



# **PROGRAMA DE CAPACITAÇÃO**

## **JUVENIL**

**2021/2022**



## **PROGRAMA DE CAPACITAÇÃO JUVENIL 2021/2022**

O Município de Cascais assenta a sua estratégia de Juventude numa missão de captar, fixar e desenvolver conhecimento, de criar condições para uma juventude dinâmica, empreendedora, capaz de conceber o seu futuro com autonomia e segurança. Segue as diretivas da Comissão Europeia de envolver, conectar e empoderar os jovens, encorajando-os a tornarem-se cidadãos ativos e parte da comunidade.

Com base na visão que apostar na juventude é apostar na inovação e no futuro, pretende-se desenvolver a capacitação juvenil, fomentando uma cultura de participação, capacitando os jovens para a intervenção ativa nas esferas pública e privada e potenciando-os enquanto geradores de mudança e desenvolvimento.

Com esta linha de ação, a Divisão de Juventude será capaz de responder a todos os desafios e cumprir o seu desígnio de contribuir para a emancipação dos jovens, através da criação de estratégias orientadas para o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e profissionais, com vista a dotá-los das capacidades e condições necessárias ao exercício de uma cidadania plena.

### **OBJETIVOS**

Este programa tem como principais objetivos:

- Fomentar a emancipação dos jovens através da aquisição de competências necessárias para uma participação e cidadania ativas e do acesso à informação sobre as oportunidades existentes;
- Capacitar os jovens para uma intervenção de qualidade na comunidade, promovendo a participação dos mesmos na vida democrática;
- Criar espaços de partilha de informação e de experiência dentro das escolas, num contexto mais descontraído, juvenil e eficaz.

## **OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL**

No seguimento do relatório nacional sobre a implementação da *Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável*, que apresenta um conjunto de intenções e medidas para a sustentabilidade, e tendo em conta a natureza cívica do Programa de Capacitação Juvenil, surge a oportunidade de aí projetar algumas dessas medidas. O trabalho desenvolvido no programa de Capacitação Juvenil focar-se-á principalmente em 5 dos 6 ODS definidos como prioritários para Portugal:



Pretende-se fortalecer, numa lógica de sustentabilidade e viabilidade, a resposta às necessidades dos jovens com as repercussões desejáveis ao longo dos estratos sociais e geracionais.

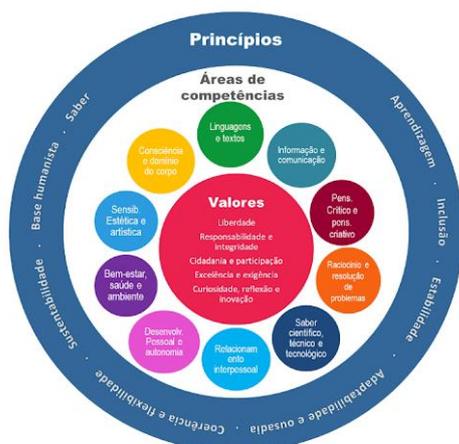
Iremos também trabalhar com base no ODS 17, porque pretendemos trabalhar em parceria com Associações Juvenis para que, em conjunto, possamos chegar mais longe, desenvolvendo os ODS na nossa área de atuação.



As parcerias e ligações estabelecidas permitem a partilha de ideias, conteúdos e saberes, enriquecendo a oferta dirigida aos jovens.

## **PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DO ENSINO SECUNDÁRIO**

Tendo como base a importância do *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória*, sendo este maioritariamente o nosso público-alvo, apresenta-se como imperativo desenvolver os nossos diversos projetos em função do mesmo. Daqui partiremos, com este documento como ponto de referência para a organização dos diversos projetos contemplados dentro do programa.



Este documento apresenta-se de forma abrangente, transversal e recursiva. “A abrangência do Perfil dos Alunos respeita o caráter inclusivo e multifacetado da escola, assegurando que, independentemente dos percursos escolares realizados, todos os saberes são orientados por princípios, por valores e por uma visão explícitos, resultantes de consenso social.” (2017, perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória)

Pretendemos criar as dinâmicas dos nossos projetos, adequando-as às finalidades do perfil de competências dos alunos e adotando os princípios e estratégias pedagógicas e didáticas que visam a concretização das aprendizagens. Queremos, ao utilizar recursos diversificados e dinâmicas de educação não formal, produzir uma apropriação efetiva dos conhecimentos e competências trabalhadas pelos jovens.

