



**CHARNECA DE CAPARICA FUTEBOL CLUBE**



Fundado a 1 de Janeiro de 1988  
Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

FUTEBOL MASCULINO  
2020/2021

# FUTEBOL DE FORMAÇÃO

# MANUAL DE ACOLHIMENTO E BOAS PRÁTICAS

(Regulamento Interno)

2022/2023





## Índice:

### 1 Introdução

#### 1.1 Missão

#### 1.2 Visão

#### 1.3 Objetivos

#### 1.4 Organograma

#### 1.5 Planta das Instalações

#### 1.6 Plano de Formações Complementares

### 2 Normas de Conduta dos Atletas (Direitos e Deveres)

### 3 Acompanhamento dos Jogadores

#### 3.1 Acompanhamento Médico-Desportivo

#### 3.2 Acompanhamento Escolar

#### 3.3 Relacionamento com os Pais dos Atletas

### 4 Quadro Disciplinar



## 1.1

# Missão

O Charneca da Caparica Futebol Clube, é um clube de futebol filiado na Associação de Futebol de Setúbal. Estamos na freguesia de Charneca da Caparica e Sobreda no Concelho de Almada.

A formação é razão de existência do CCFC.

Sem falsas modéstias, podemos dizer que já somos um clube de referência na formação de Atletas e Homens, mas a busca da melhoria continua, leva-nos a querer chegar mais longe.

Tudo começa na **captação**. Atrair os jovens da nossa região, para o nosso clube e motivá-los para a prática desportiva, é a primeira etapa da nossa missão.

De seguida vem a **comunicação**. Ter formas de comunicar bem estruturadas, uniformizadas e adaptadas á faixa etária de cada um dos escalões, é fundamental, para que os nossos jovens atletas apreendam os ensinamentos que lhe pretendemos passar. Tanto a nível técnico/tático como da integridade e da ética, do espírito de grupo, da vontade de vencer.

Depois de captar e comunicar, dizemos que estamos em **formação**, nesta fase pretendemos nunca esquecer os valores do rigor, da vontade de vencer, da lealdade, do respeito e do companheirismo.

O bom cumprimento das três primeiras fases da nossa missão deixa-nos mais próximos de atingir a meta final da nossa missão que é a **conquista**.

Em conclusão podemos dizer que a sigla do nosso clube resume a nossa missão.

**CCFC = CAPTAR – COMUNICAR – FORMAR – CONQUISTAR**



## 1.2

### Visão

O Charneca da Caparica Futebol Clube, nasceu em 1-1-1988. Somos um clube relativamente recente, o nosso palmarés não é extenso, mas orgulha todos os nossos simpatizantes.

A Direção do Clube, trabalha com dedicação e consistência no rumo em que acredita.

O sonho do CCFC é ter ao seu dispor os meios necessários para continuar a servir a população da nossa região, atraindo os nossos jovens para a prática desportiva, ajudando-os na sua formação Humana.

Acreditamos que, quando conseguirmos ter instalações desportivas com pelo menos dois campos relvados com as dimensões adequadas para o treino e em simultâneo com as exigidas para disputar jogos nos campeonatos nacionais, rapidamente chegaremos onde queremos.

Não temos ambições desmesuradas, os nossos passos têm sido seguros e assim vão continuar, mas também não temos vistas curtas e gostamos de pensar em grande.

Temos sido nos últimos anos, o clube do concelho de Almada, com maior número de Atletas dos escalões de formação inscritos, na Associação de Futebol de Setúbal.

Queremos que as Famílias da nossa região, mantenham a confiança em nós. Queremos continuar a formar Atletas e Homens que sejam referências para a nossa sociedade.

Pretendemos chegar ainda mais longe. Pretendemos, nos próximos 3 anos, preparar o clube, para que de forma consistente tenha pelo menos uma equipa dos escalões de formação a disputar os campeonatos nacionais. Pretendemos também que cada vez mais jovens atletas, formados no CCFC,



# CHARNECA DE CAPARICA FUTEBOL CLUBE



Fundado a 1 de Janeiro de 1988

Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

cheguem ao futebol profissional. Pretendemos ainda que o plantel da nossa Equipa de Futebol Sénior seja composto maioritariamente por atletas da nossa formação.

**Charneca de Caparica**

**Data: 12/09/2019**



## 1.3

### Objetivos

Nº	DATA DA CRIAÇÃO	CLASSIFICAÇÃO	DESCRIÇÃO	PRAZO DE CONCLUSÃO	RESPONSÁVEL
1	02-07-2018	Estratégico	Disponer de mais um campo de futebol relvado, com as dimensões exigidas pela FPF, para jogar nos campeonatos nacionais.	30-06-2026	Presidente Da Direção
2	02-07-2018	Estratégico	Ter uma equipa de Futebol Feminino em competição na FPF.	30-06-2025	Presidente Da Direção
3	02-07-2018	Estratégico	Ter uma equipa de Futebol de Formação a disputar Campeonatos Nacionais.	30-06-2024	Diretor Da Formação
4	02-07-2018	Estratégico	Conquistar a Taça da AFS.	30-06-2024	Presidente Da Direção
5	02-09-2019	Estratégico	Criar iniciativas de sensibilização no combate a apostas e Match Fixing	Sem prazo definido	Responsável da Integridade e Ética



