



Campus de Santos . Av. D. Carlos I, 4, 1200-649 Lisboa | Portugal
Telf: (+351) 213 030 600 . iade@iade.pt



**Faculdade de Design,
Tecnologia e Comunicação**
Universidade Europeia

Adriana Filipe Afonso

Relatório de Estágio no Clube Recreativo Leões Porto Salvo

Orientador(es): Nome dos Orientador(es)

Doutora Filipa Isabel de Almeida Fernandes Vilaça

JULHO, 2022

**ADRIANA
FILIPE
AFONSO**

RELATÓRIO DE ESTÁGIO NO CLUBE RECREATIVO LEÕES PORTO SALVO

Relatório de Estágio apresentada ao IADE - Faculdade de Design, Tecnologia e Comunicação da Universidade Europeia, para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Gestão do Design realizada sob a orientação científica da Doutora Filipa Isabel de Almeida Fernandes Vilaça, (*Marketing, Economia e Gestão*) da (Faculdade de Design, Tecnologia e Comunicação da Universidade Europeia)

Lisboa

Julho, 2022

palavras-chave

Desporto; Futsal; Marketing

resumo

O presente relatório descreve o um estágio na área da Comunicação/Marketing num Clube Desportivo - o Clube Recreativo Leões de Porto Salvo. É abordada a situação inicial quando iniciei o estágio em questão, onde descrevo as minhas funções, os objetivos e um plano de comunicação, é um enquadramento bibliográfico e as funções desempenhadas em cada modalidade desportiva.

ÍNDICE

Parte I – INTRODUÇÃO	1
Contextualização/Enquadramento	1
Âmbito e escolha - Pertinência do Estágio	1
Temas-chave	2
História do Clube	2
Infraestruturas	4
Equipa e Funcionamento / Portefólio e prémios	5
Patrocínios.....	6
Lemas e Frases do Clube	6
Projetos inseridos no Clube.....	6
Redes Sociais e Websites do Clube	8
Websites.....	14
PARTE II – SITUAÇÃO INICIAL.....	15
Objetivos Pessoais	15
Funções e Objetivos Atribuídos	16
Local e Área de trabalho	16
Equipamentos, Aplicações e Programas	17
Plano de Comunicação Inicial.....	17
Parte III – ENQUADRAMENTO BIBLIOGRÁFICO	23
A modalidade de Futsal	23
Gestão de Organizações Desportivas.....	24
A importância da Sustentabilidade e Integração Social	24
Marketing Digital e Redes Sociais	25

Marketing Desportivo, Redes Sociais e os Adeptos.....	27
Parte IV – TRABALHO DESENVOLVIDO E INOVAÇÃO.....	28
Funções Desempenhadas	29
Criação e Publicação Conteúdo	31
Modalidade de Futsal	34
Modalidade de Futebol.....	63
Modalidade de Patinagem Artística.....	67
Modalidade de Ténis de Mesa	70
Modalidade de Taekwondo.....	71
Modalidade de Pesca	73
Projeto Academias Futsal	73
Comunicação do Projeto Desporto Escolar.....	74
Comunicação do Projeto dos Bairros	74
Comunicação Institucional	81
Parte V - CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	85
Conclusão	85
Limitações e Novos Caminhos.....	86
Parte VI - BIBLIOGRAFIA	87
Parte VII - ANEXOS	89

Parte I – INTRODUÇÃO

Contextualização/Enquadramento

O meu nome é Adriana Filipe Afonso e o presente documento é um relatório de estágio que tem como finalidade terminar o Mestrado de Gestão do Design no IADE-U, Instituto de Arte, Design e Empresas Universitário, com o apoio da orientadora de estágio, a Professora Filipa. Entre as 3 de opções de projeto final de mestrado (dissertação, projeto ou estágio) escolhi a modalidade - Estágio. Tive a oportunidade de fazer um estágio profissional do IEFP, Instituto do Emprego e Formação Profissional de nível 6, na área da Comunicação e Marketing no Clube Recreativo Leões Porto Salvo. O estágio teve uma duração de 9 meses, de 1 de Setembro a 1 de Maio, nos últimos dois semestres do Mestrado de Gestão do Design.

Âmbito e escolha - Pertinência do Estágio

Quando terminei a licenciatura em Publicidade e Marketing na Escola Superior de Comunicação Social, senti a necessidade de continuar a estudar e decidi candidatar-me a um mestrado para complementar a minha formação académica. Assim, depois de alguma pesquisa e, baseando-me nas áreas que mais apreciei durante a minha licenciatura, decidi escolher o mestrado em Gestão do Design no IADE e aprofundar os meus conhecimentos na área da gestão, com objetivo simultâneo de encontrar um emprego para iniciar a minha carreira profissional.

Para além do meu percurso académico e profissional, acumulo igualmente uma carreira desportiva. Ao ir para um clube novo que estava com perspetivas de contratar um estagiário para a área do marketing e eu querer iniciar a minha vida profissional nesta área, proporcionaram-me a oportunidade de estagiar no departamento de comunicação

e marketing do clube durante 9 meses. Assim com esta possibilidade, consegui em simultâneo conjugar o meu percurso académico/profissional com a via desportiva.

Temas-chave

Durante o relatório serão abordados temas como a utilização das Redes Sociais, Marketing Digital, Marketing Desportivo, Gestão de Organizações Desportivas, Futsal, Sustentabilidade e Integração Social.

História do Clube

O **Clube Recreativo Leões de Porto Salvo** é uma instituição de utilidade pública desde 2000, fundado em 1970 na Freguesia de Porto Salvo, Município de Oeiras, e possui um dos melhores e maiores Complexos Desportivos nacionais, com uma área bruta de 2200m², com lotação para 660 pessoas. Tem atualmente como seu Presidente Dr. Jorge Delgado, que defende os desígnios do clube há mais de 20 anos. As cores principais do clube são o verde e branco, com um leão amarelo como símbolo (em algumas versões, o logo inclui ainda 5 estrelas amarelas, alusivas às certificações de excelência do Futsal masculino e feminino do clube). Tem como modalidades mais representativas o Futsal e a Patinagem Artística, mas alberga um conjunto de outras modalidades federadas como a Pesca Desportiva, o Ténis de Mesa, o Taekwondo, o Karaté, o Atletismo e E-Sports, assim como numa modalidade de atividade física informal, o ginásio (*Leogym*).

Apesar do Futsal assumir uma importância maior (tendo em conta que é uma das modalidades com mais tradição e em que o clube disputa a principal liga da modalidade no escalão de seniores, mas também que tem várias equipas em todos os escalões etários e de ambos os géneros), as outras modalidades são igualmente importantes e têm ao longo da história obtido excelentes resultados. Na modalidade de futsal, o clube é considerado o maior clube de Futsal nacional por ter inscritos nos seus quadros o maior número de atletas federados do País, estatuto que se mantém inalterado desde 2013. Atualmente, possui cerca de 259 atletas, sendo 213 do sexo masculino e as outras 46 do sexo feminino (Federação Portuguesa de Futebol, 2022), todos distribuídos ao longo de 17 equipas de formação e seniores.

O clube tem duas fortes vertentes que se ligam: a **Formativa** (graças à existência de uma academia de futsal que percorre vários escalões etários) e a da **Responsabilidade Social**, através de um trabalho desenvolvido nos bairros desfavorecidos da região, que tenta levar alguma “normalidade” e integração a estas crianças, dando-lhes a conhecer uma nova modalidade e a oportunidade para se tiverem talento, serem inscritos e federados para jogar no clube. A participação na escola de Futsal é paga e com esta iniciativa, as crianças mais carenciadas têm uma oportunidade de aprender e se destacarem.

Os objetivos do clube: manter o estatuto como entidade com maior número de atletas na modalidade de futsal no país; ter a totalidade das equipas de formação a partir dos iniciados a participar em competições nacionais, conseguindo sempre obter os melhores resultados desportivos possíveis; formar atletas de ambos os sexos de forma a que os mesmos ou integrem a Liga PLACARD ou sejam selecionáveis para diversas seleções nacionais ou distritais; formar e potenciar os diferentes dirigentes desportivos filiados e promover a marca do clube enquanto entidade formadora

De acordo com a Declaração nº 210/2000 de 10 de julho (Figueiredo, 2000), a coletividade passou a ter o estatuto de utilidade pública desportiva. Também é detentora do certificado de qualidade ISO 9001, distinção essa atribuída a entidades que tenham reconhecida a qualidade no sistema das atividades de gestão. Este atestado foi autenticado pela APCER, dignificando assim o CR Leões de Porto Salvo tanto nacional, como internacionalmente (*the International Certification Network*, 2020) (APCER, 2020).

No processo de certificação da FPF o clube obteve a melhor classificação nacional, uma vez que conseguiu acumular a nota máxima no género feminino e masculino, tornando-se assim no único clube a possuir esta dupla certificação (Federação Portuguesa de Futebol, 2021). Além desta forte vertente desportiva, os Leões são anfitriões de diversos eventos culturais e sociais (não só, mas também), graças a uma relação forte e próxima com a Câmara Municipal de Oeiras.



Figura 1 - Entrada Principal do Clube

Infraestruturas

O Clube Recreativo Leões de Porto Salvo é composto por um pavilhão de futsal com um chão de madeira, com a capacidade para 660 espectadores, uma bancada VIP, casas de banho públicas para os espectadores, um departamento médico, uma sala de arrumações, uma sala de equipamentos, uma sala de reuniões, uma laboratório de desenvolvimento de equipamentos para os atletas de futsal – *Kipsta LAB*, seis balneários (dois com cacifos), uma sala de consultas de nutricionista, um bar concessionado, uma Sala de *Gaming (Esports)*, uma secretaria, uma direção, um ginásio (com capacidade para 22 pessoas) e estacionamento privativo.



Figura 2 – Pavilhão

Equipa e Funcionamento / Portefólio e prémios

A equipa de colaboradores que está por detrás do funcionamento dos vários departamentos do clube são os seguintes: Jorge Delgado - Presidente do Clube; Nuno Nogueira - Diretor do Departamento Médico; Rogério Godinho - Diretor de Logística; Cláudio Cardoso - Coordenador Técnico de Futsal; Rafael Leitão - Gestor Desportivo; Érica Ferreira - Gestora das Instalações Desportivas; Adriana Afonso - Técnica de Comunicação e Marketing; Cristiano Coelho - Coordenador Academias de Futsal; Marco Oliveira - Diretor Entidade Formadora; Gonçalo Mendonça - Coordenador Futsal Formação; João Costa - Coordenador de Futebol de 7; Mateus Nascimento - Monitor das Academias de Futsal.

O clube em termos de portfólio tem diversos títulos mundiais, europeus e nacionais por parte das irmãs Carolina e Liliana Andrade enquanto atletas do CRLPS na modalidade de Patinagem Artística. Em 2013, o Complexo foi palco do Europeu de Patinagem Artística. Foram também já realizadas 5 edições do evento Oeiras BrinCKa, que cativa todos os aficionados pelo LEGO.

Entidade Formadora - Cinco Estrelas

O Leões de Porto Salvo é uma entidade formadora em Futsal certificada pela Federação Portuguesa de Futebol realizou o processo de certificação e conseguiu obter o **Estatuto de Entidade Formadora de Futsal 5 Estrelas no Masculino e Feminino**, sendo o único clube com as 5 estrelas no Masculino e Feminino.

Patrocínios

O Clube Recreativo Leões Porto Salvo tem os seguintes patrocínios/parceiros: Joma, Ecobrent, Aglomadeiras do Estoril LDA, Santogal, Mac Donalds, Camilo Sport, CMO - Oeiras Valley e Oeiras 27.

Lemas e Frases do Clube

- “Formação dos Homens e Mulheres do Amanhã”;
- “Unidos por um Clube”;
- “Ser do Leões não se explica, sente-se”.

Projetos inseridos no Clube

Projetos Academias de Futsal

A academia de Futsal Leões de Porto Salvo foi um projeto criado com o objetivo de, através da linguagem do futsal e outras modalidades, transmitir valores e condições destinadas ao desenvolvimento social de todas as crianças, partindo do princípio que todas elas têm o direito de praticar desporto, independentemente das suas capacidades técnico-táticas, conhecimento de jogo ou características físicas. Estão inseridos neste projeto: a Academia Futsal Bairros e o Desporto Escolar, que conta com mais de 100 praticantes regulares

– **Projeto Futsal nos Bairros Sociais**

O Clube Leões Porto Salvo tem três projetos sociais em quatro Bairros Sociais no concelho de Oeiras: o projeto dos Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”, o projeto do Oeiras Valley/CLS e projeto do IPDJ, sendo estes financiados pela autarquia e governo respetivamente.

Estes projetos surgiram uma vez que os jovens dos 6 -18 anos que vivem nestes bairros sociais (Bairro dos Navegadores e o Moinho das Rolas em Porto Salvo, o Pátio dos Cavaleiros e a Quinta de Salles em Carnaxide) têm o acesso mais limitado aos serviços que o Município oferece devido ao rendimento mais baixo e deste modo têm menos oportunidades que os restantes jovens do concelho, de participar em atividades extracurriculares que permitem desenvolver mais competências motoras.

Com estes três projetos o Clube tem como objetivos proporcionar estilos de vida saudáveis através da prática desportiva regular de futsal de rua, onde treinadores UEFA do Leões Porto Salvo deslocam-se todos os dias da semana para ministrar dois treinos de uma hora a três escalões, dos 6 aos 9 anos, 10 aos 12 anos e ainda dos 13 aos 18 anos, por semana em cada bairro e também ações de formação (futsal; prevenção de lesões e cuidados de saúde; estilo de vida saudável; *quiz* sobre arbitragem; nutrição e hábitos alimentares; trabalho de equipa; redes sociais; promoção da saúde mental; primeiros socorros; ser atleta de E-sports; Inovação e Tecnologias, entre outros) proporcionadas por funcionários do clube ou entidades externas, pelo menos uma vez por mês, com apoio especializado em áreas transversais e assim desenvolver iniciativas que permitam imponderar e capacitar o público juvenil na área da saúde e bem estar, educação, empreendedorismo e desenvolvimento social, via atividades e introdução de novas dinâmicas no uso dos espaços já existentes e através de informação, formação, qualificação e capacitação do público juvenil e promover o potencial juvenil aumentando as suas qualificações e perspetivas de ingressar no mercado de trabalho e/ou geração de rendimento.

As funções que tenho nestes projetos, é comunicar semanalmente em várias plataformas o desenvolvimento dos projetos através de vídeos, fotografias, notícias etc. Usar hashtags específicos para cada projeto e o logo de cada projeto.

– Projeto Desporto Escolar

O Projeto de Desporto Escolar, está inserido na extensão na Academia de Futsal do clube. É um projeto de foro formativo, que visa potenciar o futsal do clube em ambiente escolar e assim promover a atividade física, a saúde e o bem-estar na escola a par da aprendizagem das modalidades. O objetivo é fazer a ponte entre o desporto escolar com o desporto escolar recorrendo a padrões utilizados e aplicados na competição que são facilmente integráveis com o sistema educativo escolar.

– Projeto Futebol

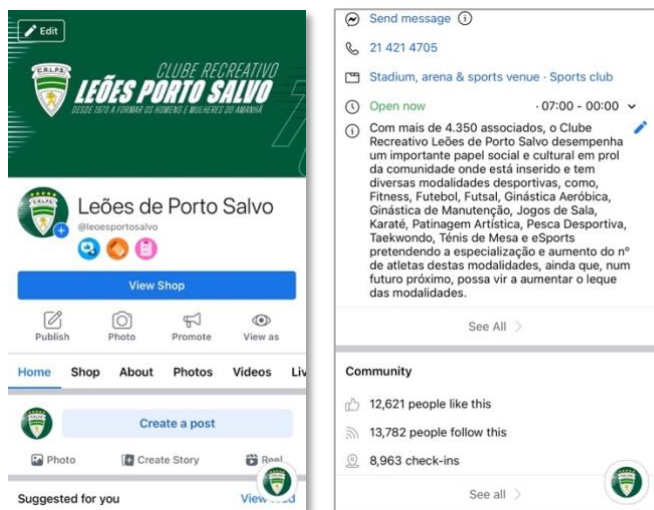
Este ano o Leões Porto Salvo iniciou uma nova modalidade no clube, o Futebol. O objetivo é replicar as boas práticas e metodologias já existentes no nosso processo formativo que existem para o Futsal para no prazo de 10 anos ter uma equipa Sénior Masculina de Futebol de 11 a disputar os principais campeonatos nacionais da modalidade, à semelhança do que acontece no Futsal.

Redes Sociais e Websites do Clube

Redes Sociais

– Facebook

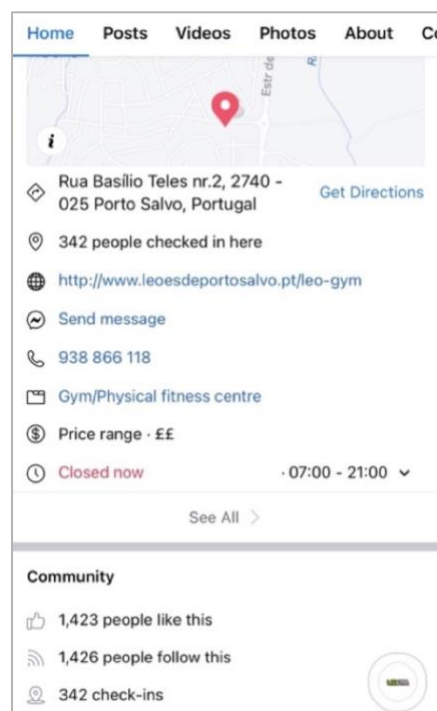
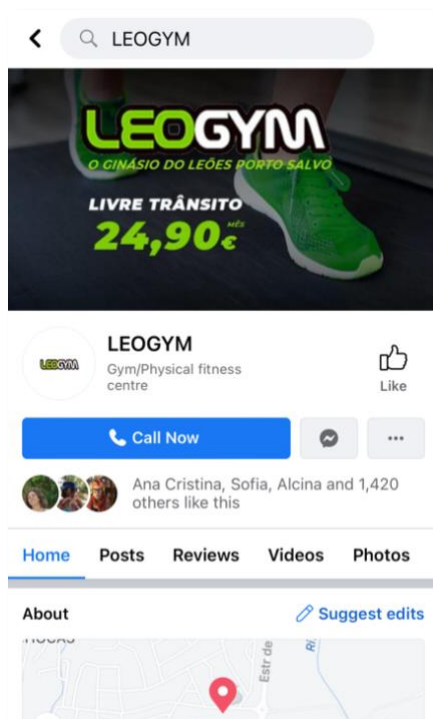
- **Conta Principal:** <https://www.facebook.com/leoesportosalvo>



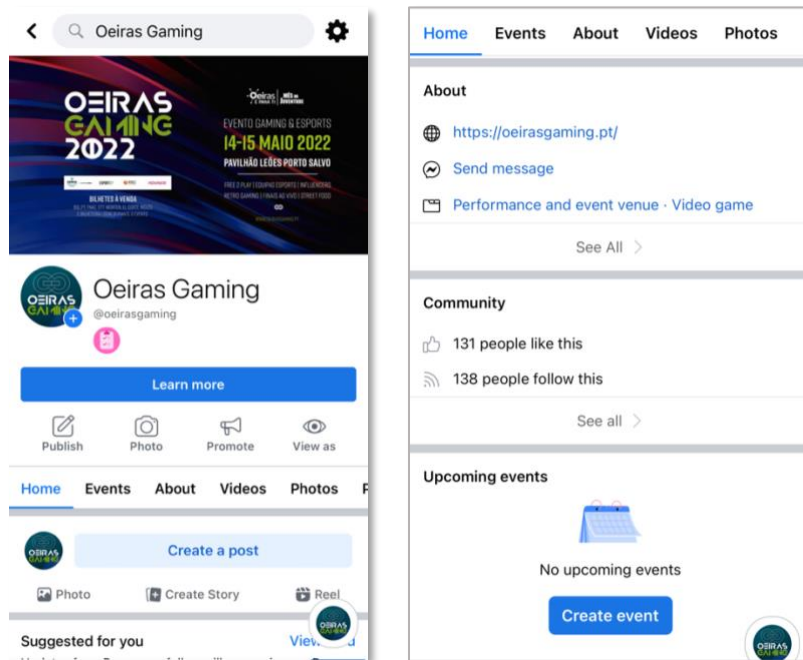
- **Conta Projeto Academias:** <https://www.facebook.com/academiafutsal.lps>



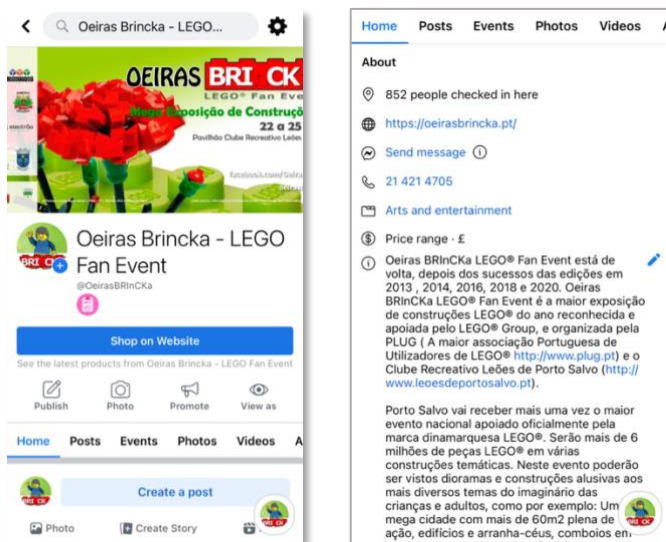
- **Conta do Ginásio:** <https://www.facebook.com/ginasioleogym>



- **Conta Evento Oeiras Gaming:** <https://www.facebook.com/oeirasgaming>



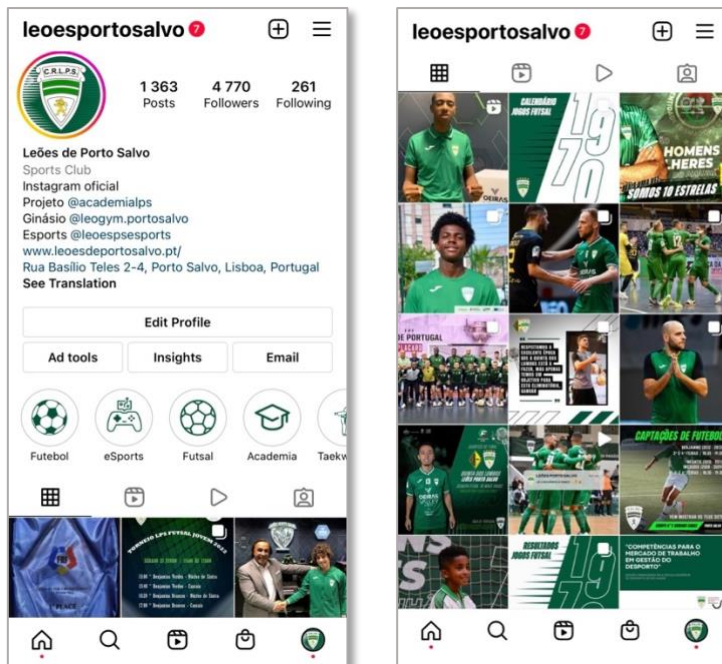
- **Conta Evento Oeiras Brincka:** <https://www.facebook.com/OeirasBRInCKa>



– Instagram

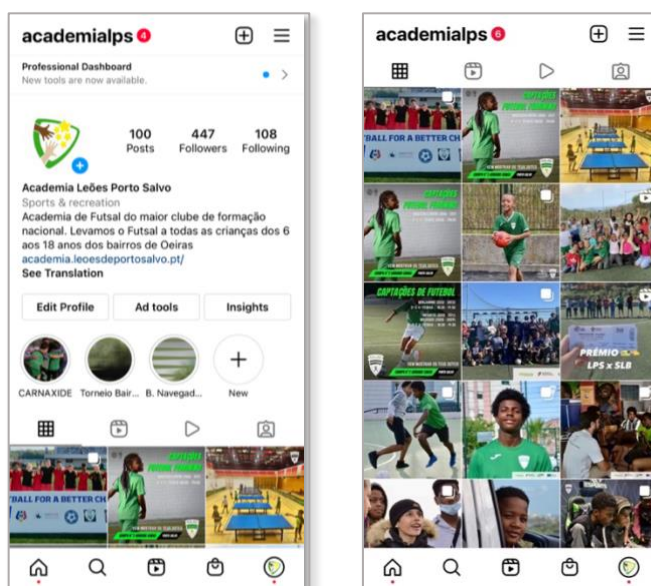
- **Conta Principal:**

<https://instagram.com/leoesportosalvo?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



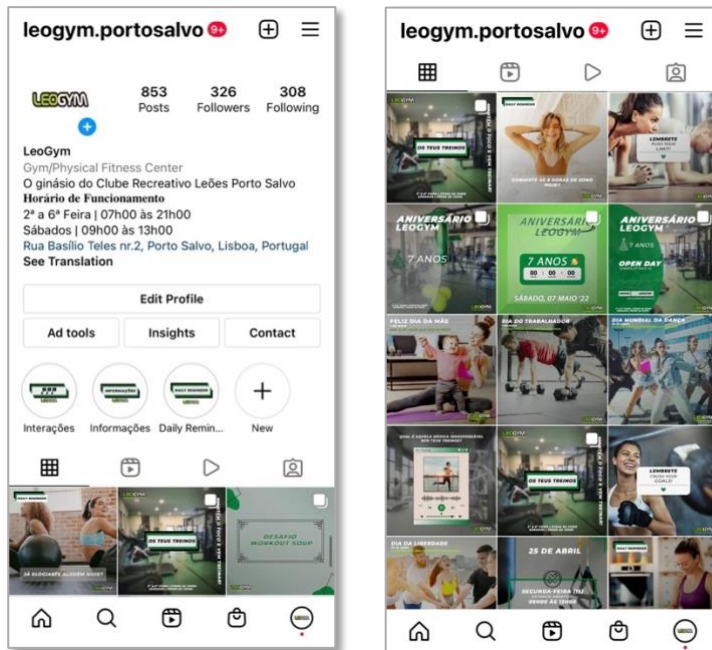
- **Conta Projeto Academias:**

<https://instagram.com/academialps?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



