



Funded by
the European Union



Guia de Participação

FUNDAÇÃO
AGA KHAN



LOURES

PORTUGAL

Índice

A. Participação institucional 2

- Assembleias públicas / Assembleias Municipais/de Freguesia 2
- Reuniões abertas à população 2
- Conselhos municipais/locais e estruturas de ação social 3
- Consulta pública 4
- Grupos comunitários 4

B. Apoio a Associações 5

- Programas e Fundos Europeus 5
- Outros programas 6
- Apoio ao Movimento Associativo e Programa MAIS Loures 6

C. Apoio a Jovens 7

- Programa de Apoio Juvenil (PAJ) – IPDJ 7
- Erasmus+ Juventude 8
- Fundo Social Europeu + (FSE+) 8

D. Dinâmicas comunitárias e culturais 9

- Festas de Loures 10
- Festival de saúde e bem-estar 10

E. Participação Digital 11

- Plataformas de participação pública online 11
- Redes sociais e canais digitais comunitários 12
- Campanhas solidárias e de mobilização digital 12
- Encontros, debates e fóruns online 13

O que são Mecanismos de Participação e Solidariedade?

São atividades ou espaços onde a participação e a solidariedade acontecem. Não devem ser atividades pontuais, mas atividades regulares e espaços que estão abertos frequentemente.

Os mecanismos de participação são ações em que pessoas e associações podem participar na tomada de decisões, avaliação e implementação de soluções.

Os mecanismos de solidariedade são ações entre pessoas com interesses comuns. Estes podem ser o apoio a uma causa ou em momentos de dificuldade, sofrimento ou injustiça, mas cujo objetivo maior é gerar mudanças sociais. Essencialmente, a solidariedade consiste em demonstrar apoio mútuo e estar em conjunto para enfrentar desafios ou objetivos comuns. Estas podem ser ações voluntárias ou lideradas por uma organização.

Qual a importância dos Mecanismos de Participação e Solidariedade?

Os mecanismos de participação e de solidariedade são importantes porque permitem às pessoas agir em conjunto, participar nas decisões e apoiar se mutuamente para promover mudanças sociais positivas.

Que Mecanismos de Participação e Solidariedade existem?

Existem muitos mecanismos de participação e de solidariedade, alguns de nível nacional, outros mais locais. De seguida apresentamos alguns dos mais significativos, agregados por diferentes categorias.

A. Participação institucional

Os mecanismos de participação institucional permitem a pessoas cidadãs e organizações da sociedade civil contribuir para a definição, acompanhamento e avaliação de políticas públicas locais, promovendo o envolvimento direto na tomada de decisões que impactam a comunidade.

1. Assembleias públicas / Assembleias Municipais/de Freguesia

O que são?

Espaços promovidos pelas autarquias para ouvir a comunidade e assim garantir transparência, debate público e envolvimento cívico.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras entidades, grupos locais

Como participar?

- Participação presencial nas sessões
- Presença sem intervenção (opcional)
- Intervenção apenas no período destinado a perguntas e sugestões
- Inscrição prévia para intervir (tema, nome e contactos)
- Consulta de datas e agendas nos sites oficiais
- Participação em sessões descentralizadas nas freguesias

Como saber mais?

- Site da Câmara Municipal ou Junta de Freguesia
- Portal Autárquico: www.portalautarquico.dgal.gov.pt

2. Reuniões abertas à população

O que são?

Espaços promovidos pelas autarquias para ouvir preocupações e propostas da comunidade e aproximar o executivo da população. Este mecanismo difere do anterior na sua informalidade e foco na participação e diálogo com munícipes

Quem pode participar

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras entidades, grupos locais

Como participar?

- Presença na reunião ou inscrição prévia
- Divulgação de datas a nível local

Links úteis:

- Site da Câmara Municipal ou Junta de Freguesia

3. Conselhos municipais/locais e estruturas de ação social

O que são?

São órgãos consultivos do município que visam promover a articulação, a troca de informações e a cooperação entre instituições e entidades que atuam no Município, contribuindo a participação da sociedade na gestão de políticas municipais públicas.

Quem pode participar?