O Programa de Capacitação Juvenil é uma ferramenta de **Educação Não Formal** que promove a cidadania ativa e responsável, ao mesmo tempo que ajuda os jovens a adquirir novas competências. Não seguindo os modelos tradicionais da educação formal, pretende-se desenvolver competências ou *soft skills* que incluem ligação interpessoal, trabalho de equipa, gestão de conflitos e projetos, multiculturalidade, liderança, planeamento e comunicação, destacando-se o facto de os jovens participantes serem atores na construção do seu conhecimento, assumindo um papel predominante na sua educação para a cidadania.

Os nossos projetos também se demarcam pelo grande ênfase dado à **participação juvenil**. De acordo com as orientações da Carta Europeia revista da participação dos jovens na vida local e regional, aprovada pelo Congresso de Poderes Locais e Regionais da Europa, a necessidade de acesso à informação pelos jovens sobre oportunidades e questões que lhes concernem constitui um fator chave da participação, uma vez que, para beneficiar dos serviços e oportunidades que se lhes

propicia, os jovens necessitam de estar conscientes da sua existência. O acesso à informação, especialmente em contexto formativo, representa também uma forma de promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais dos jovens.

A Divisão de Juventude pretende fomentar uma cultura de participação, facilitar o acesso à informação específica e promover nos jovens competências que contribuam para o seu desenvolvimento pessoal e social num processo de autoconstrução. Enquanto processo educativo, o Programa de Capacitação Juvenil visa, também, mostrar aos jovens que têm uma “voz”, ou seja, que as suas aprendizagens e valores podem ter impacto na sociedade, apelando à evolução das dinâmicas de intervenção e transformação social.

O foco do Programa de Capacitação Juvenil é a contribuição para a formação de jovens responsáveis, solidários, autónomos e com consciência cívica, que conhecem e exercem os seus direitos e deveres em diálogo, sem omitir o respeito pelo Outro, num contexto propício para a aprendizagem do exercício da cidadania.

## PROJETOS DISPONIBILIZADOS

O Programa de Capacitação Juvenil é composto por três vertentes centrais: a **capacitação juvenil, sensibilização e informação dos jovens, e incentivo à participação cívica**, para que os jovens se tornem cidadãos ativos e participativos na sua comunidade. Pretende-se formar os jovens enquanto cidadãos com capacidades para a tomada de consciência, constituindo um processo participado, tanto individual como coletivo, apelando à reflexão e à ação sobre os problemas sentidos por cada um e pela comunidade. Outro aspeto fulcral deste programa é que em muitos projetos é promovida a comunicação de jovem para jovem, adequando a mesma de forma a chegar mais perto dos jovens, permitindo criar ligações mais fortes e partilha de experiências.

PROJETO	OBJETIVO   ENQUADRAMENTO	PÚBLICO-ALVO	NÚMERO DE PARTICIPANTES	ODS
AELEVA-TE Jovem Cascais	<b>Contruir Associações de Estudantes</b> que trabalhem em rede. Potenciar as competências das Associações de Estudantes existentes.	Associações de Estudantes Escolas Secundárias Públicas e Privadas	Uma Associação de Estudantes por escola pública ou privada, ou grupo de alunos interessados em criar uma Associação de Estudantes.	4 5 10
ATIVOLUNTÁRIO Jovem Cascais	Promover o desenvolvimento pessoal dos jovens mobilizando-os para um <b>serviço à comunidade</b> , através do <b>voluntariado</b> , desenvolvendo competências como: entreaajuda e solidariedade.	Alunos do Ensino Secundário Escolas Públicas, privadas e profissionais.	Limitado a 2 escolas por semestre. Número de participantes por escola a definir no início do projeto.	4 10
CAPITAL JOVEM DA SEGURANÇA RODOVIÁRIA Fórum Estudante	Iniciativa nacional que visa desenvolver um programa de atividades sobre <b>segurança rodoviária</b> . Desenvolvendo práticas inovadoras para a mudança de mentalidades nos jovens.	Alunos do 1º Ciclo ao ensino Superior Escolas Públicas e Privadas	Não se aplica	11 13
PENSARMO-NOS Fundação Scholas Ocurrentes	Programa de pensamento orientado para a saúde dos jovens, que pretende melhorar o <b>bem-estar</b> e a <b>saúde emocional</b> dos jovens num contexto de crise e grandes desafios, a começar pela educação.	Alunos do Ensino Secundário Escolas Públicas, privadas e profissionais.	Por definir	3 4 10
A CARLOTA VAI À ESCOLA Jovem Cascais	<b>Informar os jovens</b> sobre o que é realizado no Município de Cascais, utilizando linguagem adequada. Promover competências que contribuam para o seu desenvolvimento pessoal e social.	Alunos do 2º, 3º Ciclo, Secundárias e Universitárias  Todas as Escolas	Não se aplica	4 17

