

# PLANO ESTRATÉGICO MUNICIPAL DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO **COIMBRA**

**APRESENTAÇÃO - RESUMO EXECUTIVO**

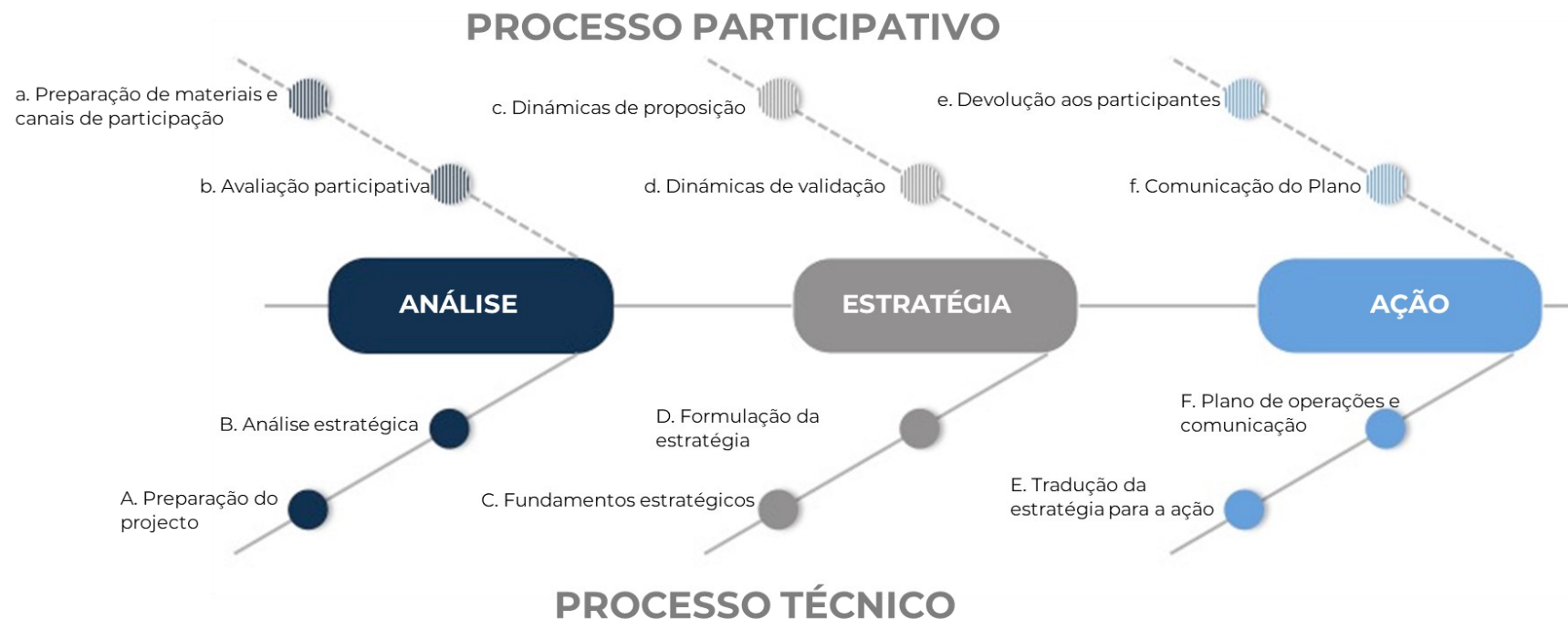


# METODOLOGIA DE ELABORAÇÃO

A construção do Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo de Coimbra seguiu uma metodologia estruturada e participativa, articulando análise técnica com auscultação social. O processo desenvolveu-se em três grandes etapas:

- 1. Levantamento e Diagnóstico**
- 2. Estabelecimento das estratégias**
- 3. Concepção dos programas de ação**

**Ao longo de todo o processo, os enfoques técnico e participativo foram interligados: análise de dados com a elaboração de inquéritos e entrevistas; propostas dos agentes desportivos de Coimbra, com a conceção técnica de estratégias e programas. Esta metodologia permite-nos conceber um Plano Estratégico tecnicamente sólido e adaptado às necessidades reais do município.**



