



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

MANUAL DE ACOLHIMENTO E BOAS PRÁTICAS

Manual de Acolhimento e Boas Práticas | Dezembro 2022 | v2

Tel. **261 022 808** (chamada para rede
fixa nacional) / **93 069 1921**
(chamada para rede móvel nacional)
Facebook / gdueoficial
geral@gdue.pt

Campo Henrique Tomás Frade
Urbanização da Camacha
2655-302 Ericeira
NIF: 501244220



ÍNDICE

1 - INTRODUÇÃO	3
2 - VISÃO.....	3
3 - MISSÃO.....	4
4 - VALORES	4
5 - OBJETIVOS.....	4
6 - A EQUIPA	5
7 - O JOGADOR	5
8 - O TREINADOR.....	6
9 - ORGANIGRAMA - FUTEBOL DE FORMAÇÃO	7
10 - NORMAS DE CONDUTA.....	8
10.1 - Atletas / Dirigentes / Técnicos / Staff	8
10.2 - Treino e Competição (Atletas).....	9
10.3 – Nos transportes.....	10
10.4 – Na escola.....	10
11 - ACOMPANHAMENTO MÉDICO.....	11
12 - RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS E ALIMENTARES.....	12
13 - ACOMPANHAMENTO ESCOLAR.....	16
14 - NORMAS DE CONDUTA PARA OS PAIS	18
15 - NORMAS DE CONDUTA PARA OS ATLETAS.....	18
16 – APOSTAS E MATCH FIXING.....	19
Anexo I	20
Anexo II.....	22



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

1 - INTRODUÇÃO

O presente regulamento visa dar a conhecer a todos(as) os atletas, encarregados de educação, treinadores, diretores, elementos do departamento médico e restantes colaboradores do Departamento de Futebol de Formação do Grupo Desportivo União Ericeirense, as normas essenciais para o bom funcionamento da época desportiva.

De acordo com os objetivos, identidade e valores do Clube, o percurso formativo dos nossos atletas é dividido em várias etapas, visando sempre a potenciação do atleta para atingir um patamar de excelência.

As instalações do clube ficam situadas no campo Henrique Tomás Frade na Ericeira e são compostas de acordo com o Anexo I.

2 - VISÃO

Conseguir a 10 anos ser um dos clubes portugueses que apostando na formação em várias modalidades, capacita as suas equipas seniores com pelo menos 50% de atletas formados no clube.

Conseguir em 10 anos ser um clube que coloca vários dos seus atletas de várias modalidades, nas seleções distritais e nacionais.

Conseguir que pela sua qualidade de formação, muitos jovens do concelho optem pelo clube para iniciar a sua prática desportiva e seja uma referência para muitos profissionais, que nos procurem para exercer as suas atividades.

Ser um Clube que dá oportunidade para a formação de treinadores e de progredirem na sua carreira.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

3 – MISSÃO

Procurar que todos os jovens ericeirenses sejam eles filhos de locais, ou filhos de famílias nacionais e estrangeiras que escolheram a vila para viver, possam praticar desporto em várias modalidades de forma mais lúdica ou competitiva.

Garantir que o seu projeto de formação (Academia), permite que as suas equipas seniores sejam cada vez mais competentes e ganhadoras.

Promover por via da prática do desporto, que as futuras gerações sejam seres humanos mais saudáveis, solidários, competentes, felizes e os principais defensores da alma e identidade da Ericeira.

Ser a instituição da Ericeira que mais orgulha a comunidade pelo seu papel agregador e mobilizador, que permite ser a melhor vila em Portugal para viver.

4 – VALORES

- **Staff e Atletas em competição:** Compromisso. Lealdade. Seriedade. Exigência. Paixão. Orgulho. Excelência.
- **Staff, Atletas e Famílias:** Desportivismo. Respeito. Honestidade. Ética. Fair Play.