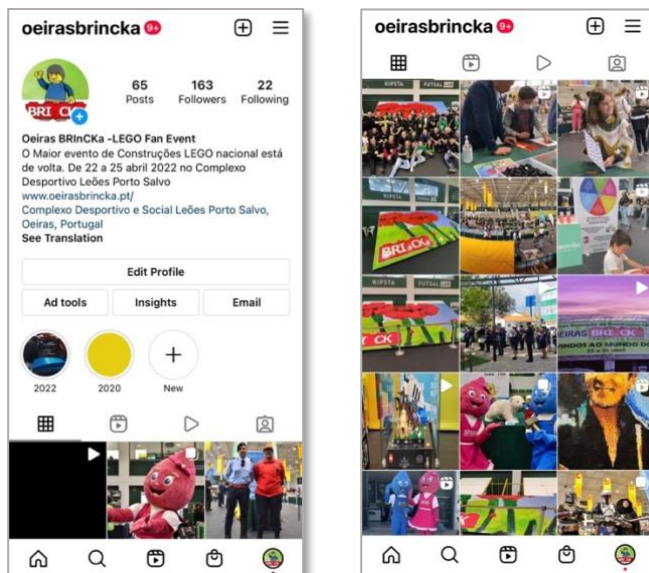
- **Conta do Ginásio:**

<https://instagram.com/leogym.portosalvo?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



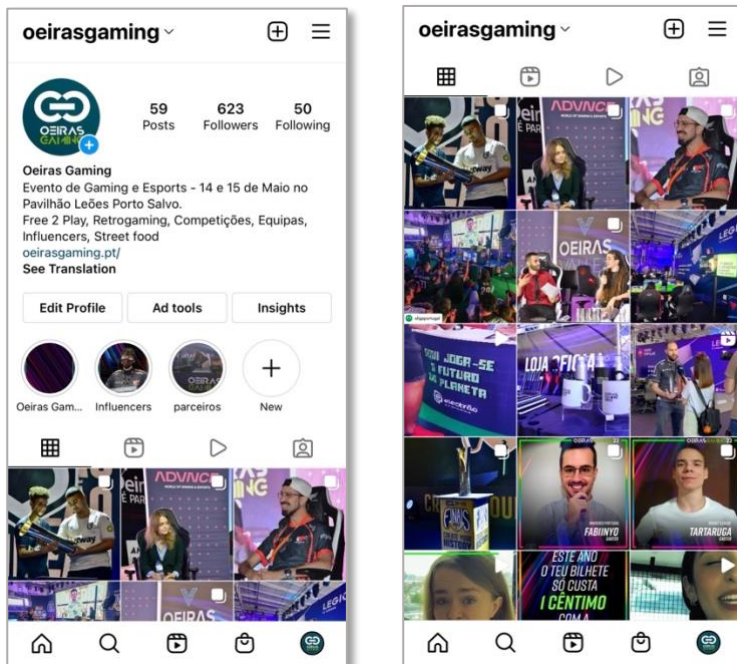
- **Conta Evento Oeiras Brincka:**

<https://instagram.com/oeirasbrincka?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



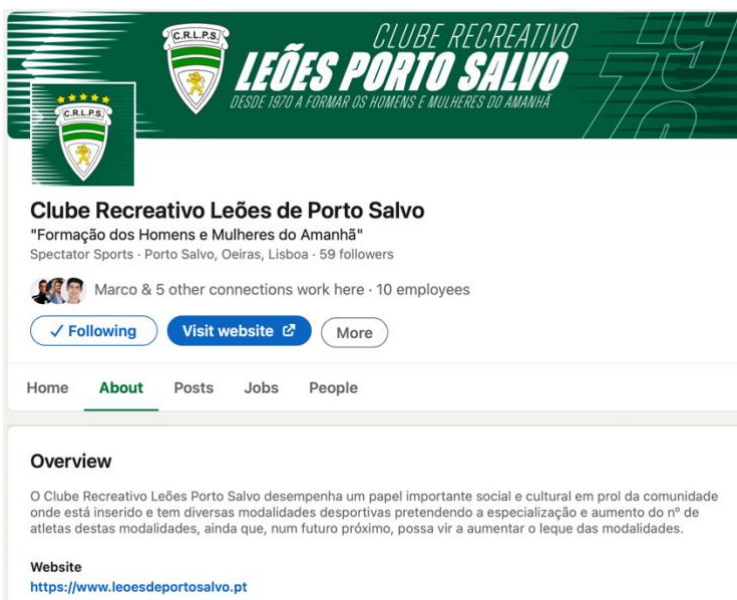
- **Conta Evento Oeiras Gaming:**

<https://instagram.com/oeirasgaming?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



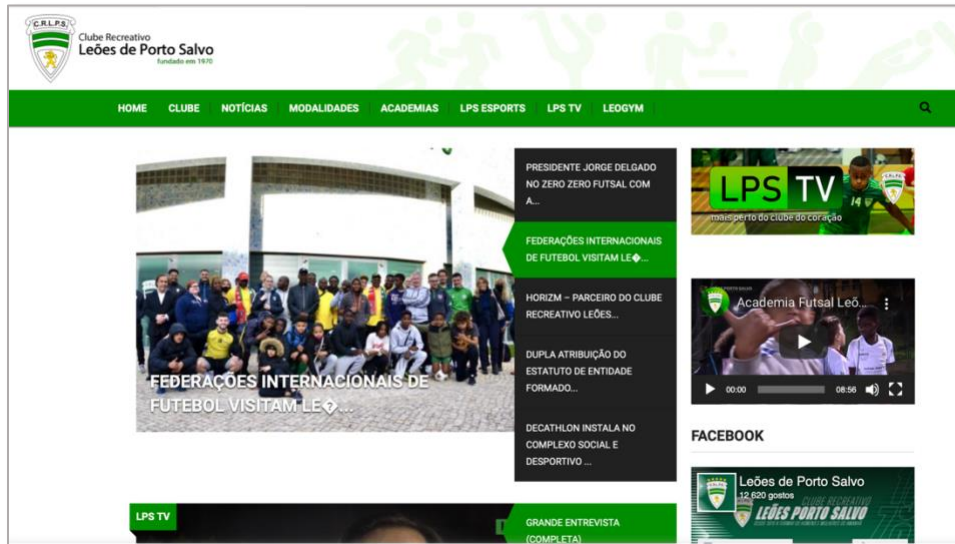
– **LinkedIn**

- **Conta Principal:** <https://www.linkedin.com/company/cluberecreativoleoesdeportosalvo/>

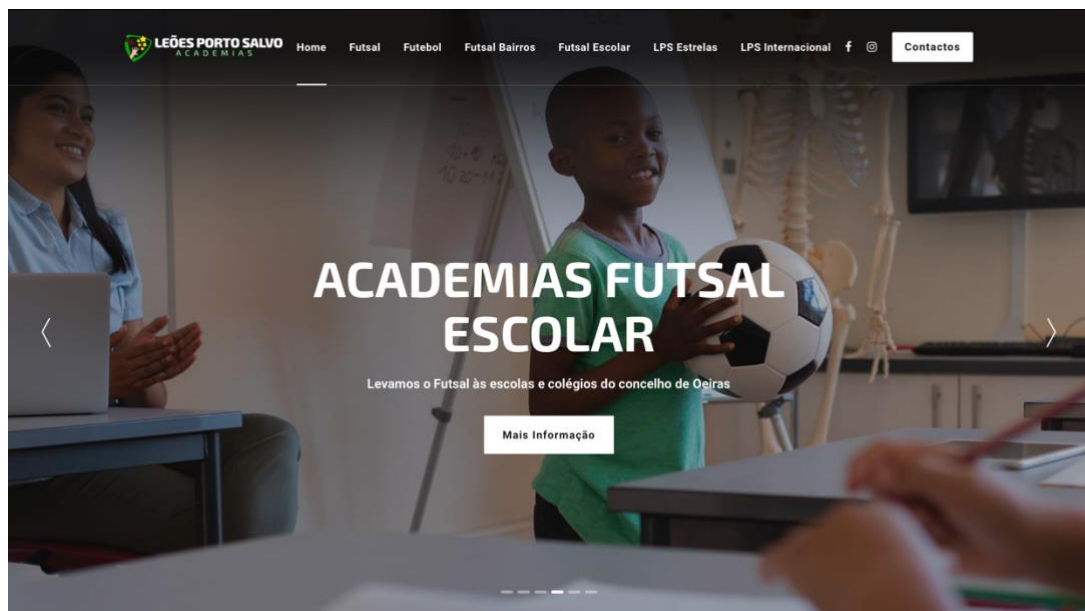


Websites

- **Site Principal:** <https://www.leoesdeportosalvo.pt>



- **Site Projeto Academia:** <https://academia.leoesdeportosalvo.pt/academia-estrelas>



- **Site Projeto Bairros Saudáveis:** <https://bairrossaudaveis.leoesdeportosalvo.pt>



PARTE II – SITUAÇÃO INICIAL

Objetivos Pessoais

No início do estágio, tinha definido os seguintes objetivos: desenvolver conhecimentos de marketing e publicidade no contexto social e desportivo de uma instituição desportiva; desenvolver competências de conceção; desenvolvimento e avaliação de novas iniciativas; ações publicitárias; programas, atividades e eventos desportivos em diversos contextos organizacionais; desenvolver um plano de comunicação; apoiar no desenvolvimento, uniformização e operacionalização da comunicação e imagem dos produtos; angariação de novos patrocínios.

Funções e Objetivos Atribuídos

Quando iniciei o estágio foram-me atribuídas funções como: criação de posters Jogos Semanais e sua Afixação; preparação e Gestão da Oferta de Merchandising; projeto de Dinamização Sala de Ensino / Apoio escolar; Site e Redes Sociais - Atualização e Criação / Publicação de Novos Conteúdos em 3 Contas de Instagram: na conta principal do clube (leoesportosalvo), na conta do Projeto Academias (academiaslps), na conta do Ginásio do Clube (leogym.portosalvo) e ainda na em 3 contas do Facebook: conta principal do Clube (Leões de Porto Salvo), na conta do Projeto Academias (Academias Futsal e Futebol Leões Porto Salvo) e conta do Ginásio do Clube (LEOGYM);

Através destas funções o clube definiu os seguintes objetivos para o meu estágio: o desenvolvimento de competências na área da publicidade e marketing; definir uma linha de comunicação; contribuir para a expansão digital do Clube; atingir os 4000 seguidores na conta de Instagram do Clube (atualmente nos 2800 seguidores); aumentar alcance das interações nas Redes Sociais do Clube; criar vantagens para sócios e patrocinadores; desenvolvimento do *branding* Leões de Porto Salvo; desenvolvimento de Animação de Eventos e Jogos; aquisição de autonomia nas decisões na área de competência, através da evolução das atividades e competências.

Local e Área de trabalho

O estágio foi desenvolvido dentro do Complexo Desportivo e Social do Clube Recreativo Leões Porto Salvo, em Porto Salvo, no concelho de Oeiras. A área de trabalho dentro do clube variava consoante o trabalho que estava a desenvolver. O trabalho que tinha para desenvolver no computador, fazia-o num escritório onde estavam também outros funcionários do clube. O trabalho de campo o local variava, consoante as imagens que tinha que captar. Foi-me atribuído um e-mail de trabalho (adriana.afonso@leoesdeportosalvo.pt) e foi criado um grupo de *Whatsapp* com o Presidente da Direção e com o Diretor de Comunicação para a partilha de tudo o que fosse relacionado com comunicação do clube.

Equipamentos, Aplicações e Programas

Equipamentos:

- **Fotografia:** *Iphone 11* e Câmara Fotográfica NIKON (proporcionada pelo clube);
- **Vídeo** (*Iphone 11*);
- **Edição:** Foi-me proporcionado um computador (optando por utilizar o meu computador pessoal – *Macbook Pro* e telemóvel pessoal – *Iphone 11*);
- Para a gestão das Redes Sociais e captação de outras imagens utilizei o meu telemóvel pessoal (*Iphone 11*).

Aplicações:

- **Edição de Fotografia** (Aplicações – *Lightroom*, *Photos* – *Iphone*, *Facetune*, *Remini*, *Splitter*, *Photoshop Express* e *Canva*);
- **Edição de Vídeo** (*Adobe Rush*, *Splice* e *CapCut*).
- *Instagram*, *Facebook*, *Business Suite* e *LinkedIn*

Programas:

- **Edições e Designs:** *Adobe Photoshop*, *Adobe Rush*, *Adobe Lightroom*;
- **Documentos:** *Office 365* – *Word*; *Powerpoint*; *Excel*

Plano de Comunicação Inicial

Quando iniciei o estágio no clube defini o seguinte plano de comunicação:

- **Análise SWOT: Forças e Fraquezas Oportunidades e Ameaças**

Forças:

- Clube com mais de 50 anos de história;
- Modalidades principais: Futsal e Patinagem Artística, a par de outras como Pesca Desportiva, Ténis de Mesa, Taekwondo, Atletismo e E-Sports;
- Participação na 1ª Liga de Futsal (seniores) que traz grade visibilidade+ presença em todos os escalões de formação e em ambos os géneros (masculino e feminino);
- Certificações ISO 9001 e de Entidade Formadora de Futsal 5 estrelas;
- Forte componente de formação e responsabilidade social, com um trabalho nos bairros sociais da região;
- O guarda-redes de Equipa Sénior Masculina, Bebé, sagrou-se Campeão do Mundo em 2021, pela Seleção Nacional Portuguesa;
- A patinadora Carolina Andrade, tem já no seu portefólio, uma série de troféus Nacionais e Europeus, além de excelentes classificações Mundiais;
- Forte ligação à Câmara Municipal de Oeiras e a outras entidades como a F.P.F.;
- Organização e realização de diversos eventos fora do contexto desportivo, nas instalações do clube;

Fraquezas:

- Apesar da posição que ocupa, este é um “clube de bairro” e não pode ser considerado um clube de grandes dimensões ou capacidade económica;
- O número de associados relativamente baixo, limita a capacidade de investimento;
- A liberdade de comunicação dada às modalidades, retira homogeneidade à comunicação geral do clube;
- O foco maior no Futsal e na Patinagem, retira protagonismo às outras modalidades;
- A localização algo “escondida” do clube, pode dificultar o aumento do seu *awareness* e da angariação de novos atletas e/ou associados;

Oportunidades:

- Comunicação junto de um target mais jovem e digital, próximo dos e-sports (modalidade mais recente do clube);

- Aumento do nº de associados e patrocinadores, trará uma maior liquidez e capacidade de investimento ao clube.
- Crescimento do canal de Youtube (51 vídeos), através da periodização de conteúdos e da multiplicação dos já existentes (entrevistas, reportagens, vídeos promocionais, etc.), a par da transmissão dos jogos em *streaming*;
- Exploração de novos formatos (podcast e newsletter) e dinamização de plataformas menos conhecidas (*twitter e twitch*).

Ameaças:

- Clubes de maior dimensão ou com maior visibilidade em determinada modalidade;
- A situação pandémica do país continuar a afetar a bilheteira e as assistências;

– Público-Alvo

O Público-Alvo do clube vai dos 10 aos anos, uma vez que conseguimos captar dois tipos de público diferentes, por um lado, público mais jovem (extremamente ligado às novas tecnologias e que pretende evoluir rapidamente no desporto) e um público mais envelhecido que além do gosto pelo desporto, tem uma ligação umbilical com o clube e com o bairro.

Em relação a género, o target é de ambos os sexos e em termos económicos, de classe maioritariamente média-baixa (em especial B+ / B e C), mas não exclusivamente, tendo em conta a vertente social do clube, onde o target é muitas vezes D, graças às dificuldades socioeconómicas dos habitantes dos bairros onde o clube atua e que são também um target válido.

Maioritariamente, falamos de Jogadores de Futsal, Atletas das outras modalidades do clube, Treinadores e Equipas Técnicas, Associados, Pais e Familiares dos atletas, podendo também de forma geral abranger Amantes de Desporto em geral e do Futsal em particular, etc.

Em termos de dispersão, falamos de uma abrangência nacional, mas com foco na região de Porto Salvo/Oeiras, uma vez que é essa a área de atuação do clube. Na verdade, graças à internet, podemos na verdade estar a comunicar, para portugueses (e falantes da língua portuguesa) por esse mundo fora.

– Personas

MARTIM

Tem 10 anos. Joga Futsal recentemente e só pensa em jogar na quadra a toda-a-hora. É muito sociável e demonstra muita empatia pelos colegas e algum espírito de liderança. Não tem poder de compra, mas tem a capacidade de persuadir os pais, esses sim os “*shoppers*” e com poder de compra alto. Passa muito tempo ligado às novas tecnologias e começa a explorar as redes sociais.

TERESA

Tem 40 anos, é mãe do Martim e uma empresária de sucesso. Usa as novas tecnologias e as redes sociais de forma moderada e tem sempre o cuidado de supervisionar o uso que é feito por parte do filho. Acompanha-o em todos os jogos e incute-lhe a importância de equilibrar um bom desempenho desportivo com um bom desempenho escolar, além da necessidade de ter valores e usar a educação que recebe em casa.

KEVIN

É um imigrante brasileiro que vive em Portugal há 10 anos. Tem neste momento 20 e chegou aos Leões através do projeto nos Bairros Sociais. Sempre viveu com muitas dificuldades económicas e escolares. O seu mau comportamento na escola apenas era atenuado nos treinos, pela sua paixão pelo desporto e pela integração com os colegas da formação. Hoje em dia tem um comportamento exemplar e estreou-se esta época como jogador dos seniores.

– Mensagem

A comunicação será feita em português. A mensagem deve ser veiculada de forma próxima e descontraída sem ser informal (possibilidade de utilização de emojis, mas sem exagerar). Deve utilizar-se a segunda pessoa do singular, uma vez que é uma forma de estar mais próximo dos jovens, mas também de ligar os mais velhos ao clube, num conceito de união/família.

Pretende-se comunicar os resultados das equipas e das modalidades, eventos/acometimentos importantes para o clube (galas, convocatórias de jogadores à seleção nacional, datas do Lego Oeiras BrinCka, etc.), mas também comunicados ou outras informações importantes.

– Plano de Ação

- Redes Sociais

Utilização das redes sociais de forma diferenciada e com atualização diária (essencialmente Facebook e Instagram, mas também *Twitter e Twitch* e ainda *LinkedIn* quando relevante). De forma geral, estas plataformas são as mais adequadas ao target que é bastante abrangente e às características das personas identificadas. Além disso são não só ferramentas para potenciar a notoriedade da marca, a comunicação e a interação com os associados/atletas já existentes, mas também de angariação de novos associados/atletas.

No Facebook (11.830 gostos e 12.858 seguidores) e Instagram (2 868 seguidores) os conteúdos a comunicar são muito similares/os mesmos, ainda que a forma dessa comunicação seja ajustada a cada target (Instagram maioritariamente 18-44, enquanto no Facebook 45-64 e +65). Nas outras duas plataformas (*Twitter e Twitch*), no caso da primeira é importante a presença do clube, por ser uma ótima para potenciar o *engagement* e a interação através de notícias breves com muitos contactos ligados ao meio desportivo (nomeadamente jornalistas) e no caso da segunda, como meio de divulgação dos e-Sports e da aposta feita nesta área.

Penso que seria também importante apostar no *LinkedIn*, por ser uma plataforma muito profissional e onde vários clubes estão a apostar forte, por ser uma plataforma maioritariamente empresarial e que aproxima os nossos conteúdos de potenciais novos investidores/patrocinadores. Os conteúdos a comunicar serão ajustados na forma e no conteúdo, às características de cada plataforma (nº de caracteres, capacidade para uso de foto e vídeo, formato e duração dos mesmos, etc.).

- *Website* e aplicações

O Website é também um veículo de comunicação indireta, uma vez que é atualizado e dinamizados com menos frequência e que possui *banners* dinâmicos que comunicam alguns destaques de conteúdo ou notícias/comunicados relevantes. Serve não só como ferramenta de apresentação institucional (com a desconstrução das diversas modalidades, organigrama, etc), mas também de “arquivo histórico” e de transmissão em Livestream dos jogos em casa.

- *Newsletter*

Há ainda margem para criação de uma Newsletter regular, que permite uma comunicação mais direta com os associados/atletas. Esta Newsletter pode ser enviada através de plataformas de envio massivo digital como o Mailchimp, após garantia e triagem dos subscritores que aceitaram ser contactados por e-mail para este fim.

- Eventos

Há ainda margem para a participação em eventos/conferências via *Livestream*, que com a pandemia proliferaram e acontecem um pouco por toda a internet e presencialmente em feiras e colóquios sobre futebol (EX: Thinking Football Summit/Portugal Football School/Soccerex).

- Imprensa Escrita/Rádio

Tentar criar notícias relevantes ou estreitar contacto com pessoas influentes nestes meios para que as notícias sejam publicadas/divulgadas nos blocos noticiosos horários e de forma digital nos respetivos sites destes meios. A ideia é que a custo zero, o nome do clube seja ouvido/lido o máximo de vezes possível, tendo em conta a sua dimensão. Falamos de Jornais especializados como A Bola e Record, mas também Correio da Manhã (por ser o jornal com mais tiragem) ou nas rádios Grupo Renascença e Média Capital.

Parte III – ENQUADRAMENTO BIBLIOGRÁFICO

A modalidade de Futsal

A modalidade de futsal nasceu no início século XX, na América do Sul no Uruguai. Em 1933, Juan Carlos Ceriani Gravier, professor de educação Física na Associação Cristã da Mocidade de Montevideu, criou a modalidade de futsal devido à dificuldade com que se debatia em encontrar campos de futebol. Começou por utilizar os campos de basquetebol e hóquei, usando as traves destas modalidades como improviso.

Ao longo dos anos esta modalidade, outrora conhecida por Futebol de Cinco ou Futebol de Salão, teve um enorme crescimento no Sul da América e que depois foi vista pelos países Europeus como uma possível aposta em alternativa ao “desporto rei” mundial, o Futebol de Onze.

Na última década o futsal tornou-se na modalidade de pavilhão com maior número de praticantes a nível Europeu superando assim, o Basquetebol, Andebol e Voleibol.

Em Portugal, o Futsal nasceu nos finais dos anos 80 com os torneios de Futebol de Salão que se realizavam no Verão. Em 1986 realizou-se o primeiro congresso da modalidade, no Porto pela associação de Futebol de Salão do Porto (AFSP), onde foi acordado a criação da Federação Portuguesa de Futebol de Salão (FPFS). Após a legalização da FPFS, realizou-se o 1º Campeonato Nacional de Futebol de Salão.

1990 - Nascimento do Futsal: integração de Futebol de Salão na Federação Portuguesa de Futebol

2000 – Campeonato do Mundo FIFA de Futsal da Guatemala: o princípio do sonho

2010 – Campeonato Europeu de Hungria: vice-campeões da Europeu

2018 – Campeonato Europeu de Futsal da Eslovénia 2018: Campeões da Europa

2021 – Campeonato do Mundo de Futsal da Lituânia 2021: Campeões do Mundo

2022 – Campeonato Europeu de Futsal dos Países Baixos 2022: Bicampeões da Europa

Gestão de Organizações Desportivas

Existem organizações públicas, que têm a responsabilidade de criar programas desportivos e de recreação e ao mesmo tempo criar/manter espaços e equipamentos desportivos. As organizações sem fins lucrativos, estas são geridas por voluntários que tomam as decisões e definem estratégias para fazerem crescer essas organizações. Por fim, as organizações com fins lucrativos em que o principal objetivo é desenvolver uma atividade com fim de lucrar.

A gestão destas organizações passa por: a recursos humanos, recursos financeiros, comunicação e marketing do clube. Com o crescimento das organizações desportivas, tornando o “mercado” cada vez mais exigente e competitivo em termos de qualificação, de inovação e de investimentos.

Citando Delgado (2022), “Hoje em dia a gestão de um clube ou de uma associação requer dos seus dirigentes um elevado grau de compromisso e de “profissionalismo”, na seleção e retenção de recursos humanos qualificados, incutindo-lhes dedicação e a atitude certa, alicerçada numa visão ambiciosa e inovadora, suportada por uma cultura de excelência, a par da capacidade de fazer acontecer, nunca perdendo de vista a sustentabilidade do projeto.”

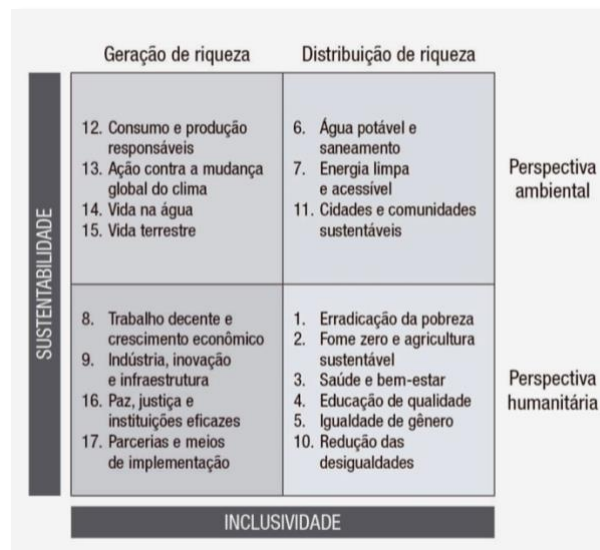
É o dever destas organizações desportivas olharem para um crescimento sustentável do projeto na perspetiva social, desportiva e económica.