## CONTEÚDO DO PLANO

# DIAGNÓSTICO

**01.** DADOS GERAIS

**04.** INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

**07.** INQUERITOS

**10.** EIXOS ESTRATÉGICOS

**02.** ESTRUTURA DO DESPORTO MUNICIPAL

**05.** OUTROS ESPAÇOS PARA A PRÁTICA DESPORTIVA

**08.** ANALISE SWOT

**11.** ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS

**03.** DOTAÇÃO ORÇAMENTAL PARA O DESPORTO

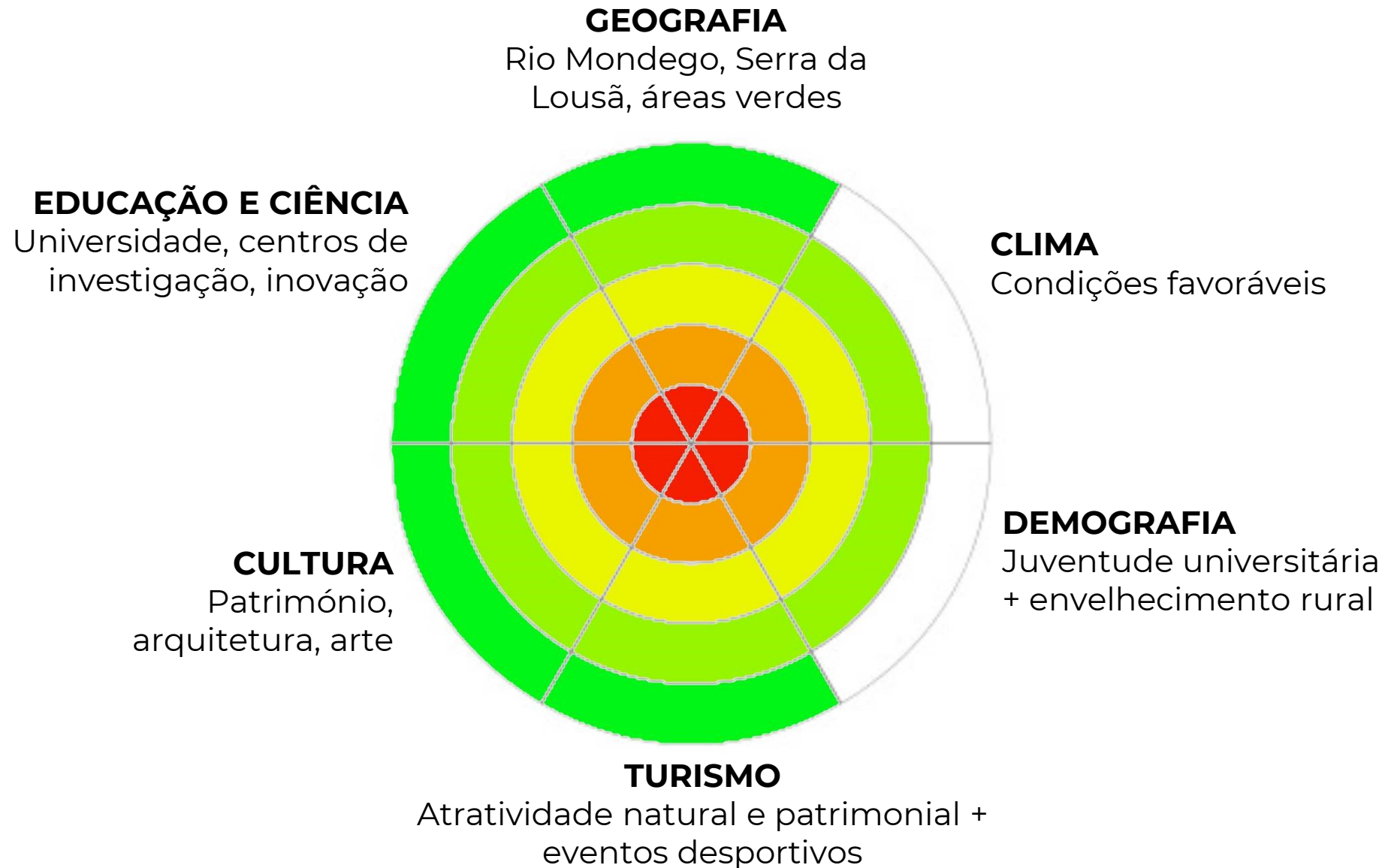
**06.** ASSOCIATIVISMO DESPORTIVO

**09.** FUNDAMENTOS ESTRATÉGICOS

**12.** INSTRUMENTOS DE APLICAÇÃO

# ESTRATÉGIA

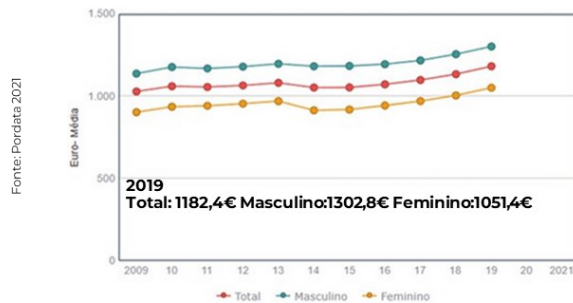
# CARACTERIZAÇÃO GERAL DO CONCELHO



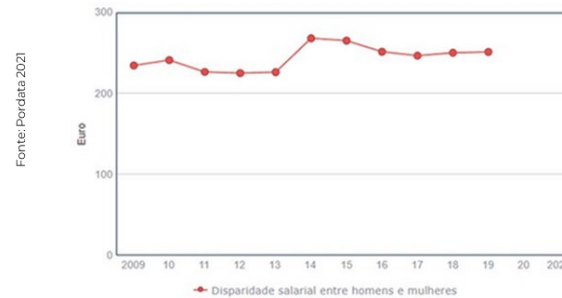
# INDICADORES POPULACIONAIS, ECONÓMICOS E DE SUSTENTABILIDADE



**Ganho médio mensal dos trabalhadores por conta de outrem: total e por sexo**



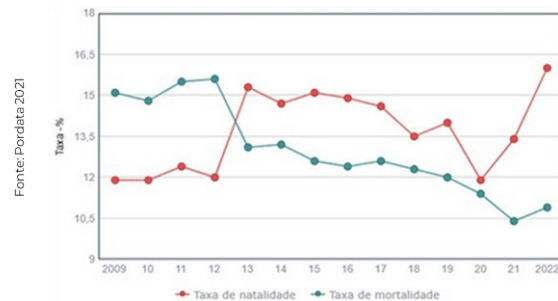
**Disparidades salariais entre homens e mulheres diminuem.**



**Volume de negócios das quatro maiores empresas do município (Indicador de concentração do volume de negócios)**



**São criadas mais empresas do que desaparecem. Taxa de natalidade e mortalidade das empresas não financeiras. (Indicador de dinamismo empresarial)**



Fonte: <https://odslocal.pt/>



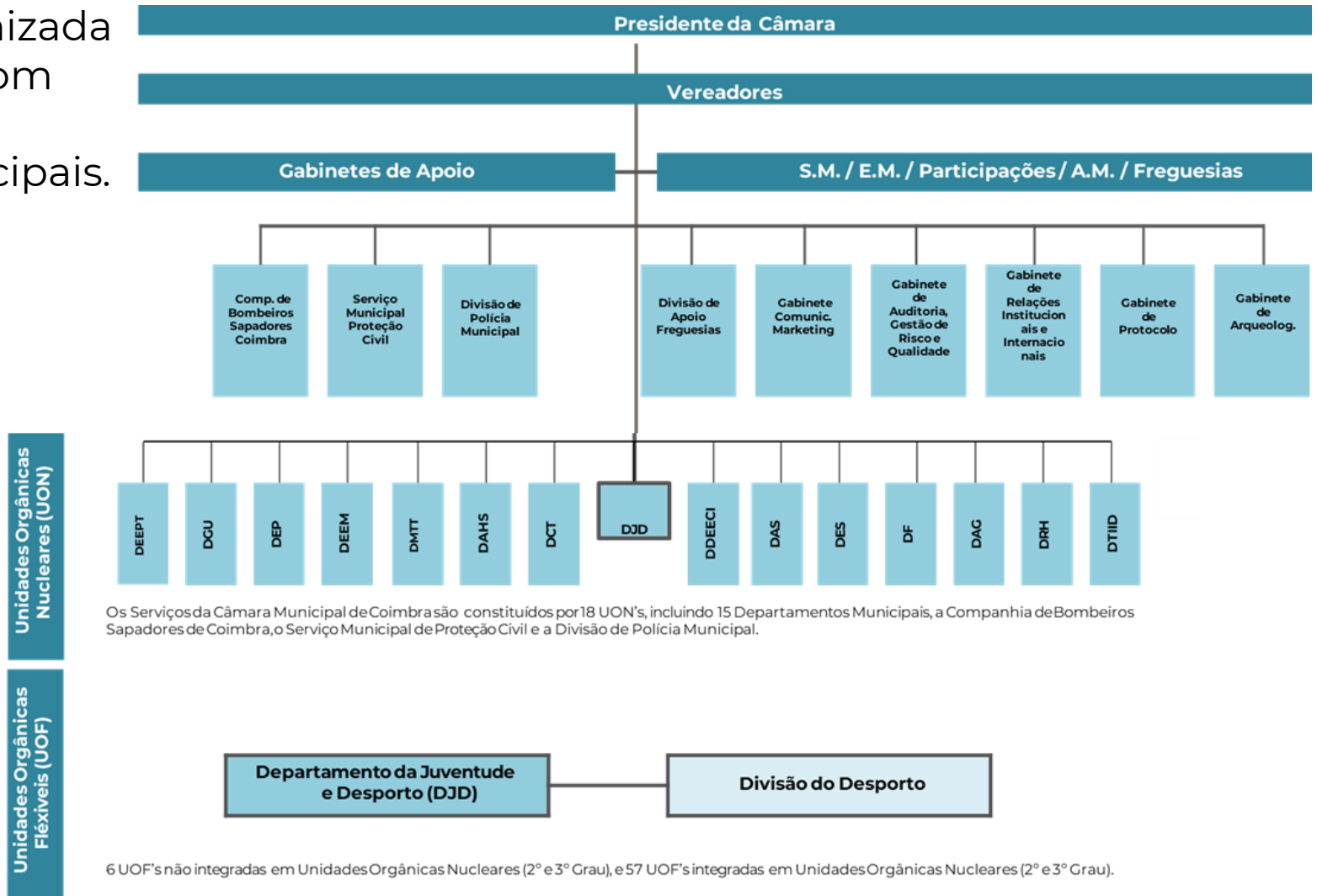
**Gráfico de sustentabilidade global de Coimbra**



