Desporto Inclusivo:
A experiência do Centro Municipal de Desporto Adaptado do Município de Braga

Seminário de Intercâmbio de Experiências no âmbito do Desporto

Eixo Atlântico do Noroeste Peninsular

17 Novembro, 2026 - V.N. Famalicão

BRAGA
SOA A FUTURO.

EIXO ATLÂNTICO
DO NOROESTE PENINSULAR

ENQUADRAMENTO

Introdução & Missão

Origem do CMDA

O Centro Municipal de Desporto Adaptado (CMDA) foi criado em 2016 em resposta à necessidade de oferecer atividades físicas complementares em maior quantidade e com maior especialização, atendendo a uma solicitação direta de instituições de apoio a pessoas com deficiência do Concelho de Braga.

Missão Principal

Promover a inclusão social, a igualdade de oportunidades e a melhoria da qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência no Concelho de Braga, através da prática regular, estruturada e adaptada de atividades físicas e desportivas.



ESTRATÉGIA

Objetivos Principais (1/2)

Promover a Inclusão e Acessibilidade

Garantir que todas as pessoas com deficiência tenham acesso a atividades desportivas inclusivas, eliminando barreiras físicas, sociais e económicas.

Promover a Saúde e Bem-Estar

Contribuir para o desenvolvimento físico, psicológico e social dos participantes por meio da prática regular de atividades físicas.

Fomentar a Igualdade de Oportunidades

Criar condições que permitam a atletas com deficiência participar em competições locais, regionais e nacionais.

Cooperação Institucional

Integrar-se e cooperar com associações, instituições de solidariedade social, agrupamentos escolares e outras organizações locais.

ESTRATÉGIA

Objetivos Principais (2/2)

Desenvolver habilidades Pessoais e Sociais

Estimular a autonomia, a autoestima, o trabalho em equipa e a plena inclusão na comunidade através do desporto.

Consciencialização Comunitária

Promover iniciativas que destaquem a importância do desporto inclusivo e da igualdade social junto da população.

Capacitação Especializada

Garantir a qualificação contínua de treinadores, técnicos e profissionais na área do desporto adaptado.

Parcerias (1/2)

O CMDA resulta de parcerias entre: **Município de Braga**; **Clubes Desportivos** e **Instituições locais**

Organização das atividades

Acompanhamento dos participantes

Coordenação e supervisão técnica

Adequação da prática desportiva às necessidades de cada pessoa

Clubes desportivos

Instituições locais

Parcerias 2/2

Clubes Desportivos

Treinadores qualificados, conhecimento técnico e oportunidades de prática competitiva.

Instituições de Apoio

Identificação de necessidades específicas e encaminhamento permanente de participantes.

Instalações e Equipamentos

7 espaços desportivos (municipais e privados) garantidos na época 2025/26.

Famílias e Cuidadores

Apoio contínuo nas deslocações, rotinas e manutenção da prática regular.

Federações & Entidades Privadas

Suporte na formação, organização de eventos e recursos especializados.

Apoios

RECAM –Registo de Entidades Candidatas a Apoios Municipais

Um instrumento de enquadramento administrativo que apoia a gestão dos apoios municipais nas áreas: desportiva, social, ambiental, recreativa, juvenil e cultural

1. Inscrição no RECAM
Registo das entidades e apresentação da documentação necessária, de acordo com os requisitos municipais.

2. Enquadramento dos apoios
Enquadramento administrativo das entidades no processo de atribuição dos apoios municipais.

3. Apoio à atividade do CMDA
Enquadramento dos procedimentos de pagamento aos clubes parceiros e aos professores envolvidos nas atividades, de acordo com os mecanismos e procedimentos municipais aplicáveis

ECOSSISTEMA

O Trabalho em Rede

O CMDA não depende exclusivamente de uma estrutura desportiva centralizada. A sua atividade assenta na articulação contínua entre o **Município de Braga**, os **clubes desportivos**, as **instituições de apoio**, os **espaços desportivos** e as **famílias**, envolvendo também federações.

Descentralização

Atividades em várias instalações concelhias.

Competências

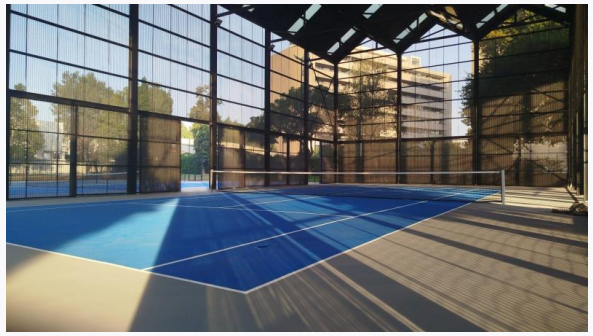
Kow-how técnico dos clubes parceiros.

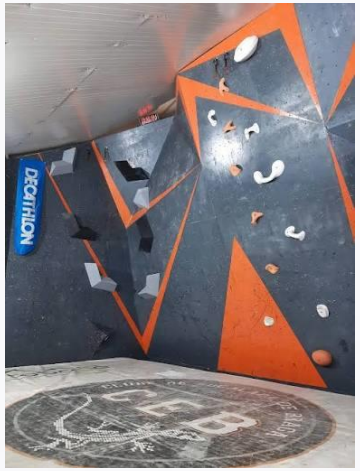
Aproximação

Ligação direta ao apoio social e utentes.

