



Programa D+

Curso "Democracia, direitos humanos e participação: O que são e como entram nas nossas vidas?"

VoteDHR – Eleições, Democracia e Direitos Humanos votedhr@ces.uc.pt

FORMAÇÃO AVANÇADA

Município de Cascais

Democracia, Direitos Humanos e Participação: O que são e como entram nas nossas vidas?

Apresentação

Esta proposta de formação tem como objetivo relacionar os conceitos de Democracia, Direitos Humanos e Participação, e abordar os mecanismos concretos através dos quais se manifestam no âmbito de um Estado de Direito Democrático como Portugal.

Neste sentido, começamos por trabalhar o conceito de Democracia, as suas diversas vertentes, e a relação com os Direitos Humanos e com a Participação. Numa segunda fase são abordadas as principais instituições do Estado de Direito Democrático em Portugal, bem como diversos mecanismos concretos que permitem a participação cidadã. Estes são tratados de forma prática, visando ter utilidade na vida dos destinatários da formação, e acentuando a necessidade de disseminação. Neste âmbito, abordamos instituições como a Presidência da República, Parlamento, Governo, autarquias locais, sempre acentuando as formas de participação cidadã. As Eleições são abordadas como mecanismo chave de participação em Democracia, elencando diversos componentes além do direito de voto.

Por fim, os formandos são desafiados a pôr em prática os conhecimentos adquiridos, elaborando propostas de aplicação, no seu contexto, dos conteúdos da formação, e eventuais formas de disseminação junto da comunidade. Esta formação visa concretizar as formas de participação em Democracia, de uma forma prática, contribuindo para a disseminação e multiplicação de conhecimentos junto das crianças e jovens e da comunidade. A formação aborda os temas numa perspetiva teórico-prática e através de exercícios concretos e replicáveis em diversos contextos. Destina-se a um amplo público-alvo, e não requer conhecimentos ou formação prévia na área.

Grupo 1: Professores/as e lideranças comunitárias

Programa

Módulo 1

Democracia, Direitos Humanos e Participação: O que são e como se relacionam?

Sessão 1: 4.ª feira, 4 de novembro, (17h30-20h30, presencial): Apresentação: do curso, das matérias e dos participantes. Metodologia e recursos. Democracia: o que é e como se concretiza? O Estado de Direito Democrático: que princípios e onde está no nosso quotidiano? Direitos Humanos: quais são e por que são importantes?



Programa D+

Curso "Democracia, direitos humanos e participação: O que são e como entram nas nossas vidas?"

Direitos Humanos em Portugal: onde estamos e de onde vimos? Direitos Humanos em Portugal: antes e depois da Democracia. A Democracia afeta os Direitos Humanos? De que forma?

Sessão 2: 3.ª feira, 10 novembro, (18h – 20h30, online): Direitos Humanos: como se manifestam no nosso dia a dia? Qual o meu papel na promoção dos Direitos Humanos? Recursos, exercícios práticos e reflexão. Participação: por que é importante? Em Democracia, o que é participar? Em Portugal como se participa? Participação de crianças e jovens: em que ponto estamos? Diagnóstico da participação de crianças e jovens, nas suas diversas vertentes. A dimensão global, nacional e local. Participação de crianças e jovens na sociedade: exercício. Apresentação de propostas concretas a implementar.

Módulo 2

Democracia: como é que eu posso participar?

Instituições e mecanismos de participação cidadã

Sessão 3: 4.ª feira, 11 de novembro, (18h – 20h30, online): O Estado Democrático em Portugal: o que é e como entra nas nossas vidas? As instituições do Estado Democrático e alguns princípios fundamentais. A separação de poderes e implicações práticas. Portugal e as principais instituições do Estado democrático. Presidente da República: o que é e o que faz? Quem pode concorrer e quem pode apoiar? Como podemos participar? Assembleia da República: o que é e o que faz? Como é eleita? Como podemos participar? Deputados e Grupos Parlamentares; as Comissões. O Orçamento do Estado: o que é e como posso participar? Assembleia da República e outros mecanismos de participação. Recursos práticos. Governo: O que é e o que faz? Como é composto? Como podemos participar?

Sessão 4: 3.ª feira, 17 de novembro (18h-20h30, online)

A lei: como se faz? Como é que eu posso participar? Sessão prática: vamos fazer uma lei. Apresentação dos resultados dos grupos de trabalho. Petição: o que é? Como se faz e como posso participar? Exercício prático e apresentação de resultados. Debate: como aplicar estes conteúdos na vida prática? Que matérias podemos trabalhar?