5 - OBJETIVOS

- 1. Vida saudável para todas as novas gerações, por via da prática da modalidade futebol.** Com um conceito em que se integram as instalações, um staff competente, uma metodologia rigorosa, mas também divertida e um aproveitamento útil para os tempos livres.
- 2. Ensino do futebol e formação desportiva.** Incorporando a filosofia e os métodos de treino e trabalho da Academia, aos jovens dos 5 aos 14 anos, independentemente do seu género, ou da sua habilidade para a prática da modalidade.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- 3. Descoberta de novos talentos.** Sendo a melhor Academia de formação do concelho, conseguimos atrair os jovens que se evidenciam nos diversos clubes.
- 4. Preparação para a competição.** Com a excelência do nosso staff técnico e uma missão de integrar o maior número de atletas nas nossas equipas seniores, a Academia procurará também que os seus atletas possam a vir fazer parte das seleções regionais e nacionais.
- 5. Formação de treinadores.** É uma das nossas principais premissas criar um corpo técnico de elevada competência, que permita receber vários jovens profissionais nesta área, que por via de estágios, iniciem entre nós as suas carreiras de treinador.
- 6. Pais.** Ocupação dos tempos livres enquanto os seus filhos treinam.

6 - A EQUIPA

As equipas do Grupo Desportivo União Ericeirense têm de ser reconhecidas em todos os seus escalões por um estilo de jogo comum e claramente identificado. Fiéis ao estilo de jogo em todas as circunstâncias. Ter a iniciativa do jogo em todos os momentos, desenvolvendo sempre fatores pressionantes e dominadores. Ser competitivos, ambiciosos e lutar até ao fim. Ser reconhecidas por um comportamento exemplar.

7 - O JOGADOR

Compromisso com a equipa e com a Identidade e Valores do Clube. Ser equilibrado e com espírito de sacrifício. Eliminar as desculpas e ser sempre humilde. Ser tolerante e educado com todas as pessoas que o envolvem. Cuidar da sua imagem pessoal.

Ser um exemplo pelo seu comportamento dentro e fora do clube.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

8 - O TREINADOR

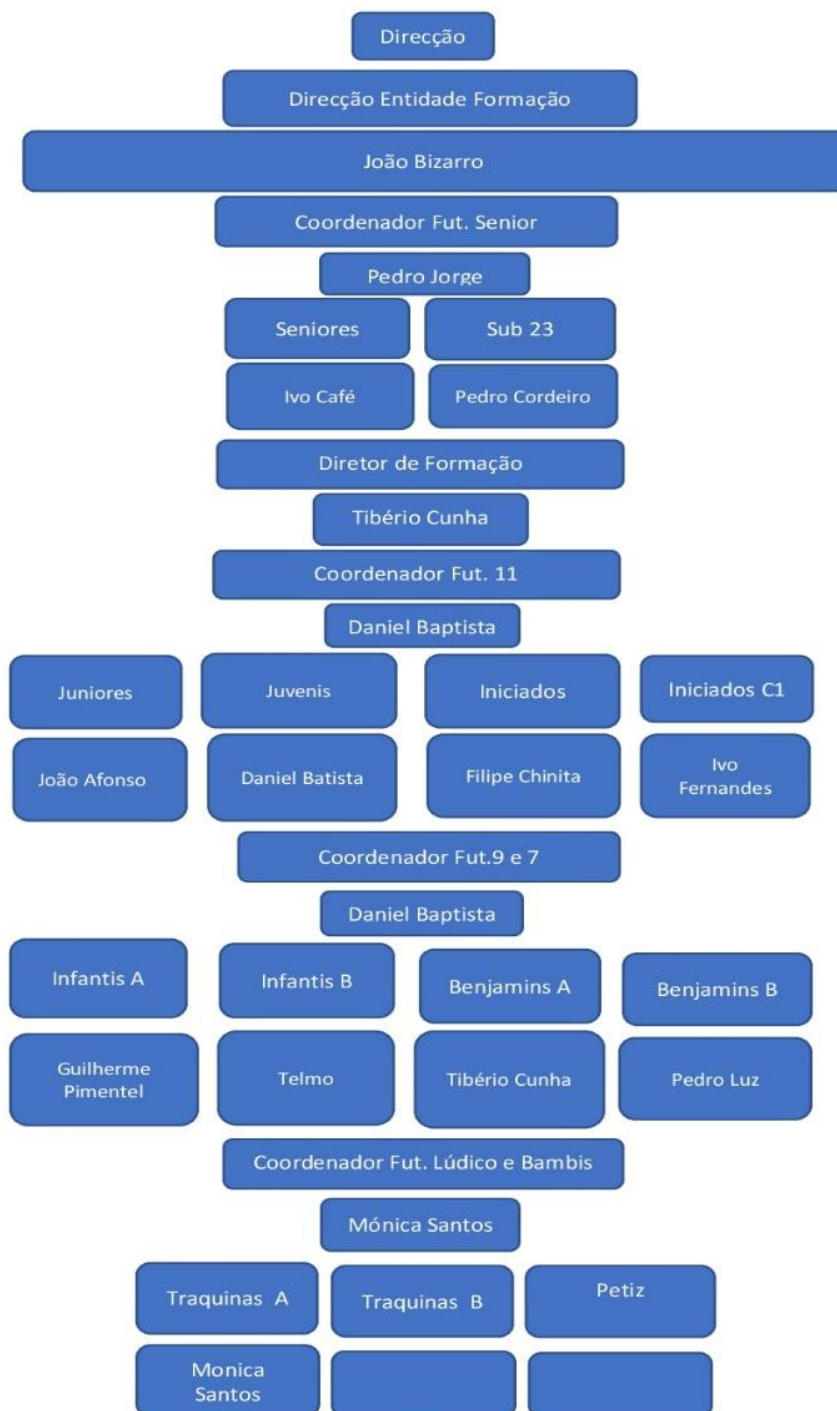
Responsabilidade e compromisso com o Clube. O treinador deve trabalhar com entusiasmo, ambição, orientando-se pelos modelos de Jogo e treino do Clube. Obter o máximo do de cada Atleta, respeitando a Singularidade de cada indivíduo.

