



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



Cacém, 30 de Junho de 2026

Caros(as) Encarregados(as) de Educação,

Se os(as) vossos(as) educandos(as) tiverem interesse em experimentar ou praticar andebol de forma regular, integrando uma equipa organizada, participando em torneios e competições ao fim de semana e tornando-se atletas federados(as), já podem inscrevê-los(as) na Secção de Andebol do Atlético Clube do Cacém.

Orgulhamo-nos de ser um clube que forma não só atletas, mas também pessoas. Para além do ensino das técnicas e competências da modalidade, promovemos valores humanos e sociais que podem ser aplicados nas mais diversas situações, dentro e fora de campo, bem como na vida pessoal e profissional.

O desporto é uma aposta segura no desenvolvimento de crianças e jovens, incentivando a prática regular de atividade física e a adoção de hábitos de vida saudáveis. Simultaneamente, promove a sociabilidade, o espírito de equipa, a entreajuda, a partilha, a tolerância, a autoestima e a valorização pessoal.

Com mais de 75 anos de história, o Atlético Clube do Cacém tem um longo percurso na formação desportiva e cívica no concelho de Sintra. O nosso clube promove a integração de atletas de todos os escalões, treinadores, dirigentes e respetivas famílias, fomentando não só a prática desportiva, mas também o convívio saudável e o espírito de comunidade.

Somos ainda o único clube do concelho de Sintra com secção de andebol, sendo nossa ambição oferecer esta modalidade em todos os escalões, tanto no masculino como no feminino.

Estamos prontos para iniciar mais uma época desportiva e contamos convosco para fazer parte deste projeto.

Sejam muito bem-vindos(as) à família do Andebol do Atlético Clube do Cacém!

A Direção do Atlético Clube do Cacém

Atlético Clube do Cacém - Secção de Andebol

**Instagram:** [andebol.accacem](https://www.instagram.com/andebol.accacem)

**Facebook:** [accacem1941andebol](https://www.facebook.com/accacem1941andebol)



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



[@accacem1941](https://www.instagram.com/accacem1941)



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## REGULAMENTO DA SECÇÃO DE ANDEBOL - ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

ÉPOCA DESPORTIVA 2026-2027

### 1. ESTRUTURA TÉCNICA (provisória)

**Coordenação:** Helder Moutinho | Telemóvel: 910 758 515 | E-mail: andebol@accacém.pt

#### **Treinadores:**

O Atlético Clube do Cacém possui, nos seus quadros, treinadores com competências reconhecidas para exercer com brio as suas funções.

Identificamo-nos, não só como um clube formador de atletas, como também de treinadores, aos quais damos condições para exercer o trabalho que pretendem, dentro dos ideais com os quais o Atlético Clube do Cacém se identifica.

Os treinadores são apresentados no início de cada época, sendo, para a época 2026-2027, a apresentação de cada treinador no escalão correspondente, no dia 1 de Setembro de 2026 (data prevista).

#### **Dirigentes:**

- Maria João Oliveira
- Beatriz Pires
- Carla Lopes
- Catarina Palma
- Elvira Nuno
- Rui Gonçalves
- Helder Moutinho
- Pedro Oliveira
- A definir



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 2. ESCALÕES 2026-2027

O escalão de cada atleta é determinado pelas diretrizes da Federação de Andebol de Portugal, sendo que na época desportiva de 2026-2027, a secção de andebol do Atlético Clube do Cacém aceita inscrições para os seguintes escalões:

| Escalões           | Masculinos<br>(anos de nascimento) | Femininos<br>(anos de nascimento) |
|--------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| Sub-6   Baby       | 2021-2024                          | 2021-2024                         |
| Sub-8   Manitas    | 2019-2020                          | 2019-2020                         |
| Sub-10   Bambis    | 2017-2018                          | 2017-2018                         |
| Sub-12   Minis     | 2015-2016                          | 2015-2016                         |
| Sub-14   Infantis  | 2013-2014                          | 2013-2014                         |
| Sub-16   Iniciados | 2011-2012                          | 2011-2012                         |
| Sub-18   Juvenis   | 2009-2010                          | 2009-2010                         |
| Seniores Sub-20    | 2007-2008                          | -                                 |
| Seniores           | 2006 e antes                       | 2008 e antes                      |
| Veteranos          | 1990 e antes                       | sem oferta                        |

### Nota:

Mapa de Idades previsto para a Época 2026/2027, pendente de alterações/confirmação mediante publicação de comunicado nº 1 da Federação de Andebol de Portugal.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



### 3. DATAS, HORÁRIOS E LOCAL DOS TREINOS E COMPETIÇÃO

A época desportiva tem início no final de agosto/início de setembro de 2026 e está prevista terminar em finais de junho (provas oficiais) ou meados de julho de 2027 (torneio de fim de época).