Sessão 5: 4.ª feira, 18 de novembro – presencial, em horário a indicar – Sessão prática: Visita de Estudo ao Centro Interpretativo Casa do Parlamento - Assembleia da República

A Missão Democracia em particular e os recursos para a comunidade.

Sessão 6: 3.ª feira, 24 de novembro (18h-20h30, online)

Liberdade de Expressão, Direito de Reunião e Direito de Manifestação: são importantes porquê? Para que servem e como podemos usar? O caso de Greta Thunberg e o ativismo climático. Eleições: o que são e para que servem? Quais as regras principais para o processo ser democrático?



Programa D+

Curso "Democracia, direitos humanos e participação: O que são e como entram nas nossas vidas?"

Que eleições temos em Portugal? Eleições para Presidente da República, Assembleia da República, autarquias locais, Parlamento Europeu, Açores e Madeira. Eleições: como podemos participar? Mecanismos de participação dentro do processo eleitoral.

Sessão 7: 4.ª feira, 25 de novembro (17h30-20h30, presencial): Autarquias locais: quem são e o que fazem? Como podemos participar? Cascais: como podemos participar a nível do município? Exercício prático: como utilizar os recursos apresentados? Provedoria de Justiça: o que é e o que faz? Como podemos ter acesso? Direitos para garantir direitos: o acesso à justiça e o apoio judiciário.

Sessão 8: 4.ª feira, 2 de dezembro (18h – 20h30, online): Política: o que é e como entra nas nossas vidas? Esquerda ou direita: que diferenças? Aspectos fundamentais de uma matriz ideológica. Partidos políticos: o que são e para que servem? Exercício: como trabalhar todos estes temas com a comunidade? Debate e exercício prático.

Módulo 3

Democracia, Direitos Humanos e Participação:

Das palavras à ação

Sessão 9: 4.ª feira, 9 de dezembro (17h30 – 20h30, presencial): Vamos jogar a Democracia e os Direitos? Sessão de jogos de tabuleiro didáticos sobre estes temas. Exercício: como trabalhar estes temas com a comunidade? Clube do livro: que recurso permite trabalhar melhor estes conteúdos na sala de aula? A partir de uma lista de livros previamente sugeridos sobre os temas, apresentação dos livros, debate e troca de impressões entre os participantes.

Sessão 10: 3.ª feira, 15 de dezembro (18h – 20h30, online): Democracia e redes sociais: as redes sociais são democráticas? Isso afeta a nossa vida? E afeta a Democracia? Qual a situação em Portugal e no mundo? Convidado a indicar Questões emergentes nas democracias: populismo, abstenção, voto aos 16 anos, igualdade de género - que perguntas fazemos hoje em dia e como tratar estes temas em discussões informadas?

Sessão 11: 4.ª feira, 16 de dezembro (17h30 – 20h30, presencial): Desenvolvimento de ações para aplicação dos conhecimentos com os alunos em sala de aula. Como trabalhar estes conteúdos na escola? E que formas de disseminação para a comunidade? Exercício prático. Apresentações de resultados pelos grupos e troca de boas práticas e sugestões. Debate e conclusões finais.



Programa D+

Curso "Democracia, direitos humanos e participação: O que são e como entram nas nossas vidas?"

Datas e horário do curso: 4 de novembro a 16 de dezembro de 2026, conforme indicado, com sessões à 3.ª feira, das 18h às 20h30 (online) e 4.ª feira das 17h30 às 20h30 (online ou presencial, conforme indicado).

Duração das sessões: sessões presenciais de 3h e sessões online de 2h30, ambas com intervalo e exercícios práticos.

Número total de horas: 50 horas (incluindo trabalho autónomo).

Formação Certificada: Laboratório Associado - DL n.º 396/2007, de 31/12, DL n.º 63/2019, de 16 de maio e Estatutos do CES.

Certificado: emitido após a frequência do curso para cada participante. A emissão de certificado requer a assistência mínima a 75% da carga horária (8 sessões).

Localização: online ou em localização a assegurar pelo Município de Cascais.

Destinatários: Formandos a indicar pelo Município de Cascais, num máximo indicativo de 30 participantes. O número de participantes é limitado, para permitir maior interação, exercícios práticos, troca de experiências e esclarecimento de dúvidas.

