

PLANO DA AÇÃO DE FORMAÇÃO

PRÁTICAS DE LIDERANÇA COMUNITÁRIA #2

30 Horas de Formação Ação Certificada

ACORDO DE COOPERAÇÃO ANIMAR-IEFP 2026

VERSÃO 5.5 | janeiro 2026

INSCREVA-SE
AQUI!

ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO	3
2. OBJETIVO GERAL	3
3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
4. DESTINATÁRIOS/AS	4
5. SELEÇÃO	4
6. CUSTO	5
7. MODALIDADE, DURAÇÃO E LOCALIZAÇÃO	5
8. CRONOGRAMA	5
9. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	6
10. PESSOAS FORMADORAS	7
11. EQUIPA ANIMAR para a FORMAÇÃO	9
12. METODOLOGIAS E TÉCNICAS PEDAGÓGICAS	9
13. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO	10
14. AMBIENTES DE APRENDIZAGEM E REQUISITOS	10
15. REGULAMENTO GERAL DA ATIVIDADE FORMATIVA	11
16. INSCRIÇÃO	12

1. ENQUADRAMENTO

A liderança comunitária é um modelo de liderança no qual a liderança é partilhada por um grupo de pessoas e cada pessoa é chamada a tomar parte na liderança do grupo propondo ideias e visões. Neste modelo a direção não nasce necessariamente de um líder único, mas da contribuição de múltiplos elementos e o objetivo de forma geral é incrementar o processo de mudança social.

Por seu lado, o processo de liderança colaborativa envolve e reúne as pessoas de forma inclusiva, num processo aberto e criativo, partilhando informação e uma compreensão comum dos problemas e das preocupações, para criar uma visão realista e estratégias práticas para resolver as questões comuns.

A abordagem comunitária da liderança deverá ser colaborativa, na busca e construção de consensos, trazendo todas as partes envolvidas para o processo de tomada de decisão, no qual podem conhecer as diferentes perspetivas sobre o problema, aprender entre pares, debater soluções alternativas e analisar as consequências das diversas ações possíveis, para encontrar soluções que vão para além de uma visão individual parcial (tal como nos referem diversos autores Bryson & Crosby, 1992; Carpenter & Kennedy, 2001; Chrislip & Larson, 1994; Dukes, 1996).

A Animar foi desafiada a co-construir uma ação de capacitação para as Organizações de Desenvolvimento Local que respondesse às necessidades de formar Líderes Comunitários.

A ação de formação Líderes Comunitários, na sua primeira edição, resulta do trabalho desenvolvido nas oficinas interpares que juntou agentes de desenvolvimento local com líderes informais das comunidades espalhadas de norte a sul, a fim de, com eles/elas, co-construir um percurso formativo que dê resposta às necessidades identificadas.

2. OBJETIVO GERAL

O programa para a ação de formação «Práticas de Liderança Comunitária» (LC#2) visa:

- Dotar as pessoas formandas de conhecimentos teórico-práticos em torno de métodos, técnicas e ferramentas que permitam a capacitação de pessoas para a liderança comunitária, colaborativa e para o desenvolvimento local.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da ação de formação em Práticas de Liderança Comunitária, na sua 2ª edição, cada pessoa formanda deve:

- Identificar conceitos sobre liderança colaborativa, liderança comunitária e comunicação horizontal;
- Realizar um diagnóstico territorial tendo em conta as especificidades de cada comunidade;
- Reconhecer as emoções fazendo uma autogestão emocional;
- Caracterizar a comunicação não violenta e utilizá-la como metodologia de intervenção;
- Identificar as questões da diversidade;
- Utilizar as medidas de inclusão como metodologias de intervenção na comunidade.

4. DESTINATÁRIOS/AS

A ação de formação destina-se a dirigentes, coordenadores/as, técnicos/as e voluntários/as das Organizações de Desenvolvimento Local.

O grupo de formandos/as será constituído por 20 pessoas.

