



CÂMARA MUNICIPAL



# EM CASCAIS CULTIVA-SE COMUNIDADE ATRAVÉS DA PARTICIPAÇÃO

## ANO DA DEMOCRACIA

Cascais Capital Europeia  
da Democracia 2026:  
o que significa?

p. 3

## PARTICIPAÇÃO DE PROXIMIDADE

15 anos de Tutores  
de Cascais

p. 4

## ORÇAMENTO PARTICIPATIVO

13.<sup>a</sup> edição do OP.  
Ideias da comunidade

p. 8-9

UM CARTÃO  
PARA VIVER  
CASCAIS



# Cascais Capital Europeia da Democracia 2026: o que significa?

Cascais foi escolhida como Capital Europeia da Democracia 2026, uma distinção que coloca o nosso concelho no centro da inovação democrática.

## Em 2026, Cascais será a Capital Europeia da Democracia



A escolha de Cascais como Capital Europeia da Democracia para 2026 é um motivo de orgulho para Cascais e para Portugal. Este reconhecimento internacional destaca o compromisso do nosso concelho com os valores democráticos, a participação cívica, a inclusão e a transparência.

O estatuto de Capital Europeia da Democracia não é apenas um reconhecimento, mas um desafio para ir mais longe. Cascais acolherá eventos

que promovem educação cívica e participação ativa, criando uma plataforma para soluções que fortaleçam a resiliência das democracias europeias.

Num contexto de desafios às democracias globais, Cascais torna-se um palco privilegiado para debater e inovar. Uma oportunidade para trocar ideias e boas práticas entre cidadãos e decisores de toda a Europa, e um momento importante para apresentarmos ao Mundo o trabalho cívico e democrático que nos trouxe até aqui, onde a gestão participativa e a proximidade com os cidadãos são fatores preponderantes.

Para Cascais, este título traz visibilidade internacional e projeta-nos internacionalmente como um destino culturalmente mais sólido. No entanto, esta projeção leva-nos ainda mais longe.

Reforça o nosso concelho como um local democrático de referência europeia e mundial, onde a liberdade de pensamento e o espírito democrático, valores que tão bem caracterizam as nossas gentes, são preservados e partilhados.

Em 2026, todos os olhos estarão sobre Cascais. Contamos, por isso, com a ajuda e envolvimento de toda a sociedade e forças vivas do nosso concelho para fazermos, juntos, a melhor Capital Europeia da Democracia de sempre, construindo bases sólidas para a preparação de um futuro mais justo e participativo na Europa e no Mundo. ●

Nuno Piteira Lopes,  
Vice-Presidente da Câmara Municipal de Cascais

O C DIGITAL



Mas, afinal, o que significa ser Capital Europeia da Democracia? Trata-se de um título atribuído anualmente a uma cidade europeia que se destaca pelo seu compromisso com a participação cidadã, a transparência e a inovação democrática. A cidade selecionada torna-se anfitriã de um programa europeu de iniciativas que promovem o envolvimento ativo dos cidadãos na vida pública.

Mais do que um reconhecimento, esta distinção marca o início de um percurso coletivo: ao longo do chamado "Ano da Democracia", a cidade anfitriã acolhe debates, encontros, exposições, experiências participativas e partilhas de boas práticas com impacto local e europeu.

**Ser Capital Europeia da Democracia é uma oportunidade para reforçar a coesão social, trazer a política para mais perto das pessoas e afirmar o município num palco internacional de inovação cívica.**

A escolha de Cascais foi feita em duas fases: uma primeira, com avaliação por um júri internacional de peritos, e uma segunda, com votação por mais de 4.500 cidadãos europeus, no âmbito de um processo participativo conduzido pela organização European Capital of Democracy, em parceria com o Innovation in Politics Institute. A seleção reflete o reconhecimento do trabalho que Cascais tem vindo a desenvolver na construção de uma governação próxima das pessoas.

Projetos como os **Tutores de Cascais**, o programa **Terras de Cascais**, a **Estação de Inovação Social**, o **GeraSol** (agora designado "Raízes com asas"), ou as **redes de voluntariado jovem e sénior do concelho** são exemplos concretos de como a participação é vivida no terreno - com impacto, continuidade e envolvimento direto da comunidade.

As experiências de Barcelona (2023/24) e Viena (2024/25) mostram que ser Capital Europeia da Democracia é uma oportunidade



para reforçar a coesão social, trazer a política para mais perto das pessoas e afirmar o município num palco internacional de inovação cívica.

Em Cascais, os preparativos já começaram. A cerimónia oficial de abertura está

prevista para o primeiro trimestre de 2026, mas até lá haverá muitas oportunidades para a comunidade se envolver e fazer parte deste processo. Porque a democracia vive-se todos os dias, com diálogo, participação e confiança mútua. ●



# 15 anos de Tutores de Cascais

Há 15 anos que Cascais conta com uma rede de cidadãos que dedica parte do seu tempo com espírito de missão e compromisso com o bem comum.

Começaram por ser Tutores do Bairro, mas o sucesso do modelo levou à sua expansão para novas áreas e, atualmente, além dos bairros, há 26 tutores que apoiam quem cultiva hortas comunitárias e dois tutores que se ocupam da zona das praias, refletindo uma visão mais abrangente da participação cívica ligada ao território e ao ambiente.

O nome deste programa gerido pela Cascais Ambiente evoluiu para Tutores de Cascais e hoje, 15 anos após o início, conta com 250 tutores ativos, abrangendo mais de 80% do território municipal e servindo cerca de 174.000 residentes e 69.500 famílias. Desde o início do programa, foram feitos mais de 25.000 pedidos de intervenção, com uma taxa de resolução superior a 90%, prova da eficácia desta ponte direta entre cidadãos e serviços municipais.

