

comunidades.em.ação
operações integradas metropolitanas

PLANO DE CAPACITAÇÃO ASSOCIATIVA

PROJETO 8
ASSOCIAÇÕES UP

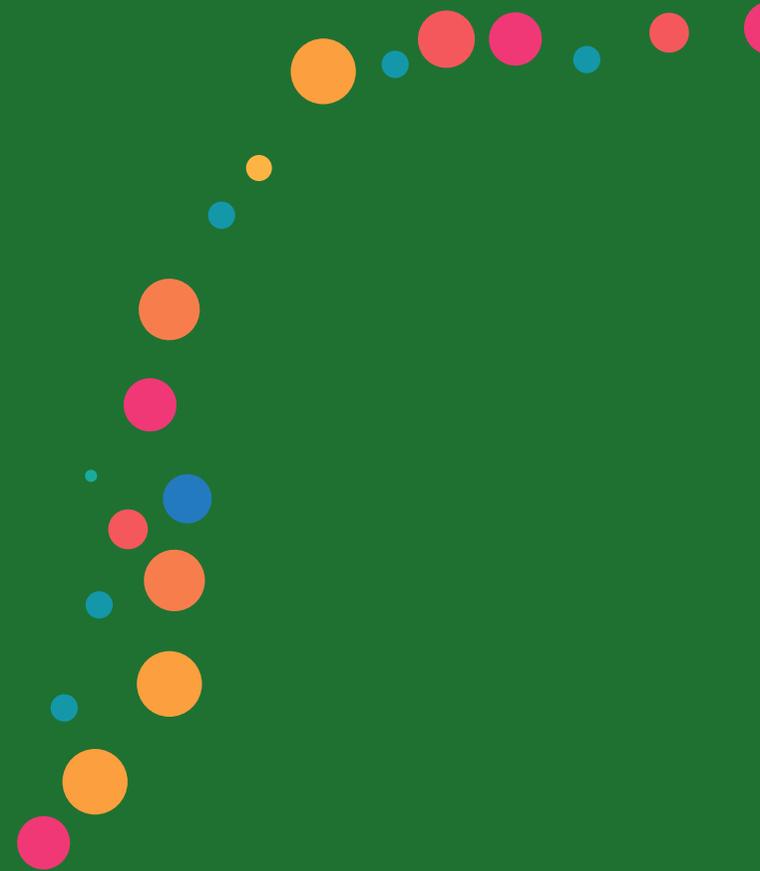
2024 // 2025

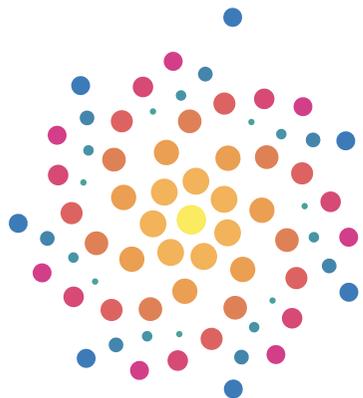
CONSTRUIR
O FUTURO



CÂMARA
MUNICIPAL

fullback
PROJECTS MANAGEMENT & INNOVATION





comunidades·em·ação
operações integradas metropolitanas

PLANO DE CAPACITAÇÃO ASSOCIATIVA

PROJETO 8
ASSOCIAÇÕES UP

2024 // 2025



CÂMARA
MUNICIPAL

a. . .
. . m.
. l. .

área
metropolitana
de lisboa



PRR
Plano de Recuperação
e Resiliência



REPÚBLICA
PORTUGUESA



Financiado pela
União Europeia
NextGenerationEU

 fullback
SPORTS MANAGEMENT & INNOVATION

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	05
ENQUADRAMENTO TÉCNICO	06
Formadoras residentes	06
Área Formativa Capacitação de Dirigentes Associativos Base	07
Área Formativa Capacitação de Dirigentes Associativos Culturais	11
Área Formativa Capacitação de Dirigentes Associativos Jovem	12
Área Formativa Capacitação de Dirigentes de Entidades de Solidariedade Social	14
Formador convidado	16
INFORMAÇÃO GERAL	20
ÁREAS FORMATIVAS	22
Capacitação de Dirigentes Associativos Base	23
Capacitação de Dirigentes Associativos Culturais	25
Capacitação de Dirigentes Associativos Desportivos	27
Capacitação de Dirigentes Associativos Jovem	29
Capacitação de Dirigentes de Entidades de Solidariedade Social	31



Capacitar o Movimento Associativo para transformar a Comunidade

Todos nós conhecemos as Associações do nosso bairro ou da nossa freguesia.