Sessões online: as sessões online são via Zoom. A sessão é gravada e fica disponível em acesso restrito para os participantes até ao fim do curso. Cada participante pode gerir a participação consoante a sua disponibilidade, complementada com trabalho autónomo. É desejável a frequência das sessões, com espaço para questões e dúvidas dos formandos.

Metodologia: As sessões usam uma multiplicidade de métodos combinados. É utilizado o método expositivo para a transmissão de conceitos chave, mas complementado com métodos ativos, e incluindo debate e diagnóstico dos diversos contextos e formas de aplicação dos conhecimentos. São utilizados recursos de natureza diversa, como livros para um público amplo, jogos didáticos, recursos audiovisuais e gráficos, visitas de estudo, entre outros, de forma a agilizar e tornar mais descomplicada a transmissão de conhecimentos, sublinhando a sua vertente prática. Durante as sessões são partilhadas ferramentas e recursos educativos, para aplicação nos diversos contextos dos formandos, sobre os respetivos temas.

Requisitos prévios: Professores a lecionar no concelho, líderes comunitários, Associações, IPSS, ONG's.

Estrutura da formação: As sessões decorrem online ou em localização a indicar pelo Município de Cascais. O espaço garante a existência de projeção de *powerpoint* e equipamento de som, bem como material de trabalho adequado (quadro ou *flipchart*, marcadores, papel, canetas, entre outros). As sessões online são gravadas, permitindo posterior consulta pelos formandos. A duração das sessões é variável, de acordo com a modalidade de formação e as matérias em causa, articulando sempre as componentes teórica e prática.



Programa D+

Curso "Democracia, direitos humanos e participação: O que são e como entram nas nossas vidas?"

Coordenação e entidades

Carla Luís é coordenadora do VoteDHR - Eleições, Democracia e Direitos Humanos do Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra. Doutorada em Relações Internacionais pela Universidade de Coimbra, Mestre em Direitos Humanos e Democratização (EIUC) e licenciada em Direito pela FDUNL. Leciona e trabalha na área dos Direitos Humanos, Democracia, Observação Eleitoral, Justiça Eleitoral, entre outras. Formadora certificada BRIDGE. Tem realizado trabalho na área das Eleições e Democracia, com instituições internacionais, como o International IDEA, OSCE 4 ODIHR, PNUD, entre outras. Membro do International Advisory Board to The Electoral Integrity Project, onde foi investigadora visitante em 2015 (Univ. Sydney/Harvard). Doutorada pela Universidade de Coimbra, com uma tese sobre a ONU e impacto dos sistemas eleitorais. Autora e coautora de diversos livros e publicações nacionais e internacionais.

Sobre o VoteDHR - Eleições, Democracia e Direitos Humanos Formação avançada | investigação e apoio é um projeto criado e coordenado por Carla Luís, no Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra. Visa desenvolver e levar a cabo formação, investigação e apoio, bem como criar redes e parcerias nas áreas dos Direitos Humanos, Eleições e Democracia em geral. Tem por objetivo a consciencialização, especialmente junto de audiências específicas, para a importância destas áreas, apostando num grande poder de multiplicação e de disseminação do conhecimento, de forma teórico-prática. Uma das suas vertentes pretende fazer chegar estas matérias a audiências mais jovens, alicerçando-se na experiência prévia de trabalho, através de abordagens que permitam sensibilizar para estas questões, e contribuir, desejavelmente, para um melhor entendimento do sistema democrático e dos Direitos Humanos junto de uma população com níveis historicamente baixos de participação.

Sobre o Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra | É uma instituição científica dedicada à investigação e à formação avançada nas ciências sociais e nas humanidades, através de uma abordagem inter e transdisciplinar. O Ministério da Ciência atribuiu-lhe o estatuto de Laboratório Associado em 2002, reconhecendo o seu contributo para as políticas públicas, a formação avançada e a disseminação e partilha do conhecimento. A estratégia científica do CES visa democratizar o conhecimento, revitalizar os direitos humanos e contribuir para que a ciência constitua um bem público. Cumprimos esta missão reformulando continuamente os nossos campos de investigação, em resposta às necessidades da sociedade. O nosso trabalho abrange um amplo espectro de atividades científicas e de extensão, de âmbito nacional e internacional, com especial atenção ao diálogo Norte-Sul e Sul Norte, contribuindo para o desenvolvimento, divulgação e aplicação de ciência de ponta e para uma investigação e formação avançadas de excelência.