- Representantes de instituições
- Pessoal técnico pertencente a organizações da sociedade civil, pessoas convidadas

Como participar?

- Participação por convite ou candidatura

Como saber mais?

- Site da Câmara Municipal
- www.seg-social.pt

4. Consulta pública

O que são?

São fases obrigatória de determinados processos públicos, em que propostas ou projetos (como planos, regulamentos, etc.) a nível local ou nacional são disponibilizados a pessoas cidadãs para que os possam consultar, dar opiniões e apresentar sugestões antes da decisão final.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras entidades, grupos locais

Como participar?

- Participação online ou por escrito
- Submissão dentro de prazo definido
- Envio de contributos e sugestões

Como saber mais?

- Site do município
- www.participa.gov.pt

5. Grupos comunitários

O que são?

Espaços de participação informais e colaborativos, nos quais residentes, organizações da sociedade civil e serviços públicos, debatem questões específicas a um determinado bairro/zona (ex.: dinamização de projetos, identificação de problemas sociais, etc.), com o objetivo de promover o bem-estar local.

Quem pode participar?

- Residentes
- Organizações da sociedade civil
- Serviços públicos

Como participar?

- Adesão ao grupo
- Participação em reuniões e atividades
- Formato presencial ou online

Como saber mais?

- Associações locais
- Redes sociais e espaços comunitários
- Site do município
- Site da Junta de Freguesia

B. Apoio a Associações

Os mecanismos de apoio associações e outras organizações da sociedade civil, promovem a participação através da criação de mais oportunidades para as pessoas se organizarem, terem voz ativa e contribuírem para decisões e ações que melhoram a comunidade.

Estes mecanismos ajudam-nas a funcionar e a crescer, através de recursos das autarquias, do Estado, da União Europeia e de entidades privadas, permitindo desenvolver projetos e aumentar o seu impacto na comunidade. Apresentam-se de seguida alguns exemplos.

1. Programas e Fundos Europeus

O que são?

São programas e fundos da União Europeia que financiam projetos sociais, educativos e comunitários e apoiam iniciativas de inclusão, inovação e desenvolvimento local

Quem pode participar?

- Associações e outras organizações da sociedade civil

Como participar?

- Candidaturas online em concursos e avisos específicos
- Submissão dentro de prazos e requisitos definidos por cada programa

Como saber mais?

- www.portugal2030.pt
- www.erasmusmais.pt
- www.portugal2030.pt/fse-mais
- www.youth.europa.eu/solidarity_pt
- www.ec.europa.eu/info/funding-tenders/opportunities/portal/screen/home

2. Outros programas

O que são?

Apoio de organizações privadas a projetos sociais, culturais e comunitários promovidos por associações

Quem pode participar?

- Associações e outras organizações da sociedade civil

Como participar?

- Candidaturas a programas ou concursos lançados por organizações privadas

Como saber mais?

Alguns exemplos (não exaustivos)

- Fundação Calouste Gulbenkian: www.gulbenkian.pt
- Fundação EDP: www.fundacaoedp.pt
- Fundação "la Caixa": www.fundacaolacaixa.pt
- BPI – Prémios Sociais: www.bancobpi.pt

Apoio ao Movimento Associativo e Programa MAIS Loures

O que são?

Um programa municipal e um portal que reúnem, divulgam e apoiam associações locais, através de apoios financeiros, logísticos, isenções e projetos de cooperação.

Quem pode participar?

- Associações registadas no concelho de Loures

Como participar?

- Registar-se no Registo Municipal das Associações de Loures (RMAL) e candidatar-se a apoios do Programa MAIS Loures ou aperfeiçoamentos de sede

Onde saber mais?

- Portal do Movimento Associativo: www.app.cm-loures.pt/associativismo2/home.aspx
- Lista de associações e contactos: www.app.cm-loures.pt/associativismo2/associacoes.aspx
- Informações sobre apoios atribuídos (2013–2026): www.app.cm-loures.pt/associativismo2/apoios_totais.aspx

C. Apoio a Jovens

Os mecanismos de apoio à participação de jovens e do seu envolvimento cívico podem ser programas das autarquias, do Estado, da União Europeia e de outras entidades. Apresentam-se de seguida alguns exemplos, alguns que apoiam diretamente jovens, outros direcionados a associações juvenis e/ou a organizações que trabalham com jovens.