O Associativismo Juvenil é uma área fundamental para a Jovem Cascais, que o tem como prioridade na sua atuação, pela possibilidade de jovens, juntos, se agregarem e melhorarem a vida das suas comunidades. As seguintes parcerias surgem com o intuito de potenciar o desenvolvimento de projetos de jovens para jovens.

RECICLARO Movimento Claro	Impactar jovens através de workshops inovadores na área da <b>sustentabilidade</b> .	Alunos do 3º Ciclo Escolas Públicas ou Privadas	Limitado a 39 turmas.	4 13 14
ACTUA Teatro ao Minuto	Usar o <b>Teatro Fórum</b> como ferramenta social para trabalhar os problemas da juventude. <b>1. Cyberbulling   2. Violência no Namoro   3. Violação   4. Homofobia</b>	Alunos do 3º Ciclo e Secundário  Escolas públicas e privadas	Por definir	3 4 5 10
TOUR AGARRA A VIDA Academia dos patins	Demonstrar aos jovens através dos desportos radicais, que é possível <b>sentir adrenalina de forma saudável</b> , sem correr riscos nem consumir drogas.	Alunos do 3º Ciclo e Secundário  3 Escolas Públicas ou Privadas	Limitado a 3 escolas do concelho	3 4
DESPOLITIZAR Despolitizar	O Despolitizar pretende ter um papel ativo na formação dos estudantes, cumprindo o seu objetivo principal de <b>sensibilizar e possibilitar informação apartidária</b> para que todos os jovens possam <b>desenvolver opiniões sustentadas</b> .	Alunos do Secundário  Escolas Públicas ou Privadas	Limitado a 3 Workshops por semestre	4 10
TEATRO NAS ESCOLAS Tribo de Palco	O Teatro nas escolas pretende através de diversos exercícios promover um aumento de presença corporal dos jovens, pressupondo a <b>exploração artística e emocional</b> do jovem. Desta forma, é fomentada a dignidade e a conexão mutua, características essenciais para a construção de um trabalho em grupo homogéneo.	Alunos do 2º e 3º Ciclo  Escolas Públicas	Limitado a 1 escola 5 grupos de 15 jovens cada	4 10

Para mais informações sobre o programa de capacitação juvenil contactar: [capacitar.cj@cm-cascais.pt](mailto:capacitar.cj@cm-cascais.pt)

## AEleva-te

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais		
<b>Início</b>	Outubro 2021 a Maio 2022	<b>Duração</b>	Ano letivo
<b>Público-alvo</b>	Associações de Estudantes das Escolas Secundárias Alunos do Ensino Secundário		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li><li>• ODS 5   Igualdade de Género</li><li>• ODS 10   Reduzir as Desigualdades</li></ul>		
<b>Objetivos Gerais</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Potenciar as competências dos estudantes das Associações de Estudantes para que sejam os exemplos dentro das suas comunidades escolares;</li><li>• Construir Associações de Estudantes com propósito e que trabalhem em rede.</li></ul>		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inspirar os jovens para a participação cívica e para o ativismo social;</li><li>• Aumentar o grau de compromisso dos jovens conseguindo resultados mais positivos.</li></ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Informação e comunicação;</li><li>• Pensamento crítico e pensamento criativo;</li><li>• Raciocínio e resolução de problemas;</li><li>• Relacionamento interpessoal;</li><li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia.</li></ul>		
<b>Atividades</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Roadshow de incentivo à criação de uma AE</li><li>• Conferência motivacional</li><li>• Capacitação para a participação cívica (4 meses)<ul style="list-style-type: none"><li>○ Parlamento de Associações de Estudantes</li><li>○ Workshop's temáticos</li></ul></li><li>• Mentoria e planeamento constante</li><li>• Viagem da AE   Para a AE mais motivada e participativa</li></ul>		

