



Conselho Desportivo Municipal do Seixal

---

# CONSELHO DESPORTIVO MUNICIPAL

## PROJETO “ÁREAS DE PARTICIPAÇÃO”

---



*“a criação de estruturas de animação da comunidade visando encorajar a participação popular à prática da atividade física regular”*

**Áreas de Participação** - Caracterização:

- São estruturas tecnicamente organizadas, que têm como objetivo principal “conquistar” o maior número possível de munícipes para a realização de atividade física, de forma a que sintam o prazer da prática e identifiquem os resultados positivos em termos individuais.
- Desenvolvem-se em espaços diversificados, escolhidos entre as zonas urbanas disponíveis – praças, jardins, ruas vedadas ao trânsito, locais livres e abertos, de fácil acesso, e com condições mínimas para se poderem organizar de forma regular.
- Constituem iniciativas abertas à população onde a oferta se pretende que seja diversificada.

- Sensibilizar o maior número possível de munícipes para a prática de atividade física;
- Criar condições para que a população pratique atividade física- desportiva;
- Promover o esclarecimento das vantagens da prática desportiva regular;
- Fomentar o convívio entre os habitantes de uma determinada zona e contribuir para quebrar o isolamento de certos grupos da população;
- Promover a conjugação de esforços de instituições públicas e privadas, assim como de indivíduos motivados, para a organização das atividades.

- Identificar no Concelho do Seixal um conjunto de locais com condições para a prática de atividades físico-desportivas;
- Dinamizar o maior número de espaços durante o período do ano em que se verificam as melhores condições climatéricas, permitindo a prática regular durante esse período;
- Procurar promover a realização de rastreios à condição física e indicadores básicos de saúde nos locais onde se realiza a prática desportiva;

- **Pesquisar em cada freguesia** o local, ou locais, onde possam ser criadas condições para que o maior número de habitantes possam realizar a atividade física proposta;
- **Promover a realização** de atividades, capazes de integrarem os diferentes grupos populacionais em atividades que desenvolvam o convívio e da atividade física;
- **Promover a discussão** da importância e do modelo das áreas de participação nas estruturas de participação popular – Comissões Desportivas de Freguesia e Comissões Técnicas;
- **Trabalhar a articulação** entre os projetos de desenvolvimento das freguesias , responsáveis pela conceção e apoio das áreas de participação e os projetos de desenvolvimento das modalidades (ténis de mesa, artes marciais, atividades gímnicas, basquetebol, etc) e projetos especiais ( por exemplo : o Boccia e Goalball do Projetos de Desporto para a População Deficiente);
- Trabalho articulado entre todos os projetos de freguesia de modo a que as áreas de participação não coincidam e assim **permitam a circulação** dos participantes pelas várias freguesias;
- Considerar as áreas de participação com uma das áreas mais importantes do projeto Movimento e Saúde, pensando de que forma **a área da saúde** poderá estar mais presente na dinâmica das áreas de participação, como por exemplo com o **envolvimento dos centros de saúde**, através de sessões de esclarecimento ou distribuição de materiais de divulgação.

As Juntas de Freguesia têm desempenhado um papel essencial nas seguintes questões:

- No entendimento da importância das áreas de participação para a promoção da atividade física e melhoria da qualidade de vida dos seus fregueses;
- Na divulgação das atividades – sites e facebook das juntas de freguesia e colocação de cartazes;
- No transporte e colocação de equipamento e materiais para as áreas de participação;
- No pagamento a técnicos para ministrarem aulas abertas (em alguns casos).

Todas estas questões são articuladas entre o técnico de freguesia e o vogal do desporto de cada uma das juntas de freguesia.

## ALDEIA DE PAIO PIRES

Locais onde decorreram:

Entre 2003 e 2006 – EB1 JI Quinta da Courela e Parque do Mirante

Entre 2007 e 2010 – EB1 JI Casal do Marco

A partir de 2010 não foram realizadas mais áreas de participação.