FUTEBOL MASCULINO  
2020/2021

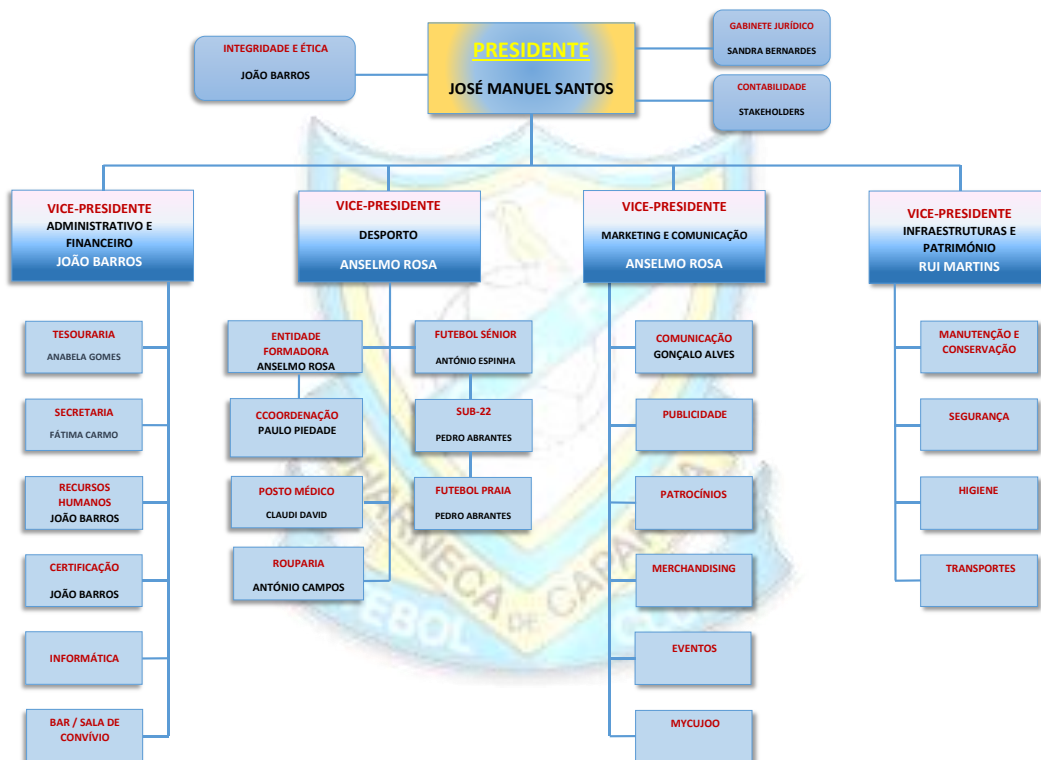
Fundado a 1 de Janeiro de 1988

Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

6	02-07-2018	Estratégico	Plantel Sénior composto por pelo menos 50% de atletas provenientes da formação do CCFC.	30-06-2025	Diretor Desportivo
7	02-09-2019	Estratégico	Uma equipa de qualquer escalão conquistar a Taça de Disciplina da AFS	30-06-2024	Responsável da Integridade e Ética
8	02-09-2019	Estratégico	Pais ou encarregados de educação, ou atletas, obterem cartões brancos pelo comportamento durante os jogos.	30-06-2023	Responsável da Integridade e Ética



