

COMPETIR COM ÉTICA, INTERVIR COM SEGURANÇA

19 de setembro 2026 | 9h – 12h30 e 14h00 – 19h00 | 8 horas

Formação presencial - Pombal

Inês Torres

Dora Carolo

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

A prática desportiva vai muito além da competição e do desempenho físico. O desporto assume um papel fundamental na formação humana, na promoção de valores e na construção de ambientes seguros, responsáveis e inclusivos.

A formação “**Competir com Ética, Intervir com Segurança**” surge com o objetivo de sensibilizar treinadores, técnicos, dirigentes e demais agentes desportivos para a importância da ética no contexto desportivo e da capacidade de atuação perante situações de emergência.

Ao longo desta ação formativa, os participantes terão oportunidade de refletir sobre temas como o fair play, a integridade, o respeito e os desafios éticos do desporto atual, analisando casos práticos e situações reais do quotidiano desportivo. Paralelamente, serão abordadas noções básicas de primeiros socorros, permitindo adquirir conhecimentos essenciais para uma intervenção rápida, segura e eficaz em contexto desportivo.

Esta formação pretende contribuir para o desenvolvimento de profissionais mais conscientes, preparados e responsáveis, reforçando o papel do desporto enquanto espaço de educação, segurança e valorização humana.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Horário	Temática	Formador
9h00 – 12h30	Ética no Desporto <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introdução à Ética no Desporto ▪ Valores, Fair Play e Integridade ▪ Desafios Éticos no Desporto Atual ▪ Estudos de Caso e Debate 	Inês Torres
12h30 – 14h00	Almoço	
13h30 - 16h30	Noções básicas de primeiros socorros <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tratamento imediato e temporário; ▪ Socorro rápido e eficaz; ▪ Ativação de meios diferenciados; ▪ Sistema Integrado de Emergência Médica; ▪ Cadeia de sobrevivência. 	Dora Carolo
16h30 - 17h00	Intervalo	
17h00 - 19h00	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Emergências médicas; ▪ Emergências traumáticas. Haverá, ainda, tempo para que os formandos coloquem questões aos formadores.	Dora Carolo

DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos;
- Técnicos de exercício físico;
- Diretores técnicos;
- Todos os interessados pela temática.

FORMADOR**Dora Carolo**

Licenciatura em Educação Física e Treino Desportivo, FMH - Universidade de Lisboa

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, FMH - Universidade de Lisboa

Doutoranda em Didática da Educação Física e Desporto Escolar, FMH - Universidade de Lisboa

Curso de Formação de Formadores de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa, Instituto Nacional de Emergência Médica.

Inês Torres

Natural do Porto, Inês Torres nasceu em 1991, tem formação académica em vídeo e marketing, e é Mestre em Gestão do Desporto pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Desde 2021 que se vocacionou para a área do coaching e desenvolvimento pessoal na área do desporto, sendo este o foco profissional. Tem formações em scouting, direção desportiva e outras de relevo, em entidades tais como Federação Portuguesa de Futebol e Liga Portugal. Tem também uma pós-graduação em Psicologia do Desporto e da Performance pela Universidade Europeia. Exerce funções enquanto Delegada ao Jogo da FPF desde 2022 e desenvolve trabalho de treino mental com atletas de várias modalidades desportivas.

LOCAL E HORÁRIO

Teatro Cine Pombal

Praça Manuel Henriques Júnior 16, 3100-500 Pombal

19 de setembro 2026 – 9h00 - 12h30; 14h00 – 16h30 e 17h00 - 19h00 (8 horas)

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único de inscrição	25€
---------------------------------	------------

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.



Formação realizada com o apoio de