Foram dinamizadas essencialmente pelo técnico de freguesia no primeiro período e pela Associação de Pais da Escola EB1 JI Casal do Marco, a partir de 2007.

Ainda não foi encontrado o local ideal para a implementação das áreas de participação nesta freguesia, pelo que neste momento não estão a funcionar.



## AMORA

Locais onde decorreram:

Entre 2003 e 2006 – Parque Urbano das Paivas

Em 2007 – Parque do Serrado

Entre 2007 e 2010 – Parque do Fanqueiro

A partir de 2008 – Zona Ribeirinha da Amora

As diferentes localizações deram resposta a diferentes objetivos e tiveram diferentes modelos de organização.

Atualmente mantêm-se na zona ribeirinha e decorrem todos os sábados de manhã, com a participação do movimento associativo e de ginásios privados. No modelo adoptado este ano, existem áreas de participação só com a aula aberta, outras em que haverá apenas exposições de classes e grupos da freguesia e noutras em que as duas situações coexistirão.

2013	Nº de Áreas de Participação	Nº de Participantes	Média de participantes
	14	847	60,5



## ARRENTELA

Locais onde decorreram:

Entre 2003 e 2004 – Piscina Municipal da Torre da Marinha

Em 2005, 2006 e 2008 – Junto à antiga Fábrica de Lanifícios da Arrentela

Em 2007 – Não se realizou

A partir de 2009 – Zona Ribeirinha da Arrentela, junto à Quinta da Fidalga

Junto das zonas populacionais não existem locais apropriados para o desenvolvimento de áreas de participação, pelo que a zona ribeirinha foi o local encontrado que melhor deu resposta às necessidades e que permitiu a fidelização dos participantes.

Atualmente realizam-se todos os sábados de manhã, com a participação do movimento associativo e de ginásios privados.

2013	Nº de Áreas de Participação	Nº de Participantes	Média de participantes
	11	965	87,7



SR



## CORROIOS

Locais onde decorreram:

Em 2003 – Jardim da Quinta d’ Água

Entre 2004 e 2005 – Não se realizaram áreas de participação

Em 2006 – Jardim da Fábrica da Pólvora

Em 2007 – Jardim de Santa Marta do Pinhal

Em 2009 e 2010 – GDC Águias de Vale Milhaços e Parque Urbano da Quinta da Marialva

A partir de 2011 - Parque Urbano da Quinta da Marialva

Houve alguma dificuldade em encontrar o local indicado para a realização das áreas de participação, situação de foi ultrapassada com a fidelização ao Parque Urbano da Quinta da Marialva.

Atualmente realizam-se todos os domingos de manhã, com a participação do movimento associativo e de ginásios privados.

2013	Nº de Áreas de Participação	Nº de Participantes	Média de participantes
	30	1.264	42,1



## FERNÃO FERRO

Locais onde decorreram:

Em 2003 – não se realizaram

Entre 2004 e 2006 – EB1 Quinta do Morgados

Em 2007 e 2008 – EB1 Quinta do Morgados, polidesportivo da Quinta da Escola e Ginásio Autêntico

Entre 2009 e 2011 – EB1 Quinta dos Morgados

A partir de 2012 - Parque das Lagoas

As características da freguesia tem dificultado a implementação e crescimento das áreas de participação

Atualmente realizam-se todos os domingos de manhã (maio e junho), com a participação do movimento associativo, sendo constituída por uma caminhada, aulas abertas e outras ofertas de modalidades desportivas.

2013	Nº de Áreas de Participação	Nº de Participantes	Média de participantes
	9	674	74,8



## SEIXAL

Local onde sempre decorreu:

Entre 2003 e 2014 – Quinta dos Franceses

É a área de participação mais participada, tendo já a fidelização dos participantes.

