



FAQ?

O EVENTO É ABERTO A QUALQUER TIPO DE DEFICIÊNCIA?

O público-alvo do evento são jovens elegíveis no contexto paralímpico e surdolímpico, no entanto, qualquer pessoa poderá experimentar e conhecer as 20 modalidades que estarão presentes no dia.

QUAIS SÃO AS DEFICIÊNCIAS ELEGÍVEIS NO CONTEXTO PARALÍMPICO E SURDOLÍMPICO?

DEFICIÊNCIA MOTORA

No que respeita à deficiência motora, existem 8 tipos diferentes no Movimento Paralímpico, sendo eles a Atetose, Ataxia, Hipertonia, Baixa estatura, Diferença no comprimento das pernas, Deficiente amplitude da mobilização passiva, deficiente potência muscular e perda ou deficiência de membro.

DEFICIÊNCIA VISUAL

A deficiência visual é a incapacidade parcial (baixa visão) ou quase total/total (cegueira) para perceber a luz, devido a uma lesão no sistema visual.

DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

Os atletas com deficiência intelectual têm limitações no que respeita às funções intelectuais e ao comportamento adaptativo, apresentando um QI abaixo dos 75. Algumas das suas características podem ser dificuldade de atenção, concentração, dificuldade no desenvolvimento da linguagem e no relacionamento.

SURDEZ

No caso dos Surdolímpicos, são elegíveis pessoas com perda auditiva superior a 55db.

EXEMPLO DE DEFICIÊNCIA NÃO ELEGÍVEIS:

Trissomia 21 e Autismo.

Caso tenha interesse em saber mais acerca deste assunto, por favor, consulte o site ou youtube do Comité Paralímpico de Portugal e assista à série de classificação funcional desportiva.

NÃO TENHO MANEIRA DE ME DESLOCAR PARA O EVENTO, COMO POSSO FAZER?

O CPP está a trabalhar junto de várias autarquias de Norte a Sul do País, e também nas ilhas, de forma a disponibilizar transporte para todos os participantes e os seus respetivos acompanhantes. Para mais informações sobre o seu caso em específico, por favor contacte diretamente o CPP.

AS MODALIDADES SÃO ABERTAS À EXPERIMENTAÇÃO OU É PRECISO INSCREVER-ME PARA AS MODALIDADES QUE QUISER EXPERIMENTAR?

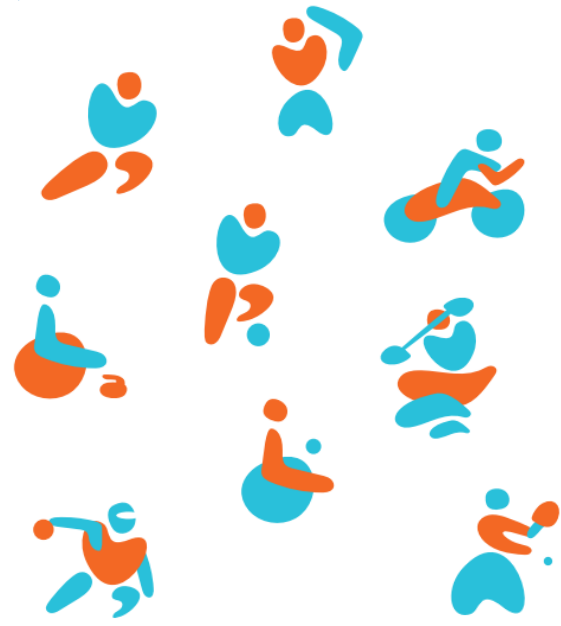
O foco principal do evento são jovens elegíveis no contexto paralímpico e surdolímpico com idades compreendidas entre os 9 e os 24 anos. No entanto, todas as pessoas serão bem-vindas e poderão experimentar as mais diversas modalidades.

QUERO EXPERIMENTAR NATAÇÃO. QUAIS OS REQUISITOS?

As modalidades são abertas à experimentação, sendo possível experimentar qualquer uma à sua escolha sem qualquer tipo de inscrição. Contudo, se te inscreveres, tens acesso ao kit de participante.

Destinado a jovens com deficiência entre os 9 e os 24 anos

Presença de atletas paralímpicos e surdolímpicos



COM QUE IDADES SE PODE PARTICIPAR NO EVENTO?

O foco principal do evento são jovens elegíveis no contexto paralímpico e surdolímpico com idades compreendidas entre os 9 e os 24 anos. No entanto, todas as pessoas serão bem-vindas e poderão experimentar as mais diversas modalidades.

COMO ME POSSO INSCREVER NO EVENTO?

A inscrição pode ser feita através do preenchimento deste **formulário**.

HÁ LIMITE DE INSCRIÇÕES?

Não. A inscrição é limitada para pessoas com deficiência.

HÁ ALGUM CUSTO ASSOCIADO À INSCRIÇÃO/PARTICIPAÇÃO NO EVENTO?

A inscrição/participação no evento é totalmente gratuita.

O EVENTO TEM A DURAÇÃO DO DIA INTEIRO, HAVERÁ OFERTA DE ALMOÇO?

Sim, todas as pessoas inscritas terão a oferta de uma "Lunch Box"



FAQ?

COMO CHEGAR?

VINDO DO NORTE: Seguir via A9-CREL e sair para A5/A8, em direção a Loures (saída 2). Na A5, seguir Lisboa/Linda-aVelha/Estádio (saída 1). Seguir para A5/IC15 em direção a Estádio/Cruz Quebrada e depois sair para Queijas/Estádio (saída 6) e entra na Avenida Pierre Coubertain, passa o Estádio Nacional e o Estacionamento encontra-se do lado esquerdo (em frente ao Complexo de Piscinas).

VINDO DO SUL: Passar a Ponte 25 de abril, seguir as indicações para a A5 (Monsanto/Estoril/Sintra). Seguir Queijas/Estádio (saída 6). Em Queijas, seguir à esquerda para Cruz Quebrada. Na Avenida Pierre Coubertain, passa o Estádio Nacional e o Estacionamento encontra-se do lado esquerdo (em frente ao Complexo de Piscinas).

TRANSPORTES PÚBLICOS EM LISBOA: Apanhar o metro do seu ponto de partida até ao Cais Sodré (fim da linha verde), posteriormente deve sair do metro e apanhar o comboio desde o Cais Sodré até à Cruz Quebrada. Pode consultar os horários [aqui](#). Após sair do comboio, tem apenas de realizar uma pequena caminhada (5-10 minutos) até ao nosso ponto de encontro (acreditação)

QR CODE GOOGLE MAPS

ONDE PODEMOS ESTACIONAR?



Estacionamento disponível próximo do local, em frente ao complexo de piscinas, junto à pista de canoagem, [aqui](#).

Nas imediações do próprio Estádio Nacional (em frente) existem mais lugares de estacionamento.

E SE NOS MAGOARMOS DURANTE A EXPERIMENTAÇÃO DE UMA DAS 20 MODALIDADES?

O CPP tem assegurado o seguro desportivo (acidentes pessoais) de acordo com a legislação em vigor a todos os participantes.



Atletismo



Badminton



Basquetebol



Boccia



Canoagem



Ciclismo



Curling



Escalada



Futebol



Goalball



Judo



Lutas Amadoras



Natação



Halterofilismo



Remo



Ténis de Mesa



Ténis



Tiro



Tiro com Arco



Voleibol

AS NOSSAS REDES SOCIAIS



@paralimpicos



@ParalimpicosPortugal



@ParalimpicosPortugal



@ComitéParalimpicodePortugal



@paralimpicos