Conduta exemplar ao nível social e desportivo.

Espírito de equipa, colaborando e/ou ensinando os colegas mais novos.



9 - ORGANIGRAMA - FUTEBOL DE FORMAÇÃO





GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

10 - NORMAS DE CONDUTA

10.1 - ATLETAS / DIRIGENTES / TÉCNICOS / STAFF

Representar o Grupo Desportivo União Ericeirense acarreta a responsabilidade de uma representação digna de um Clube com a sua história, identidade e valores.

Assim todos os agentes devem:

- Revelar comportamento exemplar, demonstrando respeito mútuo, solidariedade e amizade.
- Promover o espírito de grupo e coesão da equipa em todas as atividades.
- Respeitar as decisões da direção e coordenação do Clube, de uma forma ordeira e civilizada.
- Não iniciar ou manter qualquer discussão com os colaboradores do Clube, devendo participar qualquer atitude incorreta.
- Participar nas atividades promovidas pelo Clube.
- Respeitar todos os agentes desportivos.
- Apresentar-se devidamente equipado com o equipamento do Clube (treinos, jogos, outras representações).
- Avisar previamente sempre que haja impossibilidade de comparecer a uma atividade (treinos, jogos, outras representações).
- Respeitar as opções técnicas.
- Promover uma utilização responsável das instalações (mantendo o estado de conservação, limpeza e higiene).
- Cumprir e fazer cumprir as normas e orientações do departamento médico.
- Participar com empenho e interesse nas ações de formação promovidas pelo Clube.



10.2 - TREINO E COMPETIÇÃO (ATLETAS)

O treino e competição inicia no momento de entrada nas instalações desportivas e termina após saída das mesmas. Todos os intervenientes no treino ou jogo devem:

- Serem assíduos e pontuais.
- Apresentar-se devidamente equipado 10 minutos antes da hora agendada.
- Evitar trazer valores para os treinos e jogos.
- Estar pronto para treinar (corretamente equipado), 5 minutos antes da hora estabelecida. Se necessitares de ajuda para te equipares deves solicitar ajuda ao teu treinador ou colegas.
- Não é permitida a entrada dos atletas nos campos sem autorização dos treinadores. Os atletas são responsáveis pelo material de treino/jogo que usam, devendo participar no seu transporte para o local de treino e jogo.
- Sempre que não possas comparecer ao treino e/ou jogo, por lesão, doença, ou outro motivo, deves informar o teu treinador com a maior antecedência possível.
- No dia do jogo, deves comparecer no local e à hora marcada para a concentração.
- Deves estar sempre equipado a rigor.
- Não é permitido o uso de brincos, pulseiras para o bem da tua integridade física e dos teus colegas.
- Não serão tolerados atos de indisciplina para com companheiros, adversários, treinadores e árbitros.
- Deves respeitar sempre todas as pessoas que te rodeiam em qualquer atividade.
- Se fores suplente no dia de jogo deves respeitar a decisão do teu treinador, apoiando os teus colegas e estares pronto para entrar em jogo a qualquer momento.
- Respeitar sempre as equipas de arbitragem e demais entidades competentes presentes nas competições.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- Deves sempre acatar as decisões das equipas de arbitragem sem qualquer discussão ou comportamento não aceitável.
- Deves sempre respeitar o público e os adeptos que apoiam ambas as equipas.