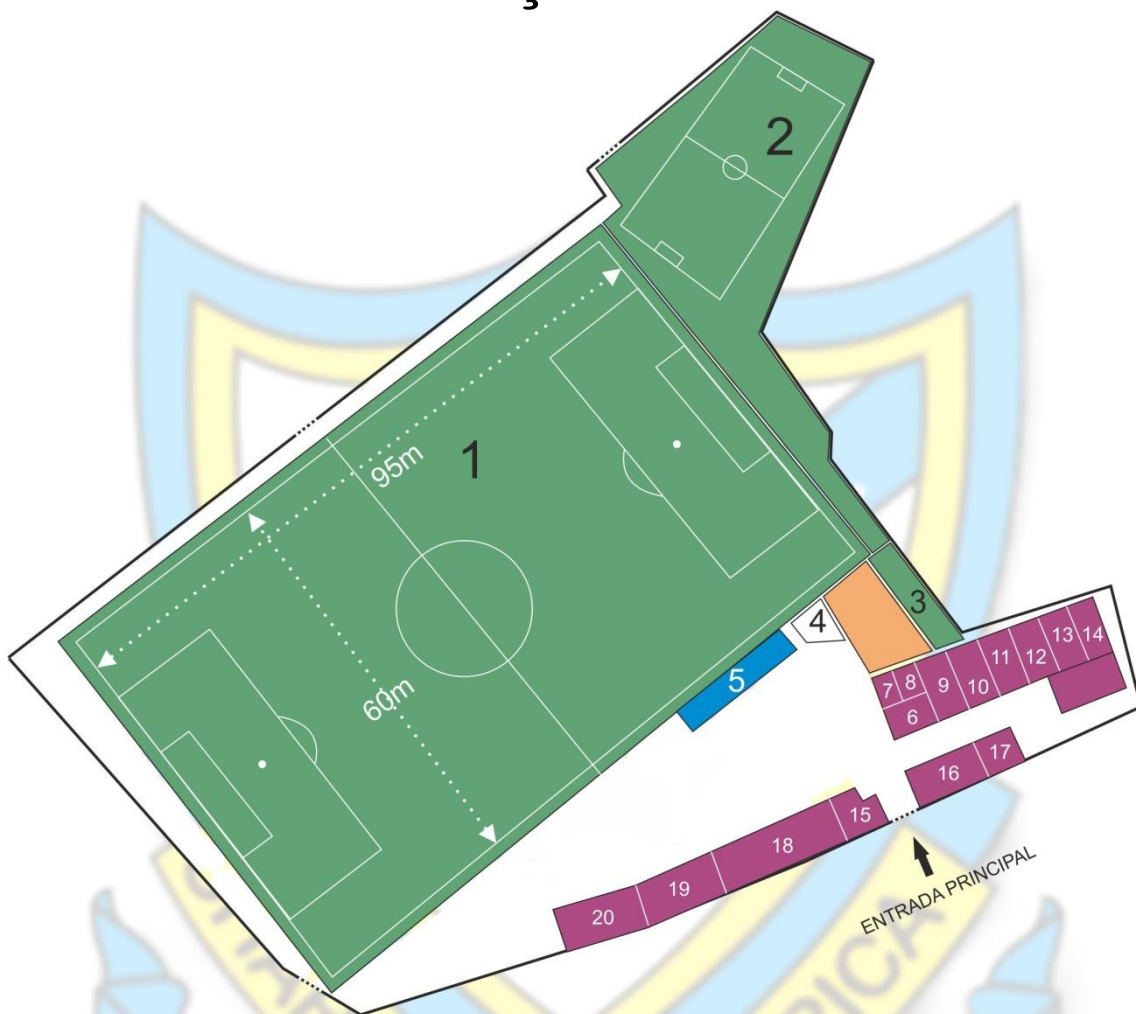
## 1.4 Organograma





## 1.5

### Planta das Instalações



- 1 - CAMPO PRINCIPAL
- 2 - CAMPO DE TREINO
- 3 - CORREDOR DE ACESSO
- 4 - ACESSO VIATURA DE EMERGÊNCIA MÉDICA
- 5 - BANCADA DOS SÓCIOS
- 6 - POSTO MÉDICO
- 7 - BALNEÁRIO DE TREINADORES
- 8 - BALNEÁRIO DE ARBITROS
- 9 - BALNEÁRIO DE ATLETAS
- 10 - BALNEÁRIO DE ATLETAS

- 11 - BALNEÁRIO DE ATLETAS
- 12 - BALNEÁRIO DE ATLETAS
- 13 - ROUPARIA
- 14 - LAVANDARIA
- 15 - SECRETARIA
- 16 - AUDITÓRIO
- 17 - GABINETE DO PRESIDENTE
- 18 - SALA DE CONVÍVIO
- 19 - ARRECADAÇÕES
- 20 - TRANSPORTES



Fundado a 1 de Janeiro de 1988

Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

FUTEBOL MASCULINO  
2020/2021

## 1.6

# Plano de Formações Complementares

## PLANEAMENTO DE AÇÕES DE FORMAÇÃO

DATA PREVISTA	TEMA	PRELETOR	PÚBLICO-ALVO
NOVEMBRO 2022	ÉTICA NO DESPORT COMO FATOR ESSENCIAL NO DESENVOLVIMENTO DOS JOVENS ATLETAS	JORGE DIAS (Embaixador do PNED)	Encarregados de educação, Pais e Atletas
JANEIRO 2022	ÉTICA INTEGRIDADE E VALORES NO DESPORTO DE JOVENS	JOAO GOIS	Atletas, Dirigentes, Treinadores.