# ESTRUTURA DO DESPORTO MUNICIPAL

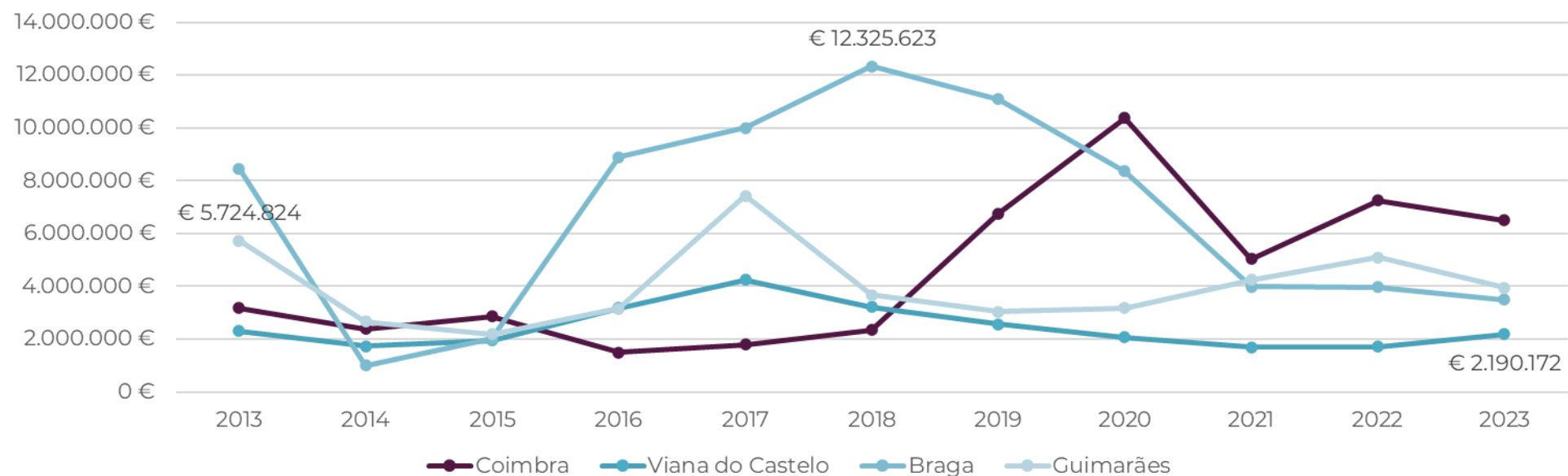
A estrutura está organizada de forma articulada com outras unidades e departamentos municipais.

A estrutura está organizada de forma articulada com outras unidades e departamentos municipais.



## ORÇAMENTO MUNICIPAL PARA O DESPORTO

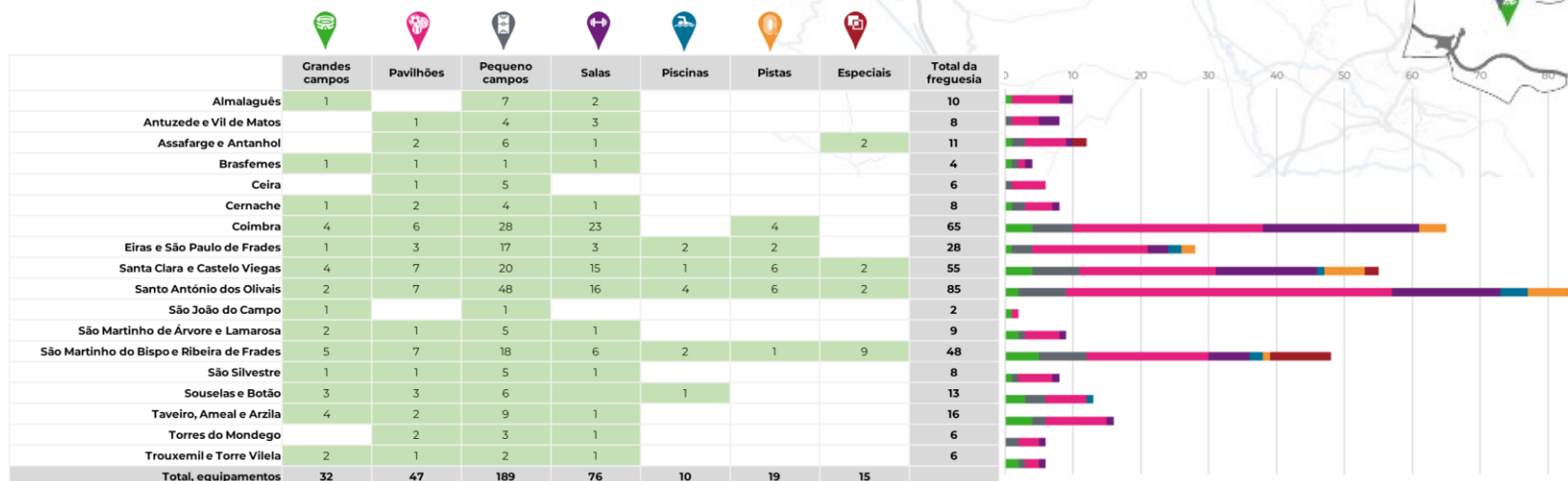
Entre 2019 e 2022, o orçamento municipal destinado ao desporto correspondeu, em média, a **45% do total afeto à Cultura e Desporto**, variando entre 40% e 55% ao longo do período. O valor mantém-se próximo da média registada entre 2019 e 2022 (€7 181 819).



**Comparação** dos gastos municipais em Desporto de Coimbra (2013-2023) com a evolução dos gastos nas **Cidades Europeias do Desporto da região do Minho**: Viana do Castelo (CED 2023), Braga (CED 2018) e Guimarães (CED 2013):

# INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

O Plano analisa todas as instalações desportivas de coimbra, de acordo com a sua tipologia. Analisa também a sua localização para calcular o nível de cobertura territorial e as necessidades em localizações específicas.



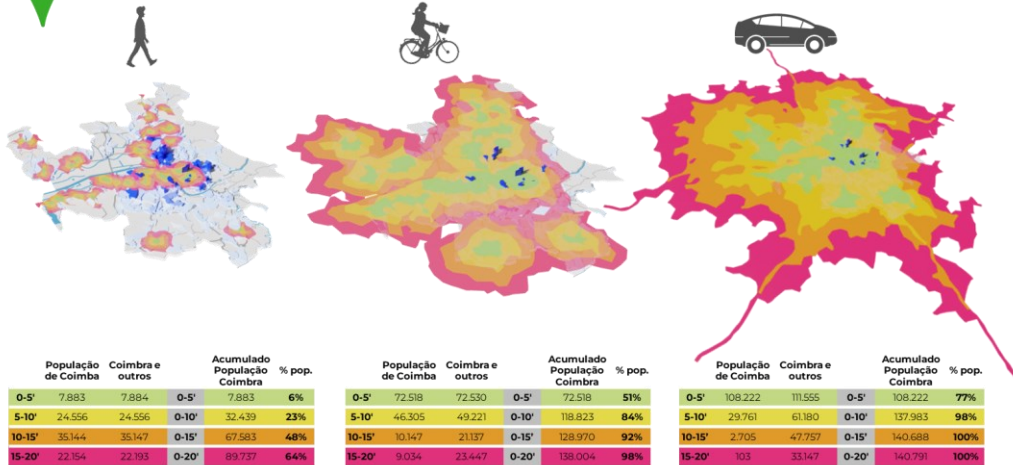


# ÁREAS DE INFLUÊNCIA DE TODOS OS TIPOS DE INSTALAÇÕES



## Áreas de influência dos grandes campos

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos grandes campos (As alturas azuis representam a densidade populacional).



