



**GIMNOFRIELAS**  
*Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas*

## **Regulamento Interno**

### **Artigo 1º** **Constituição e Enquadramento Jurídico**

1. A Associação GIMNOFRIELAS - Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas, adiante designada apenas por GIMNOFRIELAS ou por Associação, com o número de Identificação de Pessoa Colectiva 509091270, foi constituída, por tempo indeterminado, dia 5 de Agosto de 2009 pelos sócios fundadores Armando Jorge Graça e Maria de Lurdes Calcinha Vieira Gouveia, usando as prerrogativas previstas na Lei nº 40/2007 de 24 de Agosto que “Aprova um regime especial de constituição imediata de associações e actualiza o regime geral de constituição previsto no Código Civil”, ou seja, as normalmente designadas por “Associações na Hora”.
2. Ao abrigo da citada Lei e do Artº 70º do Código do Registo Comercial e da Portaria 590A/2005, de 14.07, os seus estatutos foram publicados, na mesma data, no Portal do Ministério da Justiça, podendo ser consultados através do seguinte endereço electrónico: <http://publicacoes.mj.pt/pt/Pesquisa.asp?iNIPC=509091270>.
3. Para efeitos de visualização do cartão da empresa/Pessoa Colectiva, contendo a identificação da Associação, poderá ser utilizado, por qualquer entidade pública ou privada, o endereço <https://www.portaldaempresa.pt/CVE/Services/CartaoPessoaColectiva/consultaCPC.aspx> indicando, no respectivo formulário, o código de acesso com o número 3062-7215-7855.
4. A Associação rege-se pelas disposições constantes no Código Civil, nomeada e especialmente as consignadas na Secção II (Associações).

### **Artigo 2º** **Fins e Actividades e Âmbito de actuação**

1. O GIMNOFRIELAS não tem fins lucrativos, é independente do Estado, das Igrejas, dos Partidos Políticos e está-lhe interdita a intervenção naquelas áreas.
2. O GIMNOFRIELAS, em conformidade com o consignado no Artº 2º dos seus estatutos, conterà, na sua estrutura organizativa, quatro Departamentos, com a sub-estrutura que se revelar necessária ao bom desempenho das respectivas actividades:
  - a. Desportivo,
  - b. Cultural,
  - c. Social,
  - d. Administrativo e Financeiro.
3. Nas áreas desportiva e cultural o GIMNOFRIELAS, não terá limitações de actuação, seja em termos das modalidades ou da implantação geográfica dos seus sócios e/ou praticantes, mas dedicará, como princípio orientador mas não restritivo, especial atenção aos habitantes do Concelho de Loures, tendo como principal preocupação o bem estar físico e psíquico, bem como a ocupação de tempos livres dos chamados “grupos de risco”, como sejam as Crianças, os Adolescentes, os Jovens e os Reformados.



4. *Na área social, para além de outras actividades a que o GIMNOFRIELAS se possa vir a dedicar, dará prioridade ao estabelecimento de protocolos com as estruturas Centrais e Locais no sentido de captar e apoiar elementos dos grupos citados no ponto anterior que apresentem comprovadas dificuldades económicas para suportar os custos das actividades desportivas e/ou culturais.*
5. *Para a prossecução do disposto no número anterior e tendo como preocupação garantir a privacidade do cidadão e das famílias, recomendam-se procedimentos que garantam a confidencialidade dos cidadãos.*