A importância da Sustentabilidade e Integração Social

Segundo Kotler et al. (2021), vivemos numa sociedade polarizada, onde existe uma grande discrepância entre a riqueza e a pobreza, entre os sobrevivem e aqueles que beneficiam da globalização e digitalização. Os principais fatores são a incerteza política, a instabilidade social e ao colapso da economia, mas em grande parte as empresas são responsáveis por este desequilíbrio financeiro no mundo. Citando Kotler et al. (2021) “O mercado espera que elas, empresas, assumam a responsabilidade de resolver o problema com uma abordagem mais inclusiva e sustentável na busca do crescimento”. (p. 10 de 20, capítulo 3)

As pessoas estão cada vez mais preocupadas com os problemas sociais e ambientais que existem e consequentemente as empresas foram obrigadas a incluir na sua comunicação uma vertente mais sustentável e inclusiva da sociedade. Dando o exemplo das organizações sem fins lucrativos, podem-se candidatar a fundos europeus ou do Estado para desenvolverem projetos sociais e ambientais e assim promover esta integração social

É crucial que as empresas comecem a desenvolver um marketing inclusivo e sustentável para acelerar este processo de desenvolvimento e assim criar igualdade de oportunidade para todos.



Kotler, 2021 et al. (p. 16 de 20, Capítulo 3)

Marketing Digital e Redes Sociais

Na última década, o **marketing digital** e as redes sociais têm mostrado cada vez mais relevância nas empresas, clubes e associações, devido ao rápido crescimento das tecnologias e à constante necessidade de as empresas investirem nos relacionamentos com os seus consumidores, em que o foco é o consumidor, através do mundo digital. Como diz o pai do marketing, Kotler et al. (2016/2017), “À medida que passamos para o Marketing 4.0 em um mundo cada vez mais digital, esperamos uma importância crescente na centralidade humana”.

O consumidor está-se a tornar cada vez mais exigente, Conrado Adolpho (2011) afirma que “O consumidor passa a ter um papel cada vez mais ativo na economia e, em muitas ocasiões, passa a ditar as regras” (p. 2 de 72, capítulo 2) e assim surgiu um novo modelo de comunicação C2C (consumidor para consumidor). Com o uso da internet, os consumidores começaram a ter uma grande facilidade em partilhar as suas opiniões sobre marcas e produtos, também começaram a vender coisas entre si (entre os consumidores), ou seja, a comunicação agora seria feita de consumidor para consumidor.

Citando Conrado Adolpho (2011) “O consumidor hoje pesquisa no Google, reclama do serviço, elogia e indica quando gosta, escreve comentários no Twitter, grava um vídeo sobre o produto e publica no YouTube e muito mais. Essa atividade de produzir conteúdo sobre a marca, aliada ao comportamento de procura desse conteúdo no momento de decidir pela compra, faz com que sejam os consumidores que decidem muitas vezes o destino da marca.” (p. 6 de 71, capítulo 2), assim podemos afirmar a grande necessidade de as empresas começarem a comunicar as suas marcas, nestas plataformas onde os consumidores partilham as suas opiniões, informações e críticas e desta forma estarem mais perto do consumidor, é ele que vai ditar o sucesso de uma marca/produto.

Deighton e Kornfield (2009), identificam cinco paradigmas no marketing digital interativo: o Pensamento de Pesquisa, a Constante Conectividade, Troca de Propriedade, a partilha social e partilha cultural. Estes paradigmas confirmam o poder do consumidor sobre o mercado.

Para darmos a conhecer algo a um público-alvo deveremos criar um conteúdo que se destaque, que seja diferenciador, quanto mais se enquadrar com os seus valores, cultura, gostos, hábitos e ao mesmo tempo conseguir uma reação/emoção positiva, maior é a probabilidade de partilhar com um amigo ou familiar, assim gerando mais partilhas, interesse e credibilidade.

A utilização das Redes Sociais é a forma mais comum para os consumidores comunicarem entre si. Segundo Kotler et al. (2016/2017), por estas redes por serem de “muitos para muitos” faz com que as comunidades na internet cresçam de uma forma exponencial e devido a estas comodidades crescerem com facilidade, as opiniões e informações sobre uma marca/produto também facilmente se propagam.

Passando agora a citar uma frase de Kotler et al. (2021) “O marketing de conteúdo movido por IA, a “gamificação” e as redes sociais podem ajudar a auxiliar o desejo inato do ser humano por reconhecimento dos pares e ascensão social.” (p. 16 de 20, capítulo 4). O ser humano, com a evolução da tecnologia e pela constante necessidade de se expor a sua vida e gostos nas redes sociais, também estão expostas as vidas das outras pessoas resultando na comparação das suas vidas com as dos outros, podemos observar uma crescente necessidade de reconhecimento e valorização perante a sociedade.

Marketing Desportivo, Redes Sociais e os Adeptos

O Desporto está muito envolvido à emoção, ou porque praticamos e temos objetivos a cumprir, ou porque apoiamos um clube, ou apenas pelo gosto de uma modalidade, todas estas razões trazem-nos experiências, memórias e fortes emoções.

Dionísio (2022) afirma que “O maior objetivo de um gestor de marketing no desporto é criar a maior interação possível entre o consumidor e a marca, quer seja um clube, uma associação, um evento ou uma marca comercial. Para isso, como em tudo no marketing, é imprescindível ter o consumidor como foco principal em tudo o que se faz.”, dada a elevada envolvência do desporto devido as razões mencionadas anteriormente, é mais fácil comunicar através desta que noutras áreas. Através do marketing desportivo é desenvolvida uma comunicação com o objetivo principal de satisfazer as expectativas e necessidades de um adepto, um sócio ou simplesmente um consumidor de desporto.

No marketing Desportivo existem dois tipos de comunicação, a Comunicação F2F (Comunicação Fan to Fan) e a Comunicação C2S (Comunicação Club to Sponsor). A Comunicação F2F, apela por um conteúdo mais ligado aos valores, à história, a uma questão social e à paixão pelo desporto. A Comunicação C2S pretende gerar um tipo de conteúdo aliar os valores de um clube/atleta com o patrocínio – marca.

Em Portugal, a principal modalidade de destaque é o Futebol, segundo vários sites esta modalidade do desporto que é a mais vista no mundo. Existe pouca visualização de outras

modalidades, não porque as pessoas não gostam das outras modalidades, mas porque não é dado o devido destaque nos média. É essencial que os gestores dos clubes invistam no marketing desportivo e comunicação, pois só assim irão ser reconhecidos a nível social.

Citando Dionísio (2022) “Considero que o desenvolvimento do desporto deverá passar, entre outros, pelos seguintes pilares de intervenção: Articulação entre desporto escolar e federado; Estruturação da oferta desportiva por concelho, de acordo com as faixas etárias, para permitir a sua prática ao longo de toda a vida; Campanhas de comunicação nacionais acerca dos benefícios da atividade desportiva para a saúde, física e psicológica, e para a socialização dos cidadãos; Informação digital atualizada entre mercado de oferta e procura da prática de modalidades e de espetáculos desportivos, por Concelho; Federações a trabalhar com base em orçamentos aprovados previamente pelo Instituto Português do Desporto e Juventude no ano anterior” Todas estas intervenções podem ajudar não só ajudar e convidar as pessoas a praticarem mais desporto como também a dar importância a outras modalidades.

Parte IV – TRABALHO DESENVOLVIDO E INOVAÇÃO

Quando iniciei o estágio no Clube Recreativo e Social Leões Porto Salvo, as principais lacunas na comunicação do Clube eram: a falta de uma linha de comunicação definida; a comunicação toda do clube estar direcionada para a equipa Sénior Masculina, dando pouco destaque aos outros escalões de Futsal e as restantes Modalidades do clube; a falta de comunicação de eventos.

Era necessário um responsável para as funções de: composição de Imagem/Design; de fotografia e respetiva edição; de vídeo e respetiva edição; pelo copy de todas as publicações realizadas e ainda a Gestão de Todas as Redes Sociais.

Assim foram-me propostas todas estas funções, no início (1 mês) com algum controlo e autorização antes de fazer as publicações que depois mais tarde deixou de haver, passando a ser independente.

Funções Desempenhadas

- **Comunicação Geral do Clube**
 - **Composição de Imagem/Design**
 - **Fotografia e Edição de Fotografia**
 - **Vídeo e Edição de Vídeo**
 - **Gestão de Redes Sociais do Clube e Criação de Conteúdo**
 - **Planeamento Semal de Conteúdo**
-
- 3 Contas de **Instagram**: Conta Principal do Clube (leoesportosalvo), Conta do Projeto Academias (academiaslps) e Conta do Ginásio do Clube (leogym.portosalvo);
 - 3 Contas do **Facebook**: Conta Principal do Clube (Leões de Porto Salvo), Conta do Projeto Academias (Academias Futsal e Futebol Leões Porto Salvo) e Conta do Ginásio do Clube (LEOGYM);
 - Conta de **LinkedIn** Oficial do Clube (Leões Porto Salvo) – fui eu que criei

Estas contas têm a comunicação direcionada para:

- Modalidades de Futsal, Futebol, Patinagem Artística, Ténis de Mesa e Taekwondo. (Conta Principal);
- O Ginásio do Clube (Conta do Ginásio);
- Sala de Gaming do Clube (Conta Principal);
- Kipsta LAB – Centro de Desenvolvimento e Observação de Futsal instalada no Pavilhão (Conta Principal);
- Eventos: Oeiras Brinka e Oeiras Gaming realizados no Pavilhão (Contas criadas para os eventos);
- Projeto das Academias em Bairros Sociais do Clube – **Projeto CLS** (Contratos Locais de Segurança) com Câmara de Oeiras; **Projeto Bairros Saudáveis** com República Portuguesa, PRR (Pano de Recuperação e Resiliência) financiado pela União Europeia e o Projeto **My Bairros** com o IPDJ (Instituto Português do

Desporto e Juventude), um programa nacional Desporto para todos. (Conta das Academias em colaboração com conta principal).

– **Participação no Desenvolvimento dos Projetos nos Bairros Sociais**

- Comunicação dos 3 projetos através da criação de conteúdo semanalmente n dos treinos e formações (Fotografia e Vídeo)
- Apoio aos treinadores do clube durante os treinos e formações
- Interação com os meninos e meninas nos Bairros
- Participação nos relatórios dos diversos projetos das academias
- Formação sobre Redes Sociais a meninos entre os 6 e os 18 anos

– **Gestão de Sites do Clube**

- Atualização de conteúdos no site Oficial do Clube;
- Atualização de conteúdos no site do Projeto Academias: (Projeto Bairros Saudáveis).

– **Gestão da Vendas de Packs Fotografias tiradas aos atletas de Futsal por uma empresa contratada pelo Clube**

- Comunicar a venda dos Packs de Fotografias
- Fazer encomendas dos Packs
- Registo de todas as vendas e cálculo do lucro destas vendas numa folha de cálculo

– **Comunicação de Eventos e Criação de Conteúdos**

- Gala de Natal 2021
- Gala Patinagem Artística
- Oeiras Brincka 2022 – 3ª Edição
- Oeiras Gaming 2022 – 1ª Edição
- Torneios Inter-bairros 1ª e 2ª Edição - Projeto Bairros

- Torneio Nacional de Figuras Obrigatórias e 5º Open Nacional
 - Jogos de Oeiras – Torneio de Benjamins e Infantis
- **Cartazes A4 Individuais das Equipas (Data, Hora, Local e Nome da Competição) para afixação num placard**
 - **Redação de Notícias**
 - **Formação de SBV – DAE**

Criação e Publicação Conteúdo

(Composição de Imagem e Copy da Publicação)

Todo o conteúdo produzido foi criado para ser publicado em simultâneo nas redes sociais - **Instagram e Facebook.**

- **Paleta de Cores Utilizada:**

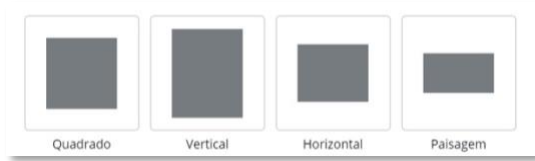


- **Tipo de Letra:** Zuume Cut

LEÕES PORTO SALVO

- **Tipo de Linguagem:** Descontraída, divertida e pouco formal exceto quando são Publicações/Notícias Institucionais.
- **Hashtags:** #futsal #unidosporumclube #crlps #somosleões #culturaleões #oeirasvalley #oeiras27 #municipiodeoeiras #kipstalab #joma #campeonato nacional #campeonatodistrital #selecaonacional #taçanacional

– **Formatos das Publicações** – Instagram e Facebook



Imagens e Vídeos quadrados: 1080 x 1080 pixels, com proporção 1:1;

Imagens e Vídeos em paisagem: 1080 x 566 pixels, com proporção 1,91:1;

Imagens e Vídeos verticais: 1080 x 1350 pixels, com proporção 4:5;

Resolução de Vídeos: Uma taxa de 30 quadrados por segundo e com uma resolução de 720p (HD), 25 minutos é o limite de vídeos;

Reels e Histórias: 1080 x 1920, com proporção de 9:16.

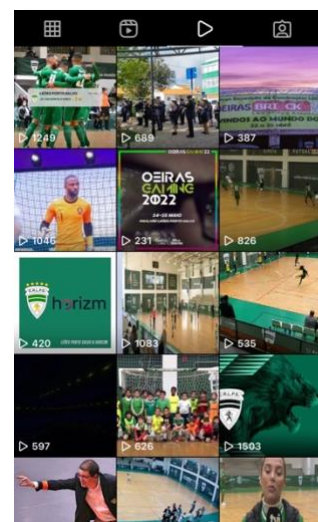
Tipos de Publicações:



- Post Imagem



- Vídeo Reels



-Post Vídeo



- História, em média 1000 visualizações por história.



- Destaques

Modalidade de Futsal

A modalidade de Futsal é a que tem mais destaque perante as Redes Sociais do Clube. Todas as Publicações são publicadas no Instagram e no Facebook

– Composição de Imagem/Design:

1. Publicações Semanais/Pontuais Informativas

Pontuais:

- **Apresentação de 6 equipas** (Jogadores e Equipa Técnica) em competições Nacionais – composição de Fotografia e Texto em formato 1080 x 1080.



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz.

Escalão: Sénior Feminina, Sénior Masculinos sub-21, Equipa sub-19 masculinos (Juniões); Equipa sub-19 feminina (Juniões); Equipa sub-17 masculinos (Juvenis Verdes) e ainda a equipa do Departamento Médico;

Logos: Símbolo do Clube 5 Estrelas;

Estatística: 1579 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1947 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

- **Calendarização dos jogos** de equipas específicas em competição Nacional – Composição Imagem e Texto em formato 1080 x 1080 em carrossel.



Funções: Composição da imagem (texto e símbolos) e copy da publicação, tudo contruído do zero;

Escalões: Sénior Feminina, Sénior Masculinos, Sénior Masculinos sub-21, Equipa sub-19 masculinos (Juniões); Equipa sub-19 feminina (Juniões); Equipa sub-17 masculinos (Juvenis Verdes);

Estatística: 1277 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1567 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios)

- **Convocatórias à Seleção Nacional (FPP) ou Seleção Distrital de Lisboa** (nº de publicações)



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz.

Escalões: Sénior Feminina e Masculinos; Sénior Masculinos Sub-21, Equipas Sub-19 Masculinos e Feminino, Escalão Sub-17 Masculinos e Feminino; Escalão Sub -15 Masculinos - Iniciados Verdes

Estatística: 3538 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3957 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube a preto e branco



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Escalões: Escalão Sub-17 Masculino e Feminino; Escalão de sub-15 Masculino e Feminino;

Estatística: 1522 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1761 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube a preto e branco.

- **Treinos de Observação/Captação de Jogadores(as)**



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Escalões: Escalões de Formação

Estatística: 956 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1056 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube 5 estrelas; certificação 5 Estrelas

Semanais:

- **Agenda Semanal de Jogos** de 13 equipas (Data, Hora e Local), em formato 1080 x 1080 em Carrossel



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Escalões: Sénior Feminina; Sénior Masculinos; Sénior Masculinos Sub-21, Equipas Sub-19 Masculinos e Feminino, Escalão Sub-17 Masculinos - Equipa de Juvenis Verdes, Juvenis Brancos

e Juvenis Femininas; Escalão sub-15 Masculinos - Iniciados Verdes, Iniciados Brancos e Iniciadas Femininas; Escalão - Infantis Verdes e Infantis Brancos; Benjamins Verdes e Benjamins Brancos.

Estatística: 795 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1030 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios)

- **Cartaz de jogo da Equipa Sénior Masculina (nº de publicações) e Feminina (nº de publicações) 1080 x 1080 (Data, Hora, Local e Canal de Transmissão Televisiva) – Escolha de um jogador diferente por semana para aparecer no cartaz**



Funções Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz.

Estatística: 1688 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1866 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Símbolo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios), logo da Ligaplacard (1ª Divisão do Campeonato Nacional Masculino) ou Taça de Portugal

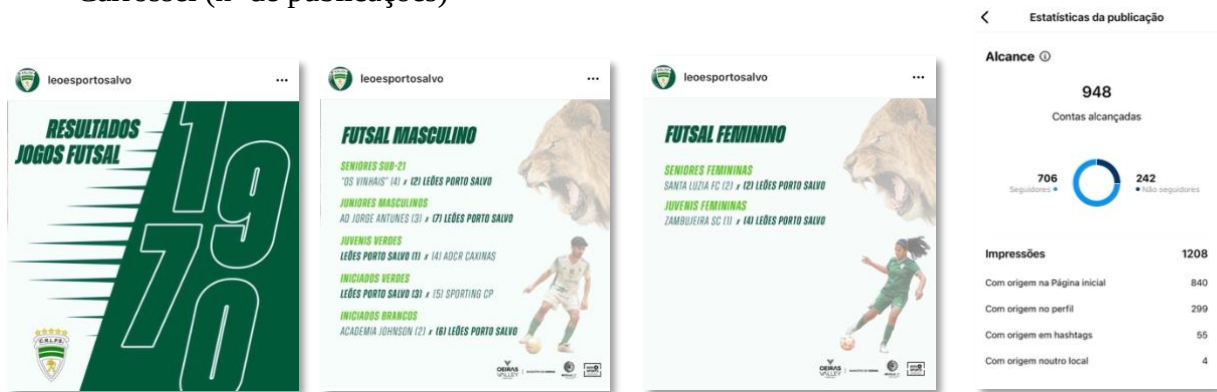


Funções: Fotografia, design da imagem (texto e símbolo) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística da Publicação: 1267 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1418 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Símbolo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios), logo da Liga Feminina (1ª Divisão do Campeonato Nacional Feminina) ou da Taça de Portugal.

- **Cartaz Resultados Semanal de Jogos** de 15 equipas, em formato 1080 x 1080 em Carrossel (nº de publicações)



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz.

Escalões: Sénior Feminina; Sénior Masculinos; Sénior Masculinos Sub-21, Equipas Sub-19 Masculinos e Feminino, Escalão Sub-17 Masculinos - Equipa de Juvenis Verdes, Juvenis Brancos e Juvenis Femininas; Escalão sub-15 Masculinos - Iniciados Verdes, Iniciados Brancos e Iniciadas Femininas; Escalão - Infantis Verdes e Infantis Brancos; Benjamins Verdes e Benjamins Brancos;

Estatística: 948 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1208 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley, Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios).

- **Antevisões dos Jogos da Equipa Sénior (Nº de Posts)**



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Escalões: Seniores Masculinos;

Estatística: 1335 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1667 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 estrelas, logo da Liga Placard (1ª Divisão do Campeonato Nacional Masculino) ou da Taça de Portugal.

- **Cartaz no dia de jogo**



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Escalões: Seniores Masculinos;

Estatística: 917 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1034 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

- **Notificação de jogo**



Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

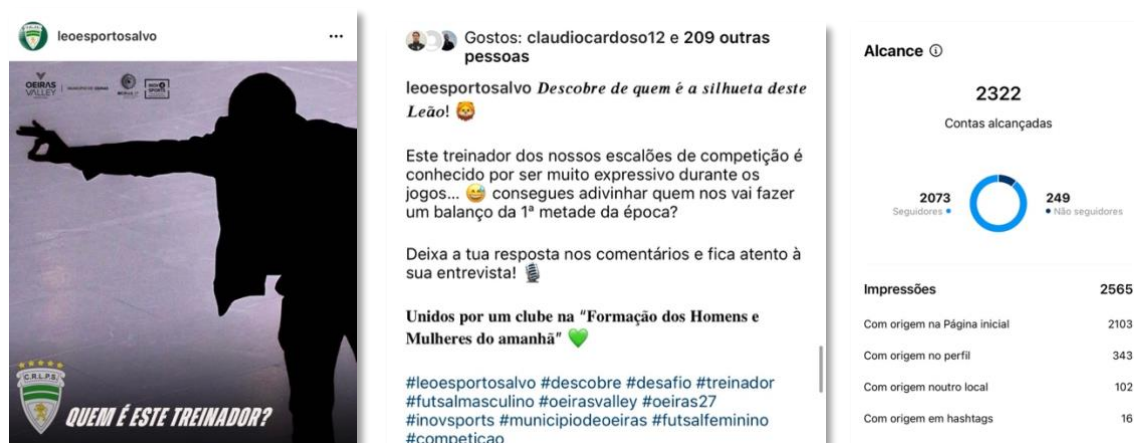
Escalões: Seniores Femininas;

Estatística: 1312 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1424 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

2. Publicações Pontuais de Interação

- **Publicação “Quem é este Treinador?”**

Esta publicação foi criada com o propósito de criar curiosidade e interação com entrevista que foi publicada no dia a seguir e dar destaque a um treinador específico. O objetivo era que adivinhassem quem está por de trás da silhueta e assim descobrir quem vai ser o treinador entrevistado.



Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 2322 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2565 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 Estrelas, Oeiras Valley, Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios).

- **Publicação “1,2, 3 Descobre lá outra vez”**

Esta publicação foi criada com o propósito de criar interação com o publico, e ao mesmo dar destaque a três jogadoras específicas da equipa sénior feminina de futsal do clube. O objetivo era o público descobrir quem estava por de trás das três silhuetas para depois numa segunda publicação serem reveladas as cartas (as jogadoras).



Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 2322 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2565 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 Estrelas, Oeiras Valley, Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios).

- **Publicação “Consegues adivinhar onde está a bola?”**

Esta publicação foi criada com o propósito de criar interação com o publico, e ao mesmo dar destaque a um jogador específico da equipa sénior de Futsal Masculino. O objetivo era o público descobrir para onde o jogador estava a olhar e assim ser revelada a bola.



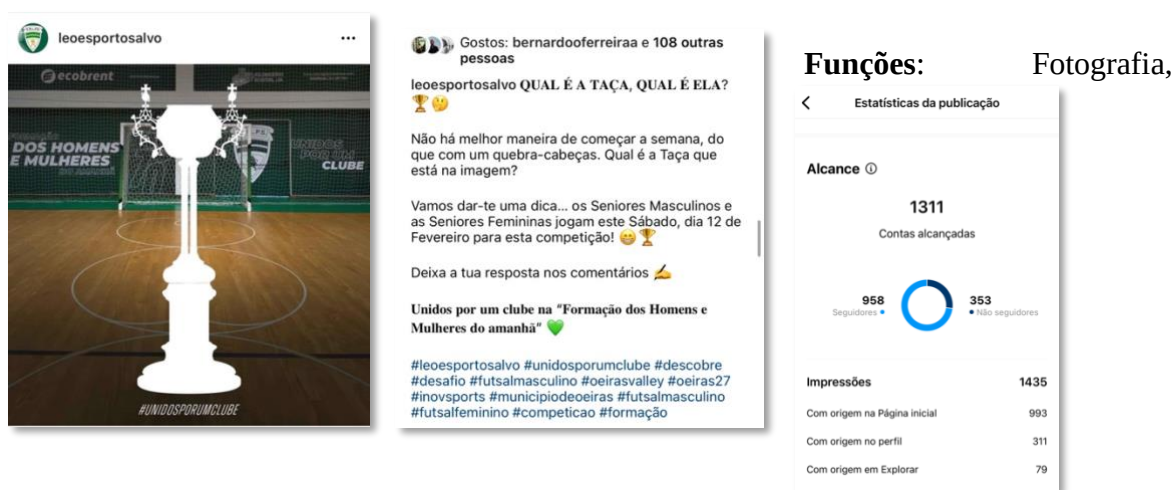
Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 2101 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2311 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 Estrelas, Oeiras Valley, Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios).

- **Publicação “Qual é a Taça, qual é ela?”**

Esta publicação foi criada com o propósito de criar interação com o público, e ao mesmo dar destaque a uma competição que se ia realizar futuramente, a Taça Nacional Masculina e Feminina. O objetivo era que público descobrisse de que competição era a Taça.



Composição da imagem (texto, fotografia e taça) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;
Estatística: 1311 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1435 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

- **Publicação “Sabes quem é este Leão?”**

Esta publicação foi criada para dar destaque a um jogador da equipa Sénior Masculina que foi nomeado a “Figura da Jornada” pela Zona Técnica de Futsal (site com notícias Nacionais de Futsal). O objetivo era que público descobrisse facilmente o jogador que estava por de trás da silhueta para dar ênfase à nomeação.



Gostos: _wesleyr00 e 127 outras pessoas

leoesportosalvo *Sabes quem é este Leão?* 🐾 🤔

Se estiveste atento durante este dias vais adivinhar logo quem é!

Pista... 🗨️ A semana passada, o jogador que está escondido, foi considerado a Figura da Jornada!

Escreve a tua resposta nos comentários 🙌

#lenhanaforalha #leoesportosalvo #ligaplacard
#leoesportosalvo #crlps
#oeirasvalley #oeiras27 #municipiodeoeiras
#inovsports



Funções: Composição da imagem (logos e recorte da silhueta) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 1569 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1712 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos Utilizados: Logo a Preto e Branco, logo da Liga placard (Competição Nacional de Futsal Masculino).

• Publicação “O Talento Escondido” – Rúbrica

Esta publicação foi criada com o propósito de criar interação com o publico, e ao mesmo dar destaque a um jogador específico de um escalão. O objetivo era ao despertar o interesse ao dar a conhecer os gostos e preferências do jogador.



Gostos: claudiocardoso12 e 264 outras pessoas

leoesportosalvo *O TALENTO ESCONDIDO* / NO LEÕES PORTO SALVO

Paulo Fábio é o nosso primeiro "cromo" 🖼️

Melhor época desportiva?