Por norma, os treinos realizam-se em horário pós-laboral/pós-horário escolar e é nossa ambição que todos os escalões tenham acesso a pelo menos 2 ou 3 treinos por semana (mediante disponibilidade de pavilhão e da equipa técnica).

O horário final dos treinos será divulgado durante o mês setembro, ou assim que a Câmara Municipal de Sintra divulgar o horário de funcionamento dos pavilhões gimnodesportivos do concelho.

Os treinos poderão ocorrer num dos seguintes locais:

- Campos relvados do Complexo Desportivo do Atlético Clube do Cacém
- Pavilhão da Escola Secundária Gama Barros, Cacém (a confirmar)
- Pavilhão da Escola António Sérgio, Cacém
- Pavilhão da Escola Rainha D. Leonor de Lencastre, São Marcos
- Campo Polidesportivo de São Marcos 1 (a confirmar)
- Pavilhão da Escola Alfredo da Silva (a confirmar)
- Pavilhão da Escola Leal da Câmara (a confirmar)
- Pavilhão Municipal da Abelheira (a confirmar)
- Pavilhão Municipal da Serra das Minas (a confirmar)
- Pavilhão Municipal de Casal de Cambra (a confirmar)

**Nota:** Na ocorrência destes pavilhões gimnodesportivos não estarem disponíveis para a realização dos treinos do clube, a Câmara Municipal de Sintra poderá atribuir outros pavilhões que não constam desta lista.

Por norma e durante o período de competição organizada pela Associação de Andebol de Lisboa (AAL) ou pelo clube (em parceria com a AAL, Federação de Andebol de Portugal e outras entidades), os jogos serão calendarizados para o fim-de-semana e/ou feriados e terão lugar num dos pavilhões gimnodesportivos do



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)

+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



concelho de Sintra (jogos em casa) ou num pavilhão gimnodesportivo na Região de Lisboa e Vale do Tejo (em caso de necessidade de troca de local dos jogos por acordo mútuo entre os clubes).

Ocasionalmente, as equipas do clube poderão participar em torneios ou jogos nas várias regiões do país, mas informação referente sobre estas deslocações será comunicada aos jogadores e encarregados de educação atempadamente.

À exceção dos jogos em Torneios de curta duração, não é prática comum os(as) atletas realizarem mais do que um jogo por dia. No entanto, nos escalões de formação e por decisão única e exclusivamente da equipa técnica, é prática comum os(as) atletas realizarem jogos no seu escalão e no escalão imediatamente acima (ex. atletas do escalão de Sub-14 poderão ser convocados/as para participarem nos jogos da equipa de Sub-16). Para além da decisão da equipa técnica, esta subida de escalão apenas será efetuada caso atletas e respectivos encarregados de educação estejam de acordo.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro





# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 4. CUSTOS DE PARTICIPAÇÃO

### Jóia anual e Mensalidade/Anuidade

| Escalões           | Jóia anual (1) | Mensalidade (2)            | Anuidade (3) |
|--------------------|----------------|----------------------------|--------------|
| Sub-6   Baby       | 1 x 35,00 €    | 10 x 15,00 € + 1 x 7,50 €  | 1 x 141,75 € |
| Sub-8   Manitas    |                |                            |              |
| Sub-10   Bambis    |                |                            |              |
| Sub-12   Minis     |                | 10 x 25,00 € + 1 x 12,50 € | 1 x 236,25 € |
| Sub-14   Infantis  |                | 10 x 30,00 € + 1 x 15,00 € | 1 x 283,50 € |
| Sub-16   Iniciados |                |                            |              |
| Sub-18   Juvenis   |                |                            |              |
| Seniores Sub-20    |                |                            |              |
| Seniores           | 1 x 35,00 €    | 10 x 15,00 € + 1 x 7,50 €  | 1 x 141,75 € |
| Veteranos          | 1 x 35,00 €    | 10 x 30,00 € + 1 x 15,00 € | 1 x 283,50 € |

(1) A jóia anual inclui: Seguro Desportivo, Exame Médico e inscrição na Federação de Andebol de Portugal, quando aplicável.

(2) 10 x mensalidades de setembro a junho + metade da mensalidade do mês de julho (a ser paga em dezembro).

(3) O valor da anuidade beneficia de 10% de desconto sobre o valor total das mensalidades

#### Nota:

O valor da inscrição na Federação de Andebol de Portugal (FAP) para os escalões de seniores (M e F) está incluído no valor da mensalidade/anuidade a pagar. O seguro desportivo e o exame médico são obrigatórios em todos os escalões. O exame médico poderá ser realizado externamente, mas deve ser entregue no clube para fins de inscrição na FAP.