5. SELEÇÃO

O processo de seleção das pessoas inscritas é efetuado de acordo com os seguintes critérios:

1. Submissão do formulário de inscrição on-line e pagamento do valor caução;
2. As admissões são limitadas ao número de vagas existentes, sendo que, caso o número de pessoas inscritas através do processo referido no ponto 1, exceda o número máximo previsto, a seleção será realizada de acordo com a ordem seguinte:

- a) Associados/as da Animar com quotas regularizadas;
- b) Não associados/as da Animar;
- c) Pessoas que integrem os corpos dirigentes em organizações do desenvolvimento local;
- d) Técnicos/as das entidades da economia social no ativo;
- e) Ordem de entrada do formulário de inscrição.

6. CUSTO

A participação é gratuita. No entanto é cobrado um valor de caução no ato de inscrição, o mesmo será devolvido às pessoas não admitidas quando o mesmo lhe for informado e às pessoas admitidas sempre que as mesmas concluem a ação com critérios para a certificação. Para mais informações consultar o ponto 7 do Regulamento Geral da Atividade Formativa.

Esta ação de formação pertence ao Catálogo de Formação da Animar 2026 e é financiada pelo Acordo de Cooperação IEF - ANIMAR 2026.

7. MODALIDADE, DURAÇÃO E LOCALIZAÇÃO

A ação de formação decorre na modalidade a distância, tem, previsivelmente, a duração de 5 semanas e as sessões síncronas serão distribuídas de acordo com o cronograma (ponto 8).

Terá por suporte a plataforma de aprendizagem digital da Animar, Moodle em www.formacao.animar-dl.pt.

8. CRONOGRAMA

As sessões síncronas, cuja presença é essencial para a conclusão da ação de formação, decorrem nos dias 04, 06, 11, 14, 18, 21, 26, 27 de maio e 01 de junho de 2026, das 19H00-22H00 e 19H00-22H30, através da plataforma moodle.

	Dia	Data	Início	Fim
TEMA 1	segunda-feira	04 - maio - 2026	19H00	22H30
	quarta-feira	06 - maio - 2026	19H00	22H30
	segunda-feira	11 - maio - 2026	19H00	22H00
TEMA 2	quinta-feira	14 - maio - 2026	19H00	22H30
	segunda-feira	18 - maio - 2026	19H00	22H30
	quinta-feira	21 - maio - 2026	19H00	22H00
TEMA 3	terça-feira	26 - maio - 2026	19H00	22H30
	quarta-feira	27 - maio - 2026	19H00	22H30
	segunda-feira	01 - junho - 2026	19H00	22H00

DISTRIBUIÇÃO DE HORAS			
Tema	Pessoa Formadora	Síncronas	Horário
Diagnóstico territorial	Álvaro Cidrais	10 horas	19H00 – 22H30 / 19H00 – 22H00
Comunicação Não Violenta	Diogo Mateus	10 horas	19H00 – 22H30 / 19H00 – 22H00
Diversidade e Inclusão	Paula Allen	10 horas	19H00 – 22H30 / 19H00 – 22H00
Total de Horas Certificadas			30

9. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Tema 1 – DIAGNÓSTICO TERRITORIAL | 10 HORAS

- Liderança colaborativa
- Comunicação e equipas para o trabalho comunitário
- Diagnóstico territorial
- Análise do contexto histórico, cultural e socioeconómico local

Pessoa formadora:

Álvaro Cidrais

Tema 2 – COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA | 10 HORAS

- Auto conhecimento e relações comunitárias
- Gestão emocional e adaptabilidade
- Comunicação não violenta: enquanto técnica de intervenção comunitária

Pessoa formadora:

Diogo Mateus

Tema 3 - DIVERSIDADE E INCLUSÃO | 10 HORAS

As questões da inclusão e diversidades (sexuais, culturais, sociais) no seio de comunidades diversas