Habitamo-nos a conviver com as suas atividades, apoiando e/ou utilizando os seus serviços, imprescindíveis para a vida das famílias, que assim acedem facilmente ao desporto, à cultura, à escola a tempo inteiro, à educação, ou aos apoios sociais, dos mais jovens aos idosos.

Atualmente, as associações deparam-se com vários e complexos desafios, desde a natural sustentabilidade financeira (que sempre foi e é um quebra-cabeças para os seus dirigentes), mas também – por exemplo – a crescente responsabilização pessoal imposta por sucessivas alterações legislativas ou, também, a dificuldade cada vez mais sentida de renovar e rejuvenescer os seus órgãos sociais.

No âmbito das nossas competências, a Câmara Municipal de Vila Franca de Xira atribui todos os anos apoios financeiros ao Movimento Associativo, mas entendemos ir ainda mais longe e criámos o Plano de Capacitação Associativa – Projeto 8 – Associações UP.

Este Plano resulta de uma candidatura aprovada pelo PRR – Plano de Recuperação e Resiliência, Operações Integradas em Comunidades Desfavorecidas na Área Metropolitana de Lisboa – Operação Integrada Local de Vialonga.

Em maio e junho de 2024 foram realizadas as primeiras ações de formação aos dirigentes associativos. Em setembro continuaremos este trabalho, que visa a capacitação de dirigentes e colaboradores/as do movimento associativo e da comunidade em geral, procurando envolver as pessoas, desenvolver e adotar soluções inovadoras, identificando e replicando boas práticas, e aperfeiçoar instrumentos e metodologias de atuação comunitária.

Pretendemos igualmente com este Plano estreitar as ligações entre as cerca de duzentas Associações que integram o movimento associativo do Concelho, proporcionando um espaço de diálogo e partilha de experiências, saberes, soluções e preocupações.

Para a concretização do Plano, a opção estratégica foi investir em formadores/as reconhecidos pelo seu conhecimento e competência, traduzida na escolha da empresa Wisdom Select – Consultoria de Gestão Limitada/Fullback _ Sports Management & Innovation, que apresentaram as condições exigidas pelo Município de Vila Franca de Xira.

O Plano responde às necessidades identificadas pelo movimento associativo em cinco áreas formativas: Base, Cultura,

Desporto, Jovem e Social. Contempla 64 ações de capacitação e 8 ações de sensibilização, num total de 193 horas de formação gratuita, a realizar em 2024 e 2025.

Damos um especial enfoque aos jovens, com ações formativas em duas áreas que se complementam: Capacitação de Dirigentes Associativos – Base e Capacitação de Dirigentes Associativos Jovens.

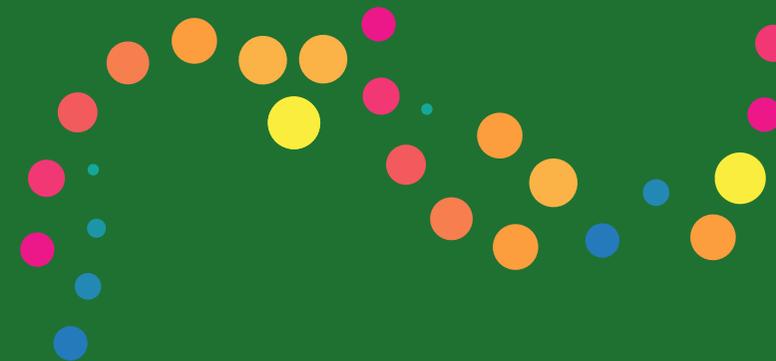
Fica aqui o desafio para todos os Dirigentes, Associados e Cidadãos em geral.

Todos podemos fazer a diferença nas Associações que transformam mentalidades e constroem as bases da solidariedade e integração no território de Vila Franca de Xira.

Vamos a isso!