Está perfeitamente estruturada e consolidada e o local onde se realiza permite a organização de diversas atividades desportivas.

Atualmente realizam-se todos os domingos de manhã, com a participação de um técnico que lecciona as aulas abertas e que é suportado pela Junta de Freguesia.

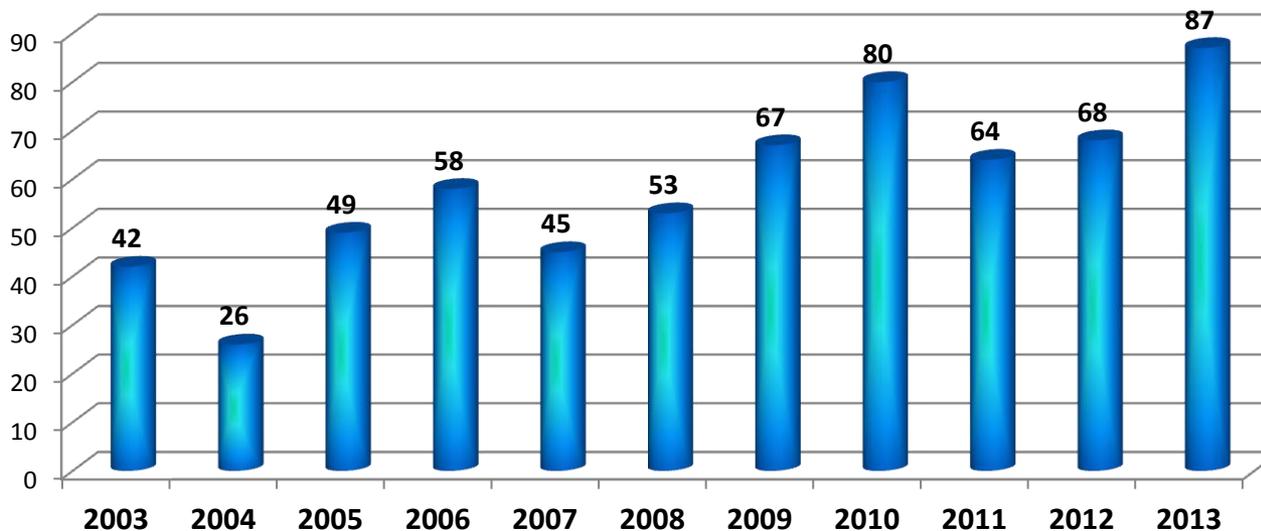
	Nº de Áreas de Participação	Nº de Participantes	Média de participantes
2013	22	2.241	101,8