"Em termos individuais foi a época 18/19 onde, após ter ido ao estágio da seleção sub-18, acabei por ser o melhor marcador na fase regular do campeonato nacional de juvenis. Posteriormente, isso acabou por me levar para um salto maior, que foi a vinda para o Leões Porto Salvo, onde tive a minha melhor época desportiva em termos coletivos, foi uma época de muitas emoções... estávamos em primeiro lugar quando apareceu o covid e nos retirou esse grande sonho! Apesar de ter feito só um jogo devido a uma lesão, foi a melhor época em termos coletivos, também muito pelo grande espírito que havia entre o grupo!"

Qual é o teu talento escondido?

"O meu talento escondido é, claramente, ser treinador 🤖 Ainda me falta tirar o curso mas acho que me ajeto para a coisa 🤔 Há, até, quem diga que tenho mais jeito para isso do que para a bola 🤔 Para além disso, sou um grande maratonista, um grande maratonista de séries! Esse, talvez, seja o meu verdadeiro talento escondido 🏃"

Fica atento, que vamos mostrar mais talentos escondidos que existem no Leões Porto Salvo! 🐾



Funções: Composição da imagem (Fotografia, logos e texto) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 2158 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2572 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

Logos Utilizados: Logo a Preto e Branco.

3. Publicações Pontuais de para Venda de Produtos do Clube

- Merchandising do Clube

Esta publicação foi criada para promoção da Merchandising do Clube – Camisola de jogo, Polo de saída, Camisola de treino, Casaco de fato de treino, kispo, Calção de jogo, Calção de saída, Calças de fato.



Funções: Composição da imagem (logos, imagens e texto) e copy da publicação, tudo contruído de raiz;

Estatística: 834 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 994 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

Logos Utilizados: Logo do Clube 5 Estrelas e logo da Joma

- **Venda de Fotografias com parceria – Pro Image**



Estatística: 2507 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2768 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

- **Fotografias**

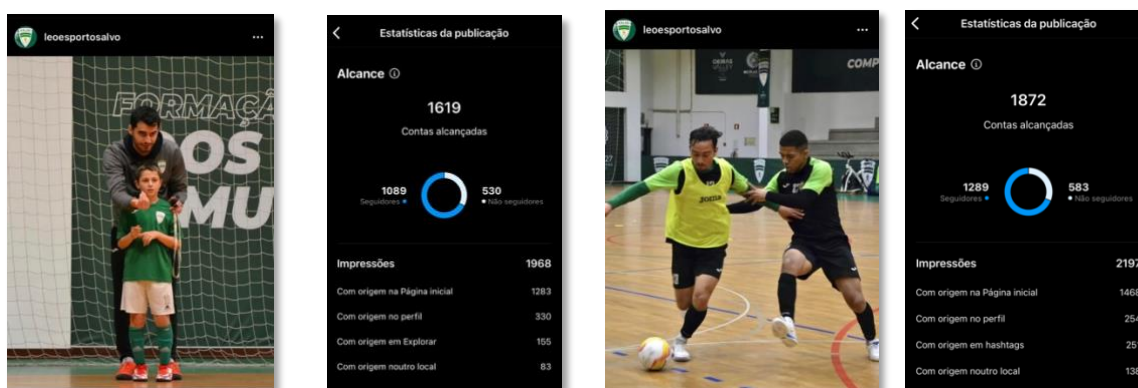
1. **Fotografias de Jogos** – Todos os fim-de-semana, estava encarregue de tirar fotos aos jogos dos Seniores Masculinos, se estes fossem no Pavilhão Leões Porto Salvo ou no concelho de Lisboa. Para além de fotografar os jogos dos Seniores Masculinos, também escolhia dois jogos de outros escalões (15 equipas que estão em Competições Distritais e Nacionais e 1 equipa em competição lúdica) que jogassem no pavilhão.



Legenda: Fotografias de um jogo no Pavilhão Leões Porto Salvo da equipa de Seniores Masculinos contra o SL Benfica (1ª Fotografia) no na 1ª Divisão do Campeonato Nacional – Liga Placard e uma Fotografia à Homenagem feita ao atleta do Leões Porto Salvo, Bebé e aos Atletas do Sport Lisboa e Benfica, André Sousa e Afonso Jesus, Bicampeões Europeus e Campeões Mundiais (2ª Fotografia);

Estatística: 1ª Fotografia - 2366 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2869 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã); 2ª Fotografia – 3595 Contas Alcançadas e 4028 Impressões.

2. Fotografias de Treinos



Legenda: Fotografias de treinos no Pavilhão Leões Porto Salvo, na 1ª e 2ª Fotografia, são dos treinos do escalão de Benjamins e na terceira feira são dos treinos dos Seniores Masculinos;

Estatística: 1ª e 2ª Fotografia - 1619 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1968 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã); 2ª Fotografia – 1872 Contas Alcançadas e 2197 Impressões.

3. Fotografias de equipa



4. Fotografias Adeptos



Gostos: leoesportosalvo2010 e 140 outras pessoas

leoesportosalvo Agradecemos a Tod@s adeptos, Sócios e Amigos do Clube pelo enorme apoio à nossa equipa Sénior no jogo de ontem. 🍷🍷

Um especial obrigado a todos os nossos atletas que continuam a apoiar os diversos escalões do nosso Clube.

Unidos por um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amanhã" ❤️

#cultureleões #leoesportosalvo #unidosporumclube #oeirasvalley #oeiras27 #apoio #adeptos #crips #ligaplacard



Legenda: Fotografias dos nossos adeptos num jogo contra o SL Benfica;

Estatística: 1173 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1308 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

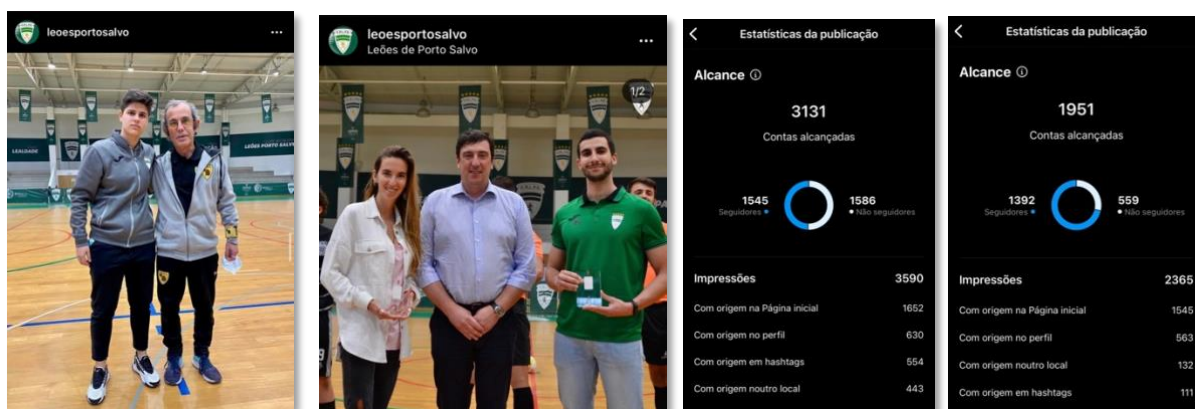
5. Fotografias Contratos de Formação



Legenda: Fotografia de um contrato de formação desportiva de um atleta da equipa de sub-17 de Futsal;

Estatística: 4913 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 5157 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

6. Fotografias de “Fair-play”



Legenda: 1ª Fotografia – Atribuição de um Cartão Branco - Fair-Play durante um jogo; 2ª Fotografia – Entrega de Prémios (Fair-play) a dois membros do clube pela Federação Portuguesa de Futebol e pela Associação Futebol de Lisboa;

Estatística: 1ª Fotografia 3131 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3590 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã), 2ª Fotografia 1951 Contas Alcançadas e 2365 Impressões.

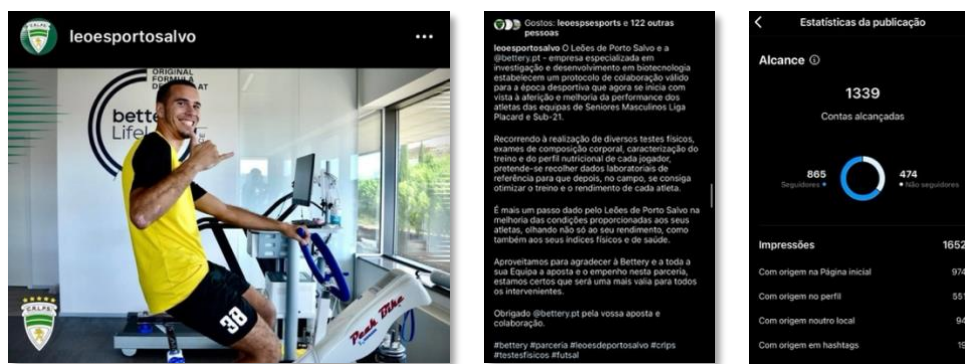
7. Fotografias de Entrevistas



Legenda: Entrevista do Canal 11 ao nosso guarda-redes da equipa Sénior Masculina, Bebê que se sagrou Campeão Mundial;

Estatística 2207 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2526 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

8. Fotografia de Testes de Aptidão Física com uma Parceria

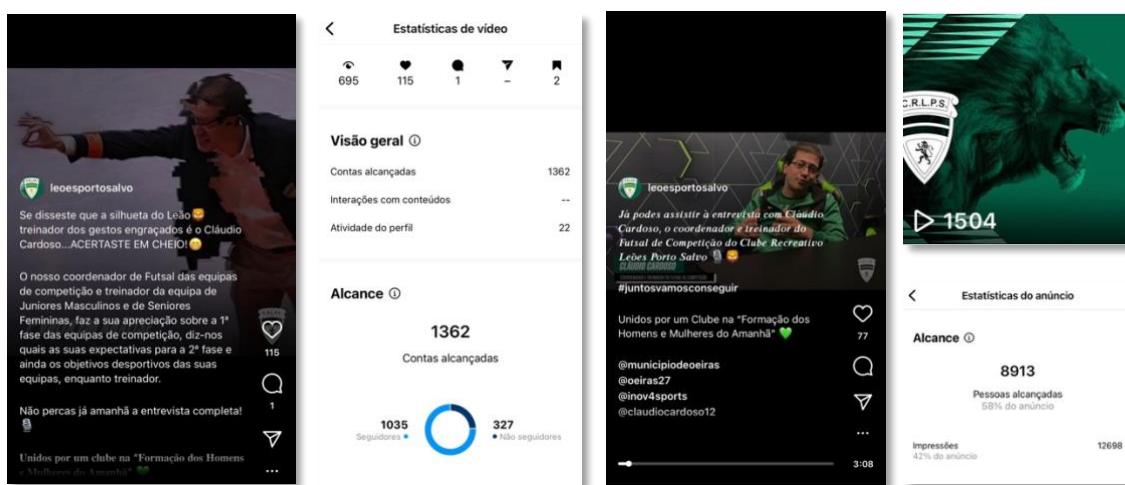


Legenda: Fotografia de um jogador da equipa sénior masculina em testes de aptidão física com uma parceria – Bettery – empresa especializada em investigação e desenvolvimento em biotecnologia;

Estatística 1339 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1652 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

– POST em formato vídeo

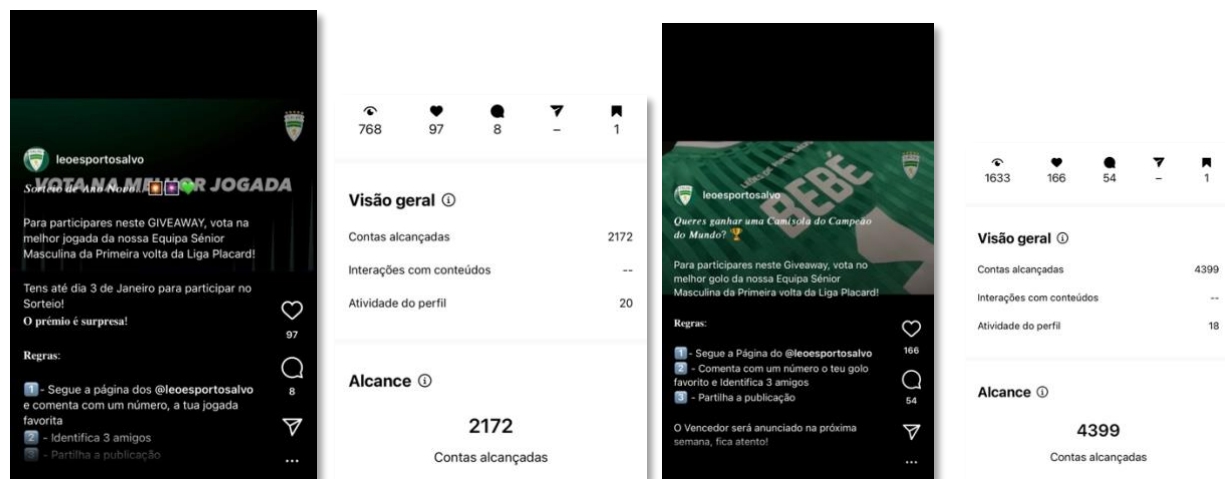
1. Entrevista ao Coordenador de Futsal do Clube



Legenda: 1º Vídeo – “Teaser da entrevista”, revelação do POST com a silhueta do treinador/coordenador do Futsal do clube que vai ser entrevistado; 2º Vídeo – A Entrevista, onde o entrevistado faz a apreciação sobre a 1ª Fase das equipas em competição, fala sobre as expectativas para a 2ª fase e ainda os objetivos desportivos das suas equipas enquanto treinador

Estatística 1º Vídeo - 1362 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 695 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo); 2º Vídeo - 8913 Contas Alcançadas e 1504 Visualizações e 12698 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã).

2. “Giveaways”

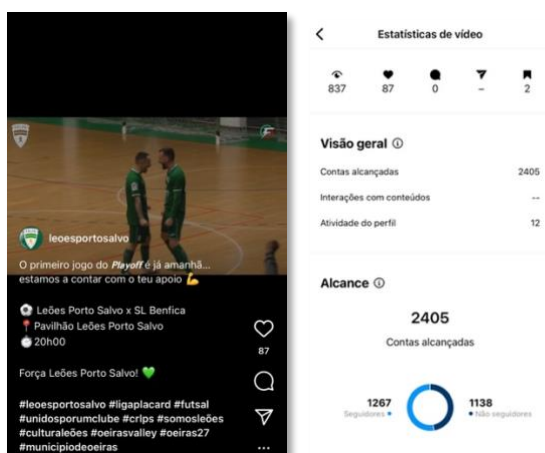


Legenda: 1º Vídeo – Sorteio de Ano Novo em que o objetivo era os seguidores votarem no melhor jogada e seguirem as regras do sorteio: seguir a página dos leões; identificar três amigos e partilhar a publicação, o prémio do sorteio era uma camisola de jogo da equipa sénior masculina

2º Vídeo – Sorteio em que o objetivo era votarem no melhor golo e seguirem as regras: seguir a página dos leões; identificar três amigos e comentar o melhor golo e partilhar a publicação para ganhar uma camisola de jogo do jogador Bebé, Campeão do Mundo autografada.

Estatística 1º Vídeo - 2172 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 768 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo); 2º Vídeo - 4399 Contas Alcançadas e 1633 Visualizações

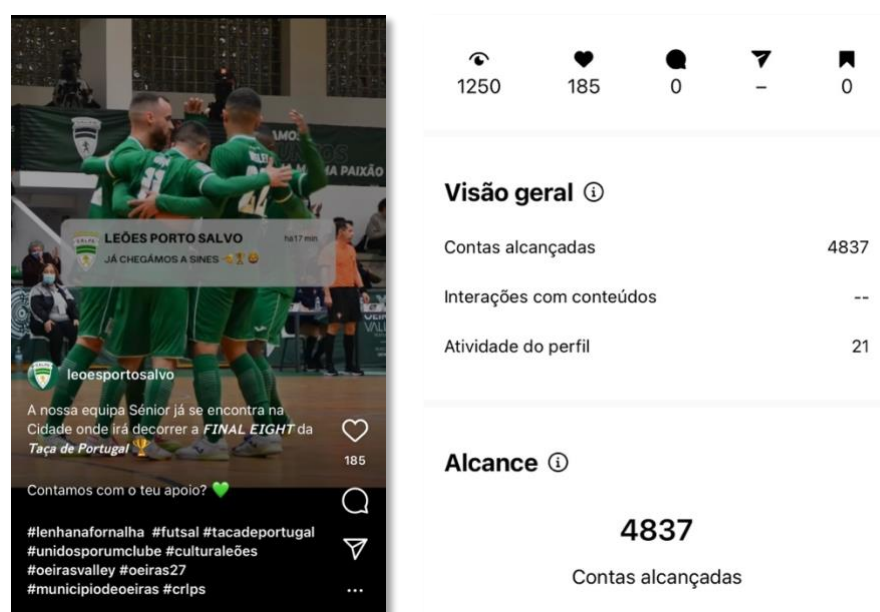
3. Promoção e Motivação antes de um jogo



Legenda: 1º Vídeo – Vídeo de golos dos seniores masculinos de um jogo contra a mesma equipa que iriam jogar, com os festejos e claques de adeptos. O vídeo foi criado com o propósito de motivar a equipa e chamar mais adeptos aos jogos.

Estatística 1º Vídeo – 2405 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 837 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

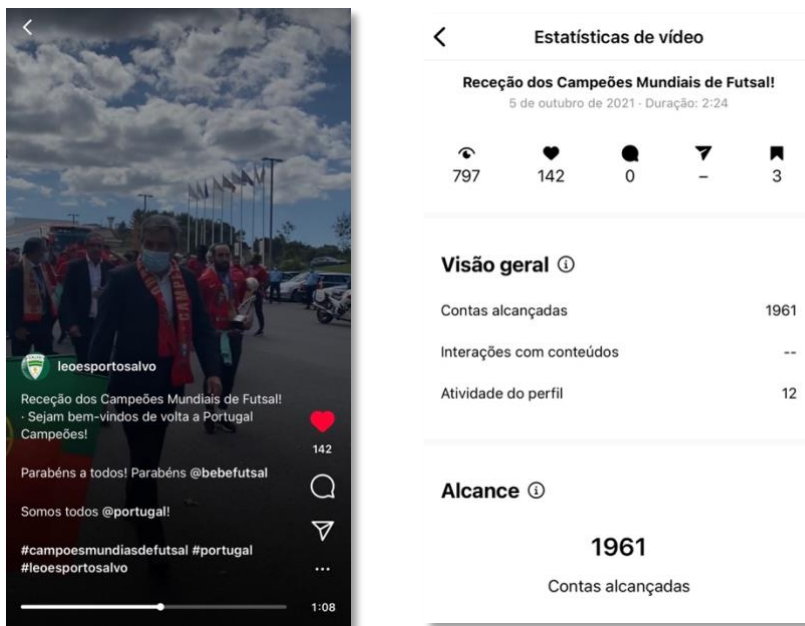
4. Notificação Seniores Masculinos



Legenda: Vídeo com notificação da chegada da equipa de seniores masculinos a Sines, onde foram jogar para Taça de Portugal.

Estatística 4837 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1250 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

5. Receção da Seleção Portuguesa de Futsal - Campeões do Mundo de Futsal



Legenda: Vídeo de receção da Seleção Nacional de Futsal e do nosso guarda-redes da equipa sénior masculina, Bebé, após se terem sagrado Campeões do Mundo;

Estatística 1961 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 797 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

– REELS Vídeo

6. Anúncios de Jogos



Alcance ⓘ

34888

Contas alcançadas

Reproduções

34018



Alcance ⓘ

43559

Contas alcançadas

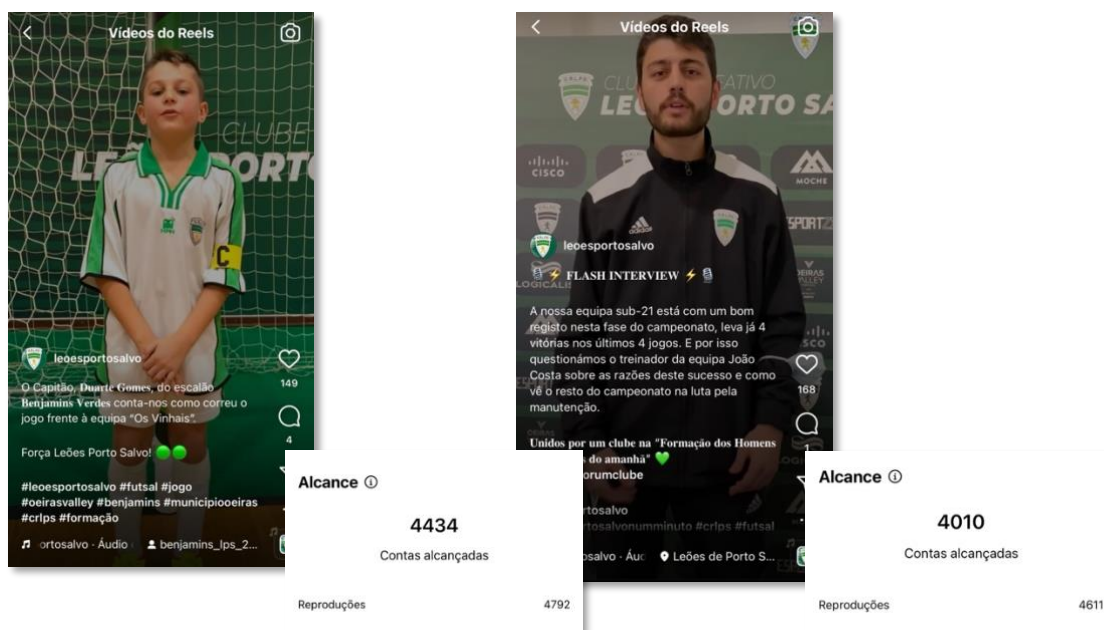
Reproduções

44935

Legenda: 1º Vídeo – Três jogadores do escalão de infantis verdes, anunciam o seu jogo; 2º Vídeo – Um jogador do escalão de iniciados verdes deseja aos sócios e simpatizantes do clube “Um feliz Ano Novo” e anuncia o jogo das seniores contra o sporting.

Estatística 1º Vídeo – 34 888 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 34 018 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo); 2º Vídeo – 43 559 Contas Alcançadas e 44 935 Reproduções.

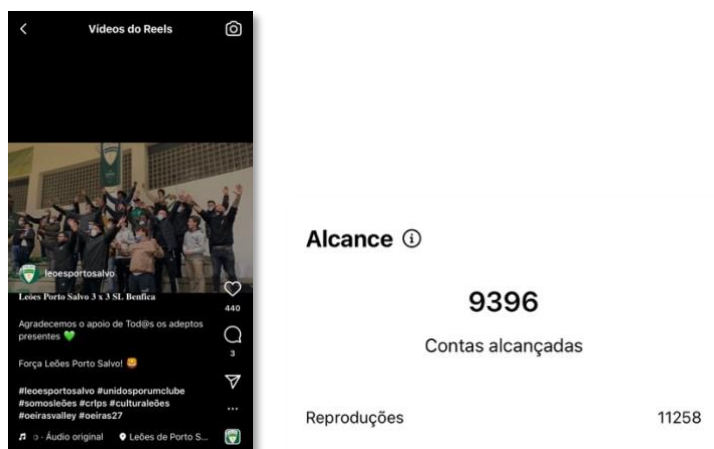
7. “Flash Interview”



Legenda: 1º Vídeo – Um jogador, o capitão da equipa de infantis verdes fala no pós jogo; 2º Vídeo – o treinador da equipa de seniores sub-21 fala sobre a 1ª Fase do Campeonato, as razões do sucesso e como vê o resto do campeonato na luta pela manutenção.

Estatística 1º Vídeo – 4434 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 4792 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo); 2º Vídeo – 4010 Contas Alcançadas e 4611 Reproduções.

8. Claque a apoiar um jogo



Legenda: Sócios, jogadores e treinadores a apoiarem a equipa sénior masculina num jogo contra o SL Benfica;

Estatística 1º Vídeo – 4396 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 11 258 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

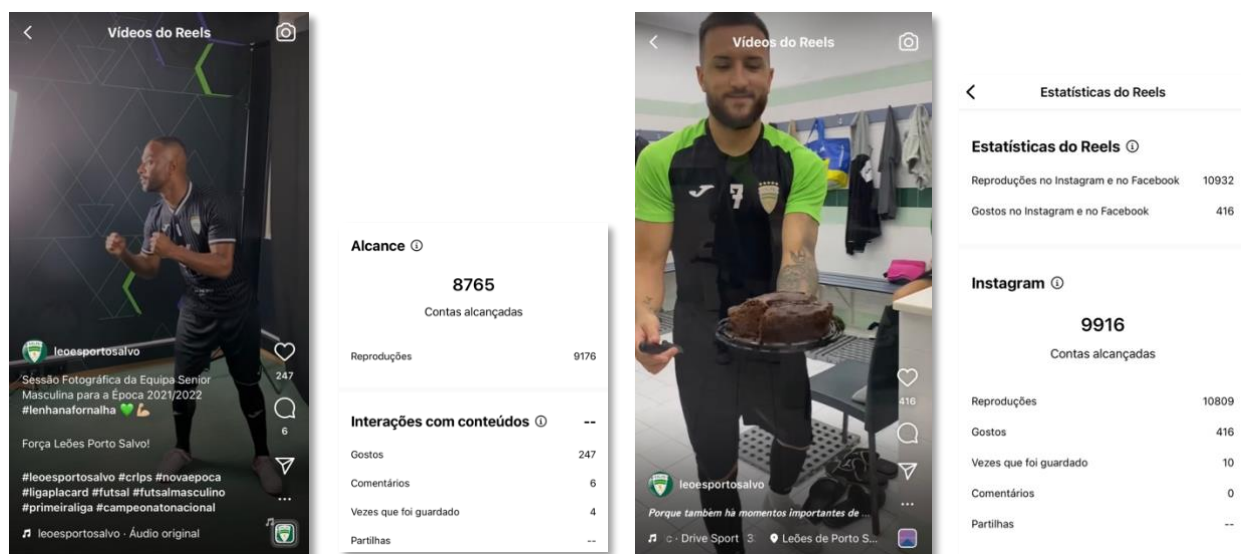
9. Entrega do Prémio de um Sorteio



Legenda: Jogador da equipa de iniciados verdes ganha um sorteio e recebe a camisola do Campeão do Mundo de Futsal, autografada;

Estatística 1º Vídeo – 2997 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3614 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

10. Vídeo do Balneário dos Seniores



Legenda: 1º Vídeo – Momentos no balneário antes uma sessão fotográfica, momentos no campo durante a sessão e numa sala onde foram tiradas fotografias individuais da equipa sénior masculina; 2º Vídeo – Momentos de descontração no balneário antes e no pré-treino no campo da equipa sénior masculina;

Estatística 1º Vídeo – 8765 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 9176 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo). 2º Vídeo – 9916 Contas Alcançadas e 10 809 Reproduções.

