



abril 2021

ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2021 – VERSÃO 2

João Pedro Maltez e Catarina Elena Ferreira | joao.p.maltez@gmail.com | +351 967 935 014



LISBOA
CÂMARA MUNICIPAL

DADOS DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE

80

80% da população mundial adolescente tem níveis de atividade física insuficientes e 1 em 4 adultos também não tem níveis de atividade física recomendados

5

Até 5 milhões de mortes por ano poderiam ser evitadas se a população global fosse mais ativa

900

Para um país de 10 milhões de habitantes, onde metade da população é fisicamente inativa, o custo anual da inatividade física é cerca de 900 milhões de euros

DADOS DA DGS E PROGRAMA NACIONAL DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA

72

72 % dos adultos portugueses
“nunca” ou “raramente” praticam
atividade física ou desporto

20

Apenas 20% com mais de 15 anos
assumiram praticar atividade física
pelo menos 3 dias por semana

8 | 11
14 | 15

Estima-se que em Portugal a inatividade física
seja responsável por:

- 8% das doenças coronárias
- 11% dos casos de diabetes do tipo 2
- 14% dos casos de cancro da mama
- 15% de cancro colorretal



25

Portugal apresenta-se hoje na 25.^a posição no ranking de atividade física e desportiva dos 27 países da União Europeia



15

O Programa do XXII Governo Constitucional inclui como objetivo colocar o país no lote das 15 nações europeias com cidadãos fisicamente mais ativos até 2030



60

De acordo com o inquérito da DGS, publicado a 31 de maio de 2020, a contenção social veio precipitar uma prevalência de mais de 60% de níveis baixos de atividade física na população portuguesa



Photo by [Stelios Xenakis](#) on [Unsplash](#)