JANEIRO 2023	NUTRIÇÃO e HIDRATAÇÃO NO DESPORTO	FISITERAPEUTA CLAUDIO DAVID	Encarregados de educação, Pais e Atletas.
OUTUBRO 2022	ALTERAÇÕES E CLARIFICAÇÕES SOBRE LEIS DE JOGO NO FUTEBOL	SR José Manuel Esteves	Dirigentes, Treinadores e Atletas.
FEVEREIRO 2023	Eu Jogo Pelos Direitos Humanos	FPF	Atletas do escalão sub-15 / Iniciados A

## 2 - NORMAS DE CONDUTA

### 1. Direitos do Atleta \_\_\_\_\_

- Usufruir de um ensino/treino de qualidade, em condições de efetiva igualdade de oportunidades, de forma a propiciar a realização de aprendizagens bem-sucedidas;
- Usufruir do ambiente e do projeto desportivo que proporcionem as condições para o seu pleno desenvolvimento físico e intelectual, moral, cultural e cívico;



- Ver reconhecidos e valorizados, o mérito, a dedicação e o esforço no trabalho e no desempenho e ser estimulado nesse sentido;
- Ser tratado com respeito e correção por todos os intervenientes afetos ao C.C.F.C.
- Ver salvaguardada a sua segurança e respeitada a sua integridade física e moral;
- Usufruir de uma planificação equilibrada das atividades;
- Ser assistido, de forma pronta e adequada, em caso de acidente ocorrido no decorrer das atividades;
- Apresentar críticas e sugestões e ser ouvido em todos os assuntos que justificadamente forem do seu interesse;

## 2. Deveres do Atleta \_\_\_\_\_

- Ser assíduo, pontual e empenhado no cumprimento de todos os seus deveres no âmbito das atividades inerentes ao C.C.F.C.
- Seguir e respeitar as orientações dos Treinadores, Diretores e demais pessoal afeto ao C.C.F.C.
- Tratar com respeito, lealdade e correção qualquer colega ou dirigente de equipas adversárias, árbitros, dirigentes ou qualquer membro do C.C.F.C.
- Contribuir para a harmonia do grupo promovendo o espírito e coesão da equipa em todas as atividades;
- Participar nas atividades desenvolvidas no C.C.F.C. bem como nas demais atividades externas organizadas por este, nomeadamente Torneios de Futebol e participação nas Competições Oficiais;
- Apresentar-se equipado a rigor (equipamento oficial do clube), com o material indispensável para o cumprimento do treino/jogo e ser responsável pelo mesmo;



Fundado a 1 de Janeiro de 1988  
Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

- Zelar pela preservação, conservação e asseio das instalações/transportes fazendo uso correto dos mesmos;
- Conhecer e cumprir o Manual de Acolhimento e Boas Práticas do clube;
- Solicitar autorização, sempre que pretenda utilizar qualquer tipo de equipamento extra treino, como por exemplo o telemóvel e respeitar a decisão dos Treinadores e dirigentes;
- Informar sempre que não possa comparecer ao treino e/ou atividade, por lesão, doença, ou outro motivo, com a antecedência possível, e posteriormente entregar a justificação. Em caso de 50% de faltas injustificadas, o atleta poderá não ser convocado;
- Ser responsável pelos danos materiais causados, voluntária ou involuntariamente, participando na sua reparação ou repondo o respetivo valor;
- Evitar 45 minutos antes do treino ou jogo, ingerir alimentos tipo: fritos, bolos, refrigerantes gaseificados, leite e derivados;
- Comunicar ao treinador ou ao diretor presente qualquer dano ou anomalia verificada no equipamento/instalações;
- Evitar trazer objetos de valor para o treino. Excepcionalmente os bens pessoais podem ser entregues ao Diretor de cada escalão. Os bens pessoais são da responsabilidade de cada um, e o C.C.F.C., não se responsabiliza por quaisquer furtos;
- Entregar ao treinador ou diretor qualquer objeto que encontre e que não lhe pertença;
- Respeitar o funcionamento dos treinos, permanecendo afastado dos espaços circundantes dos treinos das outras equipas;
- Apresentar um aspeto cuidado e limpo;
- Não usar de adereços (brincos, anéis, colares, pulseiras, relógios) durante o treino e/ou atividade desportiva, para o bem da sua integridade física e da dos colegas;
- Auxiliar na arrumação do material se solicitado pelos Treinadores/dirigentes;



Fundado a 1 de Janeiro de 1988

Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

- Em competição, quando convocado para jogos, cumprir a hora de recolhimento;
- Em competição, comparecer no horário indicado nas convocatórias para os jogos, em caso de impedimento de força maior, avisar o Treinador e apresentar no treino seguinte a justificação;
- Nos transportes tomar o comportamento respeitando e fazendo respeitar as condutas de segurança e boas maneiras juntamente com os seus colegas ou elementos que partilhem o mesmo transporte não colocando ninguém em risco de perigo;
- Em competição respeitar os Árbitros (Cartões amarelos e vermelhos injustificados são punidos no quadro disciplinar interno do CCFC);
- Em competição respeitar os adversários, não emitir comentários racistas e/ou insultuosos;
- Em competição ignorar os comentários que possam vir do público assistente aos jogos;
- Ter comportamento exemplar em casa, cumprir os deveres que lhe forem definidos pelos Pais e/ou Encarregados de Educação;
- Ser assíduo às aulas e cumprir os devedores da Escola (TPC's);
- Respeitar os colegas, professores e outros elementos da Escola;
- Não participar em apostas nem em atividades onde existam suspeitas de manipulação, ou tentativa de manipulação, de resultados para os jogos, desincentivando os colegas, amigos ou até mesmo os pais/encarregados de educação, tanto no espaço de treinos como em casa ou na escola.