**48%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância a pé de um grande campo.

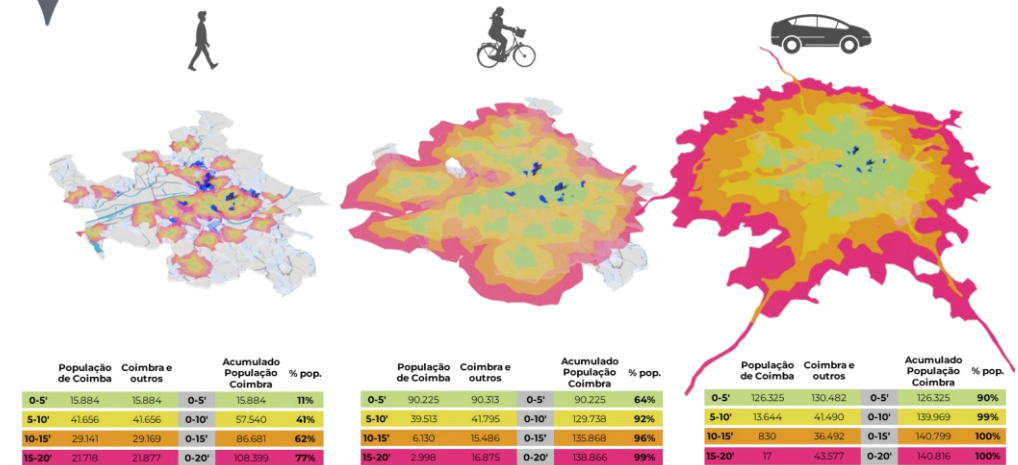
**92%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em bicicleta de um grande campo.

**Toda a população** de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em carro de um grande campo.



## Áreas de influência dos pavilhões

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos pavilhões.



**62%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância a pé de um pavilhão.

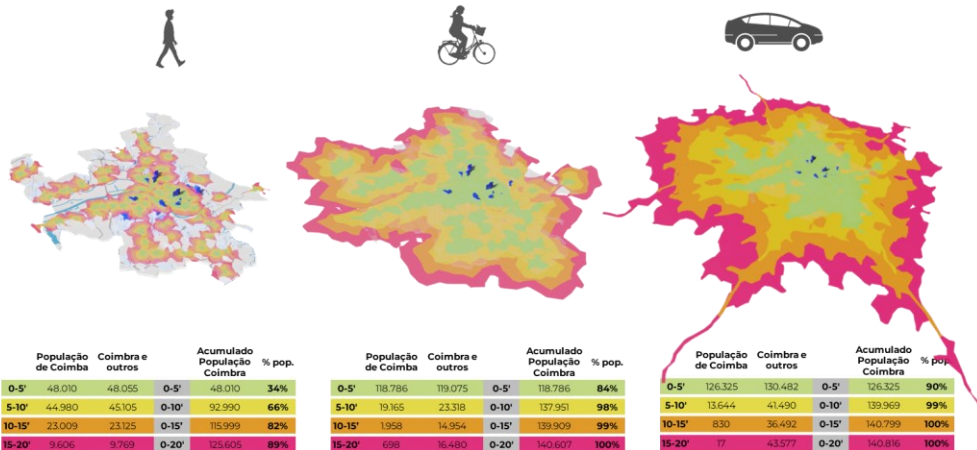
**96%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em bicicleta de um pavilhão.

**Toda a população** de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em carro de um pavilhão.



## Áreas de influência dos pequenos campos

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até aos pequenos campos.

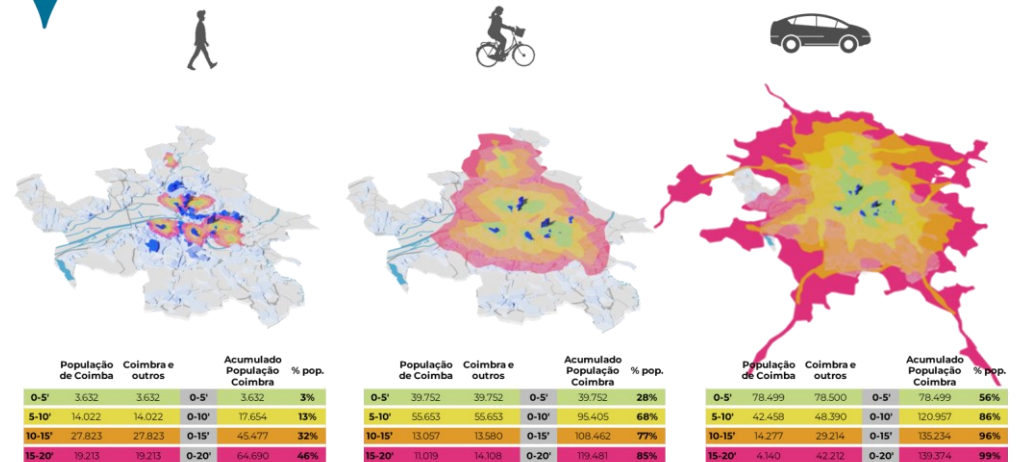


**82%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância a pé de um pequeno campo.



## Áreas de influência das Piscinas cobertas

N.º de habitantes em função do tempo a caminhar, a andar de bicicleta ou de carro até às Piscinas cobertas.



**32%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância a pé de uma piscina.

**77%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em bicicleta de uma piscina.

**96%** da população de Coimbra vive a **menos de 15'** de distância em carro de uma piscina.

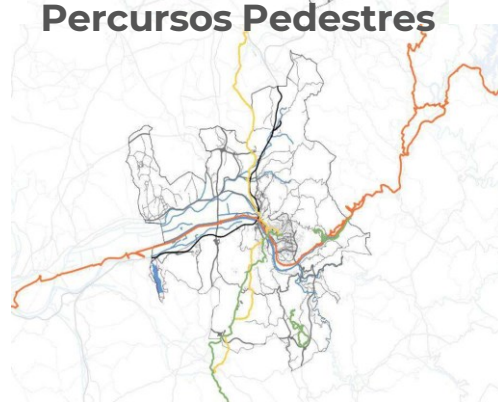
# OUTROS ESPAÇOS PARA A PRÁTICA DESPORTIVA

Coimbra como um ginásio ao ar livre. Para além das infraestruturas tradicionais, Coimbra oferece um vasto conjunto de espaços urbanos e naturais propícios à prática informal e não institucionalizada da atividade física e do desporto.