10.3 – NOS TRANSPORTES

A utilização dos transportes dos atletas e staff do Grupo Desportivo União Ericeirense deverá reger-se pelas seguintes normas:

- Respeito pelos horários definidos;
- Avisar o responsável em caso de alteração ou imprevisto;
- Tratar com correção os motoristas;
- É proibido comer e beber nos transportes;
- Manter o bom estado de conservação e limpeza do veículo;
- É obrigatório o uso do cinto de segurança.

10.4 – NA ESCOLA

Os atletas do Grupo Desportivo União Ericeirense devem ter um comportamento exemplar nas escolas que frequentam, devendo por isso reger-se pelas seguintes normas:

- Respeito pelos horários escolares, tendo o dever de pontualidade e assiduidade;
- Avisar o respectivo educador de infância/ professor titular/ diretor de turma se faltarem à escola;



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- Tratar com correção os assistentes operacionais e professores, bem como os restantes alunos da escola;
- Manter o bom estado de conservação e limpeza dos edifícios escolares;
- Ter bom comportamento, ser respeitado e ter compromisso com a escola.

11 - ACOMPANHAMENTO MÉDICO

O Departamento médico é do clube, dos atletas e treinadores. Pretendemos salvaguardar, sempre em primeiro lugar, a saúde dos nossos atletas, para isso, todas as situações do foro clínico têm de ser comunicadas logo ao departamento para que possamos juntos com os médicos definir qual o melhor caminho a seguir.

Procedimentos no caso de lesão:

Treinos:

- Primeiro contacto será sempre o Fisioterapeuta de serviço. Os treinadores encaminham o atleta para o Gabinete Médico ou o Fisioterapeuta desloca-se ao local de treino.

Jogos:

- Jogos em casa terão acompanhamento por parte de um elemento do departamento médico, sendo que, este irá decidir qual o melhor procedimento para salvaguardar o bem-estar do atleta.
- Jogos fora terão, mediante disponibilidade de RH do departamento, acompanhamento por parte de um elemento do departamento médico, sendo que, este irá decidir qual o melhor procedimento para salvaguardar o bem-estar do atleta.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

PLANO DE EMERGÊNCIA MÉDICA(*)

- 1 - Primeiro socorro dado pelo treinador / profissional de saúde de serviço e/ou diretor do Dep. Médico
- 2 - Informar o posto médico / profissional de saúde de serviço e/ou diretor do Dep. Médico
- 3 - Triagem feita pelo profissional de saúde de serviço

LESÃO LIGEIRA - Realiza tratamento no departamento médico

LESÃO MODERADA - Encaminhar para os médicos ao serviço do Clube

LESÃO GRAVE - Encaminhar para o Hospital através de ambulância

CONTACTOS ÚTEIS:

Proteção Civil: 261 818 261

Bombeiros Municipais de Mafra: 261 812 100

Bombeiros Voluntários da Ericeira: 261 866 500

Posto Territorial da GNR da Ericeira: 261 860 710

Campo de Jogos Henrique Tomás Frade (secretaria) da Ericeira: 261 022 808

Dir. Depart. Médico (Dr. Jorge Miguel Rebanda): 966 064 821

* Placa afixada nos vários recintos desportivos (vide Anexo II)

12 - RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS E ALIMENTARES

A alimentação saudável e o exercício físico são os principais fatores determinantes da nossa saúde, sendo fatores preventivos do aparecimento das principais doenças que nos matam ou incapacitam.

Sabemos que a alimentação é fundamental na melhoria do rendimento e na recuperação do exercício, tendo o desenvolvimento científico e o melhor conhecimento dos alimentos nos

Manual de Acolhimento e Boas Práticas | Dezembro 2022 | v2



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

últimos anos permitido criar estratégias nutricionais fundamentadas que, bem escolhidas e individualmente planeadas, são fator fundamental na consecução dos objetivos desportivos a que cada atleta e grupo de atletas se propõe.

A prática de hábitos alimentares saudáveis e adaptados à prática do futebol será, então, fundamental para a obtenção do melhor rendimento como atleta ao longo da época desportiva, bem como para o seu desenvolvimento como adulto saudável, objetivo claro e inequívoco da formação desportiva.