## INTEGRIDADE e ÉTICA DESPORTIVA

### Introdução

Desde 2009, com a presidência a cargo de José Manuel dos Santos, o Charneca de Caparica Futebol Clube, assenta toda a sua estrutura na integridade mas, acima de tudo, na defesa dos valores morais e éticos que o desporto requer, sempre orientados de forma saudável e sustentada.

Clube aberto às suas populações oficialmente desde 1988, acolheu desde sempre todos os que vieram por bem praticar desporto, mais concretamente o futebol. Dos tempos de campo de areia e lama, hoje o C.C.F.C., apresenta uma estrutura sólida e com as condições adequadas à prática do desporto, dotado dos sectores fundamentais para o acolhimento dos praticantes.

Primeiro criam-se as condições, neste caso em constante evolução, para depois aplicarmos os valores sociais com sustentabilidade e verdade.

Desta forma, a política deste clube é, e sempre foi, a aplicação das boas práticas, valorizando o respeito pela pluralidade das características, perfis e condições sociais dos praticantes, criando igualdade nas oportunidades, atendendo à compreensão e acolhimento da diversidade de educações e formações, respeitando sempre igualmente os compromissos financeiros com todas as entidades envolvidas no crescimento e evolução do clube.

Criamos estruturas e condições para a prática do desporto na sua maior amplitude com o objectivo de fazer evoluir e crescer aqueles que um dia serão homens de valor para a vida, implementando os valores que fazem evoluir o espírito desportivo nas mentes dos praticantes da forma mais saudável.

Desta forma o clube tem desde sempre como objetivo e compromisso a aplicação da Integridade e dos valores éticos a todos os seus atletas, pais, encarregados de educação, órgãos sociais e colaboradores do clube.

### OBJECTIVOS ESTRATÉGICOS PARA A CONDUTA

- 1 – Ações de rotina de sensibilização para a promoção, esclarecimento e divulgação da ética desportiva para os atletas dos escalões de SUB-15 ou imediatamente inferiores;
- 2 – Ações de formação/esclarecimento sobre ética desportiva, integridade, *match fixing (apostas desportivas)*, para atletas em geral, treinadores, colaboradores, pais e encarregados de educação;
- 3 - Uma ação de formação sobre o tema da Integridade e Ética Desportiva, para Pais / Encarregados de Educação dos seus praticantes de todos os escalões;



4 – Concretizar atividades onde se premeia a Integridade e Ética desportiva, nomeadamente no TORNEIO DA PÁSCOA com medalhas de ética, e a atribuição de um Canário no evento TRINAR DOS CANÁRIOS onde fica patente a defesa dos valores ético-desportivos, podendo este ser atribuído a atletas no individual ou coletivo, a pais, a encarregados de educação, a colaboradores do clube, a elementos dos órgãos sociais ou individualidade que de alguma forma se destacaram na defesa dos valores éticos durante o ano neste clube;

## 3 - ACOMPANHAMENTO DOS JOGADORES – NORMAS

### Plano Alimentar de Nutrição / Hidratação

#### •REFEIÇÃO PRINCIPAL (PRÉ -COMPETITIVA)

Sempre 3 horas antes da competição.

Prato principal:

Sopa (com consistência de creme acompanhado por uma fonte extra de hidratos de carbono massas, estrelinha, pevide)

Prato principal:

Preferencialmente os cozidos, grelhados assados na brasa, e refogados com pouca gordura.

Deverá ser composto por hidratos de carbono de baixo índice glicémico (arroz integral, arroz branco pouco cozido, esparguete e outras massas)

Os hortícolas deverão ser sempre cozidos ou salada sempre com primazia para aqueles mais ricos em hidratos de carbono (milho, cenoura, ervilha, cogumelos)

O pão deverá ser sempre de centeio / mistura.

Sobremesa:

Uma peça de fruta ou gelatina.

#### •REFEIÇÃO PRINCIPAL (PÓS-COMPETITIVA)

Sopa

A constituição da sopa pode manter-se inalterável.

Prato principal:





A fonte de hidratos de carbono do prato principal deverá conter sempre batata, puré de batata, arroz malandro ou arroz bem cozido.

A fonte proteica deverá ser preferencialmente os cozidos, grelhados assados na brasa, e refogados com pouca gordura.

Acompanhados sempre por hortícolas ou saladas.

Sobremesa:

Fruta ou gelatina e podendo incluir arroz-doce, aletria, pudim ou leite-creme.

## TREINOS 18h30 E SEGUINTE

Lanche:

Pretendemos a existência de uma maior quantidade de açúcar de forma a repor mais rapidamente a energia.

Pão de mistura

Cereais

Sumos naturais

Acompanhamentos açucarados (mel, geleia, compotas e marmelada)

## TREINOS MATINAIS

Devem sempre ser ingeridos 1h30 antes do seu início.