Com idades entre os 28 e os 88 anos, os tutores representam diferentes gerações, profissões e origens, mas todos partilham o desejo de contribuir para um concelho melhor.

Tal como no início, estes voluntários continuam a assumir um papel ativo na monitorização do território, na ligação entre a comunidade e os serviços municipais, e na promoção de uma cidadania mais informada, próxima e participativa. A sua missão passa por observar e reportar situações como a limpeza urbana, recolha de resíduos, estado de calçadas e passeios, iluminação, estacionamento, espaços de lazer, segurança pública, entre outros aspetos do quotidiano urbano.

Além da ação no terreno, os tutores contribuem para reforçar a coesão social, influenciar decisões municipais com base em realidades locais e inspirar outros cidadãos a cuidarem do espaço público. São também agentes de sensibilização para práticas ambientais responsáveis, fomentando hábitos sustentáveis e o respeito pelo que é de todos.

O programa visa promover sinergias entre a autarquia e os moradores, incentivar a participação pública e a partilha do espaço comum, reforçar a eficácia dos serviços municipais, e inculcar valores de responsabilidade ambiental e cidadania ativa. ●

## Como contactar os Tutores e Tutoras de Cascais?

Basta enviar email para [tutor@cascaisambiente.pt](mailto:tutor@cascaisambiente.pt) ou telefonar para **214 604 230**

(dias úteis, das 9h00 às 18h00, chamada para a rede fixa local)

## Como fazer parte?

Ter mais de 18 anos e querer contribuir para a sua comunidade. Inscrições em [ambiente.cascais.pt](http://ambiente.cascais.pt)

**250 tutores ativos** dos 28 aos 88 anos

**25.000 pedidos de intervenção** em 15 anos

**+ de 90% taxa de resolução**

Intervêm em **80% do território municipal**

Apoiam **174.000 residentes** e **69.500 famílias**



# Terras de Cascais. Participar de sachola na mão

Em Cascais, há quem cultive mais do que hortícolas: cultiva-se comunidade, saúde e sustentabilidade.



O programa Terras de Cascais é hoje uma referência internacional em agricultura urbana e participação cidadã, tendo sido reconhecido como estudo de caso pela *International Association of Horticultural Producers (AIPH)*.

## Mais do que plantar, os participantes do programa Terras de Cascais cultivam relações e sentido de comunidade.

Esta iniciativa transforma terrenos urbanos em espaços produtivos e educativos, onde, atualmente, mais de 800 participantes cultivam, aprendem e cuidam: de si, dos outros e do planeta. Com 34 hortas comunitárias, 50 hortas escolares,

5 pomares comunitários e 4 vinhas, o programa disponibiliza mais de 700 parcelas de cultivo biológico. As hortas estão equipadas com compostores, pontos de água e abrigos de ferramentas, funcionando como espaços de partilha, bem-estar e regeneração ambiental.

Mais do que plantar, os participantes cultivam relações e sentido de comunidade. As hortas escolares, por exemplo, envolvem mais de **4.000 alunos**, promovendo a literacia ambiental desde cedo. Há também hortas em centros de dia e em contexto prisional – como a horta do Estabelecimento Prisional de Tires – onde as reclusas cultivam alimentos frescos para instituições

de apoio social e adquirem competências para a sua reintegração.

## CEDÊNCIA DE TERRENOS SEM USO

Através do Banco de Terras, proprietários de terrenos sem uso podem cedê-los temporariamente a cidadãos ou organizações com vontade de os cultivar. Esta ferramenta promove a reutilização de solo urbano e combate o abandono de espaços, incentivando modelos de agricultura local, sustentável e comunitária.

Todos os participantes recebem formação obrigatória e gratuita em horticultura biológica e boas práticas ambientais (12 horas), garantindo que as hortas são bem

cuidadas e produtivas. O programa conta também com o apoio da rede de Tutores de Cascais, que acompanha o estado dos espaços e reforça a ligação entre a comunidade e os serviços municipais.

## FORMAÇÃO GRATUITA

Ao longo do ano, os hortelãos podem ainda participar em oficinas, visitas abertas e ações de partilha de excedentes que resultam, todos os anos, na doação de mais de 1,5 toneladas de alimentos frescos a instituições sociais – um gesto que espelha o verdadeiro espírito do programa. Afinal, em Cascais, participar de sachola na mão é sinónimo de cidadania ativa e compromisso com o bem comum. ●



## COMO FAZER PARTE?

Para participar em workshops, encontros e formações promovidos pelo programa Terras de Cascais, basta inscrever-se em [ambiente.cascais.pt](http://ambiente.cascais.pt)



## Uma nova forma de participação no futuro do comércio local

A transformação digital está a chegar aos centros urbanos de forma inclusiva e participativa, e Cascais está na linha da frente. O projeto Bairro Digital Cascais, promovido pela DNA Cascais em consórcio com entidades públicas e associativas, é mais do que uma aposta na inovação — é um exercício de cidadania económica e de democracia participativa.

Comerciantes locais, parceiros institucionais e a comunidade unem-se para repensar a forma como consumimos, interagimos e desenvolvemos o tecido

comercial do concelho. Através da digitalização, os comerciantes passam a ter acesso a ferramentas que lhes permitem ser mais competitivos, visíveis e próximos dos seus clientes, mas também mais envolvidos no desenho de soluções que respondem aos seus desafios reais.

O projeto arrancou com uma sessão pública no dia 8 de abril, no Auditório da Junta de Freguesia de Cascais e Estoril, que reuniu dezenas de comerciantes locais e representantes dos membros do consórcio: Câmara Municipal de

Cascais, DNA Cascais, AECC, Cascais Ambiente, Cascais Próxima e Junta de Freguesia. A forte adesão e o interesse demonstrado revelam o potencial transformador desta abordagem colaborativa.