1. Programa de Apoio Juvenil (PAJ) – IPDJ

O que é?

Apoio financeiro a atividades de associações juvenis, federações e grupos informais de jovens (apoios pontuais, anuais ou bienais).

Quem pode participar?

- Associações juvenis e as suas federações registadas no Registo Nacional de Associativismo Juvenil (RNAJ), organizações reconhecidas e grupos informais de jovens.

Como participar?

- Inscrição no Registo Nacional de Associativismo Juvenil (RNAJ)
- Candidaturas online no portal IPDJ, dentro dos prazos (apoio anual até 20 dezembro; pontual com 60 dias úteis de antecedência).

Como saber mais?

- IPDJ – Programa de Apoio Juvenil: ipdj.gov.pt/paj-programa-de-apoio-juvenil
- Candidatura no Gov.pt: www.gov.pt/servicos/candidatura-ao-programa-de-apoio-juvenil

2. Erasmus+ Juventude

O que é?

Programa europeu de mobilidade e cooperação para jovens até 30 anos, apoiando intercâmbios, voluntariado, formação, entre outros.

Como saber mais?

- Erasmus+ Juventude: www.youth.europa.eu/erasmus-plus_pt
- Erasmus+ Juventude e Desporto (IPDJ): www.ipdj.gov.pt/-/erasmus-juventude-e-desporto-2026-candidaturas-a-decorrer

Quem pode participar?

- Jovens até aos 30 anos
- Organizações que trabalham com jovens (associações, escolas, centros de formação)

Como participar?

- Jovens: participação nos projetos das respetivas organizações (alguns projetos implicam que as pessoas jovens se candidatem online)
- Organizações: candidatura online à Agência Nacional Erasmus+, projetos online (mobilidade, parcerias, etc.)

3. Fundo Social Europeu + (FSE+)

O que é?

Um programa da União Europeia que apoia jovens através de formação, estágios, emprego e projetos de inclusão social.

Onde saber mais?

- Site das entidades promotoras dos cursos, estágios e outros projetos
- Portal Pessoas 2030: www.pessoas2030.gov.pt
- Portal FSE+ UE (PT): www.european-social-fund-plus.ec.europa.eu/pt
- Eurocid: www.eurocid.mne.gov.pt/artigos/fundo-social-europeu-fse

Quem pode participar?

- Jovens, especialmente os que procuram emprego, formação ou apoio para concluir estudos e melhorar as suas competências
- Organizações: escolas, associações ou centros de formação

Como participar?

- Participação de jovens em cursos, estágios ou projetos
- Organizações: candidatura online no portal do Fundo Social Europeu

D. Dinâmicas comunitárias e culturais

As dinâmicas comunitárias e culturais são iniciativas que promovem o encontro, a participação ativa e a solidariedade na comunidade. Incluem atividades culturais, momentos de diálogo e ações coletivas que fortalecem os laços sociais e valorizam a diversidade. Apresentam-se de seguida alguns exemplos.

- Eventos culturais, festivais e trocas interculturais;
- Sessões de debate, workshops, fóruns e encontros comunitários;
- Atividades pontuais ou ações integradas em programas regulares.

Quem pode participar?

- Pessoas de todas as idades
- Grupos informais da comunidade
- Associações e outras organizações da sociedade civil
- Entidades públicas

Como participar?

- Participação em atividades e eventos abertos à comunidade
- Colaboração na organização de iniciativas locais
- Envolvimento em projetos promovidos por associações, autarquias ou outras entidades locais

Como saber mais?

- Sites e redes sociais das câmaras municipais e juntas de freguesia
- Agendas culturais municipais
- Associações, coletividades e espaços comunitários locais
- Centros culturais e bibliotecas municipais

Festas de Loures

Evento cultural anual que reúne concertos, associações locais, gastronomia e atividades para toda a comunidade, promovendo o encontro e a participação cívica.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e coletividades
- Comércio local
- Produtores Locais

Como participar?