Sabendo isto, a equipa de Nutrição do Departamento Médico, promove um programa cujos objetivos e procedimento são:

1. Apoio nutricional geral aos atletas e equipas técnicas, realizado através de avaliação nutricional e estabelecimento de plano alimentar individual no início da época;
2. Promoção de hábitos alimentares saudáveis e adaptados à prática da modalidade do Futebol de acordo com os horários específicos dos treinos e calendário competitivo de cada equipa, realizada através de ações e formação sobre alimentação ao longo da época desportiva;
3. Acompanhamento personalizado pela nutricionista de casos específicos, por iniciativa dos atletas ou por sinalização pelas equipas técnicas ou pelos encarregados de educação, realizado através de consulta e acompanhamento individual específico.

RECOMENDAÇÕES ALIMENTARES GERAIS:

- Não fazer intervalos entre refeições superiores a 3 horas;
- Fazer uma alimentação variada – consumir alimentos de todos os grupos alimentares – Cereais, Gorduras vegetais, Legumes/Vegetais, Fruta, Frutos secos (castanha, figo, alperce) e oleaginosos (noz, amêndoa, caju), Peixe Carne e Ovos, Lacticínios, Glícidos (arroz, batata, massa, pão), Gorduras (manteiga, carne vermelha - consumo moderado);
- Tomar sempre o pequeno-almoço;
- Consumir, pelo menos, 1,5-2 litros de água por dia principalmente fora das refeições (a ingestão excessiva de água durante as refeições atrasa a digestão e pode promover a formação de gases);



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- Comer devagar e mastigar bem os alimentos;
- Iniciar sempre o almoço e/ou o jantar com um prato de sopa ou uma salada grande;
- Não exagerar na quantidade de comida no prato às refeições principais;
- Não comer enquanto faz outras coisas (ler, ver televisão, etc);
- Evitar alimentos menos saudáveis;
 - Evitar o consumo de sobremesas e bolos ricos em açúcar refinado e gordura;
 - Evitar o consumo de refrigerantes;
 - Evitar o consumo de fritos;
 - Evitar o consumo de sobremesas processadas/industriais (bolos empacotados, bolachas, gomas, snacks de chocolate embalados);
 - Evitar o consumo de alimentos pré-confecionadas (sopas de pacote, fast-food, refeições pré-confecionadas e/ou congeladas de compra)
- Preferir alimentos frescos, preparados e confecionados em casa;
- Reduzir o consumo de gorduras e preferir gorduras insaturadas
 - cozinhar e temperar com azeite;
 - preferir carnes magras (frango, peru, vitela) e peixe gordo (salmão, atum, sardinha, frutos do mar) em vez das carnes gordas (vaca, borrego) e enchidos;
 - preferir os laticínios magros e/ou substituí-los alternativas vegetais;
 - retirar a gordura visível da carne e dos enchidos, a pele e gordura das aves;
 - preferir assados, estufados, cozidos, grelhados, salteados - evitar os fritos;
- Diminuir o consumo de molhos - temperar com azeite, limão, sal marinho (pouco) e especiarias;
- Reduzir o consumo de sal – temperar a comida com especiarias e ervas aromáticas, evitar os enlatados (teor de sódio elevado);
- Aumentar o consumo de alimentos ricos em fibra – cereais integrais, vegetais, fruta;
- Consumir legumes crus, cozidos ou em sopa, fruta todos os dias;
- Evitar o consumo de álcool;
- Diminuir o açúcar adicionado ao café, chá ou leite;

RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS DESPORTIVAS

Dieta de Treino:

Última refeição principal (pequeno-almoço, almoço ou jantar) deverá ser, pelo menos, 2,5 horas antes do **treino**;

Manual de Acolhimento e Boas Práticas | Dezembro 2022 | v2



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

30 minutos antes do treino pode ingerir algum alimento rico em açúcares de baixo e/ou médio Índice Glicémico (absorção lenta) - Exemplo: 2 Tostas ou meio pão com fiambre **ou** 1 Peça de fruta + 2-3 bolachas de milho/água e sal/torrada ou 1 mão de frutos oleaginosos (amêndoa, noz, caju);

Cuidado com os alimentos que podem provocar desconforto gastro-intestinal – ex. castanhas, laticínios, leguminosas;

30 minutos após o final do treino: reposição das necessidades nutricionais – ingestão de líquidos e refeição com proporção de 4:1 de hidratos de carbono e proteínas.