11. Vídeo de Golos



Legenda: Três golos da equipa sénior masculina num jogo da Liga Placard;

Estatística 6437 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 7085 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

12. Momentos de Fair-play

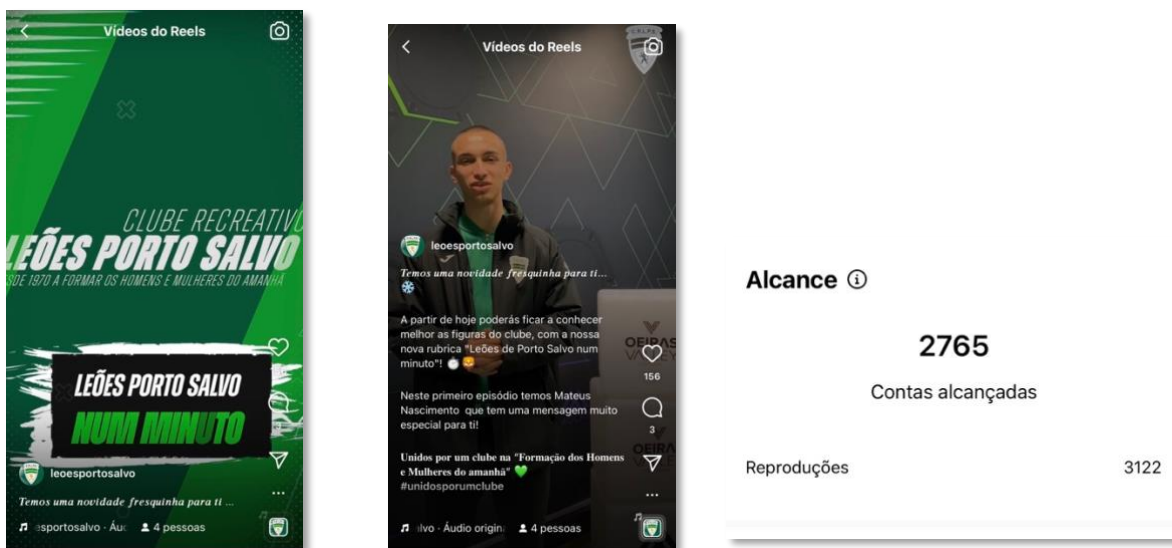


Estatísticas do Reels ⓘ	
Reproduções no Instagram e no Facebook	3683
Gostos no Instagram e no Facebook	300
Instagram ⓘ	
2815	
Contas alcançadas	
Reproduções	3398

Legenda: Vídeo de um momento de Fair-Play durante o jogo da equipa de Juvenis Verdes.

Estatística 2815 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3398 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

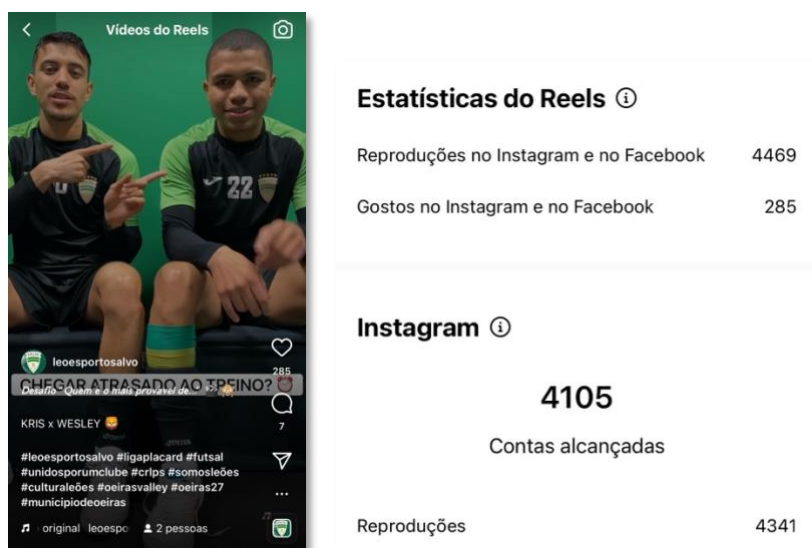
13. Rúbrica “Leões Porto Salvo Num Minuto”



Legenda: Rubrica criada com o objetivo de dar a conhecer melhor a história de como chegaram ao clube e que funções desempenham no clube algumas figuras do Leões Porto Salvo;

Estatística 2765 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3122 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

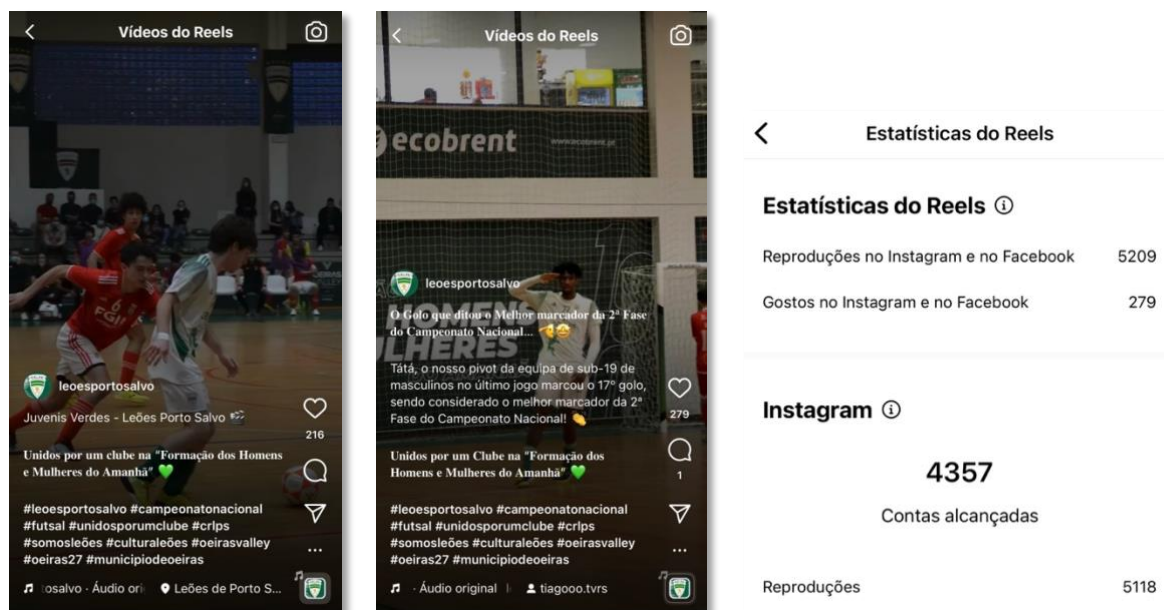
14. Desafio “Quem é o mais provável de...”



Legenda: Desafio criado com dois jogadores da equipa sénior em que estes tinham que apontar um para o outro respondendo a perguntas como “Quem é o mais provável de... chegar atrasado ao treino, de levar uma cueca”.

Estatística 4105 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 4341 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

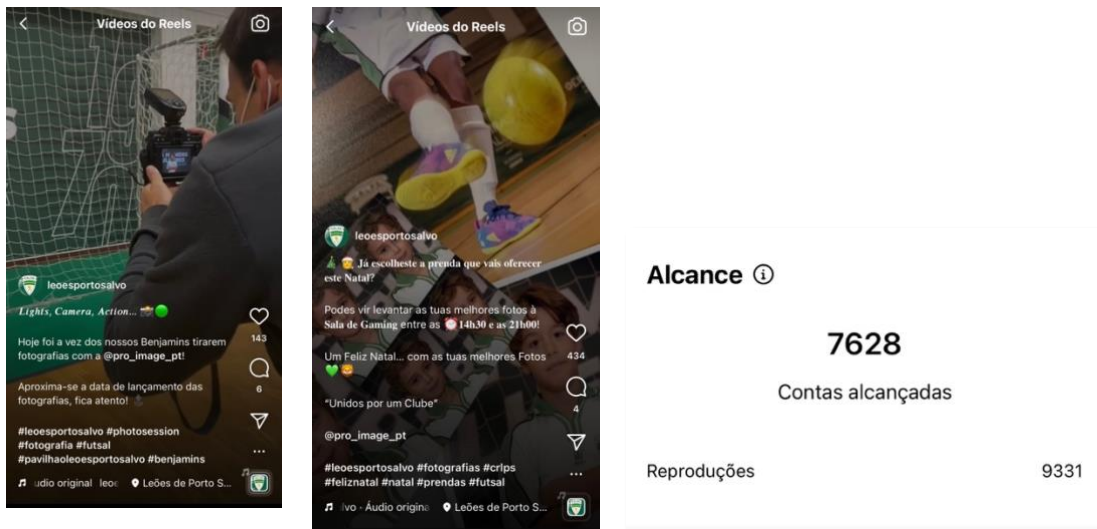
15. Fotografias em Sequência de Jogadores num jogo



Legenda: Fotografias em Sequência rápida de jogadores numa ação relevante durante um jogo.

Estatística 4357 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 5118 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

16. Promoção para a venda de Fotografias de Atletas no Clube



Legenda: Vídeo criado para promover as vendas de fotografias tiradas aos atletas do clube com uma parceria;

Estatística 7628 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 9331 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo).

Modalidade de Futebol

POST INSTAGRAM E FACEBOOK DE IMAGENS E VÍDEO:

– Composição de Imagem/Design:

Publicações Semanais Informativas

- **Agenda Semanal de Jogos** de 2 equipas (Data, Hora e Local), em formato 1080 x 1080 em Carrossel



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Escalões: Infantis e Benjamins

Estatística: 617 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 777 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios)

- **Cartaz Resultados Semanal de Jogos** de 2 equipas, em formato 1080 x 1080 em Carrossel



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Escalões: Infantis e Benjamins

Estatística: 778 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1005 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube 5 estrelas; Oeiras Valley , Oeiras 27, Inov Sports (Patrocínios).

- **Captações de Futebol**



Funções: Fotografia, Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Escalões: Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis – Masculino e Feminino

Estatística: 1079 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1239 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Logos: Logo do Clube e Entidade Formadora 5 Estrelas

— Fotografias

• Fotografias de Jogo e de Equipa



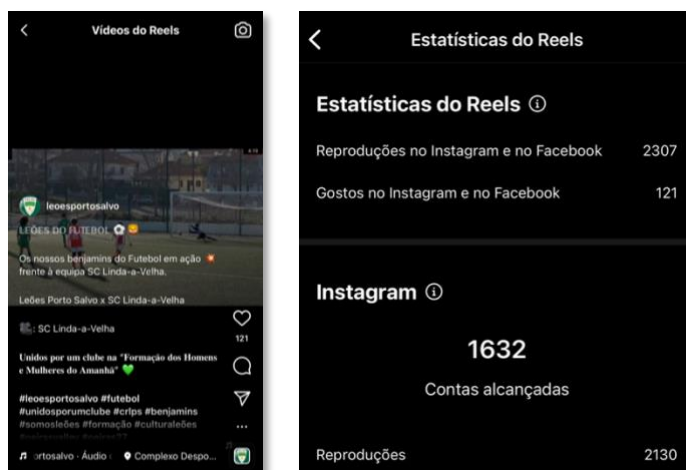
Legenda:

Fotografias de Jogos das equipas de Benjamins e Infantis

Estatística: 1556 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1944 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

— Vídeos Reels

• Golos de um jogo



Legenda: Vídeo dos golos de um jogo do escalão de Benjamins

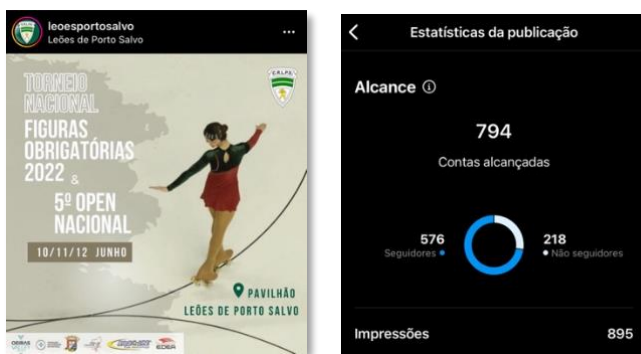
Estatística: 1632 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1632 Reproduções (O número de vezes visualizaram o vídeo);

Modalidade de Patinagem Artística

– Composição de Imagem/Design:

Publicações Pontuais Informativas

- **Cartaz de Torneios**



Legenda: Cartaz de um Torneio Nacional de Figuras Obrigatórias e o 5º Open Nacional

Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Estatística: 794 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 895 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

- **Convocatória à Seleção Nacional**



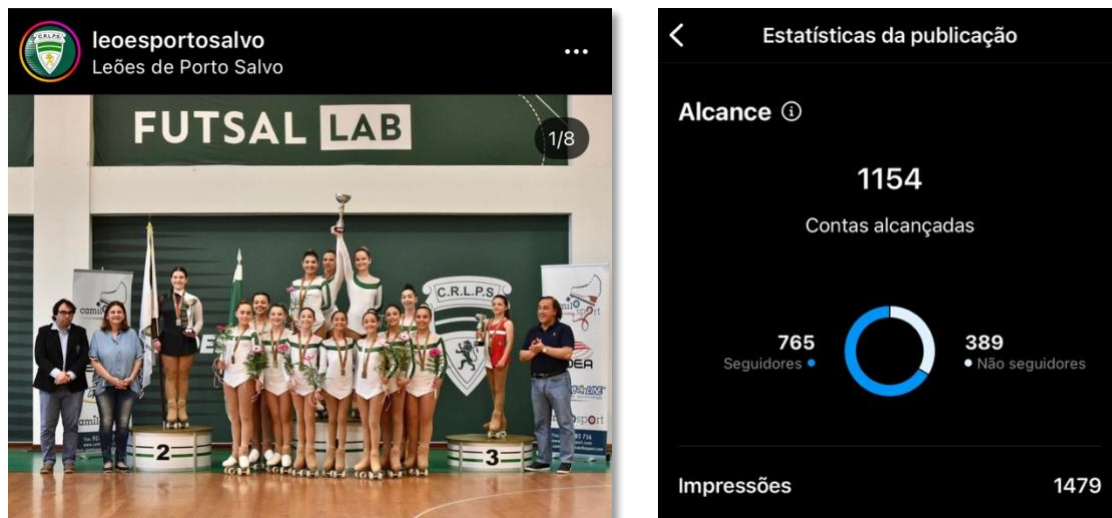
Legenda: Cartaz das Convocadas à Seleção Nacional de Patinagem Artística

Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Estatística: 1218 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1473 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

– Fotografias

- Fotografias de um Torneio

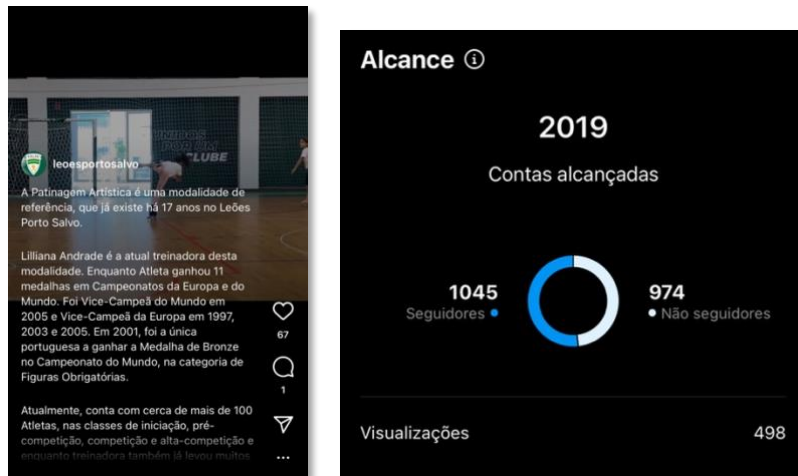


Legenda: Fotografias das Atletas no Torneio Nacional de Figuras Obrigatórias e o 5º Open Nacional

Estatística: 1154 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1479 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

– Vídeo em Post

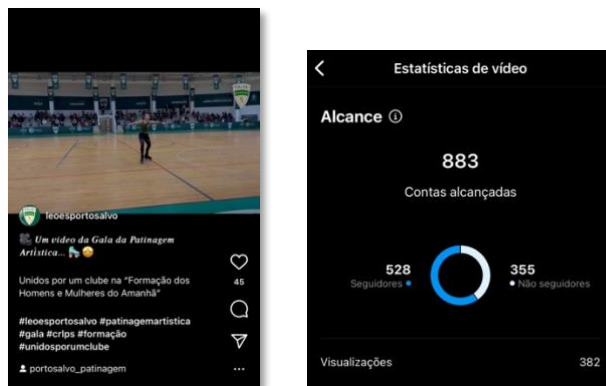
- Vídeo de Apresentação da Modalidade



Legenda: Vídeo de apresentação da modalidade de patinagem artística

Estatística: 2019 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 498 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo)

- Vídeo do Resumo da Gala de Patinagem



Legenda: Vídeo do resumo da Gala de Patinagem de Natal

Estatística: 883 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 382 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

– Vídeo em Reels

- “Leões Porto Salvo é...”



Legenda: Vídeo de duas Atletas de Patinagem que dizem o que para elas é o Leões Porto Salvo

Estatística 2634 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3037 Reproduções (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo);

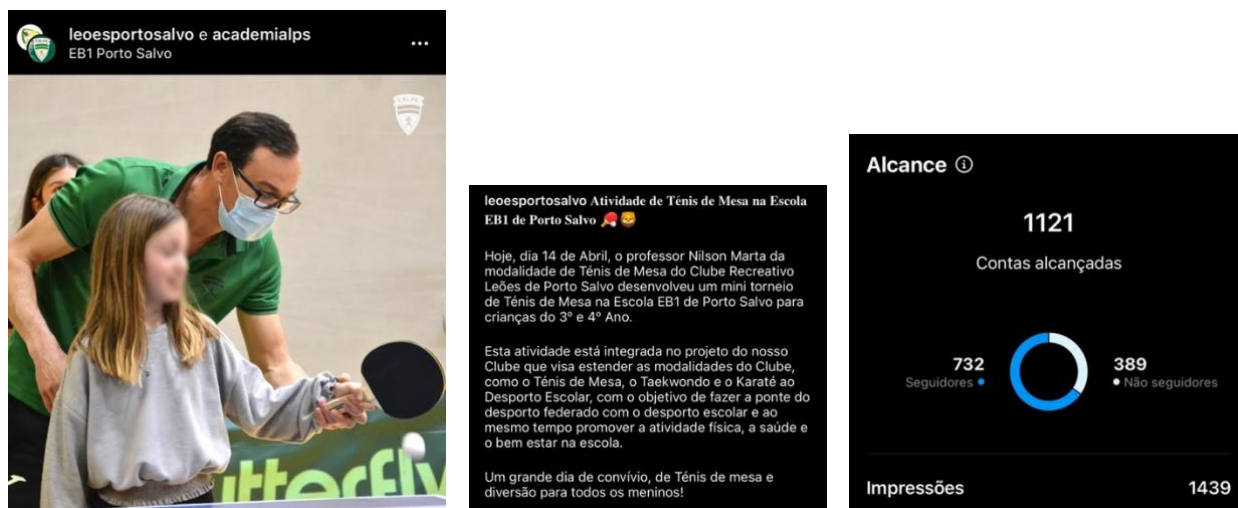
Modalidade de Ténis de Mesa

– Fotografias



Legenda: Publicação para dar destaque à modalidade, atletas de ténis de mesa a praticar a ténis de mesa.

Estatística 1422 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1745 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);



Legenda: Publicação sobre um treino dado pelo treinador da modalidade de Ténis às crianças da escola EB1 Porto Salvo, uma atividade que faz parte no projeto que tem como objetivo fazer ponte entre o desporto federado com o desporto escolar.

Estatística 1121 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1439 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Modalidade de Taekwondo

- **Composição de Imagem/Design:**



Legenda: Cartaz de resultados de um Torneio de Taekwondo

Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

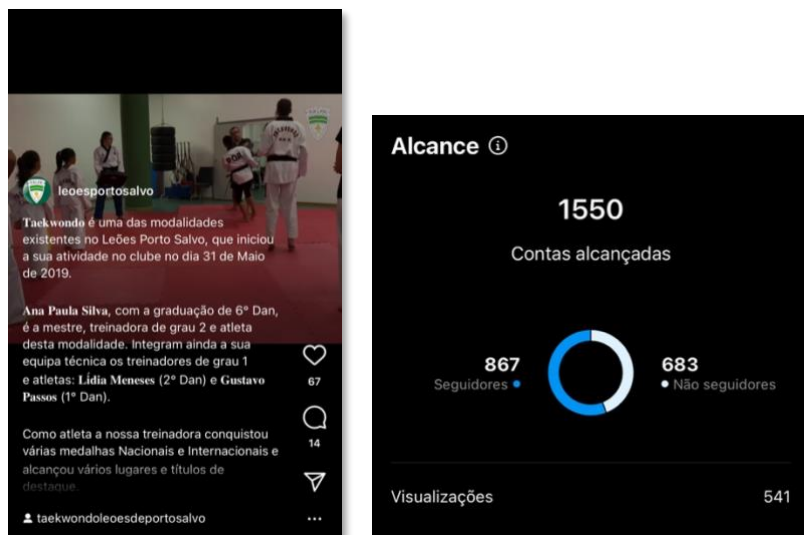
Estatística: 794 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 895 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

– Fotografias e Vídeo



Legenda: Fotografias de um uma gala onde o Taekwondo fez as suas demonstrações;

Estatística: 892 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1448 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);



Legenda: Vídeo de apresentação da modalidade de Taekwondo;

Estatística: 1550 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 541 Visualizações (Número de vezes que contas individuais viram o vídeo)

Modalidade de Pesca



Legenda: Convocatória à Seleção Nacional de um Atleta de Pesca Desportiva

Funções: Composição da imagem (texto, símbolo e fotografia) e copy da publicação, tudo contruído do zero.

Estatística: 964 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1047 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Projeto Academias Futsal

O Conteúdo e Comunicação dos Projetos da Academia de Futsal é publicado no Facebook e Instagram criado especificamente para este projeto. No Instagram as publicações são feitas em “colaboração” com a conta principal do clube

Comunicação do Projeto Desporto Escolar

– Publicações - Fotografias



academialps 🏆 Leões Porto Salvo na Escola 🏆

Dia 14 de Fevereiro, o Clube Recreativo Leões Porto Salvo iniciou mais um Projeto inserido na extensão da sua Academia de Futsal, desta vez, o "Futsal na Escola". O projeto de foro formativo, visa potenciar o futsal do clube em ambiente escolar e assim promover a atividade física, a saúde e o bem estar na escola a par da aprendizagem na modalidade.

Pretendemos fazer a ponte do desporto federado com o desporto escolar, recorrendo aos elevados padrões de qualidade e metodologias já utilizadas e aplicadas na competição, que são facilmente integráveis com o sistema educativo escolar.

Os nossos Treinadores irão deslocar-se duas vezes por semana, à escola EB1 de Porto Salvo para dar treinos a menino(a)s do 1º Ciclo (3º e 4º ano). Esta é a primeira escola do concelho de Oeiras que acolhe o nosso projeto.

Em breve, pretendemos marcar presença em mais escolas do concelho com os nossos técnicos e as nossas boas práticas.

Unidos por um Clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amanhã" ❤️

#leoesportosalvo #desportoescolar #críps #oeirasvalley #oeiras27 #unidosporumclube #academiafutsal

Legenda: Publicação a explicar o projeto de desporto escolar;

Estatística: 964 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1047 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

Comunicação do Projeto dos Bairros

– Bairro dos Navegadores, Porto Salvo

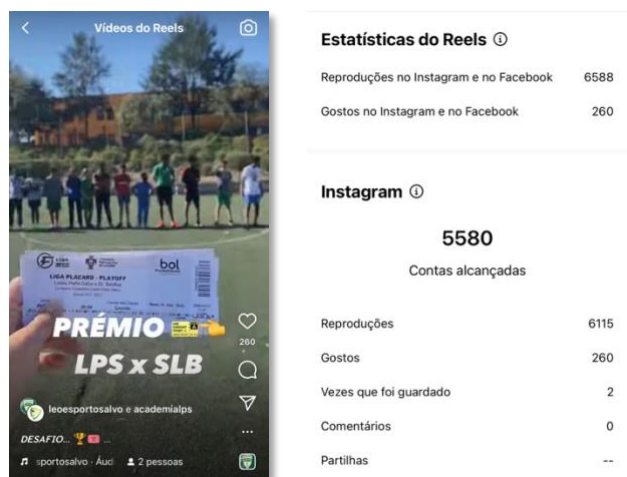
• Fotografias e Vídeos de Treinos



Legenda: Um dia de treino no bairro dos Navegadores

Apoios: Câmara de Oeiras - Oeiras Valley (CLS – Contratos Locais de Segurança)

Estatística: 829 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1092 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);



Legenda: Um dia de treino no bairro dos Navegadores, onde os atletas foram desafiados a uma competição para ganhar bilhetes para o jogo dos Seniores Masculinos contra o SL Benfica.