## AtiVoluntário

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais		
<b>Início</b>	Outubro 2021 a Maio 2022	<b>Duração</b>	Ano letivo
<b>Público-alvo</b>	Alunos do Ensino Secundário de Escolas Públicas, Privadas e Profissionais		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 10   Reduzir as Desigualdades</li> </ul>		
<b>Objetivos Gerais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o desenvolvimento pessoal dos jovens mobilizando-os para um serviço à comunidade, desenvolvendo competências de responsabilidade, de entreatajuda e de solidariedade;</li> <li>• Tornar os jovens de Cascais mais participativos civicamente e socialmente.</li> </ul>		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver nos jovens valores de voluntariado, tais como, empatia, partilha, honestidade, espírito de equipa e cooperação, relações interpessoais, autoconfiança e respeito pelo outro;</li> <li>• Formar, empoderar e incentivar os jovens para serem cidadãos ativos através da utilização dos seus talentos individuais;</li> <li>• Criação de soluções para os problemas da comunidade identificados dentro e fora da sua comunidade escolar.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo;</li> <li>• Relacionamento interpessoal;</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia</li> <li>• Bem-estar, saúde e ambiente.</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Este programa de capacitação para o voluntariado pretende potenciar o desenvolvimento pessoal e de aquisição de competências para o envolvimento cívico, utilizando uma metodologia de educação não formal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sessões em contexto escolar, que incluem: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Desenvolvimento de competências e valores através de dinâmicas;</li> <li>○ Partilha de experiências de entidades que desenvolvem voluntariado;</li> <li>○ Planeamento de uma ação de voluntariado e realização da mesma.</li> </ul> </li> </ul>		

## Capital Jovem da Segurança Rodoviária

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Fórum Estudante		
<b>Início</b>	Setembro 2021 a Junho 2022	<b>Duração</b>	Ano letivo
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 1º ciclo ao ensino superior		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 11   Cidades e Comunidades Sustentáveis</li> <li>• ODS 13   Ação Climática</li> </ul>		
<b>Objetivos Gerais</b>	Desenvolver um programa de ações variadas, através de uma dinâmica descentralizada e colaborativa, envolvendo vários parceiros, para a segurança rodoviária dos jovens.		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver práticas inovadoras para a mudança de mentalidades;</li> <li>• Promover a aquisição nos jovens de conceitos de prevenção rodoviária e a mudança de atitudes.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informação e comunicação;</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo;</li> <li>• Bem-estar, saúde e ambiente;</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia.</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Cascais tem um posicionamento e estratégia de mobilidade, disponibilizando vasta oferta e condições de mobilidade aos munícipes.</p> <p>Programa de atividades dinamizadas ao longo de todo o ano letivo:            Karting   Simulacros de acidente   Primeira aula de condução   Simuladores   Workshops temáticos</p>		