Dieta de Pré-Competição:

2-3 dias anteriores à competição – aumento da quantidade de glícidos/hidratos de carbono (massa, arroz, batata, pão);

Descanso ou treino leve no dia anterior à competição (para preservação das reservas de glicogénio);

Dieta baseada na dieta de treino (última refeição principal 2,5 a 3 horas antes do jogo; reforço 30 minutos a 1 hora antes);

Não introduzir alimentos novos (manter a experiência individual de cada um);

Evitar alimentos laxantes, diuréticos e/ou que provoquem gases – ex: ameixas, ananás, castanhas, etc;

Dieta de Recuperação:

Objetivo: Repor as reservas nutricionais e eliminar os produtos tóxicos;

1ª hora: Reposição de água e açúcar e minerais: Fruta, Água

1ª Refeição depois da 1ª hora: Rica em glícidos/hidratos de carbono (massa, arroz, pão, leguminosas, quinoa, etc), com proteínas (carne, peixe, ovo, iogurte, queijo) e pobre em gorduras.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

13 - ACOMPANHAMENTO ESCOLAR

A ESCOLA e o DESPORTO trazem grandes benefícios para os jovens.

O GDUE consciente da importância da formação escolar para o desporto, e de forma a reduzir o insucesso, delineou estratégias de incentivo para o sucesso escolar, que permitem criar melhores atletas e ao mesmo tempo melhores alunos:

Os treinadores de cada equipa deverão fazer o registo trimestral do aproveitamento e comportamento dos atletas (informação fornecida pela escola e/ou pelo Encarregado de Educação ao abrigo do Protocolo de Cooperação para a Promoção do Sucesso Escolar através da Prática Desportiva);

Garantia de um responsável pelo acompanhamento escolar dos atletas com maiores dificuldades em termos de aproveitamento e comportamento escolar;

Garantia de um espaço acolhedor com equipamento e materiais educativos de apoio ao estudo;

Incentivar o sucesso escolar;

Incentivar o combate ao abandono escolar.

De acordo com o aproveitamento, evolução desportiva e comportamento escolar dos seus atletas, serão aplicados alguns incentivos:

- **QUADRO DE MÉRITO ACADÉMICO** - Premiar o atleta com melhor aproveitamento escolar (média igual ou superior a 4,5/14), em cada escalão de formação. Esta coordenação)

- 1 T-shirt "GDUE" assinada pelos jogadores Seniores e um Diploma

- **QUADRO DE MÉRITO DESPORTIVO** - Premiar o atleta com melhor evolução desportiva (a determinar em conjunto com os treinadores e equipa técnica)

- Momento de partilha de experiências com a equipa Sénior (ex. almoço com os atletas Seniores) para os escalões mais jovens

- Momento de partilha de experiências com a equipa Sénior (ex. momento no balneário e início treino) equipas juvenis e Juniores

- **QUADRO DE MÉRITO DE VALOR** - Premiar o atleta com melhor comportamento (o atleta que evidencia os valores éticos: respeito, cooperação, amizade, lealdade)



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- Entrevista para a newsletter e redes sociais do clube

O GDUE disponibiliza **condições para ajudar os atletas com maiores dificuldades** em termos de aproveitamento e comportamento escolar:

- Garantia de um responsável pelo acompanhamento escolar, para interagir com os Pais/Encarregado de Educação
- Garantia de um espaço acolhedor com equipamento e materiais educativos de apoio ao estudo
- Garantia de apoio do psicólogo do clube quando necessário

Procedimentos a desenvolver:

- 1- Identificação dos atletas com dificuldades (por análise da recolha de informação do aproveitamento/comportamento ou por indicação direta do encarregado de educação);
- 2- Reunião com pais/encarregados de educação e psicólogo do clube para delinear estratégias de intervenção;
- 3- Intervenção direta com o atleta;
- 4- Avaliação ao longo do processo



14 - NORMAS DE CONDUTA PARA OS PAIS

O objetivo destas normas de conduta é ajudar a melhorar os aspetos comunicacionais, relacionais e consequentemente o entendimento entre os atletas, treinadores, diretores, pais, pessoal administrativo, entre outros, ou seja, todos aqueles que estão ligados ao Grupo Desportivo União Ericeirense. Assim, elencamos uma série de normas de conduta que queremos ver apreendidas e implementadas pelos encarregados de educação dos nossos atletas.