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 5580 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 6115 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

• Ações de Formação/ Atividades/ Entrevistas



Legenda: Ação de Formação “Promoção da Saúde Mental” por entidades externas da UCC Sáúdar e USF – São Julião

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia – Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 162 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 202 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);



Legenda: Uma atividade dinâmica no treino “O que é a justiça?”

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 1943 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1964 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);



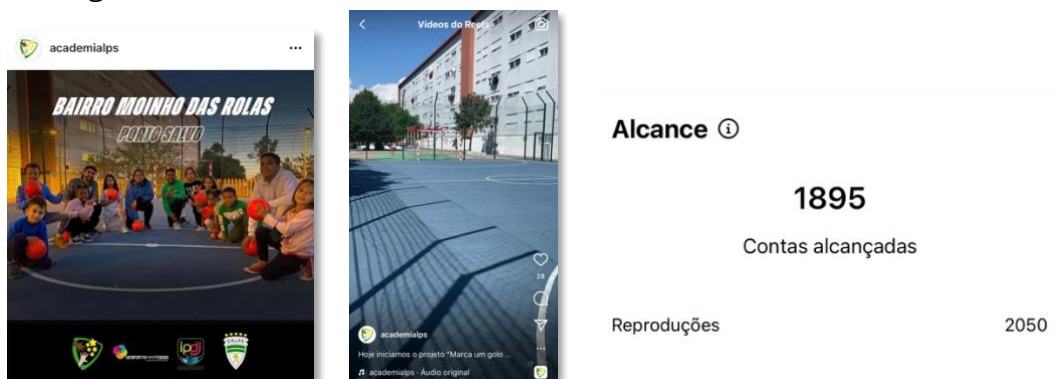
Legenda: Uma entrevista a um menino que integra o projeto dos bairros, que faz a sua apreciação sobre os treinos e ações de formação;

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 734 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 830 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

– Bairro Moinho das Rolas, Porto Salvo

• Fotografias e Vídeos



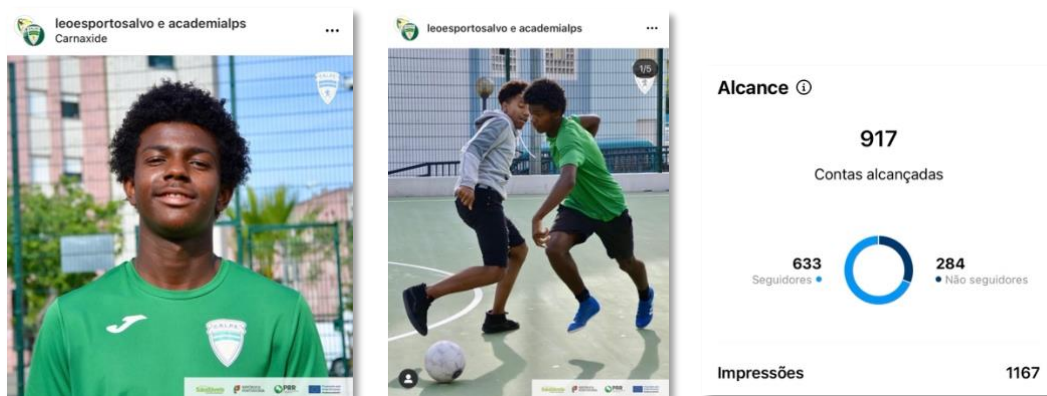
Legenda: Treino e Apresentação do Bairro Moinho das Rolas

Apoios: IPDJ – Instituto Português do Desporto e Juventude

Estatística: 1895 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2050 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

– Bairro Pátio dos Cavaleiros

• Fotografias de Treinos

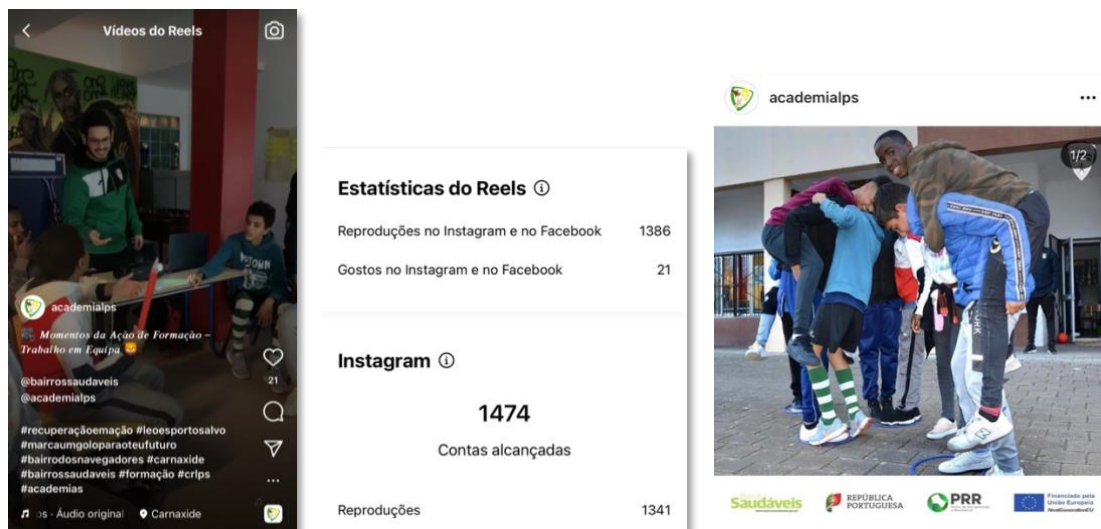


Legenda: Um dia de treino no Bairro Pátio dos Cavaleiros

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 917 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1167 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

- **Atividades e Ações de Formação**



Legenda: Uma ação de formação pelo psicólogo do clube sobre “Trabalho em Equipa”

Apoios: Bairros Saudáveis – República Portuguesa, PRR (Plano Recuperação e Resiliência) e União Europeia - Projeto “Marca um golo para o teu futuro”

Estatística: 1474 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1341 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

– Quinta de Salles

- **Fotografias e Vídeos de Treinos**



Legenda: Treino no Bairro Quinta de Salles, em Carnaxide

Apoios: Câmara de Oeiras - Oeiras Valley (CLS – Contratos Locais de Segurança)

Estatística: 3543 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3682 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

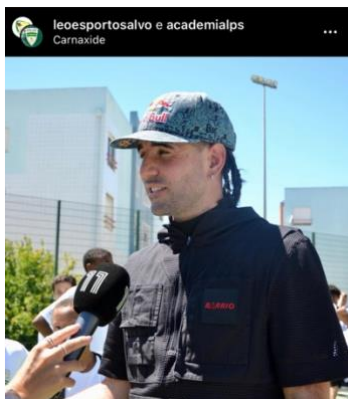
- **Torneios e Atividades Extras**



Torneio Inter-Bairros (Porto Salvo e Carnaxide) – Kipsta e Oeiras Valley



Treino Bairro Navegadores com Iniciados Brancos



**Visita de Séan Garnier
(Freestyler) ao Bairro Pátio
dos Cavaleiros - KIPSTA**



**Meninos do Bairro na
PANA ARENA
(KIPSTA/DECATHLON)**



**CANAL 11 entrevista
menino do bairro – Torneio
Inter-Bairros**



**Visita de Federações
(Portuguesa, Irlandesa,
Finlandesa e Ganense) ao**



**Atividade na Gaming Room do
Clube com meninos do bairro**

Comunicação Institucional

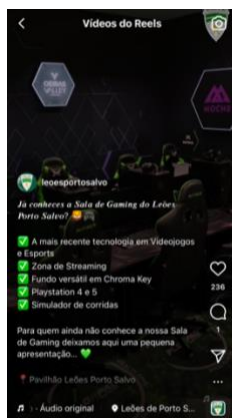
- **Comunicação das Infraestruturas**
 - **O Clube**



Legenda: Vídeo Institucional a apresentar o clube;

Estatística: 1480 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 1702 Impressões (O número de vezes que a publicação apareceu no ecrã);

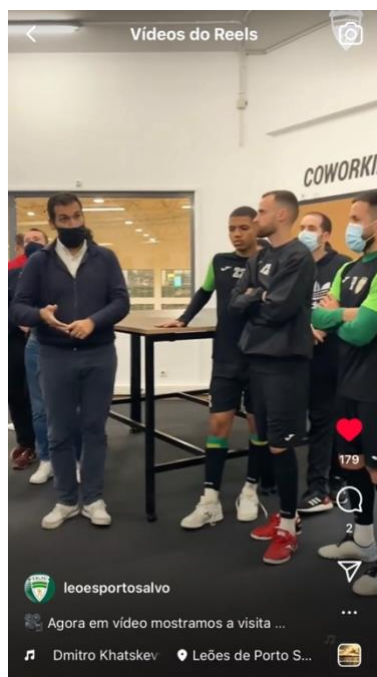
- **Sala de Gaming**



Legenda: Vídeo de apresentação da Sala de Gaming do Clube;

Estatística: 2765 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 2682 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida);

– Kipsta LAB



Legenda: Vídeo da visita da equipa sénior masculina à Kipsta Lab – Decathlon;

Estatística: Vídeo – 3126 Contas Alcançadas (Número de contas individuais que viram esta publicação pelo menos uma vez) e 3691 Reproduções (O número de vezes que a publicação foi reproduzida).

Certificações



Certificação ISO 9001



Certificado de Entidades Formadoras FPF



Certificação da Bandeira da Ética

- **Parcerias**



Parceria Horizm



Parceria Associação Estudantes Universidade NOVA



Parceria Universidade Católica

- **Formações**



Formação SBV-DAE



Formação na Escola Superior de Rio Maior



Formação Match-Fixing

- **Outros**



Consiguação do IRS



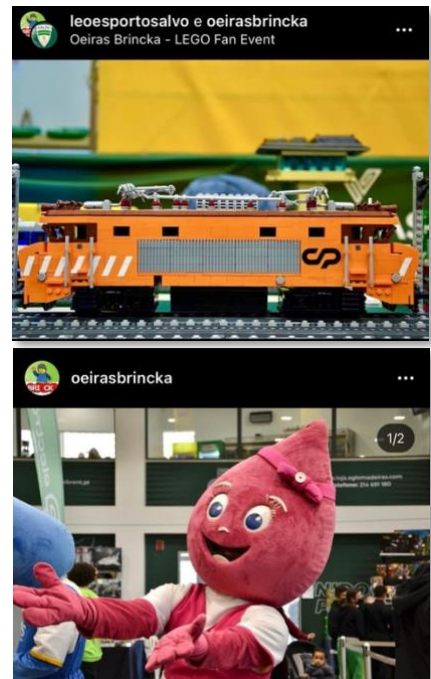
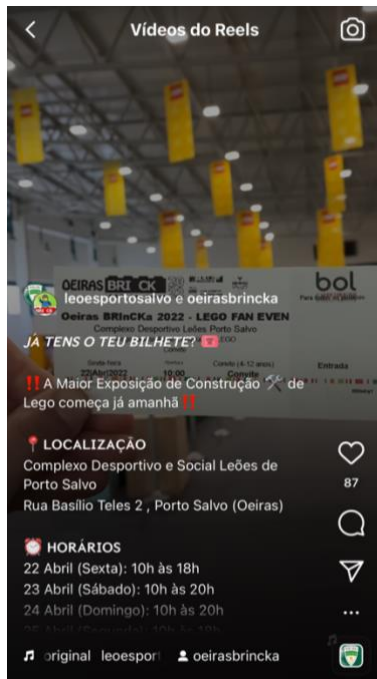
Recolha de Bens - Ucrânia



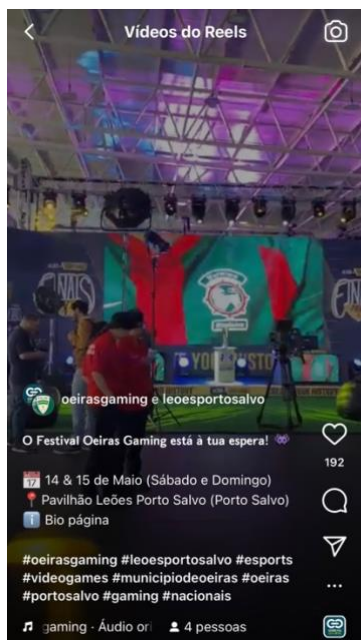
Agradecimento 4K seguidores

– Comunicação Eventos

• Oeiras Brincka



• Oeiras Gaming



Parte V - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclusão

A minha experiência no Clube Recreativo Leões Porto Salvo foi muito positiva, sinto que consegui pôr em prática os conhecimentos que adquiri ao longo da minha licenciatura em Publicidade e Marketing e do mestrado em Gestão do Design. Durante o estágio tive liberdade para criar novos conteúdos e fazer conteúdo diferente. As minhas responsabilidades foram aumentando ao longo do estágio, consequência do trabalho desenvolvido que foi considerado muito positivo pelos meus superiores. Criei uma linha de comunicação que era algo muito importante para o clube, visto que esta antes do início do meu estágio era inexistente. Criei ótimas relações com as pessoas e funcionários do clube que me ajudaram sempre que precisei, havia sempre um excelente trabalho de equipa mesmo estes não sendo da mesma área.

O que mais apreciei durante o estágio foi as ligações que criei, sentir que o clube trabalha em prol da comunidade, que está sempre à procura de evoluir e de encontrar maneiras de poder expandir para novas áreas, para conseguir ajudar e proporcionar condições de desenvolvimento social às pessoas que o rodeiam. Um grande exemplo, é o projeto dos Bairros, pelo qual me apaixonei, poder ajudar todas as crianças que vivem nos bairros e vê-las evoluir proporcionando-lhes momentos de bem-estar, aprendizagem, interagindo com elas, transmitindo-lhes valores importantes, e ver estes meninos a divertirem-se e com um sorriso na cara no final do dia, é muito gratificante.

Com base nas estatísticas retiradas da aplicação “Business Suite” como: o alcance, os novos seguidores, os “gostos” nas páginas e as visitas aos perfis das contas principais do Facebook e do Instagram do Clube, estes tiveram um crescimento exponencial, desde o início do estágio. O Alcance no Facebook foi de 1.1 Milhões de pessoas, um aumento de 513% em relação ao ano de 2021, e o Instagram teve um alcance de 422.300 de pessoas, um aumento de 2500%, em relação ao ano de 2021. O Número de Visitas do Facebook chegou às 26.700 de pessoas, com um crescimento de 52.9% em relação ao ano 2021 e no Instagram o número de visitas foi 78.100 de pessoas com um crescimento de 200% em relação ao ano 2021. A página de Facebook teve mais

996 “gostos com um crescimento de 79.5% em relação ao ano 2021 e o Instagram ganhou cerca de 1900 novos seguidores desde o início do estágio.

Analisando estas estatística, posso afirmar que o trabalho que desenvolvi teve um grande impacto nas Redes Sociais, ultrapassei o objetivo de seguidores do Instagram e cumpri com os objetivos estágio e pessoais. O estágio resultou numa grande aprendizagem, sinto que consegui desenvolver novas competências, como a evolução da minha redação, da comunicação em geral, dos meus *skills* de fotografia, de vídeo e de edição, bem como os *skills* de Adobe Photoshop. Em termos de organização e de gestão de trabalho e projetos, fui evoluindo ao longo estágio, tornando-me mais autónoma e confiante do meu trabalho. Para além destes resultados o Presidente da direção do Clube deu-me a oportunidade de ir trabalhar para uma empresas de Publicidade e Marketing chamada BlendByte e assim, entrar no mundo empresarial, continuando a desenvolver o meu trabalho no clube em simultâneo.

Limitações e Novos Caminhos

O Clube começou a investir mais na comunicação, com o início do meu estágio, sendo que, ainda há muito para explorar e para evoluir. Existem muitas modalidades e projetos dentro do clube que merecem especial atenção. Em termos de comunicação consegui abordar e dar destaque a todas as modalidades e aos projetos e atletas do clube, sendo que, seria interessante poder dar ainda mais destaque na comunicação sobre estes. Um clube com esta dimensão merece ainda mais destaque nas Redes Sociais que tem atualmente.

Seria interessante, fazer um processo de verificação do Instagram visto que o clube já tem um destaque relevante na Comunicação Social, como por exemplo no Canal 11, na Sport Tv entre outros. A nova parceria com a Kipsta Futsal – Decathlon irá trazer novos benefícios ao clube e por onde a comunicação deverá caminhar.

Seria também interessante em investir financeiramente em anúncios nas Redes Sociais para fazer crescer ainda mais as páginas, sendo que a dimensão da audiência e que se enquadram nos critérios do nosso público-alvo é de 7.5 a 8.8 Milhões (estatística retirada da aplicação Business Suite).

Parte VI - BIBLIOGRAFIA

Kotler, P., Kartajaya H., Setiawan I. (2021). *Marketing 5.0: Tecnologia para a Humanidade*. (Fontenelle, A., Trad.). Sextante Editora. (Publicado originalmente em 2021).
<https://www.kobo.com/pt/en/ebook/marketing-5-0-6>

Kotler, P., Kartajaya H., Setiawan I. (2017). *Marketing 4.0: Do Tradicional ao Digital*. (Korytowski I. Trad.). Sextante Editora. (Publicado originalmente em 2016).
<https://www.kobo.com/pt/en/ebook/marketing-4-0-9>

Adolpho, C. (2011). *Os 8Ps do Marketing Digital: O guia estratégico do marketing digital*. Texto Editores. <https://www.kobo.com/pt/en/ebook/os-8-p-s-do-marketing-digital>

Deighton J. & Kornfeld L. (2009). *Interactivity's Unanticipated Consequences for Marketers and Marketing Journal of Interactive Marketing*, 1.
https://www.academia.edu/47807052/Interactivitys_Unanticipated_Consequences_for_Markets_and_Marketing

Pereira, P. (2013). *Marketing Desportivo Digital: A importância do marketing digital para os clubes desportivos: Estudo de Caso F.C. Porto* [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho Escola de Economia e Gestão]. Repositório Comum. <https://hdl.handle.net/1822/28437>

Dionísio, P. (2022). *Marketing Desportivo – o reino das paixões e experiências memoráveis*. SAPO. Acedida a 25 de Junho, 2022, a partir de
https://www.sapo.pt/?utm_source=bsu&utm_medium=web&utm_campaign=bsu_logo&utm_content=lidermagazine.sapo.pt

Federação Portuguesa de Futebol. (2022, Abril). *História do Futsal e dos Feitos da Seleção de Futsal de Portugal*. Acedida a 25 de Junho, 2022, a partir de
<https://portugalstore.fpf.pt/pt/editorial/historia-do-futsal>

Lucas, A. (2019). *O que é o marketing desportivo e qual a sua importância?* Iandrelucas. Acedida a 25 de Junho, 2022, a partir de <https://iandrelucas.com/o-que-e-o-marketing-desportivo-e-qual-a-sua-importancia/>

BallerStatus. (2021). *Top 10 Most Watched Sports in the World Today*. Acedida a 25 de Junho, 2022, a partir de <https://www.ballerstatus.com/2021/01/06/top-10-most-watched-sports-in-the-world-today/>

Leões Porto Salvo. Acedida a 10 de Junho, 2022, a partir de <https://academia.leoesdeportosalvo.pt/academia-interna>

Leões Porto Salvo. Acedida a 10 de Junho, 2022, a partir de <https://www.leoesdeportosalvo.pt>

Parte VII - ANEXOS

Anexo 1 – Símbolos do Clube



Anexo 2 - Fotografias de Jogos de Outros Escalões:



Anexo 3 – Cartaz dia de jogo



Anexo 7 – Prémios Fair-Play



Anexo 5 - Adeptos



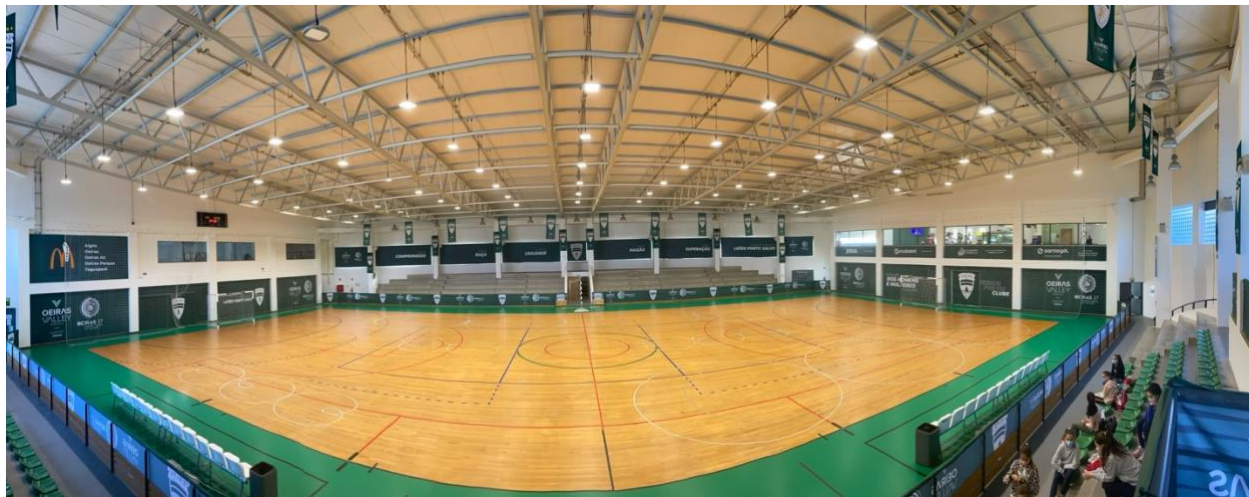
Anexo 6 – Cartaz Consulta de Nutrição



Anexo 7 – Prémios Fair-Play



Anexo 8 – Pavilhão Bancada Não-Sócios



Anexo 9 – História de um Golo



Anexo 10 – Gala de Natal



Anexo 11 – Festejo de um golo



Anexo 11 – Entrega de Prémio de um Giveaway



Anexo 12 – Alcance da conta de Instagram principal do Clube



Anexo 13 – Alcance da conta de Facebook principal do Clube



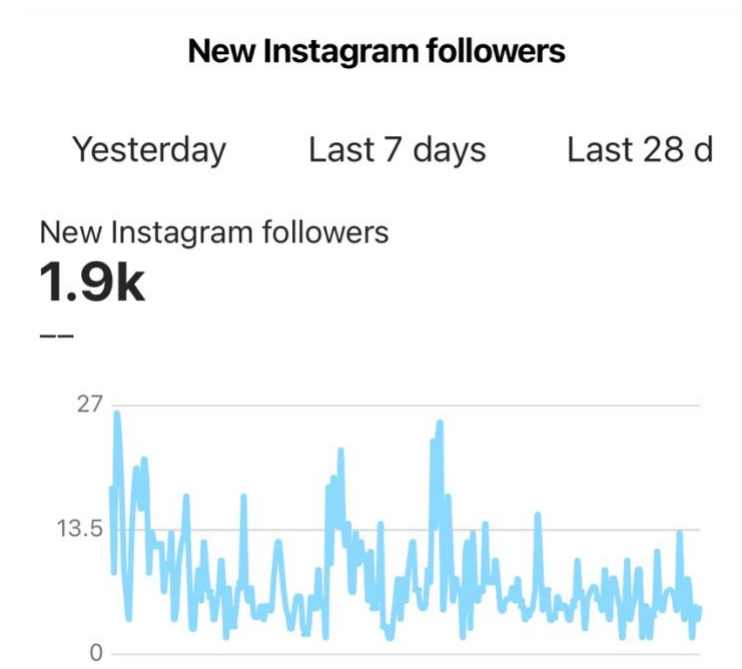
Anexo 14 – Visitas à conta de Instagram Principal do Clube



Anexo 15 – Visitas à conta de Facebook Principal do Clube



Anexo 16 – Novos Seguidores da Conta de Instagram Principal do Clube



Anexo 17 – Novos “Gostos” da Conta de Facebook Principal do Clube



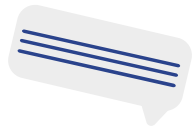
Rede Social	Data da Semana	Tipo de publicação	Coppy	Contribuinte	Link	Hashtags
Instagram	Segunda-Feira	Foto	Post 1: CAROLINA LEMOS! 7º Lugar na Taça da Europa de Patinagem Livre 2022 🏆🇵🇴 Excelente estreia internacional da nossa atleta na disciplina de Patinagem Livre em representação da Seleção Nacional, que com duas provas de última qualidade termina esta competição em 7º lugar num total de 13 atletas participantes, no Brasil de Joazeiro. Muitos Parabéns Leonal! 👍 União por um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amasah!" 🌱 Post 2: Resultados Jogos Futsal 📊 Estes foram os Resultados das Competições Nacionais e Distritais das Equipas do Leões Porto Salvo, desde fim-de-semana de 15 a 16 de Outubro. Post 3: Resultados Jogos Futebol 📊 Estes foram os Resultados das Competições Distritais das Equipas do Leões Porto Salvo, dos jogos decorridos no dia 15 Outubro. Post 4: Advinhas quem está de volta? 🤔 Queres uma pista ou é fácil? No época 2020/2021 marcou 28 golos + + Desta a tua resposta nos comentários 😄	Leões para um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amasah!" @municiplidosleoes @lps_leao @leoesportugal		
Facebook	Terça-feira	Foto	Post 1: O nossos pequenos grandes Leões... 🐉 A nossa equipa de Benjamin para época desportiva 2022-2023. Ficam mesmo bem com os equipamentos de jogo novos da Kapital! Concordam? 🙋 Post 2: Gostaram já o vosso futsal RUPSSCP @ligaplacard Leões Porto Salvo x Sporting CP 🥳 Sábado, 12 Outubro, às 21h00 🏟 Pavilhão Leões Porto Salvo Os bilhetes já estão à venda e podem ser adquiridos na secretaria do Clube, no site do Clube (LPS) disponível nas stories) e através de venda como (Fnac, Worten, CTT, etc.) e na bilheteira local do Complexo Desportivo e Social no próprio dia do jogo. Força Leões Porto Salvo! 🟢 Post 3: votem de JUDO LPS j) Junto ao 3 Escudo de Judo LPS com uma equipa de experientes e valorosos mestres e monitores que é liderado pelo Diretor Técnico Renato Kobayashi; Renato Kobayashi, Mestre de Judo e Responsável Técnico da Equipa que em 2022 alcançou a liderança nacional em todos os escalões desde juvenil até aos escalões de Sub23; 👉 Inscrição EB Leões Porto Salvo ⚡ A partir de maio de idade 📧 Secretaria do Clube ou via mail crtp@lps.pt	Leões para um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amasah!" @municiplidosleoes @lps_leao @leoesportugal		
Instagram	Quarta-feira	Foto	Post 1: Um dia de treino, cheio de sorrisos 😁 Os meninos chegaram ao treino sentaram-se numa roda onde os treinadores do clube foram tirando as presenças. Treino muito animado e dinâmico, que iniciou com um exercício de caga bolas, 3 estações de exercício diferentes, onde os meninos foram divididos por 3 equipas e para terminar um jogo entre equipas. ➡ Projeto CLS Oeiras Valley (6/12 anos) 🕒 2ª e 4ª Feiras 🕒 17h30 - 19h30 ➡ CLS Oeiras Valley (13/18 anos) 🕒 3ª e 5ª Feiras 🕒 17h30 - 19h30	Leões para um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amasah!" @municiplidosleoes @lps_leao @leoesportugal		
Facebook	Quinta-feira	Foto	Post 1: Agenda de jogos de FUTSAL para os dias 22 e 23 de Outubro 🗓️ Post 2: 3ª Jornada do Leões Porto Salvo RLPPSCP @ligaplacard O Pavilhão Leões Porto Salvo volta a ser palco da Liga placardi! Leões Porto Salvo x Sporting CP 🕒 Sábado, dia 22 de Outubro 🕒 21h00 🏟 Pavilhão Leões Porto Salvo ▶ Transmissão em direto no Canal 11 🎫 Bilhetes à venda online < https://leoesportosalvo.bol.pt/ e no site do clube (link na nossa storie) Lojas da FNAC, El Corte Inglés, CTT, Worten e na bilheteira local durante o dia do jogo. Eitamos a contar com o vosso apoio! Força Leões Porto Salvo! 🟢 Post 3: Agenda de jogos de FUTEVOL para os dias 22 e 23 de Outubro 🗓️	Leões para um clube na "Formação dos Homens e Mulheres do Amasah!" @municiplidosleoes @lps_leao @leoesportugal		