## EVOLUÇÃO DO N.º DE ÁREAS DE PARTICIPAÇÃO E DE PARTICIPANTES DE 2003 A 2013:

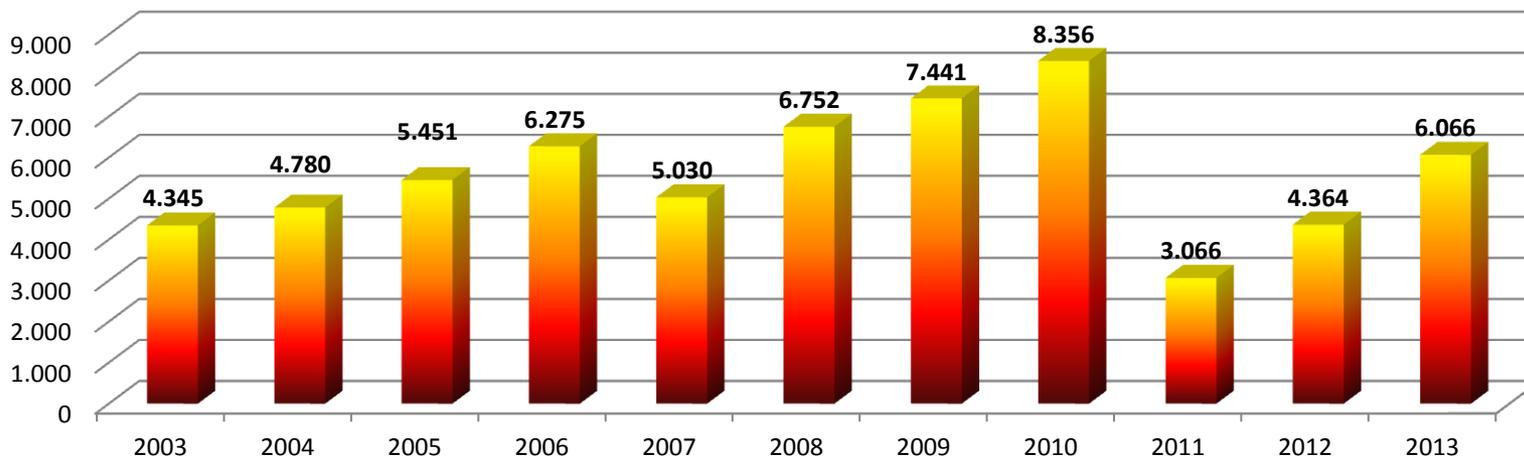
<b>Ano</b>	<b>Nº de Atividades</b>	<b>Nº de Participantes</b>
2003	42	4.345
2004	26	4.780
2005	49	5.451
2006	58	6.275
2007	45	5.053
2008	53	6.754
2009	67	7.441
2010	80	8.356
2011	64	3.066
2012	68	4.364
2013	87	6.066

## Nº Áreas de Participação



- ✓ Observam-se ciclos de crescimento com decréscimos repentinos e acentuados
- ✓ Em 2011 estão identificados os motivos do decréscimo – questões de saúde do técnico e diminuição do apoio logístico por parte dos diversos serviços da CMS.

## Participantes



- ✓ Houve um crescimento mais ou menos regular , atingindo o máximo em 2010 e o valor mínimo em 2011.
- ✓ A forma de contabilização foi alterada, não havendo acreditação dos participantes desde 2011.
- ✓ Desde 2011 o nº de participantes duplicou.

## ANÁLISE GLOBAL

✓ Cálculo da média de participantes por área de participação

2003 – 103,4 Participantes /área de participação

2010 – 104,4 Participantes /área de participação

2011 – 47,9 Participantes /área de participação

2013 – 69,7 Participantes /área de participação

Conclusão – Apesar de o nº de áreas de participação ter aumentado nos últimos 3 anos, a média de participantes por área de participação é muito inferior.

## Qual a razão?

## CONSTRANGIMENTOS

- Falta de apoio administrativo que permitia o recenseamento dos participantes;
- Diminuição do apoio dos diferentes serviços da CMS;
- Diminuição da variedade da oferta desportiva, confinando grande parte das áreas de participação às aulas abertas;
- O técnico de freguesia vê-se obrigado a realizar muitas tarefas fora do âmbito das suas competências (transporte de gerador e respetivo combustível, montagem de aparelhagem sonora, condução de carrinhas da autarquia com o material, entre outras);
- Resposta insuficiente do movimento associativo para cobrir toda a calendarização das áreas de participação.

- As áreas de participação são momentos de atividade física /desportiva abertas à população de forma gratuita e enquadrada. É necessário pensar de que forma poderão ser potencializadas, percebendo que:
  - ✓ Oferecem atividades para diferentes faixas etárias e com diferentes níveis de condição física;
  - ✓ Permitem a divulgação e experimentação de diferentes modalidades;
  - ✓ São uma porta aberta para a divulgação das modalidades desenvolvidas pelo movimento associativo;
  - ✓ Permitem a angariação de novos atletas para os clubes;
  - ✓ Diversificar o modelo das áreas de participação e das modalidades desenvolvidas - caminhadas, passeios de BTT ou de cicloturismo, procurando abranger grupo da população que até hoje ainda não se identificaram com o modelo atual.