Abordagem inclusiva na intervenção comunitária

Pessoa formadora:

Paula Allen

10. PESSOAS FORMADORAS

Á

Ivaro Cidrais

Nasceu em Moçambique, atua como gestor e desenvolvimentador de pessoas, equipas, organizações e territórios. Licenciado em Ensino da Geografia e mestre em Geografia Humana e Desenvolvimento Regional, com especialização em Marketing Territorial. Foi docente universitário, assessor de Direção na FCUL e no Instituto das Irmãs Hospitaleiras, e colaborou em mais de 60 projetos de formação e inovação social. Conta com mais de 5.000 horas de ensino, formação, treino e capacitação em contextos diversos. Fundador e co-fundador de 8 organizações, continua mergulhado em iniciativas que integram conhecimento, afeto e impacto.



D iogo Mateus

Geógrafo de formação, é técnico de desenvolvimento comunitário e trabalha com comunidades desfavorecidas desde 2006 em bairros de intervenção prioritária da cidade de Lisboa.

Mestre em Estudos Urbanos sobre os Territórios de Sobrevivência das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo. Especialista em desenvolvimento comunitário endógeno participante, em que as populações são protagonistas, interlocutores e agentes da transformação dos seus bairros, e na criação e reforço de redes locais de parceria.

Apoio a grupos informais e ao associativismo, na perspetiva da auto organização das comunidades, através da negociação convergente e comunicação centrada nas necessidades.



P aula Allen

Psicóloga, membro efetivo da Ordem dos Psicólogos Portugueses, especialista em Psicologia Clínica e da Saúde e Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações e com especialidade avançada em Psicologia Comunitária e Sexologia. Autora vários estudos científicos, trabalhou durante mais de uma década com população de etnia cigana e vítimas de Tráfico de Seres Humanos. Colaborou na ARS Norte no Programa Autoestima, um programa de saúde dirigido a trabalhadores/as do sexo. É

consultora em Igualdade de Género e formadora nesta área desde 2000 e formadora certificada pelo Conselho Científico da Formação em Educação para a Saúde. É uma das fundadoras da Associação ComAlma. Faz parte da lista de especialistas reconhecidos/as



pela CIG nas áreas de Igualdade entre mulheres e homens, Violência Contra as Mulheres e Violência Doméstica, Tráfico de Seres Humanos e Orientação Sexual, Identidade e Expressão de Género e Características sexuais.

11. EQUIPA ANIMAR para a FORMAÇÃO



Raquel Rosa
Coordenadora do Serviço de Formação
e Desenvolvimento Organizacional
e-mail: raquel.rosa@animar-dl.pt
telefone: 910 180 300



Patrícia Batista
Técnica de formação e multimédia
e-mail: formacao@animar-dl.pt
telefone: 914 068 887

12. METODOLOGIAS E TÉCNICAS PEDAGÓGICAS

A ação de formação é teórico-prática e conta com a participação ativa das pessoas formandas em todas as atividades propostas. Versará a apresentação e discussão de temas específicos relacionados com a área, bem como a discussão e análise de casos práticos.

A formação a distância desenvolve-se pelo método expositivo, interrogativo e ativo, com momentos de discussão orientada e aprendizagem colaborativa, com recurso a plataformas de aprendizagem digital. Como forma de comunicação assíncrona, plataforma de autoestudo e de submissão das atividades síncronas e dos desafios finais, é utilizada a plataforma Moodle da Animar em www.formacao.animar-dl.pt.

☐ formacao@animar-dl.pt

9

Nesta plataforma encontrará todos os materiais disponibilizados pelas pessoas formadoras, as apresentações, os audiovisuais, o recurso a diversas atividades, as leituras especializadas e os desafios finais, potenciaram a aprendizagem dos conteúdos de cada tema.

13. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

Para concluir a ação de formação cada pessoa formanda deverá:

1 – frequentar assiduamente a formação;

2 – realizar todos os desafios propostos.