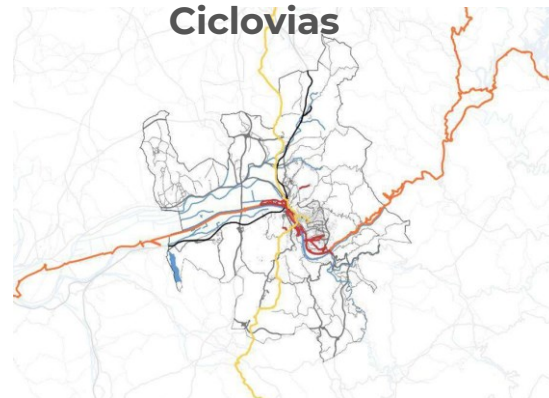
### Zonas Verdes



### Percursos Pedestres



### Ciclovias



### HOMENS RUNNING



### MULHERES RUNNING



### Atividades náuticas e aquáticas



### HOMENS EM BICICLETA



### MULHERES EM BICICLETA

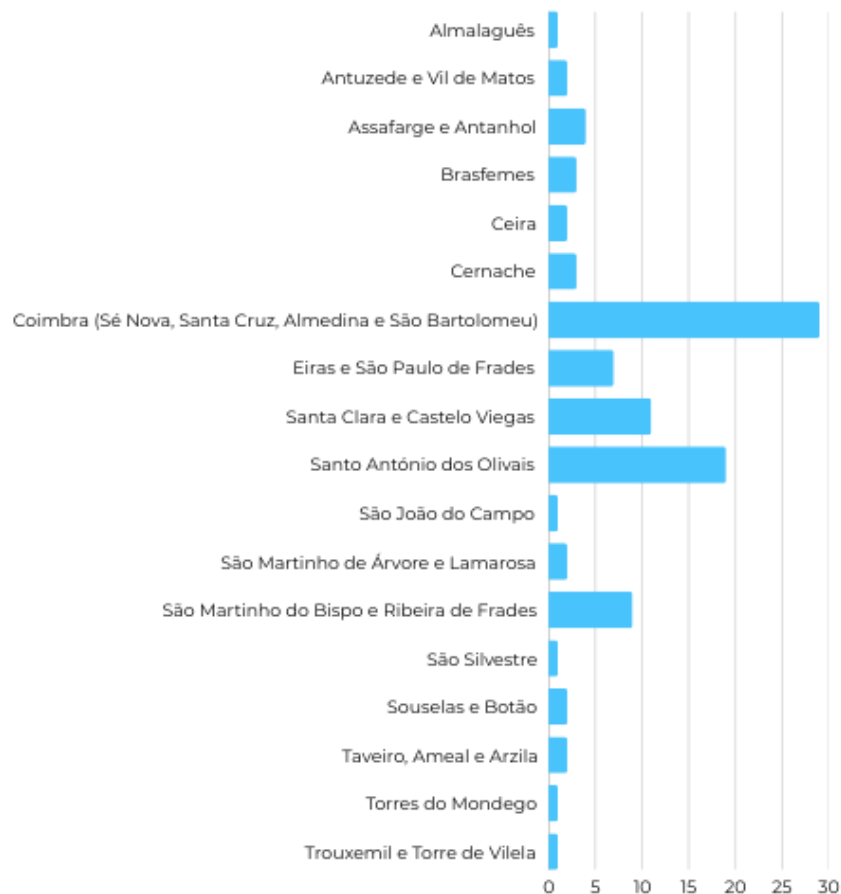




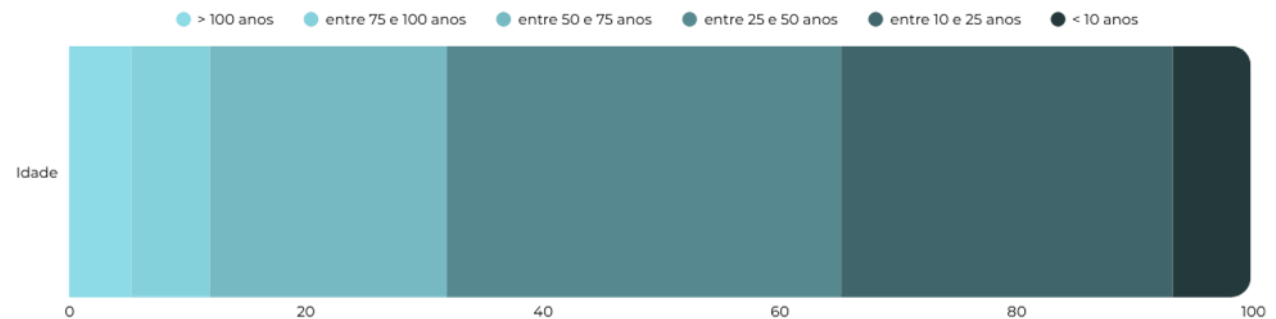
## ASSOCIATIVISMO DESPORTIVO

Coimbra apresenta um tecido associativo desportivo rico, diverso e historicamente consolidado, que desempenha um papel essencial na dinamização da prática desportiva formal em todas as idades.

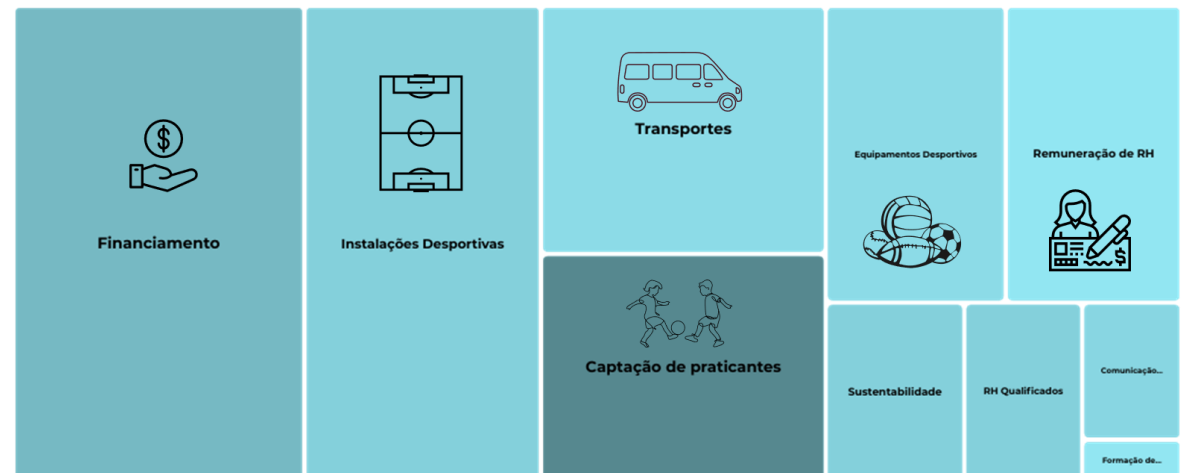
**nº de clubes/associações desportivas que responderam ao inquérito em cada Freguesia**



**Idade dos clubes/associações desportivas**



**As principais dificuldades que os Clubes/Associações sentem para garantir o bom funcionamento das suas atividades e serviços**



## INQUÉRITOS E PERCEÇÕES LOCAIS

Durante a elaboração do plano, foram realizados inquéritos a três públicos-chave com o objetivo de identificar necessidades, expectativas e obstáculos à prática desportiva no concelho de Coimbra:

### CIDADÃOS

**Participantes:** +1.000 respostas

**Principais motivações:** saúde (83%), bem-estar (74%), lazer (65%)

**Barreiras mais apontadas:** falta de tempo (51%), ausência de equipamentos perto da residência (37%), custo (32%)

**Expectativas:** mais espaços ao ar livre, programas gratuitos, eventos comunitários

### ESCOLAS

**Participantes:** 44 agrupamentos escolares

**Principais pedidos:**

- Mais articulação com clubes e autarquia
- Acesso facilitado a instalações desportivas
- Ampliação da oferta no 1.º ciclo e pré-escolar

**Carência comum:** equipamentos adaptados para a prática de modalidades menos convencionais (dança, ginástica, artes marciais)

### JUNTAS DE FREGUESIA

**Participantes:** 17 das 18 freguesias

**Demandas principais:**

- Requalificação de infraestruturas existentes
- Aposta em percursos pedonais e ciclovias
- Apoio técnico para dinamizar desporto informal em contexto comunitário

# ANÁLISE SWOT

A análise SWOT (Forças, Fraquezas, Oportunidades e Ameaças) permitiu consolidar os principais elementos estratégicos que moldam o sistema desportivo de Coimbra.