Ao digitalizar o comércio de proximidade, não se perde a identidade local — reforça-se a ligação entre pessoas, território e economia. A participação dos comerciantes é central: desde a conceção à implementação, os protagonistas são aqueles que melhor conhecem o terreno. ●

**+ de 200**  
comerciantes contactados

**8**  
workshops gratuitos previstos

**+ de 5**  
entidades públicas envolvidas

MAIS INFORMAÇÃO  
E ADESAO EM [cascais.pt](http://cascais.pt)



## Perto de meio milhão de jovens viveram o Dia Nacional da Democracia

“Ter liberdade de escolha. Não cair em erros vividos no passado. Saber como participar.” Estas foram as principais respostas dos jovens instados a comentar sobre a sua participação na iniciativa.



Reunindo 450 jovens estudantes do ensino secundário e superior do concelho, o Dia Nacional da Democracia teve lugar no Centro de Congressos do Estoril no arranque do mês de abril para aproximar os jovens da democracia e da política.

### APROFUNDAR CONHECIMENTO SOBRE INSTITUIÇÕES DEMOCRÁTICAS

Integrada no projeto do Dia Nacional da Democracia, que procura aprofundar o conhecimento dos jovens sobre as Instituições Democráticas e o funcionamento da política no nosso país, esta ação local foi promovida pela Câmara Municipal de Cascais, em parceria com a Academia SEDES. De uma

forma geral, o Dia Nacional da Democracia pretende também promover os valores fundamentais que sustentam uma sociedade democrática e incentivar a participação dos jovens para garantir a vitalidade e representatividade do sistema democrático.

O dia foi marcado pela Aula de Democracia a cargo de José Miguel Júdice, advogado e comentador político, e de Nuno Carrapatoso, coordenador da Academia SEDES. Um verdadeiro espaço de aprendizagem e debate em que os jovens foram sensibilizados para os perigos que os sistemas democráticos enfrentam, aquilo que sustenta a própria democracia e a relação entre igualdade e liberdade. “É muito

importante para estes jovens que já nasceram em Democracia poderem falar sobre este tema essencial para o progresso da humanidade”, referiu Nuno Piteira Lopes, vice-presidente da Câmara Municipal de Cascais.

### PARTICIPAR É A CHAVE

Para os jovens presentes, alunos das escolas do concelho, que receberam de Carlos Carreiras, presidente da Câmara Municipal de Cascais, o repto para continuarem a “participar no movimento associativo de Cascais como têm feito”, o interesse subiu de tom durante o exercício de debate que preencheu parte da iniciativa, ou não fosse esta ferramenta o pilar que sustenta o sistema democrático. As juventudes partidárias das forças

políticas com assento na Assembleia Municipal de Cascais protagonizaram o momento, apresentando as suas perspetivas e permitindo aos jovens perceber as diferenças ideológicas de cada uma delas.

Num momento mais competitivo, os jovens participaram num Quiz sobre Política Local, Nacional e Europeia, e habilitaram-se a ganhar prémios como uma viagem a Bruxelas, ao Parlamento Europeu, bilhetes para o Ageas Cool Jazz e acesso ao backstage das Festas do Mar 2025. Prémios atribuídos aos mais rápidos a responder corretamente a perguntas como “Quem é o atual presidente da Câmara Municipal de Cascais?” e “Em que ano começou a circular a moeda do Euro?” ●



## ORÇAMENTO PARTICIPATIVO

# 13.<sup>a</sup> edição do OP com foco no poder das ideias da comunidade

Ao longo de mais de uma década, Cascais tem mostrado ao país – e ao mundo – que a democracia participativa não só é possível, como é desejável e transformadora.

Com a chegada da 13.<sup>a</sup> edição do Orçamento Participativo (OP), com Sessões de Participação Pública a decorrerem em vários locais de 26 de maio a 7 de junho, o município reforça uma mensagem simples, Cascais são as pessoas.

Desde 2011, o OP de Cascais mobilizou mais de meio milhão de votantes e deu vida a 241 projetos escolhidos diretamente pela população. O número impressiona, mas mais do que estatísticas, o que se tem construído é uma cultura de participação viva e inclusiva.

### CIDADÃOS JÁ DECIDIRAM COMO APLICAR 10 MILHÕES NUM ANO

Neste processo, cada munícipe é convidado a transformar preocupações, sonhos e necessidades em propostas concretas que podem tornar-se realidade no seu bairro, na sua escola ou na sua comunidade.

Com uma verba anual nunca inferior a três milhões de euros – e que já ultrapassou os dez milhões – o OP de Cascais é o maior de Portugal e um dos maiores da Europa. Mas o verdadeiro motor desta iniciativa são os cidadãos. Desde estudantes a seniores, de associações locais a grupos informais de moradores, todos encontram espaço para propor e debater ideias que melhorem a qualidade de vida no nosso concelho.

A participação tem vindo a crescer de forma expressiva refletindo a crescente confiança e identificação da população com o processo. Esta dinâmica participativa foi ainda reforçada com ações específicas junto de públicos tradicionalmente menos representados, como idosos, pessoas com deficiência, minorias étnicas e cidadãos estrangeiros.

A metodologia do OP Cascais é robusta e inovadora, organizada

em ciclos que envolvem os cidadãos desde o momento da apresentação de ideias até à concretização dos projetos. Um dos pontos altos é a fase das Sessões Públicas de Participação – espaços de escuta e deliberação onde as ideias são debatidas em conjunto, com moderação de equipas técnicas voluntárias e inclusão garantida pela acessibilidade linguística e física.