2021

Em 2021, Lisboa é a Capital Europeia do Desporto

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS EM LISBOA

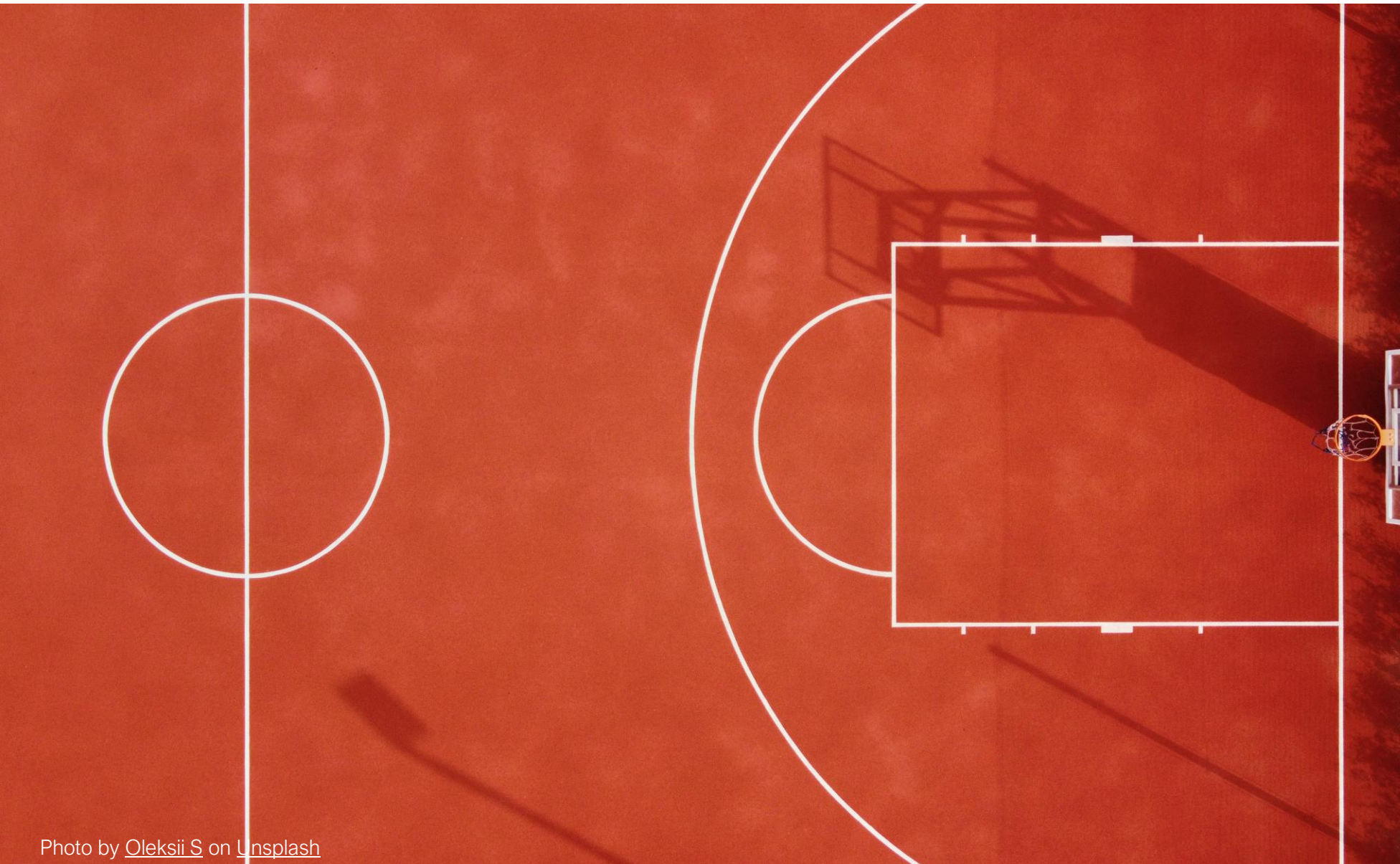


Photo by [Oleksii S](#) on [Unsplash](#)

500

Existem entre 500 e 600 instalações
desportivas de livre acesso no
Município de Lisboa

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS EM LISBOA



Photo by [Andrew Gook](#) on [Unsplash](#)

200

De acordo com os dados do Programa Lisboa Ciclável, a cidade atingirá uma extensão de 200 km de ciclovias até ao final de 2021



509

De acordo com os dados da PORDATA, estimados a 31 de dezembro de 2019, a cidade de Lisboa tem uma população residente de cerca de 509 mil habitantes.

FATORES DE MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA



Photo by Ryoji Iwata on Unsplash

$1 \neq 1 + 1$

De acordo com estudos realizados em 2018, a falta de companhia faz parte do leque dos 5 principais motivos para não se praticar atividade física e desportiva

COMO RELACIONAR AS 3 DIMENSÕES?



COMO RELACIONAR AS 3 DIMENSÕES?