## FORÇAS (STRENGTHS)

- Posição estratégica e atratividade territorial
- Presença da Universidade de Coimbra e da Associação Académica
- Diversidade de clubes e modalidades
- Capacidade instalada: existência de equipamentos de referência
- Reconhecimento e orgulho local



## FRAQUEZAS (WEAKNESSES)

- Muitos espaços precisam de reabilitação
- Gestão fragmentada e desatualizada
- Falta de formação e renovação dos recursos humanos dos clubes
- Baixa literacia motora e fraca comunicação institucional
- Desarticulação institucional: falta de ligação entre saúde, educação, desporto e urbanismo



## OPORTUNIDADES (OPPORTUNITIES)

- Potencial de ligação entre saúde, educação e desporto
- Turismo ativo e desporto de natureza
- Tecnologia e inovação
- Eventos e competições como motores económicos
- Governança participativa



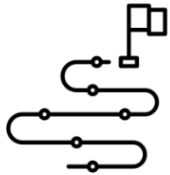
## AMEAÇAS (THREATS)

- Concorrência externa e êxodo de atletas
- Crises económicas e instabilidade de financiamento público
- Envelhecimento da população e sedentarismo crescente
- Pressão urbanística sobre espaços verdes
- Baixa valorização pública do desporto



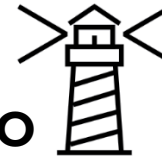
## FUNDAMENTOS ESTRATÉGICOS

### MISSÃO



Promover o desenvolvimento desportivo do concelho de Coimbra como vetor essencial de coesão social, saúde pública, educação integral, inclusão e desenvolvimento económico, assegurando a todos os cidadãos o acesso equitativo e continuado à prática desportiva, formal e informal.

### VISÃO



Afirmar Coimbra como um concelho ativo, saudável e inclusivo, onde o desporto faz parte da identidade coletiva, contribuindo para o bem-estar da população, a formação dos jovens, a vitalidade das comunidades e a atratividade do território.



### VALORES

INCLUSÃO EXCELÊNCIA

EQUIDADE INOVAÇÃO

TRANSPARÊNCIA SUSTENTABILIDADE

PROXIMIDADE

# EIXOS ESTRATÉGICOS

## TRANSFORMAR

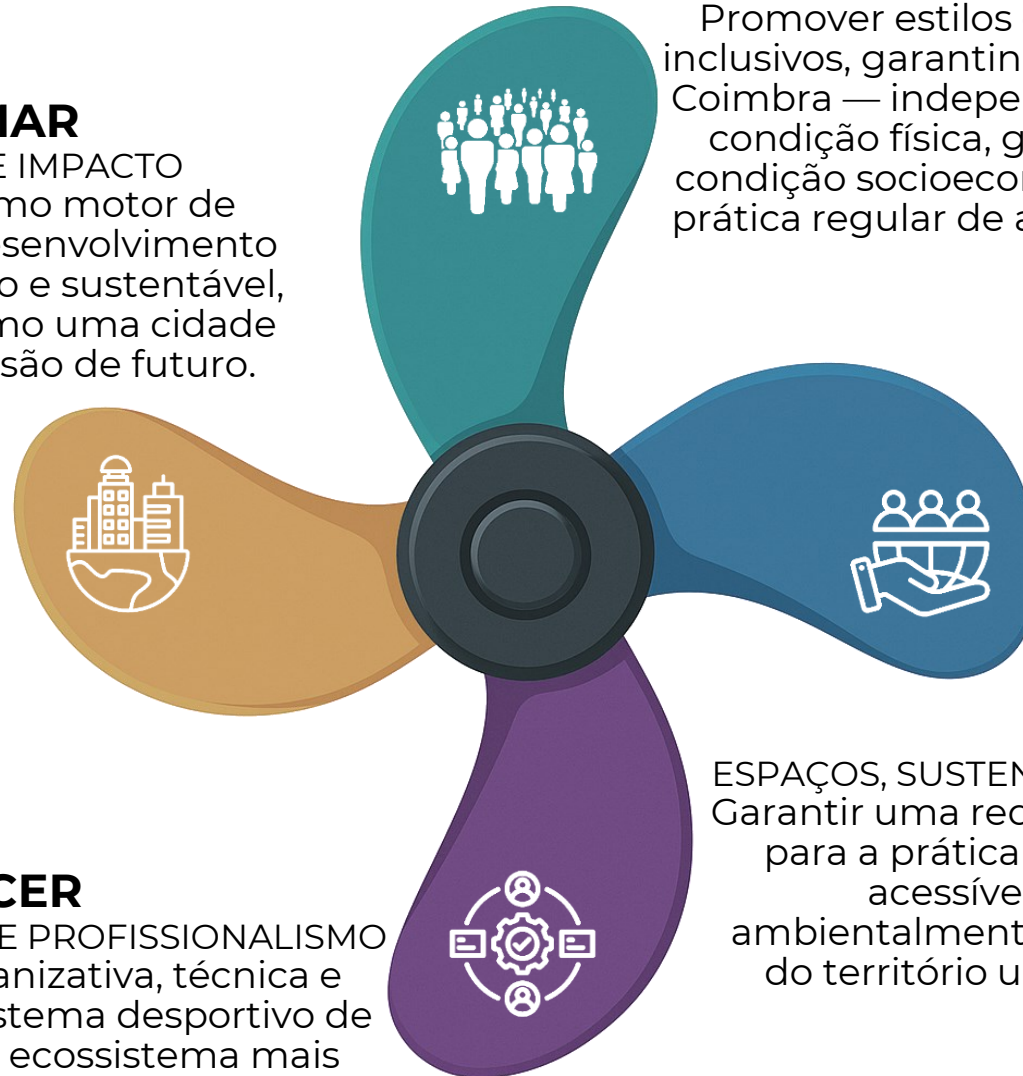
### INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

Potenciar o desporto como motor de inovação, atratividade e desenvolvimento urbano, cultural, económico e sustentável, posicionando Coimbra como uma cidade ativa, inteligente e com visão de futuro.

## FORTALECER

### CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

Reforçar a capacidade organizativa, técnica e financeira dos agentes do sistema desportivo de Coimbra, promovendo um ecossistema mais estável, qualificado, colaborativo e resiliente.



## VIVER

### SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

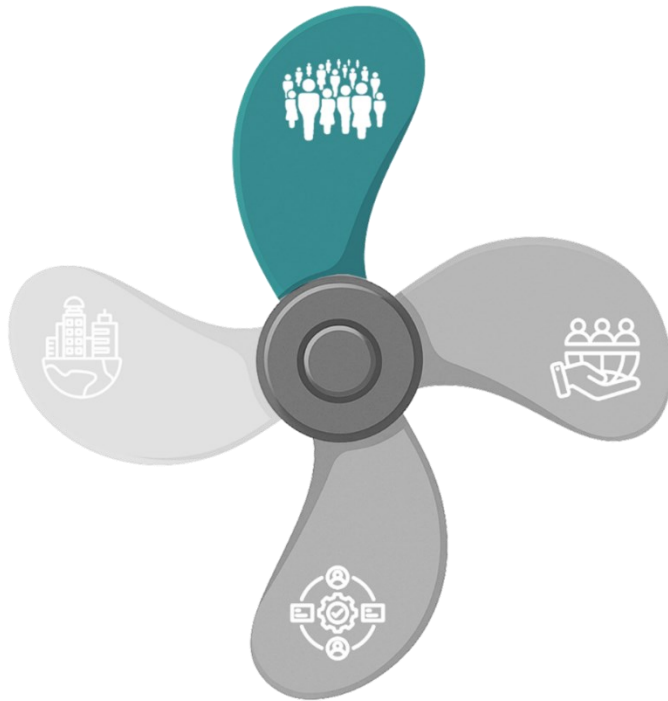
Promover estilos de vida ativos, saudáveis e inclusivos, garantindo que todas as pessoas em Coimbra — independentemente da sua idade, condição física, género, origem cultural ou condição socioeconómica — possam aceder à prática regular de atividade física e desportiva.