Pão de centeio com creme vegetal de barrar ou fiambre de frango / peru

Maçã ou pera

Barras de cereais

Banana

## HIDRATAÇÃO (PRÉ-COMPETITIVA)

Recomenda-se uma ingestão de cerca de 500 ml de água aproximadamente 2 horas antes do treino / competição e um adicional de 250 ml antes do início.

Durante o treino / competição os atletas devem ingerir uma quantidade de líquidos de 12ml / Kg / hora.



Fig.1 – Escala de coloração da urina.

Se a cor da amostra de urina coincidir com 3 ou menos na escala, encontra-se bem hidratado. Se a coloração for 7 ou mais escura, está desidratado e deve consumir mais líquidos.

## HIDRATAÇÃO (PÓS-COMPETITIVA)

Após o exercício, a melhor forma de recuperar um adequado estado de hidratação é beber aproximadamente 150% das suas perdas (Se perdeu 1L deve ingerir 1,5L). Devemos acompanhar a ingestão de líquidos com alimentos ricos em sódio, bolachas de água e sal, queijo, fiambre para ajudar a reter a água ingerida.

Bebidas desportivas podem também ser úteis na recuperação após o exercício, ajudando a recuperar os níveis de energia e o estado de hidratação rica em hidratos de carbono um bom teor varia entre 6 e 8% ou seja 6 a 8g de hidratos de carbono por cada 100ml.

## PLANO DE EMERGÊNCIA MÉDICA

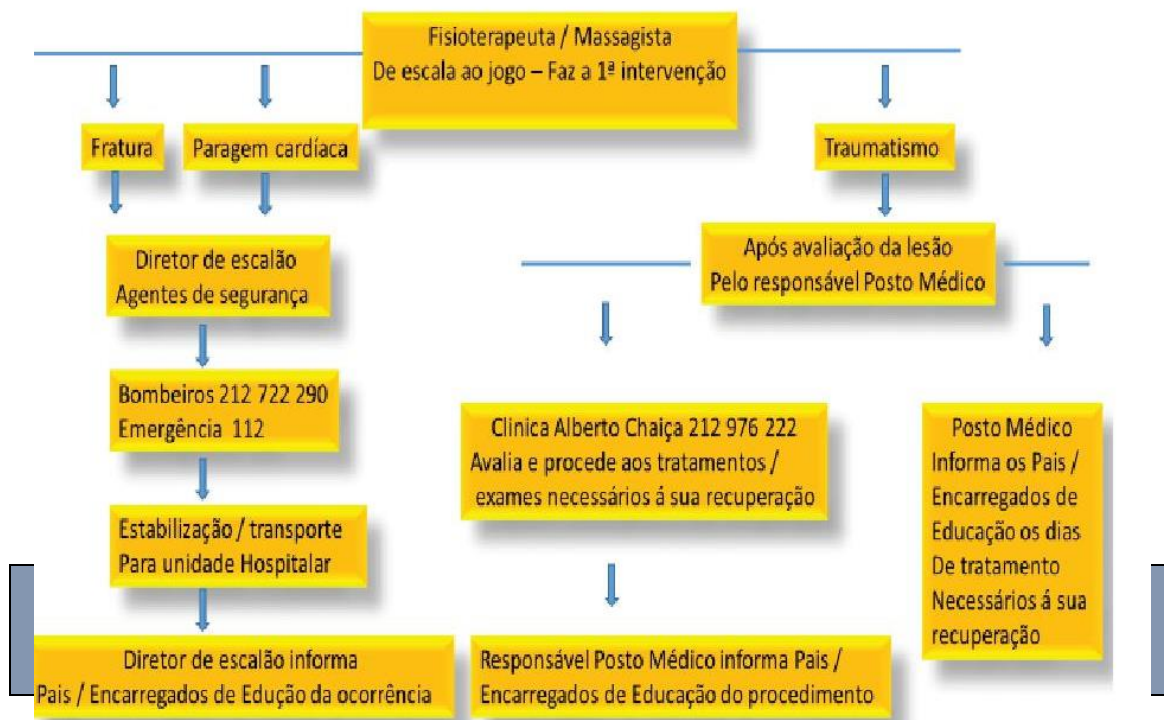
### PLANTA de EMERGÊNCIA e EVACUAÇÃO MÉDICA



#### Legenda Figura A

- F.1** Entrada Principal do recinto desportivo
- F.2** Posto Médico      **F.2 D.A.E.**
- F.3** Parqueamento da Viatura de Emergência Médica
- F.4** Acesso da Viatura de Emergência Médica ao recinto de Jogo .