A cota de sócio só é obrigatória para os escalões até aos SUB-20, sendo os não pagantes também registados como sócio porém isentos.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## Equipamentos.

Os equipamentos e os restantes produtos, incluindo os kits, encontram-se disponíveis no site do clube. Ao selecionar um artigo, será reencaminhado para o site oficial da **Kelme**, nossa marca parceira, onde poderá efetuar a respetiva encomenda.

Durante o processo de compra, poderá optar pela entrega ao domicílio ou pela entrega na loja do clube.

Caso escolha a entrega na loja do clube, será informado assim que a encomenda for rececionada. A entrega será efetuada em mão nas instalações do clube.

**Nota:** A gestão logística das encomendas efetuadas, bem como o processamento das respetivas formas de pagamento, é da responsabilidade do nosso parceiro Kelme.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 5. DESCONTOS E CONDIÇÕES DE PAGAMENTO

O Atlético Clube do Cacém aplicará um desconto de 10% a cada irmão/irmã inscrito no clube. Os descontos não são cumulativos.

Condições de pagamento:

- O pagamento da mensalidade deverá ser realizado até ao dia 8 de cada mês.
- O pagamento da anuidade deverá ser efetuado até ao dia 8 do mês de outubro.
- Mensalidades em atraso podem levar à suspensão dos treinos e não participação nos jogos oficiais.

### Dados para pagamentos por multibanco ou transferência bancária:

Atlético Clube do Cacém  
Banco Montepio Geral  
IBAN: PT50 0036.0098.9910.0070.6180.8  
NIB: 0036.0098.9910.0070.6180.8

### Nota:

1. No caso do pagamento efetuado por multibanco ou transferência bancária, o comprovativo de pagamento deve ser enviado por e-mail para os seguintes endereços de e-mail: [atleticoclubedocacem@accacem.pt](mailto:atleticoclubedocacem@accacem.pt) ou [andebol@accacem.pt](mailto:andebol@accacem.pt), indicando a seguinte informação: número de associado; modalidade de Andebol; nome completo do(a) atleta e o mês correspondente.
2. Quaisquer questões relativas a valores, pagamentos, horários ou outros assuntos devem ser dirigidas ao Coordenador da Secção de Andebol - Helder Moutinho e/ou treinadores e dirigentes dos respetivos escalões.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)

+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro





# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 6. INSCRIÇÃO

Todos(as) os(as) atletas devem efetuar a inscrição através do [formulário](#) disponibilizado para esses efeitos, sendo elas novas inscrições ou renovações.

Para Novas Inscrições, o atleta poderá contar com 2-3 semanas de treinos experimentais sem compromisso (havendo lugar a pagamento da mensalidade no mês seguinte ao início dos treinos).

Após a submissão do formulário de inscrição, os representantes do clube entrarão em contacto para comunicar os horários dos treinos e prestar quaisquer informações adicionais.

A inscrição será analisada e validada pela Secção de Andebol do ACC.

O pagamento deverá ser efetuado, preferencialmente, por transferência bancária, seguindo as instruções disponibilizadas no **item 5**. Após a realização da transferência, deverá ser remetido o respetivo comprovativo para o e-mail [andebol@accacem.pt](mailto:andebol@accacem.pt), indicando o nome do atleta e o mês a que o pagamento diz respeito. Em alternativa, o pagamento poderá ser efetuado presencialmente na loja do clube.

A inscrição apenas será considerada válida após o pagamento da jóia anual e da primeira mensalidade ou da anuidade, conforme a modalidade de pagamento escolhida.

Para os escalões seniores, a validação da inscrição ficará igualmente dependente do contacto e da aprovação da equipa técnica.

### Nota:

1. A fim de evitar a devolução de inscrições e, conseqüentemente, o atraso das mesmas, devem conferir todos os dados e documentos preenchidos.
2. No caso de as responsabilidades parentais serem atribuídas a um tutor é obrigatória a entrega dos documentos de suporte desta situação.
3. O comprovativo de Domicílio Fiscal pode ser obtido seguindo estes passos: Portal das Finanças / Área Pessoal / Cidadãos / Obter / Certidões / Efetuar pedido / Opção-Domicílio Fiscal / Confirmar / Obter
4. É importante assegurar que os documentos digitalizados são legíveis, de modo a não atrasar a validação da inscrição.
5. Enquanto o pagamento do valor da jóia anual não for efetuado, os(as) atletas não estão segurados(as) e a participação em atividades do clube é da sua inteira responsabilidade ou dos respetivos encarregados de educação (em caso de atletas menores de idade).