Este ano, com a 13.<sup>a</sup> edição já a começar, o apelo renova-se: “Toda a liberdade para sonhar, criar e decidir” Porque é nas ideias simples – uma rampa de acesso, um parque inclusivo, uma sala de estudo, um banco de próteses – que reside o poder de transformação do território. Porque ninguém conhece melhor as necessidades de uma comunidade do que quem nela vive.

O OP de Cascais prova, ano após ano, que

a cidadania ativa não é apenas um direito, é uma ferramenta poderosa. É democracia em movimento. É uma oportunidade real de fazer acontecer.

Com uma comunicação cada vez mais próxima – do digital em “participa.cascais.pt” ao contacto porta a porta – e uma equipa técnica dedicada exclusivamente a este processo, Cascais assume-se como um laboratório vivo de participação, onde a gestão pública se faz com todos e para todos.

Mais do que uma ferramenta de participação, o OP é hoje parte da identidade do concelho. E, à medida que se prepara para acolher novas ideias, uma coisa é certa: Cascais continuará a ouvir, valorizar e a concretizar a voz dos seus cidadãos. Porque quando todos participamos, todos ganhamos! ●

### OP CASCAIS 2025

SESSÕES PÚBLICAS DE PARTICIPAÇÃO | 26 MAIO A 7 JUNHO

26 MAIO | 21h | Centro de Convívio Bairro do Rosário | Cascais/Estoril

27 MAIO | 15h | Refeitório – Escola Ibn Mucana | Alcabideche

28 MAIO | 21h | Complexo Desportivo de São Domingos de Rana | São Domingos de Rana

29 MAIO | 15h | SMUP Sociedade União Paredense | Carcavelos/Parede

30 MAIO | 21h | Refeitório - Complexo Multiserviços da CMC | Alcabideche

2 JUNHO | 15h | 1º de Maio de Tires | São Domingos de Rana

3 JUNHO | 15h | Centro Social Paroquial de São Pedro e São João do Estoril | Cascais/Estoril

6 JUNHO | 21h | Refeitório - Escola Secundária de Carcavelos | Carcavelos/Parede

7 JUNHO | 15h | Praça 5 de Outubro | CASCAIS

### OP CASCAIS 2025

ONLINE | 9 A 20 JUNHO

9 A 13 JUNHO | Submissão de propostas on-line

16 A 20 JUNHO | Votação das propostas submetidas on-line

# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO'25

Toda a liberdade para sonhar, criar e decidir



# Espaço público enriquecido por projetos pensados e decididos por cidadãos

Quem ainda tiver dúvidas sobre o que acaba de ler nas páginas 8 e 9 vai ficar mais confiante ao confirmar o resultado de três projetos vencedores do OP2022 recentemente inaugurados.



Concretizadas nas freguesias de Alcabideche, São Domingos de Rana e Carcavelos, as três obras inauguradas há poucas semanas são um bom cartão de visita para os mais reticentes em acreditar no poder do Orçamento Participativo de Cascais. São “projetos importantes, pois conseguem envolver os nossos munícipes. O concelho de Cascais tem pessoas com espírito de comunidade, e assim todos podem beneficiar com isso”, referiu Nuno Piteira Lopes, vice-presidente da Câmara Municipal de Cascais.

## TRÊS NOVOS PROJETOS

Junto à Rua António Nobre, em **Murches**, o projeto vencedor do OP25 de 2022 acaba de conhecer a luz do dia. Fruto de muita dedicação e vontade de melhorar a sua terra, a que se juntou a alocação de verbas municipais

no valor global de 216 480€, o terreno disponível foi requalificado, beneficiando de uma intervenção paisagística, colocação de mobiliário urbano, pequenos equipamentos e a plantação de espécies autóctones. Ou seja, com este projeto pensado por cidadãos promoveu-se a valorização ambiental e o usufruto do espaço público. “O Orçamento Participativo permite dar voz à população. Obrigado a todos aqueles que votaram e tornaram este sonho realidade”, afirmou Margarida Ramires, mãe do proponente do projeto, Gonçalo Ramires, que representou o filho nesta inauguração.

Outra das obras OP recentemente inauguradas foi a do novo parque de merendas em **Tires** (OP35/2022), localizado onde a Rua Principal se cruza com a Rua Ipanema

(junto ao hipermercado Continente). A criação deste espaço de lazer e convívio ao ar livre incluiu a instalação de mobiliário urbano e bebedouros, num projeto que teve um investimento total de 142 000€. “Este projeto é importante para a comunidade local, incluindo para as crianças e os jovens”, disse Inês Serra, proponente do projeto, juntamente com Maria Fabiana Gonçalves, Luiz Marques e Tiago Martins, numa demonstração de que os jovens também têm voz ativa nas decisões do município cascalense.

Ainda na área do espaço público, também **Sassoeiros** acaba de assistir ao poder da transformação com base no OP28 de 2022 que permitiu requalificar o Jardim Vasco da Gama. O projeto de requalificação abrangeu a substituição da relva existente por

prado sequeiro, a colocação de mesas de piquenique e bebedouros, bem como a substituição dos pavimentos e instalação de vários equipamentos lúdicos que incentivam o convívio entre crianças, num investimento final de 184 350€. “Espero que as pessoas possam desfrutar e cuidar deste espaço”, afirmou António Rota, proponente do projeto.

Os três projetos contaram com a colaboração da Cascais Ambiente, enquanto unidade orgânica envolvida na sua concretização, reafirmando-se o compromisso da criação e melhoria dos espaços ao ar livre, no concelho de Cascais. ●



SAIBA MAIS SOBRE O ORÇAMENTO PARTICIPATIVO EM [cascais.pt](https://cascais.pt)

# Cascais foi a Primeira Capital Portuguesa do Voluntariado

Em Cascais a cidadania e a participação são um dos pilares da estratégia municipal para o desenvolvimento do território.