### PLANO de EMERGÊNCIA e EVACUAÇÃO MÉDICA





Fundado a 1 de Janeiro de 1988

Filiado na A.F.Setúbal e na Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

## Procedimento do Acompanhamento Escolar

- O Encarregado de Educação, deve entregar ao Diretor de Escalão, o documento com a avaliação do aproveitamento escolar e assiduidade do seu educando.
- O Diretor de Escalão, informa o Treinador de que o documento está arquivado no Dossier de Treino
- O Treinador analisa todos os documentos dos atletas da sua equipa e comenta, individualmente, os resultados, incentivando o Atleta na busca dos melhores resultados.
- O Treinador do Escalão, dá informação ao Coordenador Técnico, identificando, quais os atletas do seu escalão que têm notas e/ou faltas que possam comprometer o sucesso do aproveitamento escolar.
- O Coordenador Técnico / Responsável pelo Acompanhamento Escolar, reúne com os Encarregados de Educação de cada Atleta, com o objetivo de, em conjunto, decidirem que medidas tomar para melhorar o aproveitamento escolar.

## Prémio previsto para o melhor desempenho Escolar:

- Os atletas, de cada um dos ciclos escolares (1º, 2º e 3º ciclo) com melhor media no final do ano escolar – Premio “Diploma de Mérito Escolar”. Este prémio será entregue aos atletas, com melhor media escolar, em cada um dos ciclos, entre todos os atletas da Entidade Formadora do CCFC, que na época seguinte integre os quadros do Clube - 3 Atletas da Formação.

## **3.3 Relacionamento com os Pais dos Atletas**

### **Direitos dos Encarregados de Educação**

- Serem respeitados como a autoridade legal e estabelecer com o Clube uma relação de diálogo e cooperação, no quadro da partilha da responsabilidade pela educação e formação integral do Atleta;
- Participar ativamente na educação do Atleta;
- A coordenação do clube, desenvolverá todos os esforços no sentido de duas vezes por época, promover uma reunião de acompanhamento dos Atletas, com os respetivos encarregados de educação. Quaisquer questões relativas aos atletas (desenvolvimento das aprendizagens e percurso dos filhos, etc.) deverão tratadas com o Coordenador, Sr. Paulo Piedade, estando vedado o contacto com os treinadores do Atletas.



## **Deveres dos Encarregados de Educação**

- Acompanhar ativamente o desenvolvimento do educando;
- Entregar, no final de cada período escolar, ao Diretor de Escalão o documento emitido pela Escola com o aproveitamento (Notas) e assiduidade (Faltas) do seu educando
- Diligenciar para que o seu educando beneficie efetivamente dos seus direitos e cumpra rigorosamente o dever que lhe incumbe, com destaque para os deveres de assiduidade, de correto comportamento e de empenho no processo de aprendizagem;
- Cooperar com os treinadores/dirigentes colaborando no processo de ensino e aprendizagem dos seus educandos;
- Contribuir para o correto apuramento dos factos em procedimento de índole disciplinar;
- Comparecer no Clube sempre que julgue necessário e quando para tal for solicitado;
- Conhecer o regulamento interno, subscrevê-lo e fazê-lo subscrever igualmente aos seus educandos;
- Respeitar a proibição de entrada nos balneários, por motivos pedagógicos, bem como por motivos de socialização, procurando potencializar a capacidade dos alunos bem como a sua autonomia;
- Respeitar a proibição de entrada nos campos, em dia de treino ou atividade, devendo ficar somente na área reservada aos pais;
- Respeitar os timings de questões a colocar ao Treinador/Coordenador/Dirigente - antes ou no final do treino ou atividade, nunca durante as mesmas;
- Encorajar o seu filho para um estilo de vida equilibrado entre desporto, educação, cultura e outros interesses;
- Valorizar o esforço (empenho) despendido para vencer e aceitar que este é mais importante que ganhar a qualquer custo;
- Centrar-se no processo de participação, não no resultado;
- Aplaudir o bom jogo de qualquer das equipas que participam;
- Evitar pressionar o seu filho sobre ganhar, perder ou marcar um golo.
- Zelar pela preservação, conservação e asseio das instalações fazendo uso correto das mesmas;
- Assegurar que o (s) seu (s) educando leia (m) e cumpra (m) as normas de conduta do atleta



## 4. VALORES A PAGAR PELOS ATLETAS DA FORMAÇÃO

	Futebol 7/9	Iniciados	Juvenis	Juniores
Inscrição	35€	55€	60€	60€
Quota Anual de Socio	10€	10€	10€	10€
Kit Treino	25€	25€	25€	
Kit Jogo	50€	50€	50€	
Fato Treino	50€	50€	50€	
Mensalidade	40€	40€	30€	

Transferência 40€

## 5. SEGURO DESPORTIVO

O CCFC tem atualmente o seguro de Responsabilidade Civil que prevê qualquer ocorrência dentro das instalações que não seja acidente desportivo, no entanto todos os atletas estão segurados pela Fidelidade Companhia de Seguros S.A. Nº Apólice AG65110944

sendo que as participações até infantis têm franquia de 100.00€, e de Iniciados a Juniores a franquia é de 160.00€, sendo as mesmas da responsabilidade do encarregado de educação.

## 6. OUTRAS DISPOSIÇÕES

Os símbolos e o nome do Charneca da Caparica F. C., não poderão ser usados em participações em Torneios não autorizadas, sob pena dos Atletas, serem alvo das sanções a determinar pela Direção do Clube.