## CUIDAR

### ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

Garantir uma rede de infraestruturas e espaços para a prática desportiva que seja segura, acessível, inclusiva, moderna e ambientalmente sustentável, tirando partido do território urbano e natural de Coimbra

# ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



## EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

### 01. VIVER ATIVO COIMBRA

- 01.1. Infância em Movimento
- 01.2. Escola em Movimento
- 01.3. +Vida Sénior Ativa
- 01.4. Comunidade em Movimento

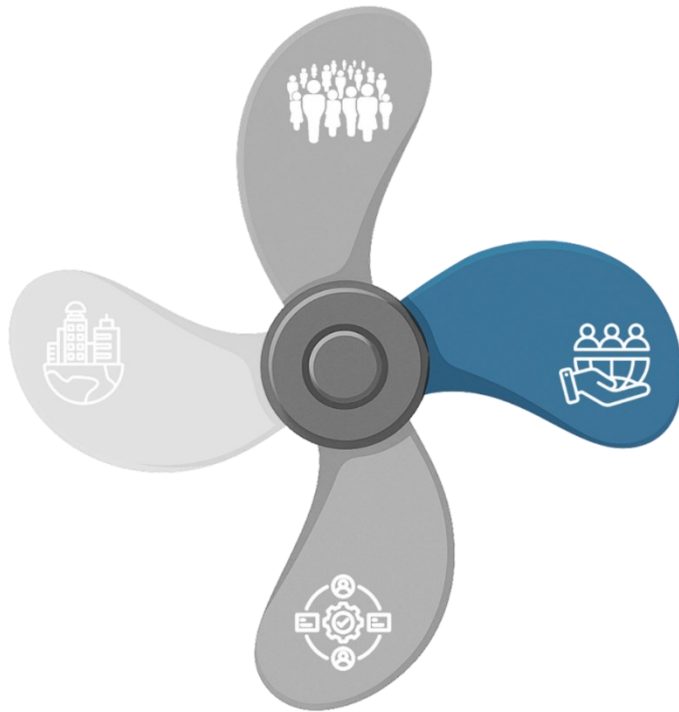
### 02. DESPORTO E SAÚDE PARA TODOS

- 2.1. Prescrição e Reabilitação Ativa
- 2.2. Movimento e Saúde Mental
- 2.3. Atividade Física Adaptada para Todos
- 2.4. Saúde em Rede: Parcerias e Eventos
- 2.5. Formação em Saúde e Exercício

### 03. IGUALDADE E INCLUSÃO ATRAVÉS DO DESPORTO

- 3.1. Acesso para todas as pessoas
- 3.2. Clube acolhedor e inclusivo
- 3.3. Mulheres em jogo
- 3.4. Pontes pelo desporto
- 3.5. Formação em diversidade e inclusão

# ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



## EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

### 04. PATRIMONIO DESPORTIVO

- 4.1. Reabilitação da Rede Desportiva
- 4.2. Plano para novos espaços
- 4.3. Coimbra Golfe 360
- 4.4. Coimbra Arena
- 4.5. CAR – Coimbra Alto Rendimiento
- 4.6. Desportos digitais, espaços digitais

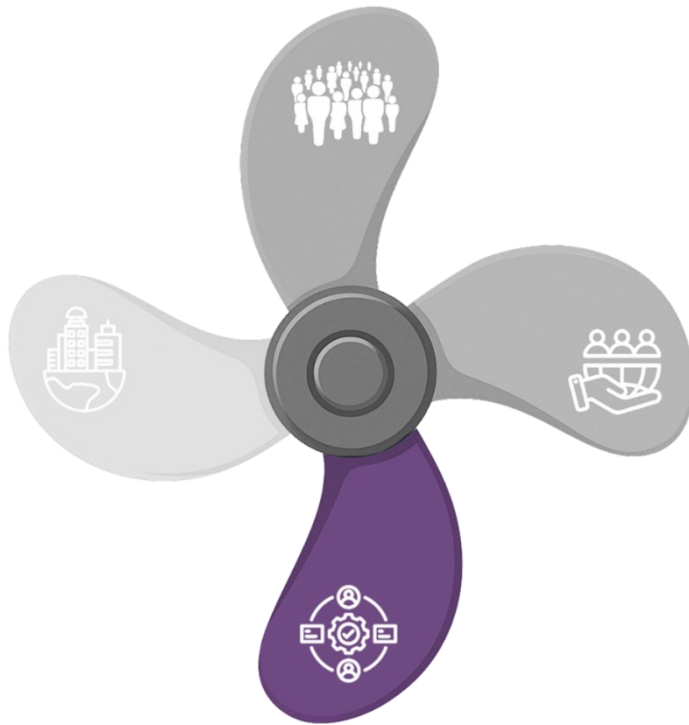
### 05. TERRITORIO ATIVO

- 5.1. Parques em Movimento
- 5.2. Viva o Mondego
- 5.3. Trilhar e Respirar na Serra

### 06. SUSTENTABILIDADE OPERACIONAL

- 6.1. Coimbra EcoActiva
- 6.2. Clubes Sustentáveis
- 6.3. Eventos com pegada positiva
- 6.4. Ecodesporto Escolar e Comunitário

# ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



## EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

### 07. FORMAR PARA LIDERAR

- 7.1. Escola de Formação Desportiva
- 7.2. Cartão de Competência Voluntária
- 7.3. Proteção e Ética no Desporto
- 7.4. Plataforma Digital “Forma+ Coimbra”

### 08. ORGANIZAÇÕES COM FUTURO

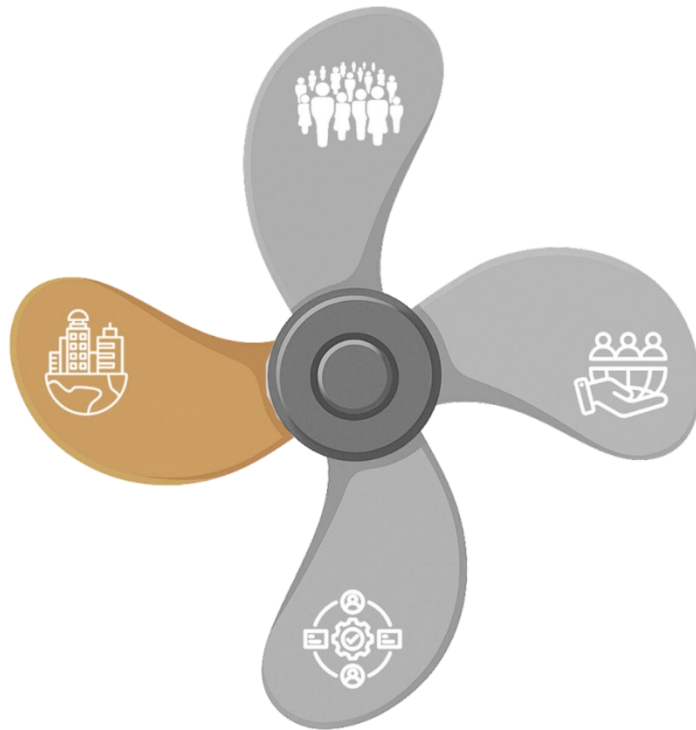
- 8.1. Assist+ Clube
- 8.2. Clube Aberto à Comunidade
- 8.3. Apoio Estratégico