Enquanto exercício de cidadania ativa e solidária, o voluntariado faz parte do ADN de Cascais, uma aposta estratégica que trouxe a Cascais a responsabilidade de inaugurar uma nova classificação nacional: ser Capital Portuguesa do Voluntariado, título que ostentou durante todo o ano de 2024.

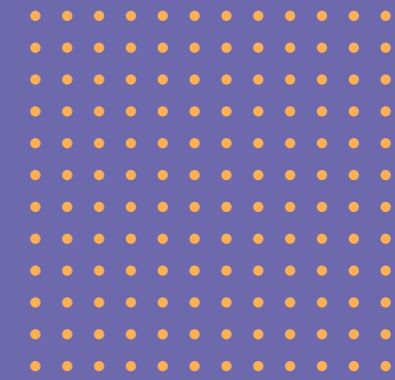
Mas como se conquista tal reconhecimento? Com muito trabalho e uma forte vontade municipal. O desafio de participar entregando parte do seu tempo à comunidade começa cedo, logo aos 12 anos no âmbito dos Programa de Voluntariado Jovem, nos quais são chamados a participar não só os jovens que residem no concelho, mas também os que cá estudam.

A celebrar 25 anos, o Programa Maré Viva traçou o caminho destes programas

municipais logo em 1999. Desde então, foram criados mais cinco programas em várias áreas como Ambiente, Social, Saúde, Cultura, Desporto e Turismo. Tudo para promover o envolvimento ativo de todos na comunidade.

## UMA CULTURA DE VOLUNTARIADO LOCAL

Em parceria com diversas entidades com projetos de voluntariado ativos em todas as freguesias do concelho, esta forma de participação ativa na comunidade tem beneficiado também do crescente investimento municipal ao longo dos últimos anos na área da Cidadania e Participação. Realizado a nível político, financeiro, estratégico e de recursos humanos, este apoio visa promover em Cascais uma cultura de Voluntariado



local, garantindo, de forma clara e inequívoca, o desenvolvimento e sustentabilidade das intervenções no concelho. É disso exemplo, a criação, em 2022, da Divisão de Voluntariado, estrutura orgânica municipal exclusivamente dedicada a esta temática e que é parte integrante do Departamento de Participação e Cidadania.

## QUANTOS VOLUNTÁRIOS TEM CASCAIS?

A dinamização das atividades de voluntariado, reconhecidas no âmbito da Capital Portuguesa do Voluntariado abrangeu quatro unidades orgânicas do universo municipal – Divisão de Voluntariado, Divisão de Juventude, Empresa Municipal Cascais Ambiente e Associação S. Francisco de Assis, que diariamente desenvolvem os projetos e ações que caracterizam essa realidade em Cascais. Ao todo,

são mais de 18.500, aqueles que, nas diversas áreas exercem voluntariado no concelho, cumprindo mais de 1,6 milhões de horas por ano, em mais de 1600 projetos junto de 116 organizações.

## ONDE ENCONTRAR PROJETOS?

As entidades promotoras de projetos e os voluntariados têm na plataforma [participa.cascais.pt](https://participa.cascais.pt) um ponto de encontro com apoio municipal, sendo o município a assegurar a formação e seguro de todos quantos, a partir dos 18 anos, colocam à disposição da comunidade o seu bem mais precioso: o tempo. ●



MAIS INFORMAÇÕES EM [cascais.pt](https://cascais.pt)

**18 531**  
voluntários

**1 644**  
projetos de voluntariado

**1 651 688**  
horas/ano realizadas

**116**  
Organizações promotoras de projetos de voluntariado

# Quando os munícipes estão no centro das decisões públicas

Em Cascais, a participação dos cidadãos na vida do Município é levada a sério.

O Sistema Municipal de Participação (SMP) foi criado com o objetivo de colocar os munícipes no centro das decisões públicas e reforçar a democracia local de forma prática, acessível e contínua.

Trata-se de um modelo inovador que valoriza a opinião e o envolvimento da comunidade, promovendo uma governação mais próxima e partilhada.

## PARTICIPAR É UM DIREITO E É PARA TODOS

O SMP parte de uma ideia simples: todos têm o direito de participar, independentemente da idade, formação ou ocupação. Através deste sistema, qualquer cidadão pode contribuir para o desenvolvimento do concelho, escolhendo como, quando e onde se quer envolver.

A participação não é imposta, é voluntária, e cabe a cada um decidir a forma de envolvimento que pretende assumir.

O importante é saber que o Município criou as condições para que todos possam ter voz.

## SEIS FORMAS DE ESTAR PRESENTE

O Sistema está organizado em seis formas de participação, adaptáveis aos interesses e disponibilidade de cada munícipe: consultar, colaborar, coplanear, cocriar, codecidir e cogерir. Este modelo circular valoriza cada forma de participação e garante liberdade total de movimento dentro do Sistema, sem hierarquias impostas.



Tudo está pensado para que haja sempre uma OPORTUNIDADE PARA PARTICIPAR, independentemente das circunstâncias de cada pessoa:

**Consultar** – Conhece uma proposta de Regulamento em fase de discussão pública? Pode dar a sua opinião através da participação num Painel de Cidadãos, sugerindo correções que podem resultar na alteração dos documentos;

**Colaborar** – Preocupa-se com a problemática da poluição marítima? Pode voluntariar-se para colaborar na limpeza do litoral de Cascais, participando no Clean Up, prática que já removeu 9 toneladas de lixo do oceano desde a sua primeira edição;

**Coplanear** – Quer participar na definição de políticas públicas? O próximo Plano Diretor Municipal (PDM) está atualmente em revisão metodológica para envolver os cidadãos na definição deste instrumento fundamental para a gestão do território;

**Cocriar** – Existe uma ideia para melhorar o espaço público no seu bairro? Pode participar no Reinvente o Seu Bairro e cocriar uma proposta que vise melhorar a vivência do espaço;

**Codecidir** – Quer ter poder de decisão sobre o Orçamento Municipal de investimento? Pode submeter a sua ideia ao Orçamento Participativo de Cascais. Caso a sua ideia se transforme num projeto vencedor, este vai ser implementado e juntar-se aos 241 projetos que ganharam vida através do OP desde 2011;

**Cogerir** – Gostaria de estar mais envolvido na gestão do território e tem interesse na prática de horticultura biológica? Pode inscrever-se para participar nas Hortas Comunitárias de Cascais e ver-lhe atribuído um talhão de aproximadamente 30m2, em hortas equipadas com tudo o que é necessário.