ENQUADRAMENTO TÉCNICO

Formadoras residentes



Área Formativa

Capacitação de Dirigentes Associativos Base

Joana Moreira

Psicóloga Clínica e da Saúde pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, é pós-graduada em Gestão de Marketing pelo IPAM e encontra-se a frequentar o MBA da Católica Porto Business School. Atualmente desempenha funções de Diretora Executiva do Movimento Transformers e de Reformers, é cofundadora e gestora da MAD Panda, formadora do IES - Social Business School, Especialista IRIS - Incubadora Regional de Inovação Social, Mentora do Bora Mulheres e TEDx Speaker. Conta com mais de 17 anos de experiência em voluntariado e associativismo, foi considerada como uma das melhores empreendedoras sociais do mundo pela Ashoka, e nomeada como uma das TOP 100 Women in Social Enterprise pela Comissão Europeia.



Catarina Sanahuja

Licenciada em Serviço Social pelo Instituto Superior de Serviço Social do Porto e pós-graduada em Inovação Educacional Inclusiva pela Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, atualmente é Gestora de Projetos no Movimento Transformers. Conta com mais de 15 anos de experiência em voluntariado e associativismo.



Débora Silva

Licenciada em Serviço Social pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e mestre em Serviço Social pelo ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa, atualmente é Gestora de Operações e de Dados do Movimento Transformers e de Reformers. Conta com mais de 15 anos de experiência em voluntariado e associativismo.



Sara Baldaia

Licenciada em Biologia pela Universidade do Porto e pós-graduada em Direitos Humanos pelo IGC - Ius Gentium Conimbrigae, encontra-se atualmente a frequentar o mestrado em Intervenção Social, Inovação e Empreendedorismo na Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra. É Gestora de Projeto, Comunidade e Redes Sociais de Reformers, e conta com mais de 5 anos de experiência em associativismo e voluntariado.



Área Formativa

Capacitação de Dirigentes Associativos Culturais

Maria Manuel

Começou o seu percurso em 2005 na Fundação Gulbenkian. Trabalhou na área do jazz e no teatro. Fez parte da coordenação do Alcantara Festival 2010. Em 2012 cofundou a *Stage One*. De '19 até '22 integrou a equipa de produção e coordenação do *Easy Lab*. Em 2021 coordenou a pós-produção de projetos da Ukbar filmes. É membro do Conselho de Administração do Armazém das Artes - Fundação Cultural desde 2007, onde assume atualmente a gestão do espaço e da programação. Faz consultoria no desenvolvimento de projetos e já foi oradora em palestras sobre como aplicar ferramentas do *coaching* e sobre gestão de projetos. Fez ainda a revisão de alguns livros de autor.



Área Formativa

Capacitação de Dirigentes Associativos Jovem

Catarina Sanahuja

Licenciada em Serviço Social pelo Instituto Superior de Serviço Social do Porto e pós-graduada em Inovação Educacional Inclusiva pela Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, atualmente é Gestora de Projetos no Movimento Transformers. Conta com mais de 15 anos de experiência em voluntariado e associativismo.



Débora Silva

Licenciada em Serviço Social pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e mestre em Serviço Social pelo ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa, atualmente é Gestora de Operações e de Dados do Movimento Transformers e de Reformers. Conta com mais de 15 anos de experiência em voluntariado e associativismo.



Área Formativa Capacitação de Dirigentes de Entidades de Solidariedade Social

Inês Franco Alexandre

Atualmente é Diretora Executiva IES - Social Business School, They-Lab Founder, Presidente LIDERA, Co-Founder Coletivo Matéria, Advisor do Movimento Transformers e Reformers e Membro grupo de Reflexão O Futuro já Começou da Presidência da República, tendo sido no passado Innovation Advisor do Gabinete Ministra do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, CEO do Movimento Transformers, Learning Experience Designer - NovaSBE, Head of Digital Ecosystem e People&Culture Manager- Girl Move Academy e nomeada para Top 100 Women in Social Enterprise 2022.





Formador convidado



Área Formativa

Capacitação de Dirigentes Associativos Desportivos

Bruno Avelar Rosa

Formação: Candidaturas a Financiamento Internacionais (Erasmus+) | 28 de setembro de 2024

O Bruno Avelar Rosa é *Senior Partner da Qantara Sports*. Presta consultoria em política desportiva, desenvolvimento desportivo e a educação desportiva. Tem uma vasta experiência relacionada com a colaboração intersectorial entre o desporto, a saúde e o emprego. Antes de ingressar na *Qantara Sports*, Avelar Rosa esteve envolvido e prestou assessoria a diversas Federações Desportivas Nacionais e internacionais, instituições de ensino superior, Ministérios e entidades não governamentais.

É especialista na Comissão Europeia para a área do desporto, gestor e avaliador de projetos de financiamento na área do desporto.