## Pensarmo-nos

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Fundação Scholas Occurrentes		
Fundação Scholas Occurrentes é uma fundação mundial sem fins lucrativos, apoiada pelo Papa Francisco que trabalha com escolas e comunidades educativas públicas e privadas, para restaurar o pacto educacional. Como organização da sociedade civil, procura o compromisso de todos os intervenientes para implementar uma cultura do encontro pela paz através da educação. Em Portugal possui sede em Cascais desde 2018, sendo à data da sua inauguração a terceira sede da Fundação Scholas Occurrentes na Europa.			
<b>Início</b>	Setembro 2021 a Junho 2022	<b>Duração</b>	Por definir
<b>Público-alvo</b>	Alunos do Secundário		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 3   Saúde de Qualidade</li> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 10   Reduzir as desigualdades</li> </ul>		
<b>Objetivos Gerais</b>	Melhorar o bem-estar e a saúde emocional dos jovens num contexto de crise e grandes desafios, a começar pela educação.		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar o sentido de comunidade e integração;</li> <li>• Incentivar a expressão em todas as suas formas possíveis;</li> <li>• Promover e aumentar as possibilidades dos jovens expressarem as suas emoções e sentimentos, num ambiente de respeito e escuta mútua;</li> <li>• Gerar um ambiente de escuta e colaboração envolvendo diferentes atores.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacionamento interpessoal;</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia</li> <li>• Bem-estar, saúde e ambiente.</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Programa de pensamento orientado para a saúde emocional dos jovens compreendendo um ciclo de encontros (exploratórios, de pensamento e conclusivos), no qual um grupo de jovens realizam uma experiência educativa a partir do pensamento.</p> <p>Cada encontro inclui:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Boas-vindas: Neste espaço comum, são propostos jogos de grupo, apresentações de talentos e intercâmbios entre todos;</li> <li>• Reunião do grupo: Os jovens são divididos em grupos onde são discutidos o tema do dia;</li> <li>• Partilha e encerramento: Um representante partilha com todos o que foi discutido em pequeno grupo.</li> </ul>		

## ReciClaro

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Associação Juvenil Movimento Claro		
A Associação Juvenil Movimento Claro, sediada em Cascais surgiu de uma iniciativa de 3 amigas que partilham os mesmos ideais: respeito pela Natureza e paixão pelo Mar.			
<b>Início</b>	Não aplicável	<b>Duração</b>	2 sessões por turma
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 3 ciclo		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 13   Ação Climática</li> <li>• ODS 14   Proteger a Vida Marítima</li> </ul>		
<b>Objetivo Geral</b>	Sensibilizar para o problema do plástico descartável nos oceanos.		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transformar o plástico em objetos úteis no dia-a-dia com recurso às máquinas Precious Plastic;</li> <li>• Sensibilização dos alunos, corpo docente e famílias de forma a aumentar a recolha de plástico no município de Cascais.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informação e comunicação;</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo;</li> <li>• Raciocínio e resolução de problemas;</li> <li>• Bem-estar, saúde e ambiente.</li> </ul>		
<b>Atividades</b>	<p><u>1ª Sessão teórica   50 min</u></p> <p>Os oceanos: as suas funções e importância para existência de vida na terra   Origem do plástico e efeitos nos ecossistemas, em especial, no oceano   Tipos de plástico e reciclagem   Como reduzir e substituir o plástico descartável no nosso dia-a-dia e na escola   Alterações Climáticas;</p> <p>Material necessário: Computador e Projetor</p> <p><u>2ª Sessão prática   90 min</u></p> <p>A turma é dividida em 2 grupos que irão rodar pelas seguintes atividades:</p> <p>45 min: Workshop ReciVaro (utilização do lixo plástico para produzir objetos com recurso às diferentes máquinas) transformação de resíduos de plástico em novos objetos.</p> <p>45 min: alunos planeiam e registam as mudanças que farão na escola e em casa em consequência do programa.</p> <p>Material: 5m e eletricidade.</p>		

## ACTUA

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Associação Juvenil Teatro ao Minuto		
A Associação Juvenil Teatro ao Minuto, sediada em Cascais tem como fim promover a prática e a organização de eventos no âmbito cultural, social e educativo.			
<b>Início</b>	Não Aplicável	<b>Duração</b>	1h30
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 3 ciclo e Secundário		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 5   Igualdade de Género</li> <li>• ODS 10   Reduzir as desigualdades</li> </ul>		
<b>Objetivos Gerais</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar o teatro do oprimido como ferramenta de trabalho político, social, ético e estético contribuindo para a transformação social;</li> <li>• Destruir a barreira entre ator e espectador criando o diálogo e permitindo ao espectador ser ator;</li> <li>• Estabelecer contactos entre o ator e o público criando um debate alterando a história (Curinga).</li> </ul>		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incentivar os jovens a tomar um papel ativo na sociedade;</li> <li>• Debater com os jovens os problemas comuns da geração;</li> <li>• Incentivar o respeito por si mesmo e pelo próximo;</li> <li>• Chegar a todos os jovens independentemente de raça, religião, orientação sexual classe social.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Linguagens e textos</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo</li> <li>• Relacionamento interpessoal</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia</li> <li>• Sensibilidade estética e artística</li> <li>• Consciência e domínio do corpo</li> <li>• Bem-estar, saúde e ambiente</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Para cada turma pode ser escolhido 1 dos 4 temas seguintes:            Violação   Cyberbullying   Violência no namoro   Homofobia</p> <p>Os atores numa peça de 15 minutos colocam em prática o tema escolhido com um oprimido e um opressor. O curinga lança o debate com os alunos para que se perceba o que está errado e o que pode ser mudado. Um aluno vem para o lugar de um dos atores e altera o rumo da história.</p>		