Estes são alguns exemplos, conheça todas as práticas através das quais pode participar na vida de Cascais em [participa.cascais.pt](http://participa.cascais.pt).

## PRINCÍPIOS QUE GUIAM O SISTEMA

O SMP assenta em oito princípios fundamentais, que asseguram o seu funcionamento justo e transparente:

**PARTICIPAÇÃO**  
O cidadão decide como quer exercer a sua cidadania;

**UNIVERSALIDADE**  
Aberto a todos os que queiram participar;

**ACESSIBILIDADE**  
Ninguém fica excluído;

**TRANSPARÊNCIA**  
Compromisso com a clareza e a prestação de contas;

**INTERSECTORIALIDADE**  
Envolve todas as áreas da Câmara Municipal;

**INTERCONECTIVIDADE**  
Liga as diferentes práticas participativas;

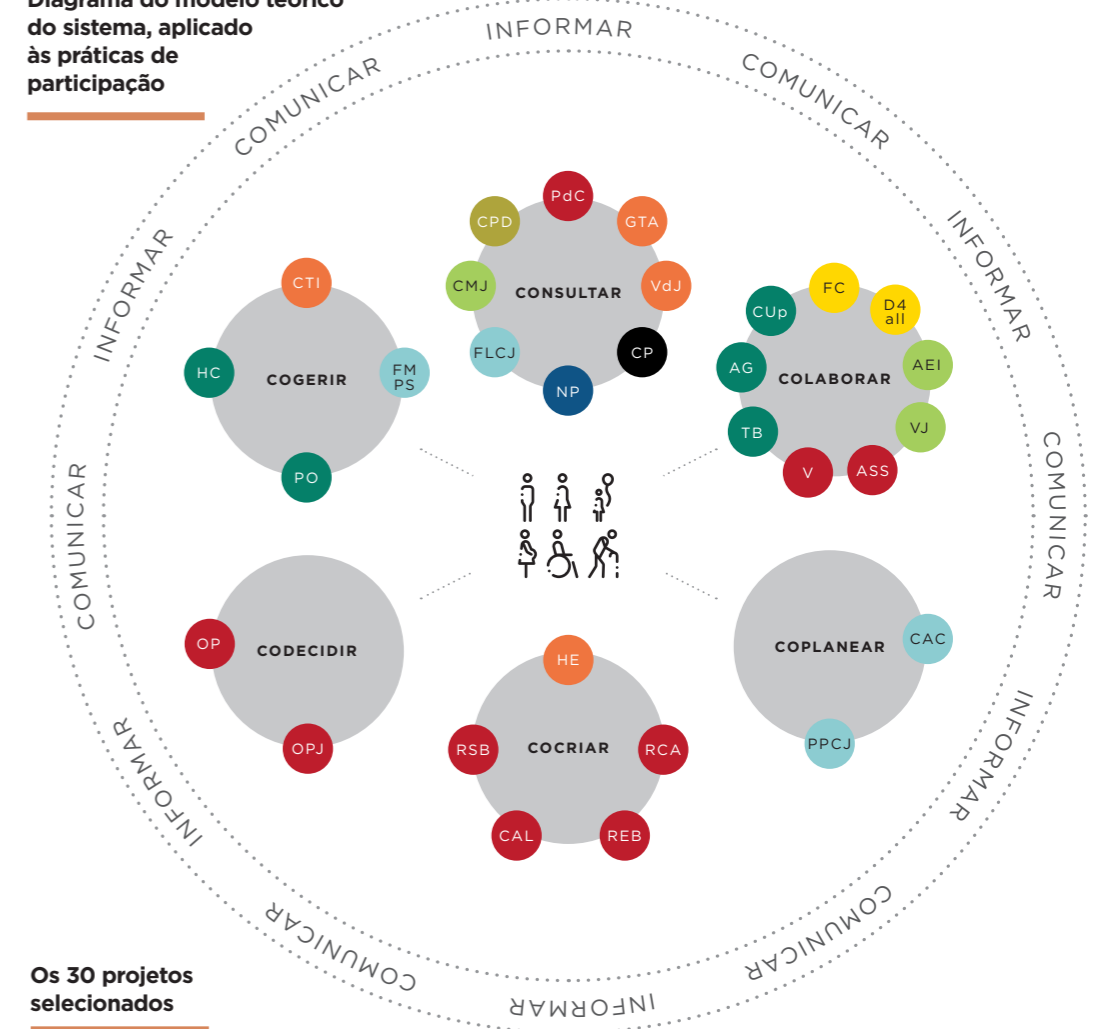
**EVOLUTIVIDADE**  
Um sistema vivo, que acompanha as mudanças da sociedade;

**AVALIAÇÃO**  
Monitorização constante para melhoria contínua.

## 30 PRÁTICAS PARTICIPATIVAS PARA TODOS

Neste momento, o Sistema Municipal de Participação integra 30 práticas participativas, promovidas por diferentes serviços da Autarquia. Estas práticas variam nos seus formatos e canais de participação (presenciais, digitais ou mistos), nos públicos-alvo (geral ou específico), na dimensão territorial (bairro, Freguesia ou Concelho), na frequência (pontual ou permanente) e nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável que ajudam a atingir. ●