Doutorado em Psicologia da Educação e licenciado em Ciências do Desporto, Bruno Avelar Rosa é também Professor Auxiliar na Universidade Lusófona (Portugal) e autor e co-autor de diversos artigos científicos e documentos técnicos na área da educação desportiva, ética no desporto, gestão desportiva, desenvolvimento desportivo e atividade física.

O Bruno Avelar Rosa é treinador certificado em Karaté e Judo.







INFORMAÇÃO GERAL



PÚBLICO-ALVO

Dirigentes e colaboradores das associações locais, potenciais interessados em criar associações ou em colaborar com as existentes e comunidade em geral interessada no fortalecimento do associativismo desde que tenham mais de 14 anos.

ENTIDADE ORGANIZADORA

A Câmara Municipal de Vila Franca de Xira através do seu Gabinete de Apoio à Dinâmica Associativa é responsável pela sua concretização, monitorização e avaliação.

RESPONSÁVEL TÉCNICA

A estruturação do Plano de Capacitação Associativa e o seu enquadramento formativo foi desenvolvido com a empresa *Wisdom Select* - Consultoria de Gestão, Lda. /Fullback - *Sports Management & Innovation*.

ÁREAS DE CAPACITAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO

Promoção de ações de capacitação e de sensibilização de dirigentes e técnicos do Movimento Associativo tendo como objetivos; elevar os padrões de planeamento e gestão, aperfeiçoar os processos de desenvolvimento para uma sustentabilidade económico-financeira das associações e melhorar a qualidade do serviço prestado à Comunidade.

O Plano de Capacitação Associativa tem uma estrutura transversal e irá abordar as seguintes áreas formativas: Base, Cultura, Desporto, Jovem e Social.

CONTEÚDOS DAS AÇÕES

As ações de formação vão ter uma grande componente prática de forma a potenciar um ambiente favorável à exposição de caso reais por parte do movimento associativo e apresentação de soluções inovadoras para a criação de valor das associações:

Criação de uma associação
Candidaturas a Financiamento
Financiamento & Estratégias de *Fundraising*
Comunicação
Marketing
Liderança e Gestão de Equipa
Empreendedorismo Social
Modelos de gestão colaborativa (processos e operações)
Networking
Obrigações legais e fiscais dos clubes
Construção do plano anual de atividades e orçamento do clube
Planeamento

HORÁRIOS

As ações de capacitação serão realizadas em horário pós-laboral durante a semana e aos fins de semana (preferencialmente aos sábados de manhã):

Quartas-feiras - Entre as 18h00 e as 21h00
Sábados - Entre as 10h00 e as 13h00

REALIZAÇÃO DAS AÇÕES

As ações são realizadas de duas formas, presencial e *on-line* (síncronas). Os formandos que concluem a respetiva ação terão direito a um certificado de formação.

LOCAL

A Escola Básica e Secundária de Vialonga foi selecionada por proporcionar as condições físicas adequadas à realização das ações, mas também por ser um local de aprendizagem, partilha do conhecimento e um espaço tendente à cocriação de valor social e cultural.

Coordenadas: 38°52'24.7"N 9°04'57.3"W

INSCRIÇÕES

As inscrições são gratuitas e devem ser realizadas através de um formulário próprio que se encontra disponível no Portal do Associativismo:

associativismo.cm-vfxira.pt/formacao

ÁREAS FORMATIVAS



Capacitação de Dirigentes Associativos Base

Os principais objetivos destas ações consistem em consciencializar e sensibilizar os formandos para a dinâmica do movimento associativo e a sua importância nas comunidades locais, e incentivar os jovens a integrarem os órgãos sociais das associações sem fins lucrativos já existentes ou mesmo para criar uma associação de raiz.