Avaliação final traduz-se na média das notas obtidas em cada tema.

A avaliação é sumativa e final, de menção quantitativa.

A nota de cada tema resultará das seguintes ponderações:

- Participação em sessões síncronas (70%);
- Realização dos desafios síncronos (30%).

As pessoas formandas serão avaliados quantitativamente, de 0 a 20 valores na participação das sessões síncronas segundo os seguintes critérios: assiduidade/pontualidade; participação; empenho/interesse; espírito crítico e concretização das atividades práticas.

As atividades síncronas terão sempre uma nota quantitativa de 0 a 20 valores, serão para avaliação de conhecimentos e poderão ser estudos de caso, trabalhos práticos e/ou ficha de conhecimentos.

As pessoas formandas que concluíam a ação de formação com aproveitamento (mínimo 10 valores) e que garantam uma assiduidade de, pelo menos 90%, obterão um Certificado de Formação Profissional emitido através da Plataforma SIGO (Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa) e o respetivo registo no Passaporte Qualifica.

14. AMBIENTES DE APRENDIZAGEM E REQUISITOS

O ambiente de aprendizagem definido para a ação de formação é a plataforma de aprendizagem digital da Animar, Moodle em www.formacao.animar-dl.pt. Quer as

✉ formacao@animar-dl.pt

10

sessões síncronas, quer o repositório de recursos e as sessões assíncronas irão decorrer neste ambiente, a moodle da Animar tem um interface ZOOM onde decorrem todas as sessões síncronas.

Para a frequência desta ação de formação todas as pessoas formandas e todas as pessoas formadoras deverão garantir que detêm:

- Ligação internet: 4G, mas recomendamos ligações físicas, pois as ligações móveis poderão tornar-se instáveis, traduzindo-se numa má experiência, as ligações Wi-fi também podem trazer problemas (grande distância entre o equipamento (computador, outro) e o router, paredes grossas pelo meio, interferência de outras redes wireless no escritório/casa).
- Equipamento: Computador com processador dual core a 2GHz ou mais (Intel i3, i5, i7 ou AMD equivalente); RAM: 4Gb (mínimo); Câmara digital: 720p (mínimo, obrigatória); Microfone e colunas/headphones e alguns GB livres no disco;
- Sistemas operativos: todas as plataformas (Windows, OSX, Linux), têm compatibilidade com o Zoom e com a Moodle, recomendam-se as versões mais recentes dos sistemas operativos, com atualizações de segurança em dia e também as opções mais recentes da aplicação Zoom.
- Motor de busca: qualquer motor de busca na versão mais recente.

Para frequentar esta ação de formação não necessita instalar nenhum programa ou aplicativo tudo decorrerá remotamente através de uma ligação à internet, porém é mais confortável se instalar aplicação ZOOM (zoom meetings).

A utilização de um equipamento que tenha câmara integrada ou amovível é de extrema importância, pois durante as sessões síncronas o uso da câmara ligada é obrigatório.

Reserva-se o direito de não admissão ou transição da pessoa formanda para sala de espera, a todas as pessoas participantes que comparecerem às sessões síncronas com a câmara desligada ou sem câmara no equipamento, mas também a todas as pessoas que permaneçam com a câmara desligada em parte da sessão.

15. REGULAMENTO GERAL DA ATIVIDADE FORMATIVA

Poderá consultar o regulamento no [Portal da Animar](#), ou [aqui](#).

O envio do formulário de inscrição, a admissão e a respetiva permanência na ação não dispensam a leitura do regulamento geral da atividade formativa.

16. INSCRIÇÃO

Poderá inscrever-se clicando no balão da edição até 29/04/2026.

[INSCREVA-SE NA
2ª EDIÇÃO](#)

Todas as pessoas que se inscreverem serão contactadas em 30/04/2026 informando-as da seleção realizada e da admissão ou não admissão.