Rede Social	Dia da Semana	Tipo de publicação	Copy	Criatividade	Link	Hashtags
	Sexta-feira		Post 1: As nossas LEOAS jogam a 4ª Jornada em casa, frente à equipa ARCD Venda Luisã 🍋 📅 Domingo, 23 de Outubro 🕒 17h00 📍 Pavilhão Leões Porto Salvo Força Leões Porto Salvo! 💚 Post 2: Já conheces o novo site do Leões Porto Salvo? #novosite #lojaonline 👉 Agora podes consultar a nova agenda do clube onde irás encontrar todos os eventos/jogos. 📅 👉 O site tem agora uma área reservada à Liga Placard de Futsal onde podes consultar todos os jogos, resultados e tabela classificativa. 👉 Visita a nossa nova loja On-line! 🛍️			União por um clube na "Formação dos Homens e Mulheres de Anasão" 🍋 @municipioscasas @igreja_sul @leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal

Rede Social	Dia da Semana	Tipo de publicação	Copy	Criatividade	Link	Hashtags
	Sábado		Post 1: 📅 Madeira A nossa equipa Sénior Sub-21 embarcou hoje para disputar a 4ª Jornada da série C, frente ao CD Nacional, para 3ª Divisão do Campeonato Nacional. 📅 Sábado, 22 de Outubro 🕒 16h00 📍 Pavilhão Bartolomeu Perestrelo Força Leões Porto Salvo! 💚 Post 2: Ação de Formação - Nutrição no Desporto 🍋 Sessão de Nutrição e Hidratação no Leões Porto Salvo às nossas atletas. 📖 Nesta sessão foram abordados temas como a importância da alimentação, a alimentação para performance desportiva, alimentação em dia de jogo e os fundamentos da suplementação desportiva. É importante a formação dos atletas não só dentro do campo, como fora do campo, para uma melhor performance e um estilo de vida saudável.			União por um clube na "Formação dos Homens e Mulheres de Anasão" 🍋 @municipioscasas @igreja_sul @leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal

Rede Social	Dia da Semana	Tipo de publicação	Copy	Criatividade	Link	Hashtags
	Domingo		Post 1: Os Cacheolês já estão disponíveis !! 👉 Pode adquiri-los no site do clube através do link nas stories da página ou na secretaria do Clube. Vamos encher o pavilhão de cacheolês verdes 💚			União por um clube na "Formação dos Homens e Mulheres de Anasão" 🍋 @municipioscasas @igreja_sul @leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal #leaoasportugal

Redes Sociais







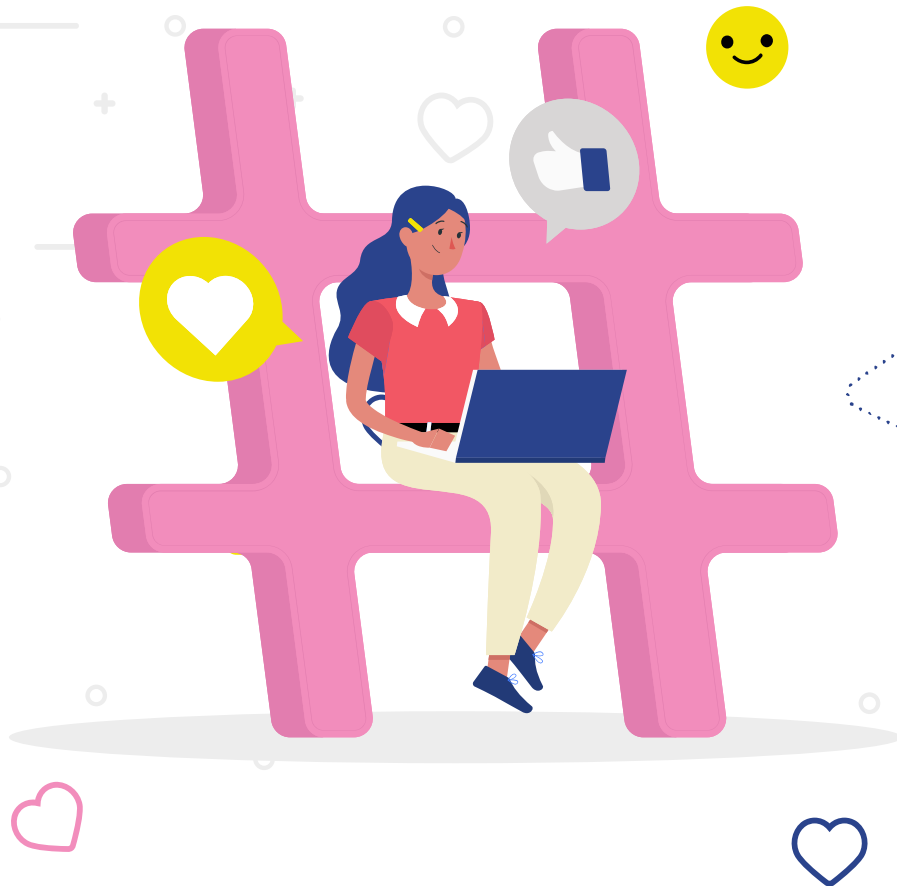
O que são as redes sociais?



.....

Uma rede social é uma estrutura social composta por pessoas ou organizações que estão ligadas por vários tipos de relações que compartilham valores e objetivos comuns.



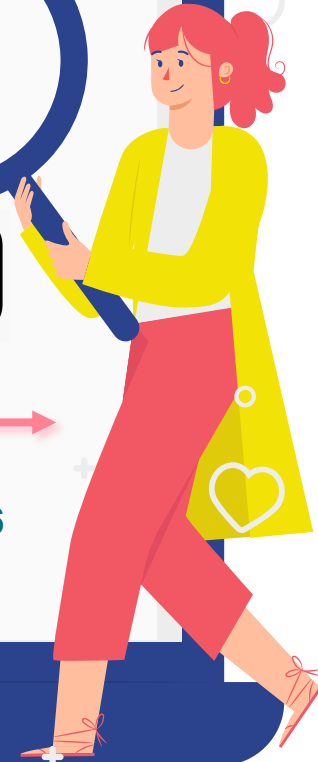
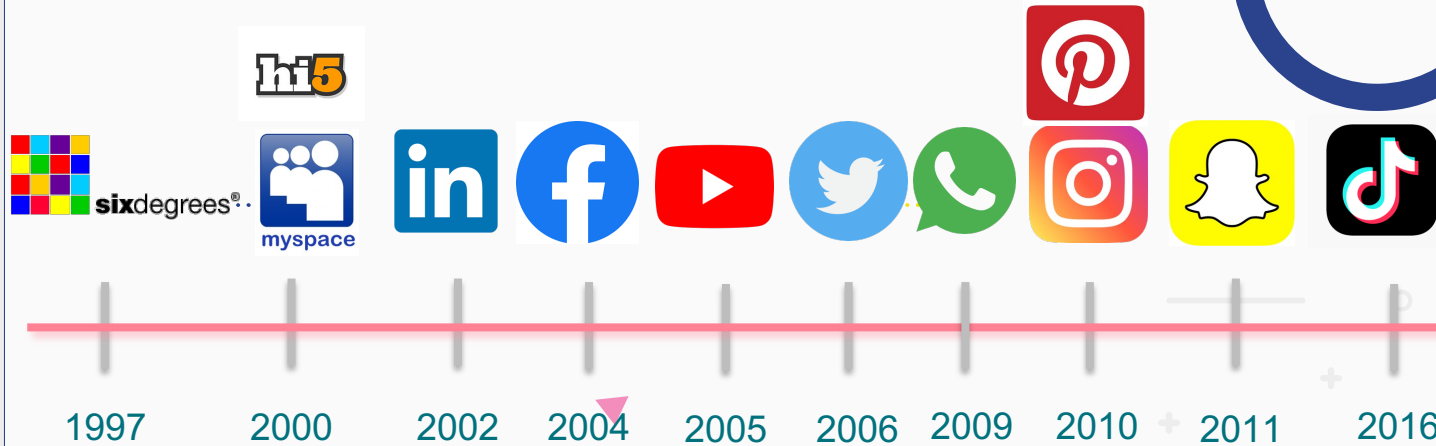


Para que servem?

- Criar interação social
- Entretenimento
- Oportunidades Profissionais
- Gerar conteúdo



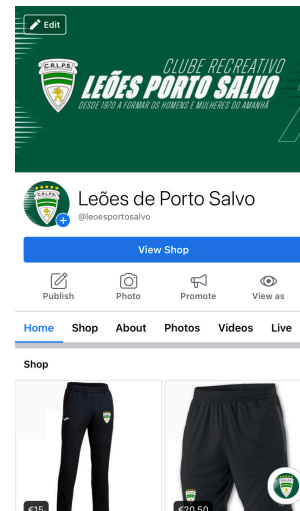
Surgimento das Redes Sociais



As principais Redes Sociais

Facebook

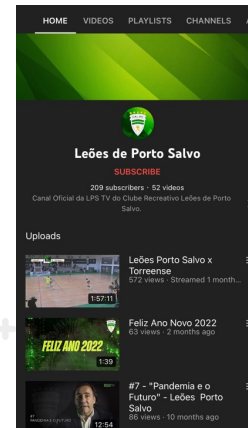
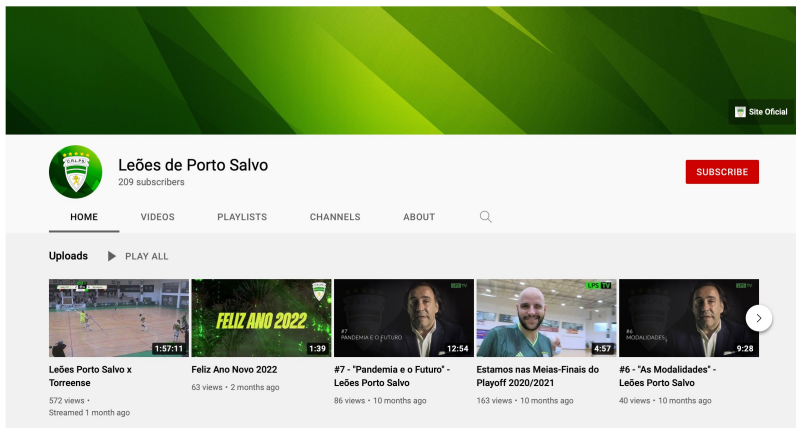
- **Número de utilizadores:** + 2,6 bilhões
- O Facebook é a maior rede social do mundo, além de ser focada nos seus utilizadores, **é uma das maiores formas de gerar oportunidades e aquisição de clientes para qualquer empresa.**



As principais Redes Sociais

Youtube

- **Número de utilizadores:** + 2 bilhões
- O Youtube está neste momento no seu auge de sucesso. Devido ao crescimento da presença de conteúdos audiovisuais no marketing digital, é quase impossível não ver pelo menos um vídeo todos os dias nesta rede social.



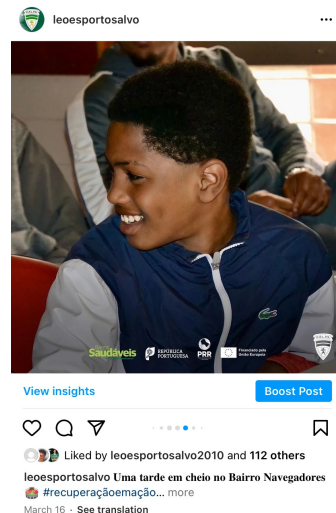
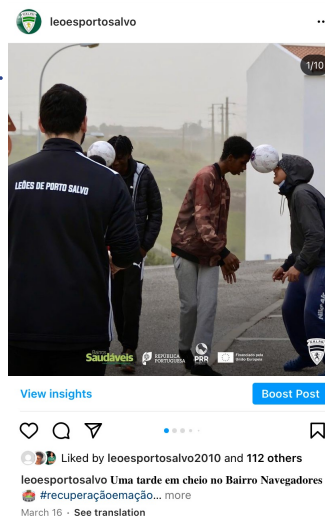
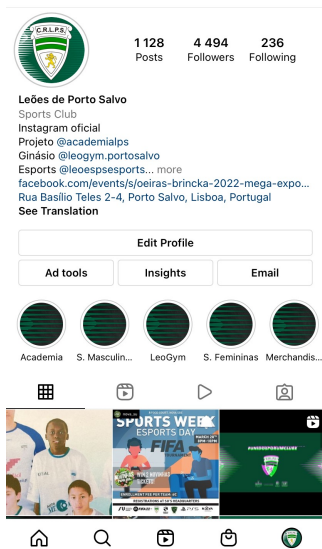


As principais Redes Sociais



Instagram

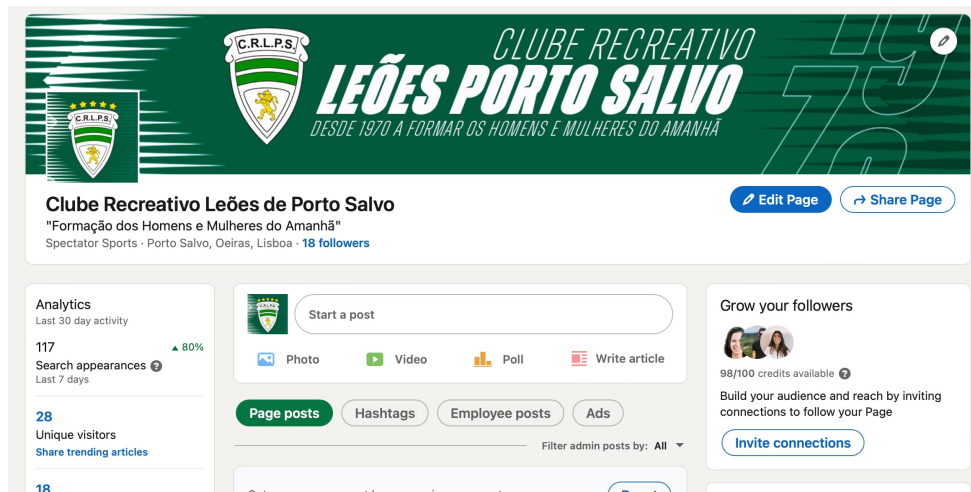
- **Número de utilizadores:** + 1 bilhão;
- **Instagram** é uma rede social *online* que permite partilhar fotos e vídeos com filtros digitais. É uma das redes sociais com maior crescimento nos últimos anos, a previsão é de uma expansão ainda maior nos próximos anos.



As principais Redes Sociais

LinkedIn

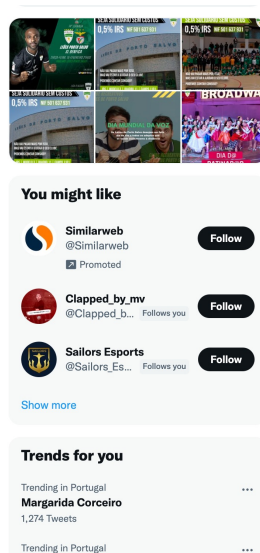
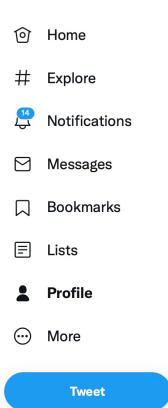
- **Número de Utilizadores:** + de 675 milhões
- A maior rede social profissional do mundo, além de ser uma grande rede de ligações profissionais, é utilizado por muitas marcas/empresas como principal plataforma de recrutamento e grande potencializador de carreiras.



As principais Redes Sociais

Twitter

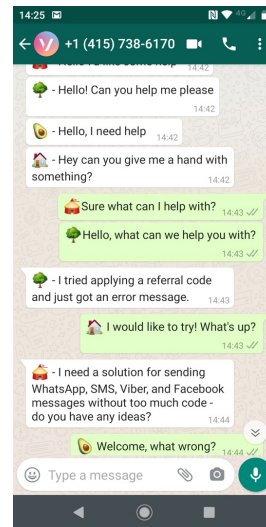
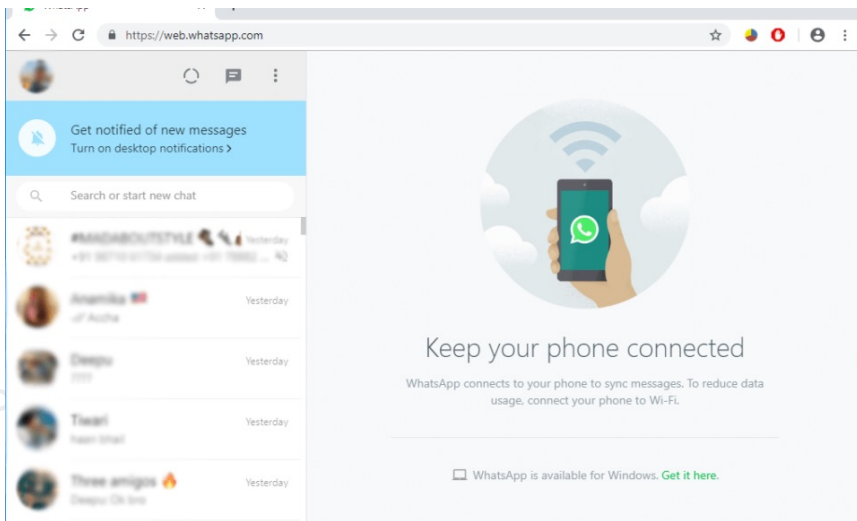
- **Número de utilizadores:** + 330 milhões
- O Twitter é uma das maiores redes sociais do mundo que permite aos utilizadores partilharem as suas opiniões, sendo um palco de grandes debates político-sociais como também um espaço de expressão.



As principais Redes Sociais

WhatsApp

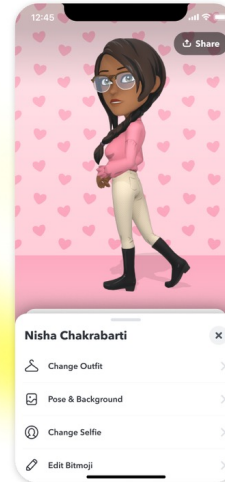
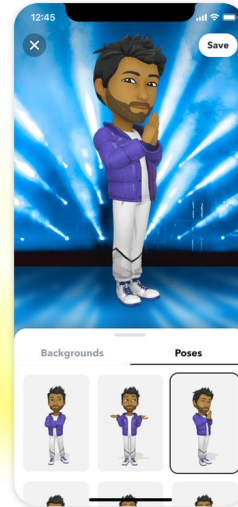
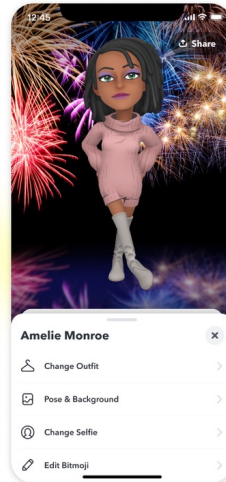
- **Número de Utilizadores:** + 2 bilhões de usuários;
- É a maior plataforma no mundo com a função de troca de mensagens instantâneas.



As principais Redes Sociais

Snapchat

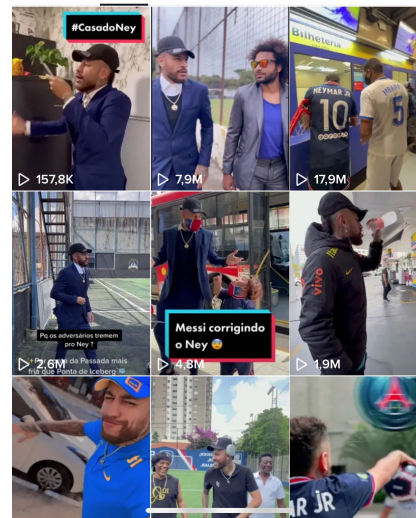
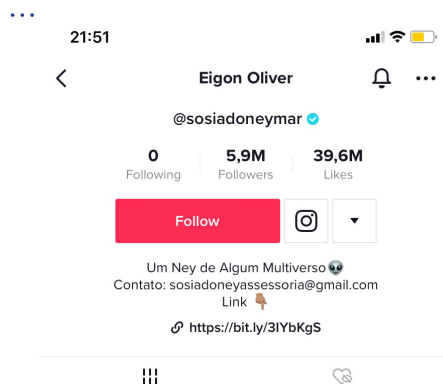
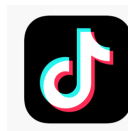
- **Número de utilizadores:** 319 Milhões de Utilizadores
- Snapchat é uma aplicação de mensagens instantâneas. Uma das principais características do Snapchat é que fotos e mensagens geralmente ficam disponíveis apenas por um curto período de tempo antes de se tornarem inacessíveis ao destinatário.



As principais Redes Sociais

TikTok

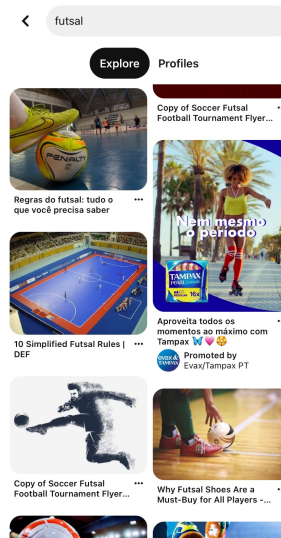
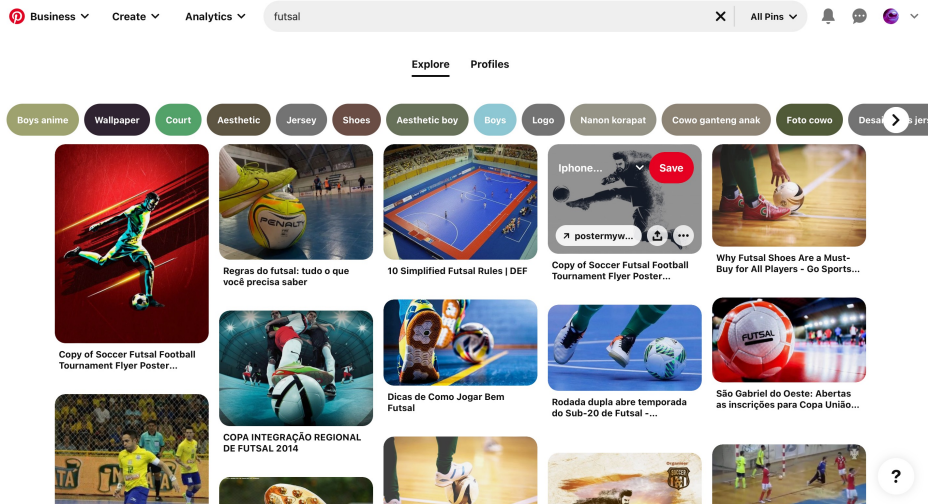
- **Número de utilizadores:** + 800 milhões;
- **TikTok**, é uma aplicação que permite criar e partilhar vídeos curtos. Atualmente é das redes sociais mais utilizadas pelos mais jovens e tem vindo a crescer nos últimos anos. Esta rede de vídeos rápidos, teve uma grande difusão a partir da fusão com a aplicação de músicas chamado Musical-ly, em 2018.



As principais Redes Sociais

Pinterest

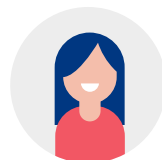
- **Número de Usuários:** + de 320 milhões
- É uma rede social visual que funciona como um motor de busca de imagem mas também permite que o utilizador crie as suas próprias pastas e crie interações.