## Diagrama do modelo teórico do sistema, aplicado às práticas de participação



## Os 30 projetos selecionados

- |   |  |
|---|--|
| <b>AEI</b> • AEleva-te                                | <b>FMPS</b> • Fórum Municipal para a Saúde                             |
| <b>AG</b> • Alerta Golfinhos                          | <b>HC</b> • Hortas de Cascais  |
| <b>ASS</b> • Associativismo Cultural e Recreativo     | <b>HE</b> • Humanização dos Espaços Exteriores Escolares               |
| <b>GTA</b> • Cascais Ganha Tempo para Aprender        | <b>NP</b> • Nós Propomos   |
| <b>CAC</b> • Cidade Amiga das Crianças                | <b>OP</b> • Orçamento Participativo de Cascais                         |
| <b>CAL</b> • Ciências ao Ar Livre                     | <b>OPJ</b> • Orçamento Participativo Jovem                             |
| <b>CUp</b> • Clean-up the Atlantic                    | <b>PdC</b> • Painéis de Cidadãos                                       |
| <b>CPD</b> • Comissão para as Pessoas com Deficiência | <b>PPCJ</b> • Plano Municipal para a Participação de Crianças e Jovens |
| <b>CMJ</b> • Conselho Municipal da Juventude          | <b>PO</b> • Programa Oxigénio  |
| <b>CP</b> • Consultas Públicas Decorrentes da Lei     | <b>RCA</b> • Reabilitação do Cais de Aprestos                          |
| <b>CTI</b> • Crescer a Tempo Inteiro                  | <b>REB</b> • Reabilitar o Centro de Bicesse                            |
| <b>D4all</b> • Data4all                               | <b>RSB</b> • Reinvente o Seu Bairro                                    |
| <b>FLCJ</b> • Fórum Local de Crianças e Jovens        | <b>TB</b> • Tutores de Bairro  |
| <b>FC</b> • FixCascais                                | <b>V</b> • Voluntariado  |
|   | <b>VJ</b> • Voluntariado Jovem   |
|   | <b>VdJ</b> • Voz dos Jovens  |

## COMPROMISSO COM A DEMOCRACIA PARTICIPATIVA

Com o SMP, Cascais reforça o seu compromisso com a democracia participativa e com os valores consagrados na Declaração Universal dos Direitos Humanos, na Constituição da República Portuguesa, na Carta Europeia da Autonomia Local e nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Mais do que um direito, a participação é uma oportunidade de contribuir para uma comunidade mais forte, mais justa e mais próxima de todos.

Construir o futuro de Cascais é um trabalho partilhado... contamos consigo!



## A moda dos bailes na génese da participação popular

Quanto municípios ainda se reveem nestas fotos depositadas no Arquivo Histórico Municipal de Cascais? Integradas no livro “Cascais: associações com história: 1886-1974”, coordenado por João Miguel Henriques, levam-nos a viajar no tempo para um pé de dança nos bailes promovidos em 1950, pela Sociedade Musical União Paredense (foto 1) e pela Troupe União 1.º de Dezembro Caparidense (foto 2) que se transformaram em momentos fundamentais para a socialização de paredenses e de caparidenses.

Estes eram, seguramente, momentos de grande participação na vida pública, com direito a “networking”, embora não se usassem ainda termos anglicistas para exprimir a capacidade de estabelecer contactos

muitos deles, quem sabe, conducentes a parcerias nos negócios ou na vida pessoal.

Na sala à pinha cada par encontrava caminho para mais um passo de dança, todos bem aperaltados como se impunha nestes momentos de socialização. Eles de fato e gravata, elas de vestido. Cabelos alinhados, armados ou com caracóis. Os pendões que decoram a sala, com temas de ócio e lazer, ajudam a criar ambiente e quase conseguimos ouvir a música, quem sabe um foxtrot, de entre a autorizada em tempos de ditadura. No balcão e ao fundo há quem apenas preste atenção aos dançarinos. Em que estariam a pensar?

Falassem as paredes da mais antiga Sociedade Recreativa do concelho e muitas seriam as histórias para contar.

Mais sorridentes, os pares que a foto tirada a 7 de maio de 1955 na Troupe União 1.º de Dezembro Caparidense imortalizou dão corpo ao Baile das Chitas. Um instante da participação social num dos locais mais concorridos da época.

Também aqui, os pares, praticamente colados uns aos outros, encontram espaço para mais um passo.

A foto revela mais alegria e mais informalidade até, nas vestes, aqui e ali uma saia-calça, como poucas ousavam vestir. Há crianças na sala, um tudo nada menos formal que o salão da SMUP.

Esta é a força que o associativismo do concelho de Cascais soube imprimir desde cedo em vários momentos. Do lazer e diversão à participação desportiva, cultural

e recreativa, são múltiplos os exemplos por todo o concelho que de então até hoje se souberam desenvolver e atrair jovens, renovando gerações, contando história, participando na vida da comunidade.

Uma força que se traduz em inclusão, que reforça a coesão social e permite a Cascais ser um concelho onde cada um faz a diferença. Descubra mais sobre as Associações com história do nosso concelho na Biblioteca Digital de Cascais - Cascais. ●



SAIBA MAIS SOBRE A BIBLIOTECA DIGITAL EM [cascais.pt](http://cascais.pt)

### Raízes com Asas

Cascais prepara-se para lançar um novo projeto intergeracional. Intitulado “Raízes com Asas” terá um papel essencial na promoção da coesão social, aproximando crianças, jovens e idosos através de experiências partilhadas.

