

PLANO DA AÇÃO DE FORMAÇÃO

PROJETOS E ATIVIDADES DESPORTIVAS E CULTURAIS *Capacitação Técnica #2*

50 Horas de Formação Certificada

ACORDO DE COOPERAÇÃO ANIMAR-IEFP 2026

VERSÃO 5.5 | janeiro 2026

INSCREVA-SE
AQUI!

ÍNDICE

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

1. ENQUADRAMENTO

Em Portugal, as organizações de economia social são “caraterizadas por uma forte heterogeneidade”, representam aproximadamente 74 mil organizações, das quais cerca de 33 mil pertencem ao movimento popular. (CASES e INE 2020:15)

Encontrar um conjunto de temas que possam apoiar estas organizações nas suas tarefas diárias e potenciar os seus recursos para a sustentabilidade pareceu-nos urgente.

Um projeto é um esforço temporário empreendido para criar um produto, serviço ou resultado exclusivo. São o conjunto de projetos avulsos e de duração finita, fora das atividades quotidianas das organizações, concebidos para ajudar cada organização a conquistar o desempenho pretendido que permitem a implementação eficaz de ferramentas, metodologias experimentais e alavancar processos de inovação social. Por outro lado, e de forma crescente, os produtos e serviços que as organizações produzem ou prestam são cada vez mais parte integrante das entidades, tornando-se eles mesmos projetos internos. Assim, as entidades e as equipas mais competentes e capacitadas para gerir projetos, são aquelas que criam mais valor.

A crescente participação em projetos financiados acarreta responsabilidades técnicas que exigem capacidades e competências específicas, um/a profissional capacitado/a para conceber, implementar e avaliar projetos, programas e estratégias de intervenção social adequados aos diversos contextos e necessidades locais.

Torna-se, por isso, fundamental promover a reflexão e a capacitação de técnicos/as para enfrentar estes novos desafios.

A Animar propôs-se a promover uma ação de capacitação de técnicos/as que implementam projetos desportivos e culturais para, desta forma, dar resposta às necessidades sentidas pelas entidades nos diversos territórios.

Pretende ser uma formação para dirigentes associativos, técnicos/as das organizações de desenvolvimento local que intervenham no desporto e na cultura, tendo por especial foco o reforço das qualificações dos/as técnicos/as, com vista à aquisição de conhecimentos e competências que promovam um desempenho de excelência na intervenção e nas organizações.

2. OBJETIVO GERAL

O programa da formação Projetos e Atividades Desportivas e Culturais — Capacitação Técnica visa:

- Dotar as pessoas formandas de conhecimentos teórico-práticos em torno de métodos, técnicas e ferramentas de implementação de projetos desportivos e culturais, bem como de competências que contribuam para melhorar a sua atuação nos projetos desportivos e culturais, com públicos diversificados.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da ação de formação Projetos e Atividades Desportivas e Culturais — Capacitação Técnica, cada pessoa formanda deve:

- Identificar os principais desafios das associações de cultura, recreio e desporto no século XXI;
- Analisar as políticas públicas para as áreas do desporto e da cultura;
- Compreender o papel do Desporto na sociedade atual, incluindo a sua dimensão económica e social;
- Reconhecer a importância das Autarquias na promoção do Desporto a nível local;
- Conhecer os princípios da realização de eventos em conformidade com as exigências administrativas, de segurança, seguros, ruído e atendimento ao público;
- Deter um «kit» de conhecimentos jurídico-fiscais que permita gerir licitamente o uso de música e obras protegidas, estruturar a bilhética e distinguir donativos de patrocínios, maximizando os benefícios do mecenato;
- Desenhar candidaturas a projetos desportivos e culturais;
- Identificar fontes diversificadas de financiamento para projetos desportivos e culturais;
- Compreender os fundamentos e as condições de uma liderança colaborativa de redes e parcerias (em torno de projetos);
- Desenhar, de modo sintético, uma parceria colaborativa - princípios e fundamentos base.

4. DESTINATÁRIOS/AS

A ação de formação destina-se a dirigentes associativos e técnicos/as no ativo de Organizações de Desenvolvimento Local que intervêm em projetos desportivos e ou culturais.

O grupo composto pelas pessoas formandas será constituído por 25 participantes.