### 09. GESTÃO PÚBLICA INOVADORA

- 9.1. Equipa+ Desporto Coimbra
- 9.2. Observatório do Desporto de Coimbra
- 9.3. Conselho Transversal do Desporto de Coimbra



# ESTRATÉGIAS E PROGRAMAS



## EIXO 4: TRANSFORMAR – INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

### 10. EVENTOS ESTRATÉGICOS E TURISMO DESPORTIVO

10.1. Circuito Coimbra Ativa

10.2. Património em Movimento

10.3. MediDesporto

### 11. CULTURA ATIVA

10.1. Circuito Coimbra Ativa

10.2. Coimbra Urbana

### 12. CIDADE ATIVA E INTELIGENTE

12.2. App Coimbra Ativa

12.2. Open Data desporto

12.3. Ativo Open Lab

# PAINEL DE AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA



## INDICADORES GERAIS DO PLANO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte / Frequência
Taxa de prática desportiva no concelho	% da população que pratica atividade física semanalmente	Inquérito bianual à população
Grau de implementação dos programas do Plano	% de programas com execução iniciada / concluída	Relatórios internos trimestrais
Equilíbrio territorial da oferta desportiva	Nº de freguesias com pelo menos 2 tipos de oferta desportiva ativa	Observatório do Desporto
Grau de satisfação com a política desportiva municipal	Índice médio (1-10) de satisfação dos utilizadores	Inquéritos de satisfação anuais
Volume de investimento público municipal em desporto	€ investidos por habitante	Orçamento municipal / relatório de contas
Nível de participação dos agentes no plano	Nº de entidades envolvidas ativamente na execução dos programas	Registo de parcerias e protocolos

## EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
Participação em programas comunitários de atividade física	Nº de participantes únicos por ano	Relatórios de programa
Cobertura de programas por faixa etária	% de faixas etárias cobertas com programação ativa	Avaliação programática
N.º de sessões de atividade física em espaços públicos	Total anual	Plataforma de gestão
Participação de públicos prioritários (idosos, migrantes, TEIP)	% sobre o total de participantes	Registos administrativos
N.º de educadores e professores envolvidos em ações de literacia motora	Total por ano	Parceiros educativos

## EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de infraestruturas desportivas requalificadas	Total anual	Direção técnica municipal
Grau de acessibilidade física e sensorial das instalações	% de espaços com acessibilidade validada	Auditorias técnicas
N.º de novos espaços criados em zonas com lacunas territoriais	Total / por freguesia	Plano de equipamentos
Redução do consumo energético e hídrico	% de redução nos espaços requalificados	Monitorização ambiental
N.º de espaços digitais ou híbridos implementados	Total acumulado	Serviços técnicos / inovação

## EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de agentes formados pela Escola de Formação Desportiva	Total anual	Plataforma "Forma+ Coimbra"
N.º de clubes com plano estratégico ou plano de sustentabilidade	Total e % sobre o total de clubes apoiados	Clubes
Nível de adesão dos clubes ao Selo de Inclusão / Sustentabilidade	% sobre o total de clubes municipais	Registos de certificação
N.º de iniciativas de cooperação entre clubes, escolas e IPSS	Total por ano	Relatórios locais
Índice de maturidade organizacional dos clubes	Avaliação qualitativa em escalas definidas	Diagnóstico bianual

## EIXO 4: TRANSFORMAR – INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO

Indicador	Unidade de Medida	Fonte
N.º de eventos estratégicos realizados com selo EcoEvento+	Total anual e % do total de eventos apoiados	Candidaturas e relatórios
Utilização da App Coimbra Ativa	Nº de utilizadores ativos / sessões mensais	Dados da plataforma
N.º de datasets desportivos disponíveis em Open Data	Total acumulado	Portal SmartCity
Participação em experiências desportivas com valor cultural ou patrimonial	Nº de participantes / eventos realizados	Programas da Estratégia 12
N.º de projetos de inovação (startups, laboratórios, pilotos) apoiados	Total por ano	Incubadoras e laboratório municipal

# CALENDÁRIO PARA O INÍCIO DOS PROCESSOS

A completar no início da nova legislatura 2025-2029

	2025				2026				2027				2028				2029			
	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T		
EIXO 1: VIVER – SAÚDE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO																				
01. VIVER ATIVO COIMBRA																				
01.1. Infância em Movimento																				
01.2. Escola em Movimento																				
01.3. +Vida Sénior Ativa																				
01.4. Comunidade em Movimento																				
02. DESPORTO E SAÚDE PARA TODOS																				
2.1. Prescrição e Reabilitação Ativa																				
2.2. Movimento e Saúde Mental																				
2.3. Atividade Física Adaptada para Todos																				
2.4. Saúde em Rede: Parcerias e Eventos																				
2.5. Formação em Saúde e Exercício																				
03. IGUALDADE E INCLUSÃO ATRAVÉS DO DESPORTO																				
3.1. Acesso para todas as pessoas																				
3.2. Clube acolhedor e inclusivo																				
3.3. Mulheres em jogo																				
3.4. Pontes pelo desporto																				
3.5. Formação em diversidade e inclusão																				
EIXO 2: CUIDAR – ESPAÇOS, SUSTENTABILIDADE E ACESSIBILIDADE																				
04. PATRIMONIO DESPORTIVO																				
4.1. Reabilitação da Rede Desportiva																				
4.2. Plano para novos espaços																				
4.3. Coimbra Golfe 360																				
4.4. Coimbra Arena																				
4.5. CAR – Coimbra Alto Rendimiento																				
4.6. Desportos digitais, espaços digitais																				
05. TERRITORIO ATIVO																				
5.1. Parques em Movimento																				
5.2. Viva o Mondego																				
5.3. Trilhar e Respirar na Serra																				
06. SUSTENTABILIDADE OPERACIONAL																				
6.1. Coimbra EcoActiva																				
6.2. Clubes Sustentáveis																				
6.3. Eventos com pegada positiva																				
6.4. Ecodesporto Escolar e Comunitário																				

	2025				2026				2027				2028				2029																			
	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T	1T	2T	3T	4T																		
EIXO 3: FORTALECER – CAPACITAÇÃO, COOPERAÇÃO E PROFISSIONALISMO																																				
07. FORMAR PARA LIDERAR																																				
7.1. Escola de Formação Desportiva																																				
7.2. Cartão de Competência Voluntária																																				
7.3. Proteção e Ética no Desporto																																				
7.4. Plataforma Digital "Forma+ Coimbra"																																				
08. ORGANIZAÇÕES COM FUTURO																																				
8.1. Assist+ Clube																																				
8.2. Clube Aberto à Comunidade																																				
8.3. Apoio Estratégico																																				
09. GESTÃO PÚBLICA INOVADORA																																				
9.1. Equipa+ Desporto Coimbra																																				
9.2. Observatório do Desporto de Coimbra																																				
9.3. Conselho Transversal do Desporto de Coimbra																																				
EIXO 4: TRANSFORMAR – INOVAÇÃO, CULTURA E IMPACTO																																				
10. EVENTOS ESTRATÉGICOS E TURISMO DESPORTIVO																																				
10.1. Circuito Coimbra Ativa																																				
10.2. Património em Movimento																																				
10.3. MediDesporto																																				
11. CULTURA ATIVA																																				
11.1. Circuito Coimbra Ativa																																				
11.2. Coimbra Urbana																																				
12. CIDADE ATIVA E INTELIGENTE																																				
12.1. App Coimbra Ativa																																				
12.2. Open Data desporto																																				



PLANO ESTRATÉGICO MUNICIPAL DE  
DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO  
**COIMBRA**