Perigos nas redes sociais

Vazamento de Dados

- Um dos principais problemas nas redes sociais nos últimos anos, é o vazamento de dados pessoais .
- Em 2018 o Facebook foi investigado por ter permitido que informações de milhões de pessoas tivessem acesso indevido, o que gerou grande desconfiança sob os utilizadores do serviço.
- A partir deste acontecimento é exigido que as empresas tenham um maior **cuidado quanto ao tratamento de informações de cidadãos comuns.**

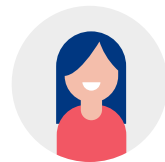


Perigos nas redes sociais

Disseminação de notícias falsas



- As notícias falsas são um problema que podem estar em qualquer rede social.
- Geralmente, estas notícias têm a intenção de distorcer, mentir e, conseqüentemente, manchar a imagem de uma pessoa ou instituição.
- Para quem utiliza as redes sociais, o maior cuidado deve ser em relação à visualização desses conteúdos e, principalmente, a partilha deles que deve ser evitada. **Uma notícia falsa ignorada e não repassada tem menores probabilidades de causar problemas.**



Cyberbullying



- Cyberbullying é o bullying realizado por meio das tecnologias digitais.
- Ocorrem nos nossos telemóveis nas plataformas de mensagens e plataformas de jogos e é um comportamento repetido, com intuito de assustar, enfurecer ou envergonhar aqueles que são vítimas.

Exemplos incluem:

- Espalhar mentiras ou compartilhar fotos constrangedoras de alguém nas Mídias sociais;
- Enviar mensagens ou ameaças que humilham pelas plataformas de mensagens;
- Fazer-se passar por outra pessoa e enviar mensagens maldosas.

O *bullying* presencial e virtual acontecem ao mesmo tempo com alguma frequência. Contudo, o *cyberbullying* deixa um rastro digital, ou seja auxilia apanhar quem pratica este tipo de atos.

Perigos nas redes sociais

Alguns sinais que podem evidenciar a dependência on-line:

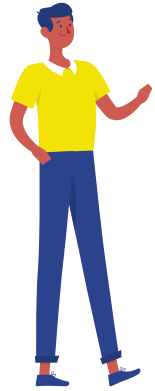
- Ansiedade;
- Muitas horas diárias de utilização da Internet;
- Reclamar Privacidade;
- Isolamento;
- Falta de interesse pela escola;
- Reduzida Vida Social;



As Regras básicas de uso da Internet

- Nunca disponibilizar dados pessoais;
- Falar sempre com os pais ou com os educadores quando acontecem coisas estranhas;
- Não utilizar nicknames(alcunhas) sugestivas, ou que revelem a sua identidade;
- Nunca abrir, ou responder a e-mails estranhos;
- Não fazer Downloads de ficheiros estranhos;
- Não marcar encontros com amigos virtuais;
- Não dizer onde moras nem onde é a tua escola;
- Pensa que as pessoas on-line nem sempre são o que parecem, pois podem inventar nomes e histórias;
- Duvida de ofertas boas de mais para serem verdade. Por exemplo, "envia este e-mail 10 amigos e ganha um iPod";
- Pede autorização aos teus pais para fazeres compras on-line;





Qual a rede social
que mais usas?





WE ARE FAMILY

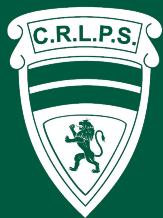
DESPORTO POR UMA CAUSA

FUTSAL | ESPORTS | GYM & FITNESS

COMPLEXO DESPORTIVO E SOCIAL LEÕES PORTO SALVO

SÁBADO 24 SETEMBRO 2022 - DAS 8H30 ÀS 19H00

OPEN DAY DESPORTIVO SOLIDÁRIO ENTRE
COLABORADORES E FAMÍLIAS DE ENTIDADES
DA REDE DO POS (PROGRAMA OEIRAS SOLIDÁRIA)



LEÕES PORTO SALVO
PROPOSTA DE EVENTO

 WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT
 CRLPS@SAPO.PT

PROPOSTA

EVENTO

FUTSAL | ESPORTS | GYM & FITNESS

PREPARADO PARA:

Câmara Municipal de Oeiras
POS (Programa Oeiras Solidária)

24 SETEMBRO 2022



DESPORTO, POR UMA CAUSA

ÍNDICE

CONCEITO DO EVENTO

- 4 O conceito do Evento
- 6 Organização do Evento

FUTSAL - REGULAMENTO DO TORNEIO

- 8 Torneio de Futsal
- 9 Data e Hora do Torneio
- 9 Duração dos Jogos
- 10 Fase de Grupos
- 10 Segunda Fase
- 11 Disciplina
- 11 Arbitragem
- 11 Troféus
- 11 Casos Omissos

ESPORTS

- 13 Sala de Gaming
- 14 Atividades Esports

GYM & FITNESS

- 16 Leogym
- 16 Atividades Fitness

ATIVIDADES EXTRA

- 17 Atividades Extra



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

CONCEITO DO EVENTO

We are Family, desporto por uma causa.

É um evento, direcionado para Colaboradores e respetivas Famílias de entidades e empresas que integram a Rede POS (Programa Oeiras Solidária) da Oeiras Valley. O evento vai constituir um dia aberto no Complexo Desportivo e Social Recreativo Leões no dia 24 de Setembro de 2022, com atividades de Futsal, eSports e GYM/Fitness no objetivo de proporcionar bons momentos de convívio, união e partilha entre todos os participantes, tendo por base uma vertente desportiva, social e solidária.

O valor de participação por empresa (até 12 colaboradores e/ou Famílias) será no montante de xxx,xx.

Uma parcela das verbas angariadas com as inscrições e/ou donativos destinar-se-á à aquisição de equipamentos e material desportivo dos meninos das Academias LPS Futsal de Rua.



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

CONCEITO DO EVENTO

As principais atividades que serão realizadas ao longo do evento são:

- Torneio Interempresas de Futsal (equipas mistas), organizado pela Câmara Municipal de Oeiras, com o apoio do Clube Recreativo Leões de Porto Salvo;
- atividades de *eSports* na sala de *Gaming* do Clube, onde poder usufruir da mais recente tecnologia de videojogos (jogos de computador, PS4/PS5 e simulador de corrida), com membros da equipa LPS Esports;
- atividades *Fitness* com a utilização do ginásio *Leogym*, onde vão existir planos individuais para mulheres, homens e crianças, com assistência dos monitores do ginásio.

Outros momentos e atividades:

- Para uma maior interação decorreram ao longo do dia diversas atividades lúdicas, como por exemplo: pinturas faciais, modelagem de balões, brincadeiras em insufláveis;
- No final do evento ocorrerá a entrega de prémios (medalhas e taças) e certificados de participação a todos os participantes. Serão ainda distribuídos brindes e lembranças Oeiras Valley e de outras entidades envolvidas.



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

ORGANIZAÇÃO DO EVENTO

- Abertura do evento com a receção dos participantes (briefing) às 8:30 da manhã;
- Direcionar os participantes para as respetivas atividades, mediante inscrição feita aquando da inscrição e aí encontrarão os monitores alocados;
- Decorreram as 3 atividades principais do evento em simultâneo de manhã e de tarde: o torneio Interempresas, atividades na sala de *Gaming* e atividades de *Fitness* no ginásio;
- Para além das atividades principais estarão a decorrer as atividade lúdicas, direcionadas para as crianças;
- Será distribuído um almoço volante a todos os participantes entre o 12:30 às 13:30;
- No final do evento decorrerá a entrega de prémios do torneio e certificados de participação no evento.
- Seguros e Inscrições





DESPORTO, POR UMA CAUSA

FUTSAL

REGULAMENTO DO TORNEIO



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

TORNEIO DE FUTSAL

O torneio realizar-se-á com um máximo de 8 equipas. Cada Equipa representará uma empresa, sediada ou com representação no Concelho de Oeiras, que tenha demonstrado interesse em participar no evento.

Cada Equipa deverá ser composta por um número mínimo de 7 e um máximo de 14 jogadores (maiores de idade). As diversas Equipas serão submetidas a sorteio, em data a definir. O sistema de organização e programação da prova será definido e elaborado de acordo com o número de Equipas inscritas, sendo o modelo competitivo da prova enviado para todas as empresas inscritas, aquando da confirmação e fecho das inscrições.

O torneio será constituído por oito equipas, divididas em dois grupos de quatro equipas, que na primeira fase jogarão entre si. Na segunda fase jogarão os quartos qualificados de cada grupo para a atribuição do 7º e 8º lugares. Os terceiros qualificados de cada grupo para a atribuição do 5º e 6º lugares. Os segundos qualificados de cada grupo para a atribuição do 3º e 4º lugares. Os primeiros qualificados de cada grupo disputarão a final do torneio.

GRUPO A	GRUPO B	HORA	JOGO	HORA	JOGO
Empresa 1	Empresa 1	09:00	A1 x A2	14:00	B2 x B4
Empresa 2	Empresa 2	09:30	B1 x B2	14:30	A1 x A4
Empresa 3	Empresa 3	10:00	A3 x A4	15:00	B1 x B4
Empresa 4	Empresa 4	10:30	B3 x B4	15:30	A2 x A3
		11:00	A1 x A3	16:00	B2 x B3
		11:30	B1 x B3	16:30	7º & 8º
		12:00	A2 x A4	17:00	5º & 6º
		12:30	Almoço	17:30	3º & 4º
		13:00	ALMOÇO	18:00	1º & 2º
		13:30	ALMOÇO		





DESPORTO, POR UMA CAUSA

DATA E HORA DO TORNEIO

O torneio realiza-se no Sábado, dia 24 de setembro de 2022, no Pavilhão do C.R. Leões de Porto Salvo e terá início para as 08:30 e o seu final previsto para as 18:30, seguindo-se a entrega de prémios e cerimónia de encerramento.

DURAÇÃO DOS JOGOS

1. Na fase de grupos e na segunda fase, os jogos terão uma duração total de 25' minutos corridos, sem intervalo. Cada equipa tem a possibilidade de solicitar uma só pausa técnica de 1' ao longo de todo o jogo.
2. Entre cada jogo haverá 5 minutos de intervalo para preparação do campo e Equipas, para o jogo seguinte.
3. No caso de uma Equipa não estar apta a começar o jogo até 5 minutos após o horário definido, será punida com uma derrota por 3-0.
4. Em caso de empate, durante a fase de grupos, não haverá lugar a penáltis ou tempo de prolongamento





DESPORTO, POR UMA CAUSA

FASE DE GRUPOS

1. A pontuação dos jogos é atribuída de acordo com os seguintes resultados:

- Vitória: 3 pontos
- Empate: 1 ponto
- Derrota: 0 pontos

2. Falta de comparência: descontar na pontuação final (sempre que esta seja superior a 0 pontos) 1 ponto por cada falta de comparência. Para efeitos de “goal-average”, à falta de comparência aplica-se o resultado 0-3.

3. Desempate em caso de igualdade de pontos

- Resultado entre os clubes empatados
- Maior número de golos marcados
- Maior diferença entre golos marcados e golos sofridos

Nota: se após a aplicação destes critérios se mantiver a igualdade passa a verificar-se o seguinte: desempate por grandes penalidades, numa série de 3 remates cada equipa.

SEGUNDA FASE (DESEMPATE)

Se após o tempo regulamentar persistir o empate, haverá um desempate por grandes penalidades, numa série de 3 remates para cada equipa. Após a série de grandes penalidades, se ainda persistir o empate, cada equipa terá direito a mais uma grande penalidade até que se desfaça o mesmo.





DESPORTO, POR UMA CAUSA

DISCIPLINA

O recurso às medidas disciplinares não deverá ser frequente, devendo, para isso, os praticantes manifestar em jogo uma conduta de acordo com esses mesmos objetivos. No entanto, estão previstas punições disciplinares mínimas:

- Duplo cartão amarelo – 1 jogo
- Cartão vermelho direto – 2 jogos
- Agressão ou tentativa de agressão para com adversários, colegas de equipa, equipas de arbitragem, elementos da organização ou terceiros – Expulsão do Torneio.

ARBITRAGEM

O quadro de árbitros será disponibilizado pela organização. Os jogos do torneio serão regulamentados pelas regras oficiais da FPF.

TROFÉUS (SUGESTÃO)

- Taça de 1º Classificado;
- Medalhas de 1º Classificado, 2º Classificado e 3º Classificado;
- Certificado de Participação para todos os participantes.

CASOS OMISSOS

Qualquer situação que não esteja prevista por este Regulamento será avaliada e decidida pela organização do torneio.





DESPORTO, POR UMA CAUSA

ESPORTS



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

SALA DE GAMING

Os Videojogos são tidos cada vez mais como uma forte estratégia de educação, formação e integração nas mais diversas áreas, num mundo que se está a tornar cada vez mais digital e com cada vez mais profissões ligadas a este meio. A literacia digital tornou-se um requisito fundamental para que a integração neste mundo seja possível. Os jogos de hoje são feitos de modo a que depois de cada sessão, o jogador se sinta com uma mente mais preenchida e mais preparada para desafios que o dia-a-dia nos coloca, seja no próprio jogo ou mesmo fora dele. Aliás, com a Realidade Virtual cada vez mais se aproxima de um mundo digital onde são criados novos universos e novas realidades.

Assim, a Sala de *Gaming* do Leões Porto Salvo é um projeto a pensar na evolução natural do ecossistema do Clube, dos sócios e atletas das várias modalidades, entre os quais as equipas de *eSports* dos Leões Porto Salvo. Tem ainda uma importante componente social, possibilitando o acesso a toda a comunidade e a quem não tem oportunidade de aceder à mais recente tecnologia em videojogos e e-Sports. Este projeto vem responder às necessidades que foram observadas junto dos jovens pertencentes à nossa comunidade, sendo uma ferramenta essencial no combate às desigualdades sociais, permitindo que todos tenham o mesmo acesso às mesmas oportunidades. Permite ainda formar muitos jovens para aquelas que serão as profissões do futuro, como *Youtubers*, *Gamers* Profissionais, etc.





DESPORTO, POR UMA CAUSA

ATIVIDADES ESPORTS

Durante o decorrer do evento a Sala de Gaming estará aberta para todos os participantes onde haverá várias atividades e torneios de vídeo jogos com a utilização dos seguintes equipamentos, com o apoio de jogadores da LPS eSports:

Gaming:

- 5 Computadores de jogo
- PlayStation 4
- PlayStation 5

Simrancing:

Um posto de SimRacing que permite sentir as emoções de estar ao volante de um Formula 1 ou um vibrante carro de GT.

Streaming:

Zona preparada para o streaming. Com estúdio em Chroma Key, Webcams, Softbox, Elgato, etc.

Jogos disponíveis:

- Fifa22, Gran Turismo Sport, F1, CS Go, LoL NBA, Fornite

A utilização da Gaming Room é mais uma atividade que permite a interação e a criação de momentos de socialização entre os participantes.





DESPORTO, POR UMA CAUSA

GYM & FITNESS



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



DESPORTO, POR UMA CAUSA

LEOGYM

O LEOGYM, é um espaço físico de lazer do Clube Recreativo Leões Porto Salvo. O ginásio tem lotação em simultâneo para 20 pessoas e disponibiliza vários equipamentos. É servido por balneários e cacifos próprios.

Equipamentos disponíveis:

- Equipamentos *Cardio*
- Equipamentos Musculação
- Pesos livres
- Equipamentos de treino funcional
- Zona para treino Calisténico

ATIVIDADES FITNESS

Durante o decorrer do evento a ginásio do Clube (LEOGYM) estará aberto para todos os participantes que terão acesso a todos os equipamentos disponíveis do LEOGYM onde vão ser desenvolvidas atividades com apoio dos nossos monitores. O objetivo é promover a atividade física, através da prática de fitness e ao criar interações e ligações entre os participantes.

Atividades:

- Iremos disponibilizar planos individuais com exercícios específicos para homens, mulheres e crianças;
- Aulas de grupo como por exemplo, *cycling*, alongamentos específicos e exercícios localizados;
- Desafios de exercícios (por exemplo: 1 min - máximo de flexões; máximo de tempo em prancha; 1 min - máximo de elevações).



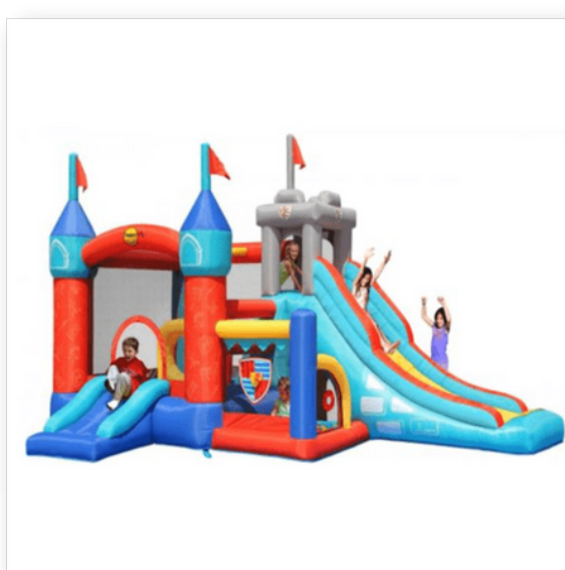
ATIVIDADES EXTRAS

Ao longo o evento existirão diversas atividades lúdicas direcionadas para as crianças.

- Modelagem de Balões



- Brincadeiras em Insufláveis



- Pinturas Faciais





DESPORTO, POR UMA CAUSA

WE ARE FAMILY



WWW.LEOESDEPORTOSALVO.PT



CRLPS@SAPO.PT



SENIORES FEMININAS

***SÁBADO 14 MAIO
18H00***

LEÕES PORTO SALVO

GCR NUN'ÁLVARES

***PAVILHÃO ANTÓNIO FERREIRA
I DIVISÃO CAMPEONATO NACIONAL
FUTSAL FEMININO***



OPERACIONAL

Desfibrilhação
Automática
Externa

Nome

ODAE N.º

Validade

Ao titular deste cartão devem ser concedidas todas as condições
para o desempenho da sua missão.



SNS
SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE





Delegação de Competência para a Prática da Desfibrilhação Automática Externa por Não-Médicos

Francisco Tavares de Castro, médico inscrito na Secção Regional do Sul da Ordem dos Médicos com a cédula profissional nº 43945, na qualidade de responsável pelo Programa de Desfibrilhação Automática Externa de Clube Recreativo Leões de Porto Salvo, declara que delega a competência para desfibrilhar em Adriana Filipe Afonso uma vez que reconhece que possui a formação necessária e creditada e que é competente para, em situações de paragem cardiorrespiratória devidamente identificadas, exercer a prática do ato de desfibrilhar, operando com equipamentos desfibriladores automáticos externos, e cumprindo as recomendações e normas estabelecidas para a utilização desfibriladores por não-médicos.

Adriana Filipe Afonso, declara que, tendo frequentado com aprovação o curso creditado de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa em 25/11/2021, aceita a delegação da competência para desfibrilhar que lhe é concedida, comprometendo-se a operar em segurança com o desfibrilhador automático externo em situações de paragem cardiorrespiratória, atuando no âmbito do Programa de Desfibrilhação Automática Externa acima identificado e cumprindo todas as orientações nele previstas.

Esta declaração é válida se acompanhada por um certificado de formação válido.

Porto Salvo, 02/12/2021

Médico Responsável

Operacional de DAE

Adriana Filipe Afonso

Assinado digitalmente no dia 02/12/2021 às 15:10

Códigos de segurança enviados por SMS e e-mail:

"482" para 910342***

"QOB" para *****92afonso@hotmail.com

NOTA: Deste documento deverão ser assinadas 2 cópias, uma deverá ficar arquivada junto da documentação do Programa de DAE e a outra entregue ao operacional de DAE.



PREÇÁRIO FOTOS - ATLETAS

Tipo	Quantidade	Preço
Pack Atleta LPS (*)	x 1	25,00 €
	x 2	45,00 €
	x 3	60,00 €
Extras (p/ quem comprou Pack)		
Foto 10 x 15	1	3,00 €
Foto 15 x 20	1	4,00 €
Foto 20 x 30	1	5,00 €
Foto 30 x 40	1	15,00 €
Foto 30 x 45	1	20,00 €
Foto 40 x 50	1	25,00 €
Foto 40 x 60	1	30,00 €
Foto 60 x 60	1	35,00 €
Poster A3	1	7,50 €
Poster A3 c/ 3 Expressões	1	15,00 €
Extras (p/ quem não comprou Pack)		
Foto 10 x 15	1	5,00 €
Foto 15 x 20	1	8,00 €
Foto 20 x 30	1	10,00 €

(*) Pack Atleta LPS inclui:

1 Foto 10 x 15

4 Fotos 15 x 20

1 Foto 20 x 30

1 Poster A3



IMAGE
PROFISSIONAIS DE IMAGEM

Data	Nome	No Fotos	PVP	% LPS	ProImage	Modalidade/
17/nov	Matilde Borges	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
17/nov	Madalena Guedes	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
17/nov	Joana Augusto	Poster/20x30	11,00 €	2,75 €	8,25 €	Patinagem
17/nov	Rita Louro	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
17/nov	Bruna Ventura	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Maria e Francisca Borg	2 pack - Irmãs	45,00 €	11,25 €	33,75 €	Patinagem
18/nov	Raquel Reis	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Suri e Laura silva	2 pack - Irmãs	45,00 €	11,25 €	33,75 €	Patinagem
18/nov	Sofia Mileu	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Núria Almeida	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Leonor parrulas	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Catarina Pereira	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Letícia Santos	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Matilde Ferraz	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Marta Silva	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
18/nov	Joana Silva	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
19/nov	Ana Moreira	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
19/nov	Mariana Ferreira	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
19/nov	Margarida Silva	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
19/nov	Mafalda Santos	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
19/nov	Amélia Silva	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
22/nov	Helena Virtude	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
22/nov	Inês Varela	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
23/nov	Laura e Leonor Oliveira	2 pack de irmãs	45,00 €	11,25 €	33,75 €	Patinagem
23/nov	Maria Carvalho	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
23/nov	Matilde Ferreira	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
24/nov	Carlota Barrada	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
24/nov	Beatriz Freire	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
29/nov	Maria Duarte	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
29/nov	Bianca Martins	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
29/nov	Laura Fernandes	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
30/nov	Roberta Mello	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
01/dez	Nicole Santos	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
01/dez	Carolina Lemos	1 pack	25,00 €	6,25 €	18,75 €	Patinagem
				224,00 €	672,00 €	ULTIMA FATUR
07/dez	Francisca Machado	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Karaté
07/dez	Pedro Dinis	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Karaté
07/dez	Eduardo Pereira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Karaté
18/dez	Carolina Cardoso	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patinagem
18/dez	Beatriz Patricio	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patinagem
19/dez		20x30 (2)	10,00 €	4,00 €	6,00 €	Karaté
19/dez		Varias fotos	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patiangem
20/dez	Miguel Rodrigues	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
20/dez	Tomás Quental	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
21/dez	Duarte Cunha	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
21/dez	Gonçalo Motta	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
22/dez	Tiago Pereira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
22/dez	Diogo Graça	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal

23/dez	Afonso Soares	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	André Rodrigues	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Bernardo Rosa	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Matilde Malebo	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Inês Pereira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Tomás Patricio	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Andry	1 pack + 20x3l	30,00 €	12,00 €	18,00 €	Futsal
23/dez	Pedro Coelho	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Rúben Sardinha	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Miguel Martins	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Tiago Guerreiro	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	André Tavares	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Diogo Silva	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Ricardo Torrão	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Gonçalo Ramos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Bruno Marques	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Guilherme e Beatriz Nune	2 packs irmão	45,00 €	18,00 €	27,00 €	Futsal/Patinagem
23/dez	Guilher e Duarte Gomes	2 packs irmão	45,00 €	18,00 €	27,00 €	Futsal
23/dez	Diogo Ferreira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Rodrigo Peyroteo	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Inês Caseiro	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
23/dez	Carolina Carvalho	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patiangem
23/dez	Diana Berrad	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patiangem
23/dez	Matilde Duarte	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Patiangem
Extras Fotos				0,00 €	18,75 €	Patinagem
27/dez	Goncalo Mendes	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Luana Sanches	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Ivan Oliveira	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Micael Sanches	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Filipa	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Márcia	1 pack	25,00 €	0,00 €	25,00 €	OFERTA
27/dez	Pedro Monteiro	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Daniel Valverde	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Tomás Neves	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Martim Paiva	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Rafael Carvalho	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Diogo Santos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
27/dez	Pedro Santos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
			625,00 €	100,00 €	225,00 €	
30/dez	Afonso Soares	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	Futsal
11/jan	Afonso e Duarte Vaz	2 packs irmão	45,00 €	18,00 €	27,00 €	Futsal
14/jan	Artur Patricio	1 pack -irmao:	20,00 €	8,00 €	12,00 €	
14/jan	Dinis Campos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	
14/jan	Duarte Fernandes	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	
14/jan	Martim Costa	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	
14/jan	Tiago e Tomas Salavdo	2 packs irmão	45,00 €	18,00 €	27,00 €	
14/jan	Daniel Tavares	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	
19/jan	Martim Santos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	
19/jan	Ana Vaz	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €	

19/jan	Duarte e Pedro Alcaide	2 packs irmão	45,00 €	18,00 €	27,00 €
19/jan	Manuel Rodrigues	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
19/jan	Tomas Coelho	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
19/jan	Miguel Carvalho	1 pack	7,00 €	2,80 €	4,20 €
25/jan	Beatriz Martins	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
25/jan	Madalena Morais	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
26/jan	David Barbosa	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
27/jan	Tomas Neves	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
27/jan	Mafalda diogo	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
28/jan	Joana Barceló	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
04/fev	Martim Rodrigues	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
				0,00 €	0,00 €
07/fev	Guilherme Fernandes	pack irmaos	20,00 €	8,00 €	12,00 €
				0,00 €	0,00 €
24/fev	Maria Estriga	1 pack	25,00 €	OFERTA	
24/fev	Martim Pereira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
24/fev	Rodrigo Pereira	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
26/fev	Tata	1 pack	25,00 €		25,00 €
26/fev	Mateus Nascimento	1 pack	25,00 €		25,00 €
26/fev	Joao Leite	1 pack	25,00 €		25,00 €
02/mar	Mafalda Correia	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
02/mar	Martim Lemos	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
03/mar	Luana Mascarenhas	1 pack	25,00 €	10,00 €	15,00 €
04/mar	Luana Mascarenhas	poster	7,50 €	3,00 €	4,50 €
TOTAL LUCRO 1 285,80 €					