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)

+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 7. EXAME MÉDICO E SEGURO DESPORTIVO

O exame médico e o seguro desportivo são obrigatórios para todos(as) os(as) atletas (com validade de 1 época desportiva) e devem ser realizados no início da época desportiva, sendo que os(as) atletas não poderão ser inscritos(as) em nenhuma competição oficial sem a apresentação do comprovativo de realização do exame médico e do pagamento do seguro desportivo.

No início da época desportiva, a secção de andebol do ACC irá assegurar uma ou mais datas em que os(as) atletas poderão/deverão realizar o exame médico nas instalações do clube ou num dos locais de treino a designar à posteriori.

Quaisquer atletas que não efetuarem o exame médico nesta(s) data(s) deverão contactar a Coordenação da Secção de Andebol do clube, de modo a encontrar uma solução alternativa.

Todos os atletas encontram-se abrangidos pelo seguro desportivo obrigatório, sendo o respetivo prémio integralmente suportado pelo clube.

O seguro contempla as seguintes coberturas:

- **Morte ou Invalidez Permanente:** 32.437,50 €
- **Despesas de Tratamento, Transporte Sanitário e Repatriamento:** 5.190,00 €
- **Despesas de Funeral por Acidente (praticantes menores de 14 anos):** 2.700,00 €
- **Despesas de Funeral por Acidente (praticantes com idade igual ou superior a 14 anos):** 2.700,00 €
- **Morte Súbita:** 32.437,50 €

Em caso de lesão ocorrida durante treinos e/ou jogos, o(a) atleta ou, tratando-se de menor de idade, o respetivo encarregado de educação, deverá comunicar a ocorrência, com a maior brevidade possível, ao coordenador da secção de andebol, ao treinador e/ou ao dirigente da equipa.

Esta comunicação é indispensável para que seja desencadeado o procedimento de avaliação médica e, quando aplicável, o acionamento do seguro desportivo.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)

+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



O seguro desportivo apenas poderá ser acionado após observação do atleta pelo médico do clube. Caso, na sequência da avaliação clínica, o médico considere que a lesão se enquadra nas condições previstas pela apólice, será aberto o respetivo processo de sinistro.

A abertura do processo implica o pagamento da franquia prevista na apólice, cujo valor, na época desportiva 2025/2026, foi de 100,00 €.

## Nota:

1. A participação nos treinos e outras atividades do clube, no período anterior à realização do exame médico e/ou pagamento do seguro desportivo é da inteira responsabilidade dos(as) atletas ou dos respetivos encarregados de educação (no caso de atletas menores de idade).
2. O valor da franquia poderá ser atualizado em cada época desportiva, de acordo com as condições definidas pela seguradora.
3. O pagamento da franquia necessária para a abertura do processo junto da seguradora é da responsabilidade do atleta.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 8. DIREITOS E DEVERES DOS ATLETAS

A participação em qualquer atividade desportiva ou social em representação do ACC, sejam estas em contexto de treino ou de competição, deverá ser feita de acordo com o Estatutos dos(as) Atletas do Atlético Clube do Cacém (2026-2027) disponível em <https://andebol.accacem.pt/src/pages/inscrever.php>



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro



# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 9. DIREITOS DE IMAGEM

Ao proceder à inscrição, os atletas e respetivo(s) encarregado(s), autorizam a cedência de forma gratuita e incondicional ao Atlético Clube do Cacém, os direitos de utilização de imagem do(a) atleta tal como captada, por meio de fotografia ou vídeo, durante a participação em competições e/ou atividades desportivas inerentes à atividade regular do clube e dos seus técnicos, autorizando, deste modo, a sua reprodução em peças de comunicação, única e exclusivamente, de apoio à divulgação e promoção das atividades do clube e dos respetivos parceiros institucionais.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro





# ATLÉTICO CLUBE DO CACÉM

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em 28 de julho de 1941



## 10. ACOLHIMENTO A ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO E RESPECTIVAS FAMÍLIAS

É intenção da Secção de Andebol do Atlético Clube do Cacém continuar a desenvolver e melhorar a ligação às famílias dos jovens atletas. Julgamos ser muito importante que os encarregados de educação e respectivas famílias conheçam:

- o clube que acolhe os seus filhos e educandos;
- os treinadores e dirigentes que os acompanham;
- as atividades que estes desenvolvem e os valores transmitidos pelo clube; e
- as estruturas de apoio que o ACC pode proporcionar aos seus praticantes.

Neste sentido, é nossa intenção realizar uma reunião com os pais e encarregados de educação no início da época desportiva ou em qualquer outra altura que se justifique.



[www.accacem.pt](http://www.accacem.pt)



@accacem1941



[geral@accacem.pt](mailto:geral@accacem.pt)



+351 219 188 620



Rua Casal De Ouressa, N.º 20,  
2635-600, Rio de Mouro