A aquisição de Equipamentos e outro material com os símbolos do CCFC e respetiva venda são da exclusiva responsabilidade do Charneca da Caparica FC.



## 7. INFRAÇÕES E QUADRO DISCIPLINAR

### DEPARTAMENTO DE FUTEBOL de FORMAÇÃO Regulamento Disciplinar 2022/2023

INFRACÇÕES	SANSÕES
Atraso no início do treino	Chamada de atenção
Falta ao treino sem aviso prévio	Repreensão verbal
Falta injustificada a dois treinos na mesma semana	Afastamento da convocatória
Atraso, não justificado e reincidente, no dia do jogo e convocatória	Saída da convocatória
Não comparência ao jogo, estando convocado	Proibição de treinar e processo disciplinar
Desavenças graves com outros atletas ( BULLYING e Violencia)	Proibição de treinar e processo disciplinar



<b>Falta de respeito e má educação para com os responsáveis</b>	<b>Proibição de treinar e processo disciplinar</b>
<b>Em representação do clube, ter atitudes que denigam o nome e imagem do mesmo</b>	<b>Suspensão imediata e processo disciplinar</b>
<b>Na véspera do jogo, estando convocado, ser visto fora de casa após as 24h</b>	<b>Desconvocação, proibição de treinar e processo disciplinar</b>
<b>Durante os jogos:</b>  <b>- Cartão amarelo por comportamento injustificado</b>  <b>- Cartão vermelho injustificado</b>	<b>Processo disciplinar</b>
<b>Não cumprimento das normas internas</b>	<b>Castigo aplicado pela direção/Coordenação, após consulta ao treinador</b>
<b>Comportamentos incorretos para com elementos do Departamento de Futebol, por parte de pessoas afetas ao atleta</b>	<b>Castigo a aplicar pela Direção/Coordenação</b>





<p>Comportamentos antidesportivos ou que revelem faltas de respeito ou indisciplina para com as equipas adversárias, colegas, árbitros, elementos da equipa técnica e ou órgãos sociais do clube, seja em jogo, ou no recinto do clube.</p>	<p><b>Possíveis sanções:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 – Advertência verbal;</li><li>2 – Interrupção e saída do treino ou jogo;</li><li>3- Interdição aos treinos ou jogos por período a ser determinado pela direção do clube juntamente com o responsável da Integridade e Ética;</li></ol>
---	---

## **SANSÕES PARA PAIS OU ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO**

<p>Comportamentos onde é visível a falta de respeito aos valores éticos para com os atletas do clube e atletas da equipa adversária, árbitros, equipa técnica, dirigentes ou colaboradores do clube.</p>	<p><b>Possíveis sanções:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 – Advertência verbal;</li><li>2 – Convite à saída do recinto do clube;</li><li>3 – Interdição ao acesso ao espaço do clube durante período a ser determinado pela direção do clube.</li></ol>
--	--

## **SANSÕES PARA ORGÃOS SOCIAIS OU COLABORADORES DO CLUBE**

<p>Comportamentos onde é visível a falta de respeito aos valores éticos para com os atletas, árbitros, equipa técnica, dirigentes ou colaboradores do clube, pais ou encarregados de educação.</p>	<p>A Sanção a aplicar será deliberada em reunião de direção em Ação conjunta com a responsabilidade da integridade e ética, bem como mediante o <i>Manual de acolhimento e Boas Práticas</i> e estatutos do clube.</p>
--	--



--	--

## ACÇÃO PARA TODOS ENVOLVIDOS NA ACTIVIDADE DESPORTIVA NO CLUBE

<p>Se for detetado qualquer comportamento duvidoso onde pode estar a ser posto em causa alguma atividade de dopagem, apostas combinadas, à corrupção ou outro comportamento de incentivo à ilegalidade ou más condutas no seio da prática desportiva do clube.</p>	<p>Denúncia efetiva promovida pelo responsável da Integridade e Ética, em conjunto com a direção do clube, da suspeita ou atividade declarada de dopagem ou <i>match fixing</i> (apostas combinadas), dos intervenientes, efetivamente identificáveis, de maneira formal na plataforma <a href="http://integridade.fpf.pt">integridade.fpf.pt</a> ou em outra entidade reguladora deste assunto.</p>
--	--

As multas emanadas de organismos oficiais, atribuíveis ao público afeto a determinado escalão, por comportamentos menos corretos antes/durante e a seguir aos Jogos, serão da responsabilidade dos elementos do público assistente.

Todas as situações não previstas neste Manual e que impliquem castigo disciplinar, serão analisadas pelo Departamento de Futebol de Formação e Responsável da Integridade e Ética, que posteriormente será comunicado ao Sr. Presidente da Direção.

O fato de estarem consignadas penas para os infratores, não invalida que estas possam ser agravadas ou atenuadas por decisão da Direção/Coordenação.

Todas as sanções aplicadas aos atletas serão incluídas nos seus processos individuais.

Entrada em vigor no início da época 2022/2023

Charneca de Caparica, 12 de Agosto de 2022