## Tour Agarra a Vida

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Associação Juvenil Academia dos Patins		
A Associação Juvenil Academia dos Patins, sediada em Cascais tem larga experiência na organização de eventos e projetos na área dos Desportos Radicais urbanos, bem como na conceção e construção de infraestruturas para a prática destas modalidades.			
<b>Início</b>	Não Aplicável	<b>Duração</b>	3h00
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 3º ciclo e Secundário		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 3   Saúde de Qualidade</li> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> </ul>		
<b>Objetivo Geral</b>	Demonstrar aos jovens através dos desportos radicais, como o skate, os patins em linha e o BMX, que é possível sentir adrenalina de forma saudável, sem correr riscos nem consumir drogas.		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevenir, sensibilizar e informar dos riscos das toxicodépências;</li> <li>• Apresentação de desportos radicais com atletas nacionais;</li> <li>• Debater sobre os riscos associados ao consumo de drogas.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informação e comunicação</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia</li> <li>• Consciência e domínio do corpo</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p><u>10h às 12h   Atividade de Exterior</u></p> <p>Demonstrações de desportos radicais, música, passatempos com prémios e informações sobre o tema das drogas. Dirigido a todos os alunos da escola;</p> <p><u>12h às 13h15   Palestra com o tema "Prevenção primária da toxicodépências e estilos de vida positivos"</u></p> <p>Palestra liderada por um técnico com formação e experiência profissional na área das toxicodépências.</p> <p>Dirigida a um grupo de alunos selecionados pela escola.</p>		

## Despolitizar

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Associação Juvenil Despolitizar		
A Associação Juvenil Despolitizar, sediada em Cascais, pretende sensibilizar e possibilitar informação apartidária para que todos os jovens possam desenvolver opiniões sustentadas.			
<b>Início</b>	Não Aplicável	<b>Duração</b>	50 min
<b>Público-alvo</b>	Alunos do Secundário		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 10   Reduzir as Desigualdades</li> </ul>		
<b>Objetivo Geral</b>	Sensibilizar e possibilitar informação apartidária para que todos os jovens possam desenvolver opiniões sustentadas.		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o interesse e cultura numa esfera tão crucial da vivência em sociedade, a política;</li> <li>• Desenvolver ferramentas de debate, elaboração de raciocínio e tolerância perante ideias que possam divergir das suas.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informação e comunicação</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo</li> <li>• Desenvolvimento pessoal e autonomia</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Workshop Despolitizar</p> <p><u>"O que é a política?"</u></p> <p>Através de um momento dinâmico, explicar conceitos chave da política (o que é, e como funciona o governo, principais diferenças entre direita e esquerda, etc.).</p> <p><u>Debate: "Deve a idade mínima para votar baixar para os 16 anos?"</u></p> <p>De forma a promover um debate crítico e construtivo em torno de uma política relacionada com os jovens, dinamizar um debate livre.</p> <p><u>Jovens e a política</u></p> <p>Apresentar diferentes opções que os jovens têm para se poderem envolver na política.</p> <p><u>Apresentação do Passaporte Político</u></p> <p>O Passaporte Político é uma iniciativa do Despolitizar com a qual se pretende promover a continuação da educação e sensibilização política após o workshop.</p>		

