



Residência CAR

A RESIDÊNCIA CAR é uma estrutura integrada no Instituto de Desporto de Portugal, I.P., com instalações localizadas no Centro Desportivo Nacional do Jamor (CDNJ) e que está ao serviço dos interesses e necessidades dos praticantes que se encontram nos níveis mais elevados do rendimento desportivo, proporcionando-lhes condições de treino que lhes permitam dar resposta às características de rigor e exigência da preparação requerida para a obtenção de resultados de excelência.

Considerando os objectivos delineados anteriormente, é exigível que a admissão à Residência CAR, e aos seus serviços e valências, obedeça a critérios bem determinados e rigorosos, relacionados com o desempenho desportivo dos praticantes-candidatos e também critérios que, tendo em vista propiciar melhores alternativas no pós-carreira desportiva, valorizem a sua formação académica e/ou profissional. Deste modo, o financiamento a conceder às federações, neste âmbito, terá em conta o estatuto desportivo do praticante-candidato e o seu aproveitamento escolar.

1. Apoios e Prioridades

Mediante candidatura, as Federações Desportivas poderão solicitar apoios, tendo em consideração os seguintes regimes:

- Praticantes em regime interno
- Praticantes em regime externo
- Praticantes em regime de utilização periódica

1.1. Praticantes em Regime Interno

A Residência CAR é a infra-estrutura de alojamento dos praticantes em regime interno, possibilitando, actualmente, a integração de um número máximo de 72 residentes que contam ainda com os SERVIÇOS DE RESTAURAÇÃO no Centro de Estágio e uma ÁREA SOCIAL E DE LAZER, que funciona em edifício próprio junto ao Bloco Residencial.

Ao Instituto do Desporto de Portugal, I.P. cabe estabelecer os critérios de acordo com os quais se procederá ao preenchimento das vagas existentes, em função das candidaturas que lhe são apresentadas.

As Federações Desportivas poderão solicitar, anualmente, a integração de **praticantes em regime interno**, a qual estará sujeita às seguintes prioridades de acesso:

- 1.1.1. Praticantes integrados no *Projecto Olímpico*;
- 1.1.2. Praticantes com *Estatuto de Alta Competição*, Juniores e Seniores;
- 1.1.3. Praticantes no *Percurso de Alta Competição*;
- 1.1.4. Praticantes que ainda não conseguiram alcançar o regime de alta competição, mas estão envolvidos em projectos especiais de preparação e/ou pré-seleccionados para a *Representação Nacional* em eventos de expressão internacional, designadamente Campeonatos da Europa e do Mundo.
- 1.1.5. Praticantes indicados pelas respectivas Federações Desportivas como *Jovens Talentos*, ou seja, praticantes que revelem particulares condições desportivas, que possuam níveis de desempenho e de rendimento excepcionais no escalão etário a que pertencem, mas que estejam sujeitos a limitações inerentes às condições de treino ou de enquadramento técnico no clube de origem (para os praticantes residentes fora da Grande Lisboa) ou a limitações relacionadas com os recursos financeiros da sua família.

1.2. Praticantes em Regime Externo

As Federações Desportivas poderão, igualmente, solicitar apoios para **praticantes em regime externo**, designadamente para os praticantes mencionados nos pontos 1.1.1, 1.1.2, e 1.1.3, que treinem no CDNJ e estejam enquadrados em Centros de Treino das respectivas Federações.

1.3. Praticantes em Regime de Utilização Periódica

As Federações Desportivas poderão ainda solicitar apoios para **praticantes em regime de utilização periódica** sempre que desenvolvam projectos especiais de preparação no âmbito das suas Selecções Nacionais, tendo como local de concentração o CDNJ.

2. Natureza dos Apoios

Residência CAR coloca ao dispor dos praticantes, de acordo com o respectivo regime, um conjunto de valências e serviços, entre as quais:

- 2.1. Alojamento: pavilhão com 42 quartos duplos e 3 individuais;
- 2.2. Restauração, no refeitório do Centro de Estágio do CDNJamor;
- 2.3. Área Social e de Lazer, que compreende Biblioteca e Sala de Estudo, Sala de Convívio, Sala de Estar com TV, Sala de Informática, Anfiteatro/Auditório, Lavandaria, Cozinha e Copa;
- 2.4. Meios audiovisuais e acesso à internet;
- 2.5. Acompanhamento dos praticantes por tutores residentes, nos termos acordados entre o IDP, I.P. e as federações desportivas;
- 2.6. Apoio pedagógico aos praticantes residentes, do ensino Básico ao Superior, ministrado por Professores qualificados;
- 2.7. Acompanhamento dos praticantes residentes no âmbito da Assistência Social, realizada por técnica especializada;
- 2.8. Apoio especializado na área da Medicina, Fisioterapia, Psicologia do Desporto, Nutrição, Avaliação e Controlo do Treino, Avaliação da Morfologia e da Composição Corporal, Avaliação Técnica e Biomecânica, entre outras valências, na Unidade de Medicina Desportiva e Controlo do Treino;
- 2.9. Acesso à Sala de Exercício e à Sala de Treino em Altitude da Unidade de Medicina Desportiva e Controlo do Treino;
- 2.10. Acesso a todas as instalações desportivas do Centro Desportivo Nacional do Jamor.

