

NORMAS DE PARTICIPAÇÃO 2026

PROGRAMA FÉRIAS NA DESPORTIVA

I. OBJETIVOS

Definem-se como principais objetivos do Programa Férias na Desportiva:

- Estimular o desenvolvimento pessoal dos jovens através do contato com o mundo de trabalho e do fomento do seu gosto pela atividade física;
- Contribuir para qualificar a oferta de atividades de âmbito desportivo do município, recorrendo ao potencial criativo e dinamismo dos jovens integrados nos projetos das entidades enquadradoras.

II. DESTINATÁRIOS

Participantes

Jovens residentes ou estudantes no Município de Cascais e com idade compreendida entre os 15 e os 25 anos (à data de início do projeto).

Entidades enquadradoras

Entidades municipais ou privadas sem fins lucrativos que desenvolvam atividades lúdicas na área do desporto, com sede ou atividade regular e relevante no Município de Cascais.

III. TAREFAS E FUNÇÕES

Cada Entidade Enquadradora pode acolher participantes do Férias na Desportiva em um ou mais projetos na área do desporto.

As tarefas específicas para cada projeto são designadas pelas entidades enquadradoras e apresentadas nos mapas de projetos divulgados. Entre elas incluem-se por exemplo:

- Apoiar os responsáveis de grupos e atividades desportivas;
- Acompanhar participantes durante atividades desportivas, garantindo o cumprimento de normas de saúde e segurança;
- Verificar a adequação e condições de conservação e de segurança de materiais a utilizar por participantes em atividades desportivas.

IV. CALENDARIZAÇÃO

O Programa Férias na Desportiva decorre nos meses de julho e agosto (dias úteis), podendo ser adaptadas as datas a necessidades específicas das entidades, estimando uma ocupação **máxima de 25 horas por semana e 5 horas diárias**.

O horário da ocupação deverá ser contínuo (exemplo: 09 às 14h ou 14h às 19h).

- **1º Turno** – 1 de julho a 31 de julho
 - **1ª quinzena:** 1 de julho a 15 de julho
 - **2ª quinzena:** 16 de julho a 31 de julho
- **2º Turno** – 03 de agosto a 31 de agosto
 - **3ª quinzena:** 03 de agosto a 14 de agosto
 - **4ª quinzena:** 17 de agosto a 31 de agosto

Em caso de desistência o jovem deve comunicar esse facto à Cascais Jovem através do *e-mail* feriasnadesportiva@cm-cascais.pt

V. PERÍODO DE DESCANSO

Todos os projetos integrados no programa funcionam de 2ª a 6ª feira sendo que os jovens descansam sábado e domingo (salvo exceções acordadas com as entidades).

VII. FORMAÇÃO

O jovem será contactado para uma formação obrigatória que irá decorrer:

1º turno: 29 de junho

2º turno: 28 de julho

Os horários das sessões serão comunicados e enviados por e-mail apenas aos jovens selecionados.

VIII. BOLSA

Durante o período de ocupação, os voluntários têm direito a uma bolsa de 2€ por cada hora de atividade, de acordo com o mapa de presenças, numa ocupação máxima de 5 horas diárias e de 25 horas semanais.

IX. PROJETOS DISPONÍVEIS

Estarão disponíveis para inscrição, na página da Cascais Jovem os projetos, nas Entidades Enquadradoras (desportivas).