Capacidade

Oferta diversificada via partilha de recursos.







A utilização de instalações municipais do Concelho para promover o Centro Municipal de Desporto Adaptado é essencial para garantir qualidade, inclusão e sustentabilidade.

O uso desses espaços reduz custos com alugueres e facilita a gestão dos recursos e dos horários.

Esta autonomia permite manter atividades regulares e adaptadas às necessidades dos participantes.

OFERTA DESPORTIVA

Modalidades Ativas

- Escalada
- Dança
- Karate
- SNAG Golf
- Basquetebol (BCR)
- Ténis
- Andebol
- Boxe

Novas Atividades

Brevemente (Fase de Experimentação):
Floor Curling, Polybat e Taekwondo

DADOS QUANTITATIVOS

Os Nossos Números (Época 2025/26)

104
Atletas Inscritos

36 Femininos
68 Masculinos

8
Modalidades Ativas

7
Instalações (5 Municipais + 2 Privadas)

Distribuição por Intervalo de Idades

Intervalo de Idades	N.º de Atletas
18 - 25 anos	48
26 - 35 anos	32
36 - 45 anos	11
46 - 55 anos	9
56 - 65 anos	3
66 - 75 anos	1

BALANÇO DO PROJETO

Conquistas em 10 Anos

Integração Efetiva
Participação regular de centenas de atletas com deficiência ao longo da década.

Cultura Inclusiva
Criação e consolidação de uma mentalidade municipal verdadeiramente inclusiva.

Desenvolvimento Pessoal
Evidências claras no aumento da autoestima, confiança e competências sociais.

Competição Nacional
Presença de atletas em campeonatos regionais e nacionais em várias modalidades.

Acompanhamento Técnico
Implementação de planos de treino estruturados e apoio multidisciplinar.

Capacitação de Recursos
Formação contínua e especialização de técnicos e treinadores locais.

VISÃO DE FUTURO

Prioridades de Desenvolvimento

1	**Abertura às Escolas**	Promover o acesso e a inclusão precoce na comunidade educativa.
2	**Diversificação da Oferta**	Criar novas oportunidades e modalidades adaptadas.
3	**Reforço de Parcerias**	Aproximar o Município, clubes, instituições e redes de ensino.
4	**Melhoria de Condições**	Garantir acessibilidade total e sustentabilidade da prática.
5	**Avaliação de Impacto**	Acompanhar resultados e identificar novas necessidades.

MONITORIZAÇÃO

Matriz de Indicadores de Impacto

Dimensão	Indicador	Periodicidade
Crescimento	Número total de atletas inscritos	Anual
Dinamização	Número de modalidades ativas	Anual
Continuidade	Taxa de retenção de atletas	Anual
Participação	Taxa de assiduidade nos treinos	Trimestral
Qualidade	Satisfação dos atletas e famílias	Anual
Desenvolvimento	Percentagem de atletas com evolução identificada	Anual
Impacto Comunitário	Número de parcerias ativas e iniciativas realizadas	Anual

VISÃO DE FUTURO

Replicando o modelo

1	**Compromisso politico e institucional**	Existência de uma orientação municipal clara para o desporto inclusivo, com responsabilidades definidas e continuidade das decisões.
2	**Rede de parceiros disponiveis**	Identificação dos clubes, instituições de apoio, escolas, associações e famílias que podem participar na construção da resposta local.
3	**Instalações e condições de acessibilidade**	Avaliação dos espaços, equipamentos, transportes e condições de utilização necessárias para assegurar uma participação efetiva.
4	**Recursos humanos e financeiros**	Definição de quem coordena o projeto, quem assegura as atividades, que formação é necessária e como serão suportados os custos.
5	**Diagnóstico e avaliação**	Conhecimento das necessidades da população, identificação das barreiras existentes e definição de objetivos e indicadores realistas.

Proposta de implementação

Conhecer a realidade local

Identificar potenciais participantes, necessidades, modalidades de interesse, instalações disponíveis e parceiros existentes.

Fase 1
Diagnóstico

Construir a rede e definir responsabilidades

Estabelecer o modelo de coordenação, identificar técnicos, selecionar espaços e definir os recursos necessários.

Fase 2
Organização

Começar com uma oferta adequada às necessidades

Iniciar atividades com condições de segurança e acompanhamento apropriadas, recolhendo a opinião dos participantes e parceiros.

Fase 3
Implementação

Medir, ajustar e consolidar

Analisar participação, assiduidade, continuidade, satisfação e dificuldades, ajustando a oferta antes de a expandir.

Fase 4
Avaliação

Eventos promovidos pelo CMDA



- Semana Europeia do Desporto - #BeActive Day Inclusivo



- Comemorações do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

- Encontro Final de Época Desportiva





Obrigado!

"Promover o desporto inclusivo é criar oportunidades para participar, aprender e crescer numa comunidade mais inclusiva."

carlos.simoes@cm-braga.pt