3. Critérios de Financiamento

3.1. Para os **praticantes em regime interno**, considerando que as despesas de alojamento e alimentação foram estimadas num valor anual de **8.800,00 €**, o IDP, I.P. atribuirá às Federações um apoio financeiro de acordo com os níveis de rendimento desportivo e formação académica e/ou profissional, a saber:

3.1.1. Até **70%** do apoio financeiro será atribuído em função do desempenho desportivo, de acordo com a seguinte tabela:

Praticante integrado no <i>Projecto Olímpico</i>	70%
Praticante com <i>Estatuto de Alta Competição</i>	60%
Praticante no <i>Percurso de Alta Competição</i>	50%
Praticante que integra regularmente uma <i>Representação Nacional</i>	40%
Praticante considerado <i>Jovem Talento</i>	30%

3.1.2. Até **30%** do apoio financeiro será atribuído em função do desempenho académico / formação profissional:

Frequência do Ensino Básico e Secundário/ Ensino Superior/ Formação técnico-profissional / com aproveitamento	30%
Frequência do Ensino Básico e Secundário/ Ensino Superior/ Formação técnico-profissional / sem aproveitamento	10%

3.1.3. Os encargos de alojamento e alimentação dos **tutores residentes**, serão assumidos integralmente pelo IDP, I.P.;

3.1.4. Os encargos de alojamento e alimentação dos **treinadores residentes** serão assumidos em 50% pela respectiva Federação.

3.2. Para os **praticantes em regime externo** o IDP, I.P. atribuirá os seguintes apoios:

3.2.1. Condições para repouso, lazer e estudo na Área Social e de Lazer da Residência CAR;

3.2.2. Utilização dos balneários da Residência CAR;

3.2.3. Uma refeição diária (almoço ou jantar), atribuível a praticantes cuja coordenação do treino com as actividades escolares ou de formação profissional assim o justifique.

3.3. Os **praticantes em regime de utilização periódica** poderão beneficiar das infra-estruturas, serviços e valências da Residência CAR durante a sua permanência em estágio no CDNJ, sendo que as despesas de alojamento e alimentação serão integralmente suportadas pelas respectivas Federações.

4. Candidaturas e Documentação

4.1. Para a apresentação das candidaturas de **praticantes em regime interno e em regime externo**, as Federações Desportivas devem elaborar os processos individuais dos candidatos, até ao dia **17 de Agosto**, tendo, para o efeito:

4.1.1. Preencher o formulário de candidatura (disponível na “Área Reservada” do sítio do IDP, I.P., www.idesporto.pt), tendo em consideração que para a sua avaliação constituem dados relevantes: a definição dos objectivos desportivos a médio prazo, bem como os resultados desportivos e académicos ou de formação profissional, obtidos na época anterior;

4.1.2. Enviar os formulários para o endereço candidaturascarjamor@idesporto.pt, acompanhados por uma informação com a indicação expressa dos seguintes elementos:

- Lista com o nome dos candidatos, ordenada por prioridade na admissão, de acordo com os critérios da Federação requerente e tendo em atenção o que consta do ponto 3 deste documento;
- Natureza dos apoios requeridos (de acordo com o ponto 2 deste documento).

4.2. Os resultados das candidaturas serão divulgados, pelo IDP, I.P., até ao dia 31 de Agosto.

4.3. Após a sua admissão, os praticantes têm um prazo máximo de 30 dias para entregar aos serviços de gestão da Residência CAR os seguintes documentos:

- 4.3.1. Autorização dos encarregados de educação (para os praticantes menores de idade);
- 4.3.2. Uma Fotografia tipo passe;
- 4.3.3. Fotocópia do exame médico desportivo (com a validade mínima de 9 meses);
- 4.3.4. Plano desportivo e horário dos treinos;
- 4.3.5. Plano de estudos/formação e horário dessas actividades.

4.4. As candidaturas a apoios para **praticantes em regime de utilização periódica** deverão ser apresentadas pelas Federações Desportivas ao IDP, I.P. com a antecedência mínima de um mês.