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;
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) Associados/as da CPCCRD com quotas regularizadas;
 - c) Não associados/as da Animar nem CPCCRD;
 - d) Pessoas que integram os quadros técnicos em Organizações do Desenvolvimento Local;
 - e) Ordem de entrada do formulário de inscrição.

6. CUSTO

A participação é gratuita. 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 IEPF - ANIMAR 2026.

7. MODALIDADE, DURAÇÃO E LOCALIZAÇÃO

A ação de formação decorre na modalidade à distância tem, previsivelmente, a duração de 8 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, endereço digital onde a ação de formação terá lugar.

8. CRONOGRAMA

Dia da Semana	Data	Início	Fim
Tema 1 - As Associações de Cultura, Recreio e Desporto 10 horas			
sexta-feira	16/10/2026	19:00H	22:00H
sexta-feira	23/10/2026	19:00H	22:00H

sábado	24/10/2026	10:00H	13:00H
Tema 2 - O Poder Local e o Desporto 10 horas			
sexta-feira	30/10/2026	19:00H	22:00H
sexta-feira	06/11/2026	19:00H	22:00H
sábado	07/11/2026	10:00H	13:00H
Tema 3 - Democratização da Cultura e Democracia Cultural 7 horas			
sexta-feira	09/11/2026	19:00H	22:00H
sábado	19/11/2026	19:00H	22:00H
Tema 4 - Gestão de Redes Colaborativas 10 horas			
sexta-feira	20/11/2026	19:00H	22:00H
sábado	21/11/2026	10:00H	13:00H
sexta-feira	27/11/2026	19:00H	22:00H
Tema 5 - Financiamento de Projetos 10 horas			
segunda-feira	30/11/2026	10:00H	13:00H
sexta-feira	04/12/2026	10:00H	13:00H
segunda-feira	07/12/2026	10:00H	13:00H
Tema 6 - Projetos em Ação 3 horas			
sexta-feira	11/12/2026	19:00H	22:00H

As sessões síncronas cuja presença é essencial para a conclusão da ação de formação decorrem nos dias 16, 23, 24 e 30 de outubro, 06, 07, 09, 19, 20, 21, 27 e 30 de novembro, e 04, 07, 11 de dezembro de 2026, num horário misto.

Os temas 1, 2, 3, 4 e 6 decorrerão das 19:00h às 22:00h (com exceção dos dias 24/10, 07/11 e 21/11, em que o horário é das 10:00h às 13:00h), e o tema 5 será ministrado das 10:00h às 13:00h. As horas assíncronas serão desenvolvidas ao longo do tempo da ação e consoante os desafios apresentados

em sessão síncrona. A primeira e a última sessão contemplam o tempo necessário para a abertura e o encerramento da ação.

9. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

TEMA 1

AS ASSOCIAÇÕES DE CULTURA, RECREIO E DESPORTO | 10 HORAS

- As associações de cultura, recreio e desporto. Caracterização
- O governo das associações. Princípios orientadores
- O Estatuto de Utilidade Pública

Pessoa formadora:

Sérgio Pratas

TEMA 2

O PODER LOCAL E O DESPORTO | 10 HORAS

- O Desporto na sociedade contemporânea
- O papel das Autarquias no desenvolvimento desportivo local
- Enquadramento legal e princípios da intervenção pública no Desporto

Pessoa formadora:

José Manuel Costa

TEMA 3

DEMOCRATIZAÇÃO DA CULTURA E DEMOCRACIA CULTURAL | 7 HORAS

- Democratização da cultura e democracia cultural como orientações de políticas públicas culturais
- A Constituição da República Portuguesa e as políticas públicas culturais
- As políticas culturais e o associativismo na prática

Pessoa formadora:

Sérgio Pratas

TEMA 4

GESTÃO DE REDES COLABORATIVAS | 10 HORAS

- Redes, parcerias e colaboração
- Contexto de ECOVERSO e Transformação Digital
- Liderança de redes e de parcerias colaborativas
- Diagnóstico de potencial colaborativo

Pessoa formadora:

Álvaro Cidrais

TEMA 5

FINANCIAMENTO DE PROJETOS | 10 HORAS

- Enquadramento: conceitos e financiamento durante o ciclo de vida do projeto
- Tipologia de financiamentos de projetos
- Prospeção de oportunidades de financiamento

Pessoa formadora:

João Mesquita

TEMA 6

PROJETOS EM AÇÃO | 3 HORAS

- Apresentação de projetos de cultura e de desporto

Pessoa formadora:

Sérgio Pratas

10. PESSOAS FORMADORAS

Sérgio Pratas

Licenciado em Direito, Mestre em Administração e Políticas Públicas e Doutorado em Sociologia. Foi assessor jurídico na Câmara Municipal de Loures, Comissão de Acesso aos Documentos Administrativos e Direção-Geral da Administração e do Emprego Público. Foi dirigente na Câmara Municipal de Loures e administrador nas empresas VALORSUL, LOURESPARQUE e GESLOURES. Autor de obras nas áreas da transparência do Estado, economia social e associativismo popular. É atualmente Presidente do Conselho Jurisdicional da Confederação Portuguesa das Coletividades de Cultura, Recreio e Desporto e Professor de Direito e Gestão de Organizações Sociais no Instituto Piaget.



José Manuel Costa

Licenciado em Direito pela Universidade Autónoma de Lisboa, exerceu diversas funções no Setor do Desporto, tendo sido Diretor do Gabinete Jurídico do Comité Olímpico de Portugal, Secretário do Conselho Superior de Desporto, Secretário do Conselho Nacional contra a Violência no Desporto, Secretário do Conselho Administrativo do Fundo de Fomento do Desporto, Membro da Estrutura de Missão do Quadro Comunitário de Apoio III-Desporto, Secretário da Comissão 2004 - Ano Europeu da Educação pelo Desporto, Secretário da Comissão Desporto Século XXI e Assessor do Presidente do Conselho para a Ética e Segurança no Desporto. No âmbito do Comité Olímpico de Portugal colaborou no Projeto



Atenas 2004 e nos Programas de Preparação Olímpica Pequim 2008 e Londres 2012. Exerce desde 2015 os cargos de Secretário-Geral e Membro do Conselho Diretivo do Tribunal Arbitral do Desporto.

Álvaro Cidrais

A Nasceu em Moçambique, atua como gestor e desenvolvimentador de pessoas, equipas, organizações e territórios. A sua missão?

Facilitar, partilhar e impulsionar transformações reais com quem está pronto para crescer.

Licenciado em Ensino da Geografia e mestre em Geografia Humana e Desenvolvimento Regional, com especialização em Marketing Territorial. Tem ainda formação em Gestão (ISCTE/INDEG), Empreendedorismo (IFE/ISEG) e Felicidade Organizacional (U. Atlântica). E o mais importante: uma

inquietação constante por aprender e reinventar, humanizando, para gerar os melhores resultados.

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.



João Mesquita

J Fundador e sócio-gerente da Coatl – Consultoria para o Desenvolvimento, é licenciado em Economia e mestre em Desenvolvimento e Cooperação Internacional pelo Instituto Superior de Economia e Gestão (ISEG – UL). Trabalha como consultor desde 2013 e como formador desde 2010, profundo conhecedor da realidade das organizações nacionais, tem experiência em outras geografias como a Guiné-Bissau, São Tomé e Príncipe, Angola e México. Conta com mais de 10 anos de experiência no desenho



de projetos, prospeção de financiamentos e desenvolvimento de candidaturas a diversos fundos nacionais e internacionais. Neste âmbito específico colaborou com organizações como a Plataforma Portuguesa das ONGD, Médicos do Mundo, APF, TESE – Associação para o Desenvolvimento e municípios como o Fundão, Torres Vedras e Gondomar.

11. EQUIPA ANIMAR PARA A FORMAÇÃO



Ana Lúcia Ferreira

Coordenadora do Serviço de Formação
e Desenvolvimento Organizacional

e-mail: analucia.ferreira@animar-dl.pt



Diana Dinis

Técnica de formação

e-mail: formacao@animar-dl.pt

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 à 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.

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 e desafios assíncronos (70%);
- Realização do desafio final (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 e os desafios finais terão sempre uma nota quantitativa de 0 a 20 valores, serão para avaliação de conhecimentos e poderão ser trabalhos práticos e/ou ficha de conhecimentos sumativa.

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 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 WiFi 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 08/10/2026.

**INSCREVA-SE NA
2ª EDIÇÃO**

Todas as pessoas que se inscreverem serão contactadas em 09/10/2026 informando-as da seleção realizada e da admissão ou não admissão a esta ação de formação.