OBJECTIVO DA PROPOSTA ADLX



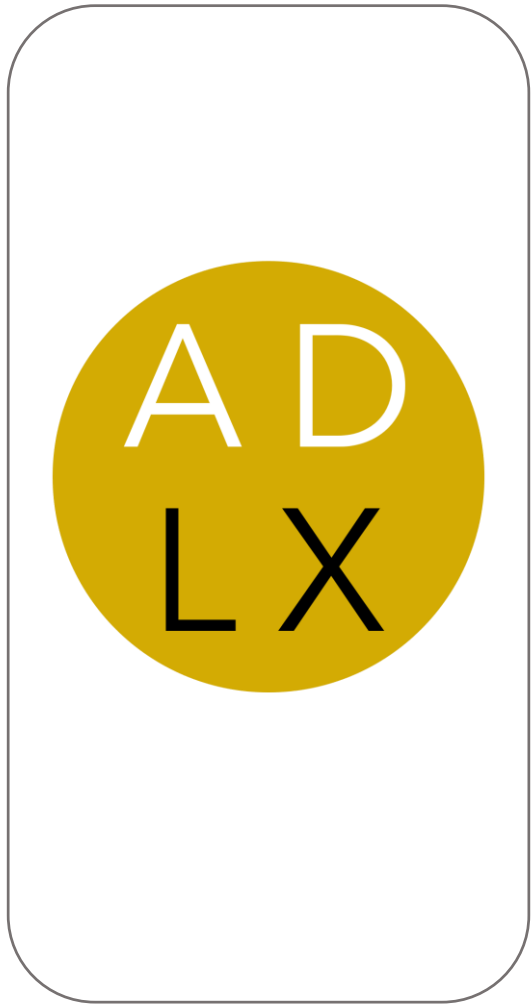
PROMOVER E
AUMENTAR A
MOTIVAÇÃO PARA A
ATIVIDADE FÍSICA E
DESPORTIVA

APROXIMANDO AS
PESSOAS

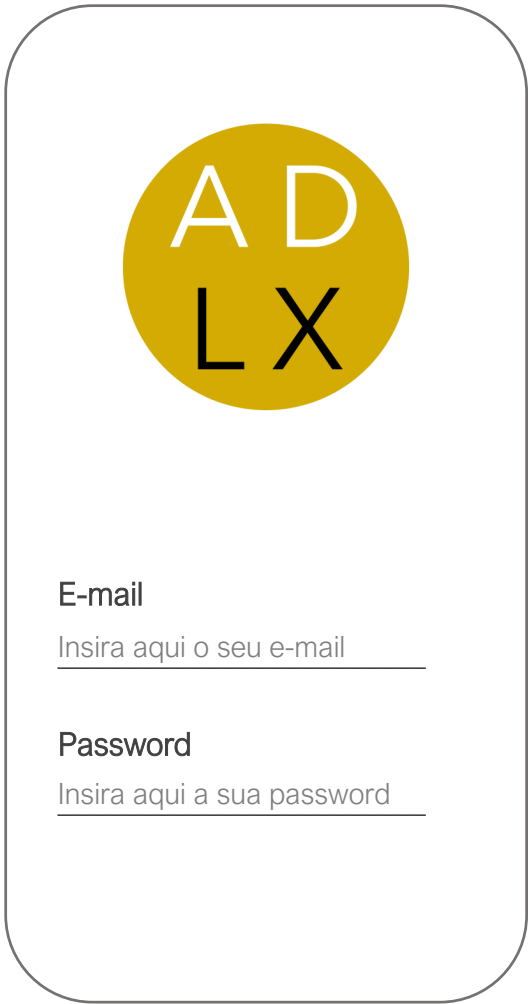
ENTRE SI

E DAS
INSTALAÇÕES
DESPORTIVAS
PRÓXIMAS

A PLATAFORMA DE CONTACTO



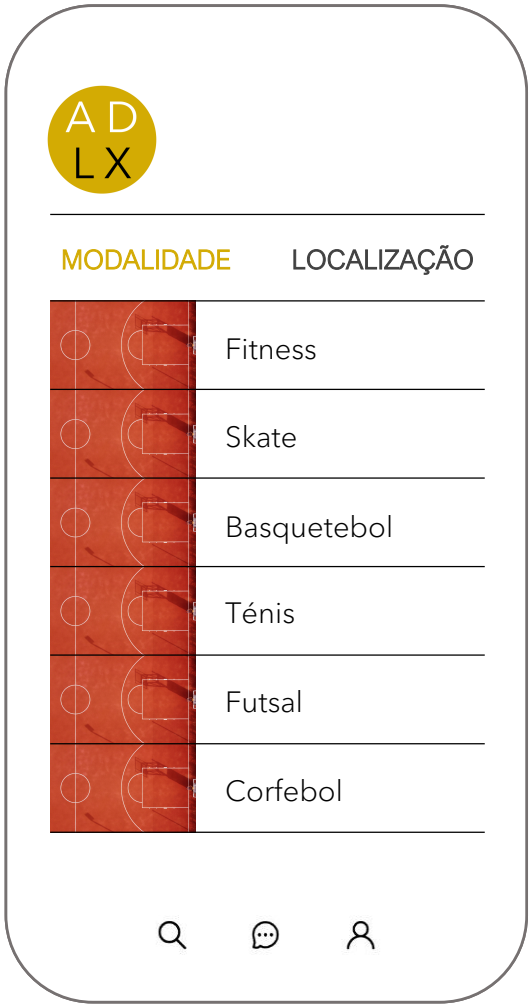
Entrada da APP



Login na APP



Página Inicial



Aqui pesquisam-se instalações desportivas de livre acesso através de dois critérios: a modalidade que se pretende praticar ou a localização/proximidade da tua residência

