 529,60€
É UM RESTAURANTE - AstraZeneca	295 273,22€	295 273,22€	-	295 273,22€



2026



# PLANO DE ATIVIDADES

CRESCER

**CRES  
CER**

ASSOCIAÇÃO  
DE INTERVENÇÃO  
COMUNITÁRIA