Financiado pela União Europeia no âmbito do PRR - Plano de Recuperação e Resiliência - Comunidades em Ação, no valor de 68 500€, este projeto pretende

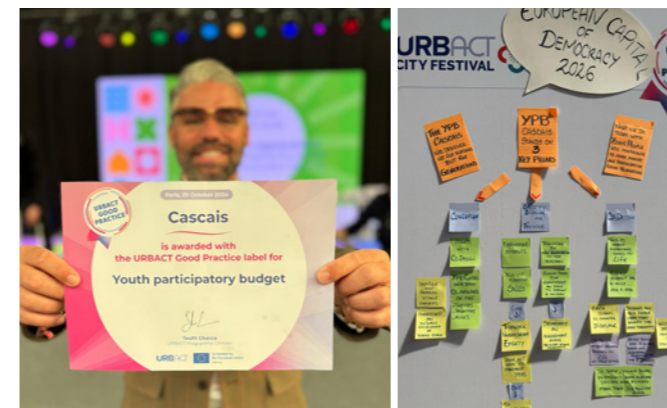
combater o isolamento social, promover o fortalecimento de laços comunitários e criar oportunidades para a troca de conhecimentos. Desta forma ajudará a desenvolver novas perspetivas sobre a vida, assentes na troca de saberes e experiências entre gerações. A apresentação está prevista para dia 14 de maio, na Fundação AJU - Jerónimo Usera, Alcabideche. ●



### Assembleia Municipal Jovem de Cascais

O dia 8 de maio vai ser marcado por uma experiência inovadora promovido pela Câmara Municipal de Cascais: a Assembleia Municipal Jovem de Cascais. Criada para desafiar os estudantes do ensino secundário a participarem no mundo da política local e aprender como funciona a Assembleia Municipal, esta sessão de caráter pedagógico inclui

uma Sessão Plenária na qual os “Deputados Municipais Jovens” vão apresentar as suas propostas e debater, culminando numa votação para eleger o melhor projeto. A proposta vencedora será formalmente apresentada à Câmara Municipal de Cascais, podendo vir a ser analisada e implementada como uma medida real para o concelho. ●



### OP Jovem Cascais distinguido com selo Urbact

O Orçamento Participativo Jovem de Cascais acaba de ser distinguido no âmbito do URBACT - Programa de Cooperação Territorial Europeia como uma das 116 boas práticas a nível europeu. Entregue dia 8 de abril, em Wrocław, Polónia, este reconhecimento vem reforçar a importância do investimento municipal contínuo na participação cívica dos jovens, enquanto motor de desenvolvimento

local sustentável, coesão social e inovação democrática. Criado em 2016, o OP Jovem Cascais mobiliza anualmente cerca de 2800 alunos de 16 turmas das escolas da rede pública do concelho, do terceiro ciclo ao secundário, contribuindo para preparar os mais novos para a participação ativa na vida em sociedade. De referir que o OP Cascais também já foi distinguido com o selo URBACT em 2017. ●

### Recenseamento Expatriados

Levar os expatriados a participar na comunidade de acolhimento é o desafio municipal para os próximos meses, ao desenvolver a campanha “Are you an Expat living in Cascais?”. O estatuto legal de residente estrangeiro permite aos cidadãos de diversas nacionalidades participar ativamente na vida da comunidade,

tomando parte das decisões políticas ou candidatando-se a cargos públicos nas autarquias locais. Neste sentido, para reforçar o sentimento de comunidade e partindo do lema “em Cascais não há estrangeiros”, faz-se o apelo ao recenseamento de expatriados residentes no concelho, alguns dos quais a viver em Cascais há 20 anos ou mais. ●



Are you an Expat living in Cascais?

É estrangeiro residente em Cascais?





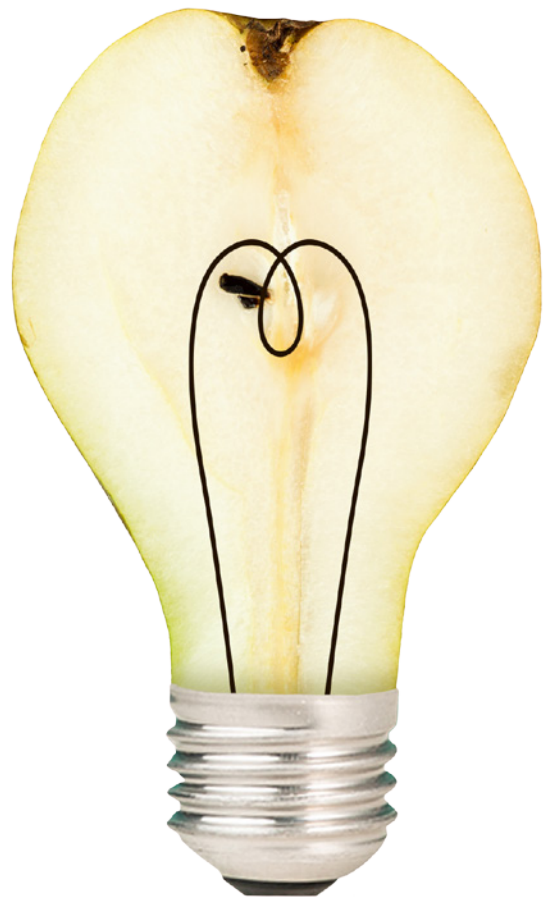
# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO'25

Toda a liberdade para criar

Participatory Budget'25 | All the freedom to create

**Sessões Públicas  
de Participação  
26 maio a 7 junho**

Participation Sessions  
26<sup>th</sup> May to 7<sup>th</sup> June



Saiba mais  
More info

cascais.pt

**CASCAIS** Câmara  
Municipal