Ano	Módulo	Data	Horário	Formato
2024	1 - <i>Are you ready?</i>	02/dez	18h-20h	Online
	2 - <i>Start with why</i>	04/dez	18h-20h	
	3 - Constituições e formas legais das Associações	07/dez	09h-11h	
	4 - Mentoria de Grupo	07/dez	11h-13h	
	5 - Gestão de comunidade	09/dez	18h-20h	
	6 - Gestão de equipa	11/dez	18h-20h	
	7 - Empatizar para validar & Ideação	16/dez	18h-20h	
	8 - Mentoria de Grupo	18/dez	18h-20h	
2025	9 - Mãos na massa	06/jan	18h-20h	Online
	10 - <i>Speed dating</i> de desafios	08/jan	18h-20h	
	11 - Impacto - Ação de sensibilização	13/jan	18h-20h	
	12 - Mentoria de Grupo	15/jan	18h-20h	
	13 - Dá um boost ao teu financiamento	18/jan	09h-11h	
	14 - Gestão financeira	18/jan	11h-13h	
	15 - <i>Test it out</i>	20/jan	18h-20h	
	16 - Gestão de Clientes & Parceiros	22/jan	18h-20h	
	17 - Mentoria de Grupo	27/jan	18h-20h	
	18 - <i>Marketing</i> & Estratégia	29/jan	18h-20h	
	19 - Mentoria de Grupo	03/fev	18h-20h	
	20 - Comunicar é a chave - Ação de sensibilização	05/fev	18h-20h	



Capacitação de Dirigentes Associativos Culturais

As ações definidas nesta área pretendem capacitar os dirigentes e os corpos administrativos das Associações Culturais para enfrentarem os desafios constantes a que estão expostos, quer na decisão dos caminhos a seguir, quer na gestão dos projetos que cada uma desenvolve. Propomos, oferecer uma formação que aborda temas como, a gestão de

projetos, a definição de um projeto artístico e como comunicá-lo, como assegurar a redução da pegada ecológica nas atividades culturais, financiamentos públicos e privados, trabalhos com a comunidade, entre outros.

Ano	Módulo	Data	Horário	Formato
2024	1 - Conhece a tua Associação	18/set	18h-21h	Presencial
	2 - Pensar os Projetos, porquê e como? - Ação de sensibilização	16/out	18h-21h	Presencial
	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	26/out	10h-13h	Online
	3 - Dirigir e comunicar um projeto cultural	06/nov	18h-21h	Presencial
	4 - Financiamentos nacionais	20/nov	18h-21h	Presencial
2025	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	07/dez	10h-13h	Online
	5 - Financiamentos internacionais	12/fev	18h-21h	Presencial
	6 - Financiamentos privados	12/mar	18h-21h	Presencial
	7 - Trabalhar com a comunidade – Ação de sensibilização	16/abr	18h-21h	Presencial
	8 - Sustentabilidade dos projetos culturais	14/mai	18h-21h	Presencial
2025	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	24/mai	10h-13h	Online
	9 - Questões legais e fiscais das associações	17/set	18h-21h	Presencial



Grupos POR EM PRÁTICA:

- **Caso da Associação X**
Esta associação tem um Pavilhão desportivo, edificado em 2014. O complexo tem vários espaços para práticas desportivas: futebol, atletismo e ginástica.
As instalações têm balneários e vestiários e um bar de apoio aos visitantes e atletas. A Associação tem uma sala, de acesso restrito e não tem posto médico. Neste momento, está em processo de legalização das suas atividades e pretende dar resposta à legislação atual, respetivamente melhoria das instalações desportivas.
- Identifique os **requisitos administrativos e técnicos**, necessários para que a Associação possa ter o seu registo e instalações adequadas.

Capacitação de Dirigentes Associativos Desportivos

Este plano apresenta uma grande variedade de ações com temas bastante incisivos na área do Desporto e está desenhado para pessoas com responsabilidade de gestão e/ou administrativa nas associações de desporto. A Capacitação de Dirigentes Associativos Desportivos consiste em desenvolver e atualizar conhecimentos e competências que promovam a criação e implementação de modelos de intervenção

ajustados às necessidades e aos objetivos destas organizações desportivas, tornando-as mais sustentáveis, digitais e inovadoras.

Ano	Módulo	Data	Horário	Formato
2024	1 - Processos de licenciamento de Instalações Desportivas e responsabilidades (Lei n.º 29/2024 e Portaria n.º 454/2023)	25/mai	10h-13h	Presencial
	2 - Fontes de financiamento do clube (Patrocínio, mecenato e <i>crowdfunding</i>)	22/jun	10h-13h	Presencial
	3 - Candidaturas a financiamento internacionais (Erasmus+)	28/set	10h-13h	Presencial
	4 - Inovação estratégica nos Clubes Desportivos	19/out	10h-13h	Online
	5 - Angariação e gestão de patrocínios	23/nov	10h-13h	Presencial
2025	6 - Plano de Comunicação do clube	25/jan	10h-13h	Presencial
	7 - Responsabilidades legais e fiscais dos clubes e dirigentes	22/fev	10h-13h	
	8 - Relatório de Atividades e Contas	22/mar	10h-13h	
	9 - Elaboração de Candidaturas ao Programa de Reabilitação de Instalações Desportivas (IPDJ, I.P.) e apoio nas mesmas	11/abr	17h-19h	
	10 - Gestão financeira (Centro de Custos)	12/abr	10h-13h	
11 - Planeamento e gestão de eventos no clube	24/mai	10h-13h		