- Jovens até aos 30 anos
- Organizações que trabalham com jovens (associações, escolas, centros de formação)

Onde saber mais:

- www.cm-loures.pt
- www.cm-loures.pt/media/pdf/PDF20260423150624690.pdf

Festival de saúde e bem-estar

Iniciativa que promove a saúde e o bem-estar da comunidade, através de atividades, informação e ações de prevenção acessíveis a todas as idades, incentivando hábitos de vida saudáveis e a melhoria da qualidade de vida.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Produtores Locais no âmbito da iniciativa “Mercado Saudável”
- Juntas de Freguesia do Concelho
- Entidades ligadas à saúde.
Exemplos:
 - o Centros de saúde e outras entidades públicas que operem em Loures
 - o Entidades parceiras do Município (por exemplo Farmácias)
 - o Santa Casa da Misericórdia, através do “Café Memória”

Como participar?

- Qualquer pessoa interessada: basta aparecer
- Produtores Locais: através de resposta convite da Câmara Municipal de Loures
- Restaurantes: articulando diretamente com a Câmara Municipal de Loures, para oferta de ementa saudável (da responsabilidade de cada restaurante)
- Outras entidades: através de resposta convite da Câmara Municipal de Loures.

E. Participação Digital

Os mecanismos de participação e solidariedade digitais utilizam plataformas online e ferramentas digitais para promover o envolvimento cívico, o diálogo e a ação coletiva. Através da internet e das redes sociais, permitem que pessoas e organizações participem, colaborem e se mobilizem à distância, facilitando o acesso à informação, a partilha de opiniões e o apoio a causas comuns, reforçando a participação e a solidariedade na comunidade.

1. Plataformas de participação pública online

O que são?

Plataformas digitais onde todas as pessoas podem dar opiniões, apresentar contributos e participar em consultas públicas e processos de decisão.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras organizações da sociedade civil

Como participar?

- Registo na plataforma
- Consulta de temas em discussão
- Submissão online de opiniões, sugestões ou comentários

Onde saber mais:

- Participa.pt: www.participa.gov.pt

2. Redes sociais e canais digitais comunitários

O que são?

Páginas e canais digitais usados por entidades públicas locais, regionais ou nacionais, associações e grupos comunitários para informar, mobilizar e dialogar com a comunidade.

Onde saber mais:

- Sites e redes sociais das câmaras municipais e juntas de freguesia, agências e outras entidades públicas
- Páginas de associações e coletivos locais

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras organizações da sociedade civil
- Entidades públicas

Como participar?

- Seguimento de páginas nas redes sociais
- Interação com conteúdos (comentar, partilhar, responder)
- Divulgação e colaboração em iniciativas online

3. Campanhas solidárias e de mobilização digital

O que são?

Iniciativas online para angariação de fundos, bens ou apoio a causas sociais, promovidas por associações, grupos ou pessoas cidadãs.

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras organizações da sociedade civil

Como participar?

- Contributo através de donativos (incluindo online)
- Divulgação de campanhas nas redes sociais
- Organização ou apoio a campanhas digitais

Onde saber mais?

- Plataformas de crowdfunding solidário
- Sites e redes sociais das organizações promotoras

4. Encontros, debates e fóruns online

O que são?

Sessões participativas realizadas em formato digital, como debates, workshops, fóruns ou reuniões comunitárias à distância.

Onde saber mais:

- Sites e redes sociais de entidades organizadoras
- Plataformas de eventos online (ex.: Zoom, Teams, YouTube)

Quem pode participar?

- Qualquer pessoa interessada
- Associações e outras organizações da sociedade civil
- Grupos comunitários

Como participar?

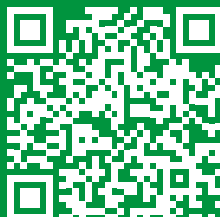
- Inscrição prévia em sessões online
- Participação em debates e fóruns digitais
- Acompanhamento de eventos transmitidos online



Funded by
the European Union



Para mais informações leia o código QR



FRYSHUSET



The European Institute for
International Relations



AGA KHAN FOUNDATION

THE WHY



ARISTOTLE
UNIVERSITY
OF THESSALONIKI