- Apoiar e acompanhar sempre que possível, os filhos na atividade desportiva (treinos/jogos), mas sem os pressionar e sem se intrometer nas tarefas dos atletas, treinadores e dos árbitros.
- Encorajar o seu filho para um estilo de vida equilibrado entre desporto, educação, cultura e outros interesses.
- Valorizar e elogiar, acima de tudo, o esforço (empenho) despendido e os progressos conseguidos (mesmo que ligeiros) e aceite que este é mais importante que ganhar a qualquer custo.
- Encoraja e ajudar o filho a respeitar as regras e o espírito desportivo e não valorizar excessivamente os resultados desportivos alcançados (positivos ou negativos).
- Promover um ambiente de convívio e de união com os outros pais e acima de tudo incentive o grupo/equipa como um todo.
- Evite pressionar o seu filho sobre ganhar, perder ou marcar um golo.
- *"Aprender a jogar futebol, com prazer... pois nem todos serão jogadores, mas sabemos que todos serão no futuro homens e mulheres"*

Colaboração dos pais, encarregados de educação ou acompanhantes dos atletas:

- Sempre que possível levar e ir buscar os filhos ao local do treino e transportar para os jogos;
- Entrar nos balneários dos atletas só em casos excepcionais (no atraso para o início do treino ou jogo para equipar o atleta), por motivos pedagógicos, bem como por motivos de socialização, procurando potencializar a capacidade dos atletas, bem como a sua autonomia (Sub 5 até Sub 10);
- Qualquer questão a colocar ao treinador, terá de que ser imperativamente efetuada antes ou no final do treino ou jogo, nunca durante as mesmas;
- Qualquer esclarecimento de ordem técnica deve ser feito junto do coordenador;
- Qualquer esclarecimento de ordem burocrática deverá ser feito junto do administrativo do Clube;
- Na eventualidade de o atleta faltar, o treinador deve ser avisado com a antecedência possível;
- Sempre que o atleta não possa comparecer ao treino/jogo, deve informar o treinador.



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

Os Pais e Encarregados de Educação devem apresentar atitudes e comportamentos de disciplina nos treinos e nos jogos;

- Deverão mostrar respeito e disciplina para com os responsáveis (treinadores/coordenadores/diretores/técnicos) e equipa adversária num total cumprimento das normas internas.

Em caso de incumprimento destas, aplicar-se-ão as disposições constantes nos Estatutos e no Regulamento Interno do G.D.U.E.

15-NORMA DE CONDUTAS PARA OS ATLETAS

- O atleta deve justificar as suas faltas e de preferência com antecedência. Em caso de 50% de faltas injustificadas, o atleta não deverá ser convocado para o jogo;
- Um atleta que falte injustificadamente a um jogo, não será convocado para o próximo.

Os Atletas devem apresentar atitudes e comportamentos de disciplina nos treinos e nos jogos;

- Deverão mostrar respeito e disciplina para com os responsáveis (treinadores/coordenadores/diretores/técnicos) e equipa adversária num total cumprimento das normas internas.

Em caso de incumprimento destas, aplicar-se-ão as disposições constantes nos Estatutos e no Regulamento Interno do G.D.U.E.

16 – APOSTAS E MATCH FIXING

"Match fixing é a expressão que define a prática de combinar resultados desportivos, com vista a obter prémios desportivos ou quantias provenientes de apostas a dinheiro. Neste último caso, a tentativa é a de forjar um resultado ou uma determinada ocorrência no tempo útil de jogo, por forma a vencer uma aposta previamente estabelecida. Com esse propósito, são os jogadores ou os árbitros os elos chave na execução desse esquema, por meio de um ou vários subornos (monetários ou de outra espécie)". In SPJP.pt

No contexto da definição do "Match Fixing" os jogadores deverão adotar os comportamentos necessários para evitar situações que se enquadrem dentro da definição. Assim, os jogadores do GDUE, deverão sempre:



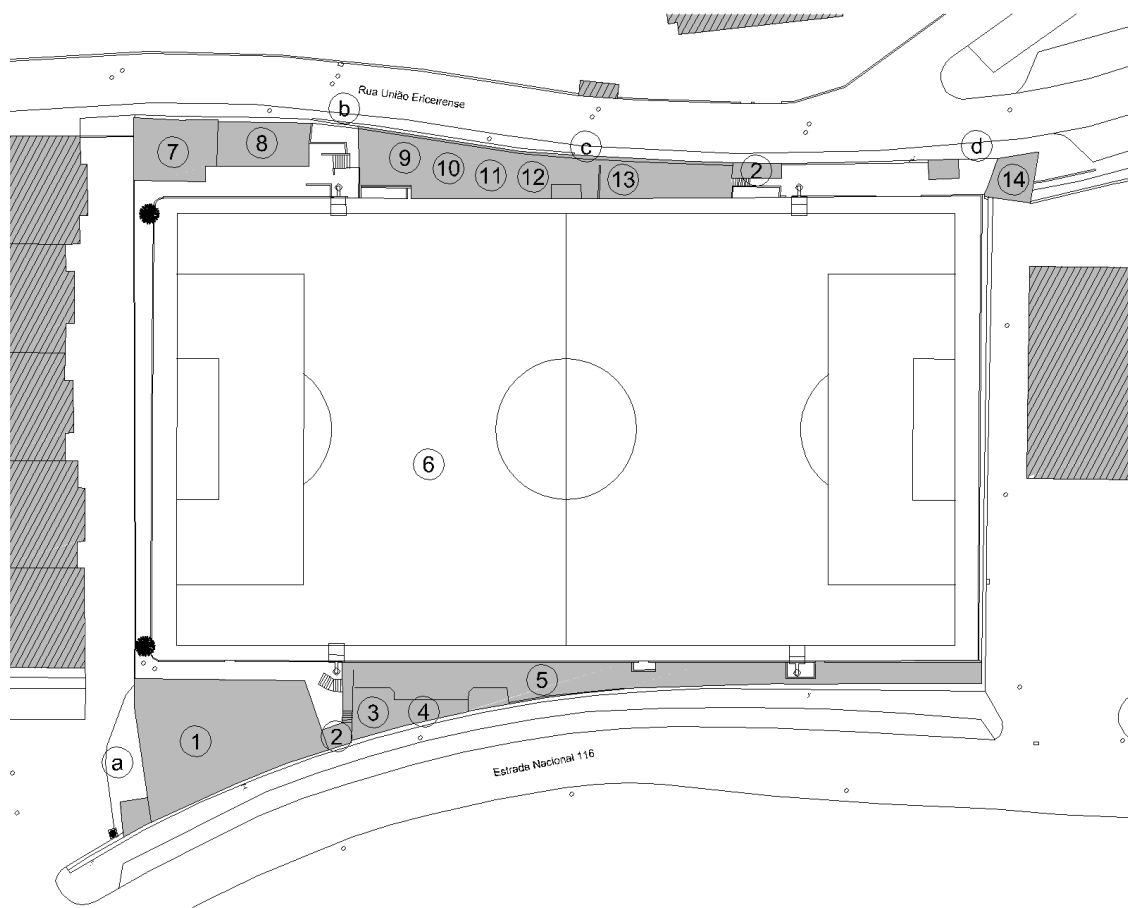
GRUPO DESPORTIVO UNIÃO ERICEIRENSE

"A força do mar, a alma da terra"

- Nunca aceitar combinar um resultado;
- Evitar dívidas ou vícios que possam potenciar o aproveitamento pelos agentes corruptos;
- Denunciar todo o tipo de actividades de tentativa ou execução de match fixing;
- Nunca apostar em jogos que participa;
- Nunca aliciar ninguém a apostar em jogos ou competições em que participa;
- Nunca receber nenhum tipo de oferta ou pagamento para viciar resultados;
- Reconhecer, resistir e reportar todas as actividades de Match Fixing.

O presente Manual de acolhimento e Boas Práticas é um documento orientador da formação desportiva, pessoal e social de todos os agentes envolvidos nas actividades desenvolvidas pelo Departamento de Futebol Jovem do Grupo Desportivo União Ericeirense.

ANEXO I



Infraestruturas

- | | | | | |
|---------------------------------------|---------------------------|--------------------------|--|--------------------|
| 1- Bar/sala de convívio | 2- Instalações sanitárias | 3- Secretaria | 4- Sala de reuniões | 5- Bancada coberta |
| 6- Campo de jogos (relvado sintético) | 7- Casa do guarda-campo | 8- Ginásio | 9- Lavandaria/rouparia | 10- Dep. médico |
| 11 – Sala de treinadores | 12- Balneários | 13 – Sala de treinadores | 14- Sala de formação e apoio ao estudo | |

Acessos para o complexo

- | | | |
|-----------------------|-----------------------|--|
| a – Entrada Principal | b- entrada secundária | c- Entrada balneários (visitantes/visitados) |
| d- Entrada secundária | | |

ANEXO II