Menu RESERVAS

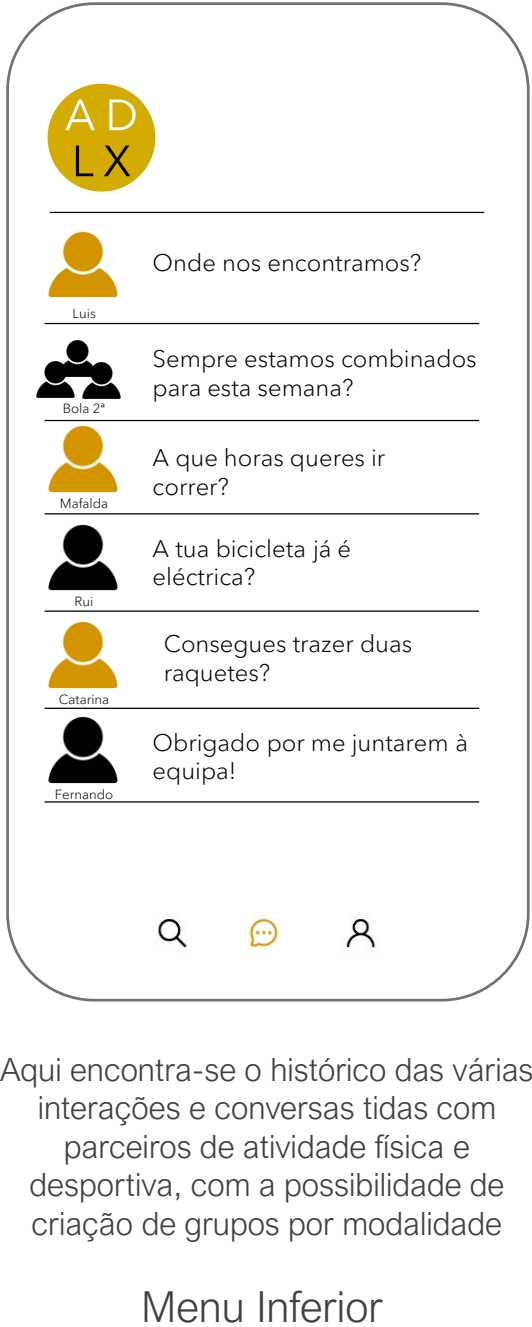


Aqui todos os utilizadores podem procurar parceiros para fazer atividade física e desportiva, disponibilizar-se para alguma modalidade e responder a pedidos de procura de parceiros

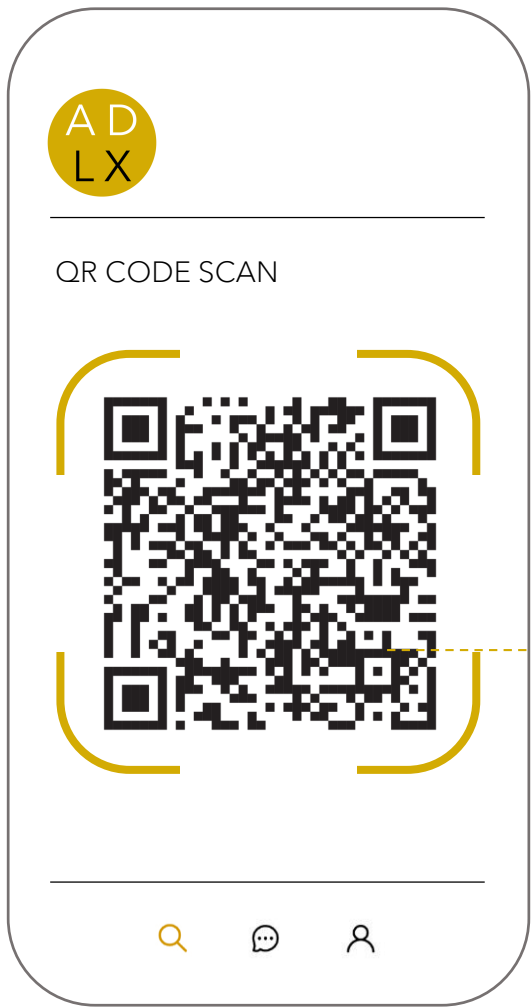
Menu ANDA DAÍ



A PLATAFORMA DE CONTACTO



A PLATAFORMA DE CONTACTO



Menu QR CODE SCAN

Os QR CODEs serão uma forma de identificação no espaço desta nova iniciativa, de forma a que não fique apenas no digital

Os QR CODEs estarão colocados em todas as Instalações Desportivas de livre acesso para os seus utilizadores, depois de uma marcação prévia na APP, validarem a sua chegada e para os outros utilizadores saberem, através da APP, que aquela instalação desportiva está a ser utilizada



Bolacha de Identificação da Instalação Desportiva



Photo by Junta de Freguesia de São Domingos de Benfica – Campo de Basquetebol do Largo do Bonfim



Bolacha de Identificação
da Instalação Desportiva

O MOTE NAS RUAS DA CIDADE



Photo by FG+SG – Reabilitação Pública do Largo do Fonte Nova



Bolacha de Identificação
da APP ADLX

O MOTE NAS RUAS DA CIDADE



Photo by jcornelius – Estação de Metro de São Sebastião



Bolacha de Identificação da APP ADLX





AD

LX

ANDA DAÍ

LISBOA

A APP DA CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA QUE
TE DÁ A MOTIVAÇÃO PARA TE PÔR A MEXER

DESCARREGA JÁ!