## Teatro das Escolas

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais + Associação Juvenil Tribo de Palco		
A Associação Juvenil Tribo de Palco, sediada em Cascais, pretende desenvolver projetos artísticos para jovens, desenvolvendo produções artísticas.			
<b>Início</b>	Janeiro a junho	<b>Duração</b>	1 aula/1hora por semana
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 2º e 3º ciclo		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 10   Reduzir as desigualdades</li> </ul>		
<b>Objetivo Geral</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorizar a aprendizagem e desenvolvimento de competências pessoais através das artes;</li> <li>• Aprofundar o conhecimento, interpretação e interesse pela língua portuguesa.</li> </ul>		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver a expressão e a comunicação linguística, ferramenta pessoal e social fundamental;</li> <li>• Estimular a dicção e projeção de voz;</li> <li>• Promover a criatividade, a sociabilização e o trabalho de equipa;</li> <li>• Estimular a autoestima e desenvolver competências emocionais;</li> <li>• Desenvolver competências técnicas e artísticas.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilidade estética e artística</li> <li>• Linguagens e textos</li> <li>• Relacionamentos interpessoais</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p><b>1ª Fase, na Escola   janeiro a março</b></p> <p>Divulgado para todas as turmas do 5º ao 9º ano de escolaridade. Serão formados 5 grupos com um máximo de 15 alunos por grupo. 1 aula por semana de 1 hora, sendo, 12 aulas, para cada grupo. No final haverá uma apresentação do trabalho criado na Escola.</p> <p><b>2ª Fase, na Tribo de Palco   abril a junho</b></p> <p>Após um processo de seleção, serão formados 2 grupos com um máximo de 20 alunos por grupo, que continuarão na fase seguinte. 1 aula por semana de 2 horas, sendo, 12 aulas, para cada grupo. A finalidade será a apresentação de um espetáculo numa sala de teatro, em 2 dias.</p>		

## A Carlota vai à Escola

<b>Promotor</b>	Jovem Cascais		
<b>Início</b>	Não Aplicável	<b>Duração</b>	Ajustado ao solicitado
<b>Público-alvo</b>	Alunos do 2º, 3º ciclo, ensino secundário e superior		
<b>ODS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ODS 4   Educação de Qualidade</li> <li>• ODS 17   Parcerias para implementação dos Objetivos</li> </ul>		
<b>Objetivo Geral</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar os jovens sobre o que é realizado no Município Cascais, utilizando linguagem adequada ao público-alvo.</li> </ul>		
<b>Objetivos Específicos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar uma cultura de participação;</li> <li>• Facilitar o acesso à informação específica;</li> <li>• Promover nos jovens competências que contribuam para o seu desenvolvimento pessoal e social num processo de autoconstrução.</li> </ul>		
<b>Competências</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informação e comunicação</li> <li>• Pensamento crítico e pensamento criativo</li> </ul>		
<b>Atividade</b>	<p>Ação de divulgação nas escolas, onde a carrinha pão de forma “Carlota” vai à escola por um dia, numa ótica de envolvimento com os jovens e de disseminação das respostas municipais existentes. A atividade “Carlota vai à escola” pode integrar-se em atividades propostas pelas escolas, tais como, a semana do Patrono.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presença da Carlota num local visível e de fácil acesso na escola com prestação e distribuição de informação;</li> <li>• Com a presença de voluntários da Jovem Cascais, na “Carlota”, que recebem previamente formação sobre os nossos programas, sendo estes multiplicadores da informação. Estes jovens voluntários facilitam a comunicação com o público-alvo, tornando a mesma de jovens para jovens;</li> <li>• Sessões de informação em sala de aula (voluntariado ou associativismo juvenil).</li> </ul>		

# PROGRAMA DE CAPACITAÇÃO JUVENIL

## 2021/2022

[jovemcascais@cm-cascais.pt](mailto:jovemcascais@cm-cascais.pt)

[jovemcascais.pt](http://jovemcascais.pt)



**Desenvolvido pela Jovem Cascais**

**Chefe de Divisão Sara Silva**

[Sara.silva@cm-cascais.pt](mailto:Sara.silva@cm-cascais.pt)

**Coordenadora da área de Capacitação Juvenil Joana Santos**

[Capacitar.cj@cm-cascais.pt](mailto:Capacitar.cj@cm-cascais.pt)