Capacitação de Dirigentes Associativos Jovem

Este plano pretende aumentar ou criar a consciencialização cívica e social dos jovens e capacitá-los para a criação, gestão e crescimento de uma associação juvenil. Essa capacitação permitir-lhes-á: conhecer uma rede de pessoas com potencial para transformar as suas vidas e a sua associação, ter acesso a exercícios e ferramentas práticas para aplicarem na sua associação, trabalhar diretamente nos desafios da sua associação durante o programa, participar em sessões

de *networking* com convidados de diferentes organizações e com a comunidade privada da qual vão fazer parte e aceder à experiência e conhecimento prático de várias organizações com mentores que os vão acompanhar de forma personalizada.

Nesta área formativa será adotada a metodologia de *Design Thinking* com ações de *Speedating* e *Graphic Recording*.

Ano	Módulo	Data	Horário	Formato
2024	Ação sensibilização – Jovens em Rede: Associa-te!	16/nov	10h-12h30	Online
	1 - O que é que te faz levantar de manhã? 2 - Mudança de paradigma 3 - Diferentes papéis numa equipa 4 - Foco no problema	14/dez	09h-21h	Presencial
	5 - Empatizar para validar – Ação de sensibilização 6 - <i>Check-point</i> 7 - Ponto de vista 8 - Ideação	15/dez		
	9 - Avaliação 10 - Criação de Valor 11 - Sustentabilidade 12 - <i>Impact Ladder</i>	01/mar	09h-21h	Presencial
2025	13 - O que nunca ninguém te disse – Ação de sensibilização 14 - Prototipagem 15 - Comunicação é a chave 16 - <i>Upside Down - Pitch</i> de ideias	02/mar		



Capacitação de Dirigentes de Entidades de Solidariedade Social

O objetivo deste plano é dotar os formandos de ferramentas, métodos e técnicas capazes de suportar o desenvolvimento de conhecimentos e práticas de governança no âmbito das associações, permitindo, desta forma, que as organizações se tornem detentoras de competências específicas que lhes permitam melhorar a qualidade dos seus serviços.

Ano	Módulo	Data	Horário	Formato
2024	1 - Candidaturas a Financiamento	25/set	18h-21h	Presencial
	2 - Financiamento & Estratégias de <i>Fundraising</i>	30/out	18h-21h	Presencial
	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	16/nov	10h-13h	<i>Online</i>
	3 - Comunicação	27/nov	18h-21h	Presencial
	4 - <i>Marketing</i>	04/dez	18h-21h	<i>Online</i>
	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	07/dez	10h-13h	<i>Online</i>
2025	5 - Liderança	26/fev	18h-21h	Presencial
	6 - Gestão de Equipa	26/mar	18h-21h	Presencial
	7 - Empreendedorismo Social – Ação de sensibilização	23/abr	18h-21h	Presencial
	8 - Modelos de gestão colaborativa (processos e operações)	28/mai	18h-21h	<i>Online</i>
	Consultoria remota individual ou coletiva às associações	31/mai	10h-13h	<i>Online</i>
	9 - <i>Networking</i>	24/set	18h-21h	Presencial

CONTATOS // INFORMAÇÕES

GADA

Gabinete de Apoio à Dinâmica Associativa

 associativismo.cm-vfxira.pt/formacao

 associativismo@cm-vfxira.pt

 263 270926
96 2305360

PROMOÇÃO DA REGENERAÇÃO E DA INCLUSÃO SOCIAL EM VIALONGA



CONHEÇA OS PROJETOS EM:
CM-VFXIRA.PT

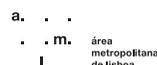
PLANO DE ACÇÃO DESENVOLVIDO PELA PARCERIA LOCAL OPERAÇÃO INTEGRADA LOCAL VIALONGA

RECUPERAR
PORTUGAL

recuperarportugal.gov.pt/



Parceiros



Responsável Técnica



ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