1º turno				2º turno				Designação da Entidade	Designação do Projeto	Horário pretendido	Morada do Projeto	Tarefas a desempenhar pelos jovens
1ª quinzena (manhã)	1ª quinzena (tarde)	2ª quinzena (manhã)	2ª quinzena (tarde)	3ª quinzena (manhã)	3ª quinzena (tarde)	4ª quinzena (manhã)	4ª quinzena (tarde)					
✓	✓	✓	✓					ADN - Atividades Desportivas Náuticas	ADN-Atividades Desportivas Náuticas - FÉRIAS DESPORTIVAS - 2026	2ª a 6ª feira: 08h30 às 12h30 14h00 às 18h00	Centro de Formação Desportiva de Canoagem e Vela de Cascais (Junto ao Clube Naval de Cascais)	Apoio às atividades de canoagem, na Praia dos Pescadores, organização e manutenção dos equipamentos náuticos e instalações desportivas
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	ANITA - Associação Nacional de Intervenção no Transporte e Autonomia - IPSS	ANITA - BEACH SURFING	2ª a 6ª feira: 09h00 às 14h00 13h30 às 18h30	Clube de Desporto Adaptado by ANITA, Av. da Marginal s/n, Praia de Carcavelos Lado Oeste	Realização de todas estas atividades desportivas adaptadas com as pessoas com deficiência, ajudar com a cadeira anfíbia, ajudar a colocar as espreguiçadeiras e chapéus de sol para sombreamento das pessoas com deficiência, prestar-lhes apoio.
✓	✓	✓	✓					Aqua Carca - Associação de Novos Desportos Aquáticos	ATL Verão Aqua Carca	2ª a 6ª feira: 09h00 às 13h00 13h00 às 18h00	Largo do Girassol, Bloco E-loja 2, 2775-604 Carcavelos	Acompanhar as crianças/jovens durante as atividades do ATL (aulas de bodyboard, jogos de equipa na praia, dinâmicas de grupo), apoiar os monitores na organização e preparação das mesmas e do espaço onde ocorrem
✓	✓	✓	✓					ART LAB	ART LAB - ATL DE VERÃO	2ª a 6ª feira: 09h00 às 13h00 13h00 às 17h00	Rua Sacadura Cabral 102, Loja Cinema, Piso 2, Centro Comercial Grande Galiza, 2765-349 Galiza, Estoril	Acompanhamento das crianças nas atividades, distribuição e acompanhamento nos momentos das refeições, ajuda nas atividades e criação de espetáculo final de cada semana de ATL de Verão
✓	✓	✓	✓					Ass Academia Sulydance AASD	Atl de Verão - Academia Sully Dance	2ª a 6ª feira: 09h00 às 13h00 14h00 às 17h00	Rua do Carmo, número 185, bairro do moinho São Domingos de Rana	Acompanhamento nas atividades das crianças
✓		✓						Associação dos Antigos Alunos Salesianos do Estoril	Associação dos Antigos Alunos Salesianos do Estoril - Férias de Verão - Praia	2ª a 6ª feira: 08h30 às 13h30	Rua de D. Bosco n.º 1381 2765-131 Estoril	Acompanhar crianças em idade de pré-escolar nas atividades de praia
✓	✓							Clube de Futebol de Sassoeiros	Aprender a brincar - Clube de Futebol de Sassoeiros	2ª a 6ª feira: 09h00 às 14h00 14h00 às 19h00	Rua dos Lusíadas 366	Elaboração/participação de atividades desportiva e lúdicas no interior e exterior das instalações

1º turno				2º turno				Designação da Entidade	Designação do Projeto	Horário pretendido	Morada do Projeto	Tarefas a desempenhar pelos jovens
1ª quinzena (manhã)	1ª quinzena (tarde)	2ª quinzena (manhã)	2ª quinzena (tarde)	3ª quinzena (manhã)	3ª quinzena (tarde)	4ª quinzena (manhã)	4ª quinzena (tarde)					
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Clube Naval de Cascais	Clube Naval de Cascais	2ª a 6ª feira: 09h00 às 14h00 13h00 às 18h00	Esplanada Príncipe D. Luís Filipe,	Apoio logístico em terra
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Escolinha de Rugby da Galiza	Tempo de brincar! - Escolinha de Rugby da Galiza	2ª a 6ª feira: 09h00 às 13h00 14h00 às 18h00	R. D. Filipa de Vilhena, Galiza, 2765-321 S. João do Estoril	Apoiar a equipa técnica do centro na organização dos jogos ou nos passeios
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Falcons Portugal Football Academy, Associação	A Escolinha do Figo e João Sousa Escolinhas	2ª a 6ª feira: 09h00 às 14h00 13h00 às 18h00	Rua das Acácias, N°41, 4ºB	Acolher os participantes com simpatia, promover a integração através de dinâmicas de grupo e apoiar a organização e condução de jogos, treinos e atividades lúdicas

NOTA: A leitura destas normas não invalida a leitura das **Normas de Participação Gerais dos Programas de Voluntariado de Verão**