- Aproveitar os recursos naturais existentes no concelho – **COMO?**
- Potencializar os locais que já são procurados pela população de forma informal – **COMO?**
- Identificar em cada freguesia o local ou locais com potencialidade para “receber áreas de participação” – **ONDE?**
- Discutir no âmbito das Comissões Desportivas de Freguesia a importância e a melhor forma de implementar as áreas de participação tendo em conta as características de cada freguesia – **DE QUE FORMA?**
- Quais são as modalidades que são importantes oferecer à população - **O QUÊ?**

## ÁREAS FUNDAMENTAIS PARA O DESENVOLVIMENTO DAS ÁREAS DE PARTICIPAÇÃO

### Envolvimento do Movimento Associativo



- Conceção e planeamento das áreas de participação
- Dinamização de Atividades
- Divulgação das modalidades internas
- Captação de novos elementos

### Divulgação



- Painéis informativas nos locais onde se realizam com as datas
- Cartazes afixados nos clubes/escolas/centros de saúde/associações de reformados ou zonas de grande circulação de pessoas
- Flyers específicos para cada freguesia com locais e datas, a distribuir em grande escala

### Criação de Base de Dados



- Acreditação dos participantes com levantamento de contactos, idade, outras questões que se considerem importantes
- Identificar áreas de interesse dos participantes através do levantamento efetuado

- São uma área de intervenção de grande importância e que tem sido desvalorizada;
- O movimento associativo ainda não entendeu as potencialidades desta atividade.

- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_
- ✓ \_\_\_\_\_

cm-seixal.pt

# Jogos do Seixal

mais desporto e saúde para todos!

## ÁREA DE PARTICIPAÇÃO DESPORTIVA DE AMÓRA

ANIMAÇÃO DO PASSEIO RIBEIRINHO DE AMÓRA  
Frente ao hipermercado E.Leclerc, 10 horas

Aos sábados

março > 8, 15, 22 e 29    abril > 5, 12 e 26  
maio > 3, 10, 17, 24 e 31    junho > 7, 14, 21 e 28

Atividade de participação gratuita. Participal

seixal  
JAMORA  
municipal de amóra  
E.Leclerc

cm-seixal.pt

# Jogos do Seixal

mais desporto e saúde para todos!

## ÁREA DE PARTICIPAÇÃO DESPORTIVA DE ARRENTELA

ANIMAÇÃO DO PASSEIO RIBEIRINHO DE ARRENTELA  
Espaço junto à Quinta da Fidalga, das 10 às 12 horas

Aos sábados

abril > 5, 12, 19 e 26    maio > 3, 10, 17, 24 e 31  
junho > 7, 14 e 21

Atividade de participação gratuita. Participal

seixal  
municipal de arrentela  
E.Leclerc

cm-seixal.pt

# Jogos do Seixal

mais desporto e saúde para todos!

## Manhãs Desportivas em FERNÃO FERRO

Parque das Lagoas

Início das caminhadas > 9 horas  
Início das restantes atividades > 10 horas

Aos domingos

maio > 4, 18 e 25    junho > 1, 8, 15, 22 e 29

Atividade de participação gratuita. Participal

seixal  
Parque das Lagoas  
municipal de fernão ferro  
E.Leclerc

cm-seixal.pt

# Jogos do Seixal

mais desporto e saúde para todos!

## ÁREA DE PARTICIPAÇÃO DESPORTIVA DO SEIXAL

Parque da Quinta dos Franceses, das 10 às 12 horas

Aos domingos

março > 2, 9, 16, 23 e 30    abril > 6, 13 e 27  
maio > 4, 11, 18 e 25    junho > 1, 8, 15, 22 e 29

Atividade de participação gratuita. Participal

seixal  
Parque da Quinta dos Franceses  
municipal de seixal  
E.Leclerc