### *Artigo 3º*

#### *Sócios e Quotas*

1. *Os sócios podem ser efectivos ou honorários.*
2. *Sócio efectivo é todo aquele que, através da sua actividade e do pagamento da quota, contribui para os objectivos e para a manutenção das actividades da Associação.*
3. *A qualidade de sócio não é transmissível, quer por acto entre vivos, quer por sucessão.*
4. *O Sócio não pode incumbir outrem de exercer os seus direitos pessoais.*
5. *Os Sócios efectivos menores – que ainda não tenham completado 18 anos de idade conforme se estipula no Artigo 122º do Código Civil – para além de carecerem de autorização expressa de quem exerça o poder paternal para serem admitidos como sócios e participarem nas actividades do GIMNOFRIELAS, podem participar nas actividades reservadas a maiores, mas com o estatuto de observadores.*
6. *Sócio honorário é a pessoa individual ou colectiva que, pelo mérito e capacidades traduzidas por serviços relevantes prestados ao GIMNOFRIELAS, ao movimento Associativo em geral, à comunidade de Frielas ou ao Concelho de Loures, venha a ser eleito para receber essa distinção.*
7. *As propostas para nomeação de Sócios honorários, devidamente fundamentadas, são elaboradas pela Direcção ou por quem esta nomear e enviadas, após aprovação, para agendamento, ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral.*
8. *Os sócios maiores, individualmente ou em grupo, podem apresentar propostas para nomeação de Sócios honorários, as quais, devidamente fundamentadas deverão ser enviadas à Direcção, a qual, obrigatoriamente, as analisará, emitirá o seu parecer e remeterá, para agendamento, ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral.*
9. *A Jónia de Admissão é de 6,00€ (Seis Euros).*  
*§ Único: Os Sócios admitidos no ano da fundação do GIMNOFRIELAS estão isentos do pagamento da Jónia.*
10. *A Quota regulamentar anual é de 12,00€ (Doze Euros) e deve ser paga, pelo menos, em duas prestações equivalentes a 6 (seis) meses.*
11. *O acto de admissão só se confirma após deliberação da Direcção nesse sentido e se acompanhado do pagamento da Jónia e da primeira prestação de quotas referida nos pontos 7 e 8 anteriores.*
12. *Para os Sócios praticantes de modalidades, a liquidação das quotas subsequentes, pode ser incluída nas respectivas mensalidades.*
13. *Os sócios honorários estão isentos de qualquer pagamento.*
14. *O Sócio que por qualquer forma deixar de pertencer à associação não tem o direito de repetir as quotizações que haja pago e perde o direito ao património social, sem prejuízo da sua responsabilidade por todas as prestações relativas ao tempo em que foi membro da associação.*



## *Artigo 4º*

### *Direitos dos sócios*

- 1. Participar e votar nas Assembleias Gerais do GIMNOFRIELAS, desde que maior de idade e tenha as quotas em dia.*
- 2. Eleger e ser eleito para os órgãos sociais, desde que seja maior de idade, tenha as quotas em dia e tenha completado seis meses de associado, à data do acto eleitoral.*

*§ Único: Para efeitos do disposto nos números anteriores, a Direcção elabora e apresenta à Mesa listas dos sócios que, no mês anterior à realização da Assembleia, tenham a sua situação regularizada e só estes terão direito a voto.*
- 3. Recorrer para a Assembleia Geral de qualquer decisão de outro órgão social que contrarie os Estatutos e o presente Regulamento Interno.*
- 4. Requerer a realização de Assembleias Gerais Extraordinárias, nos termos previstos neste Regulamento.*
- 5. Participar nas actividades do GIMNOFRIELAS, dentro das capacidades que lhe sejam reconhecidas pelos órgãos sociais e para as quais demonstre disponibilidade.*

## *Artigo 5º*

### *Deveres dos sócios*

- 1. Comparecer às Assembleias Gerais.*
- 2. Cumprir os prazos de pagamento de quotas e de mensalidades de modalidades em que se encontre inscrito.*
- 3. Cumprir e fazer cumprir o consignado nos Estatutos e no presente Regulamento, bem como as deliberações dos órgãos associativos.*
- 4. Desempenhar com dedicação e lealdade, os cargos sociais ou outras tarefas para os quais sejam eleitos ou nomeados e tenham declarado a sua aceitação.*
- 5. Contribuir, de um modo geral, através de um comportamento empenhado, digno e exemplar, para o prestígio e para a boa imagem do GIMNOFRIELAS.*
- 6. Apresentar, à Assembleia Geral ou à Direcção, verbalmente ou por escrito, críticas e sugestões que visem o engrandecimento da Associação e/ou a melhoria do seu funcionamento.*

## *Artigo 6º*

### *Órgãos sociais e seus mandatos*

- 1. São órgãos da Associação a Assembleia Geral, a Direcção e o Conselho Fiscal.*
- 2. Para que as actividades da Associação decorram com estabilidade, eficácia e credibilidade, os mandatos terão a duração de 4 anos.*
- 3. Por razões de organização das épocas desportivas, deverá procurar-se que os mandatos tenham início no mês de Agosto.*



## *Artigo 7º*

### *Composição e competências da Assembleia Geral*

- 1. A Assembleia Geral é constituída por todos os associados no pleno gozo dos seus direitos.*
- 2. Compete à Assembleia Geral a eleição dos titulares dos órgãos sociais, a sua destituição, a aprovação do balanço, a alteração dos estatutos, a extinção da Associação e a autorização para esta demandar os titulares dos órgãos sociais por factos praticados no exercício dos cargos.*
- 3. A Mesa da Assembleia Geral é composta por um Presidente e dois secretários, competindo-lhes dirigir as reuniões e lavrar as respectivas actas.*
- 4. Por princípio, a Assembleia Geral Eleitoral reunirá no mês de Julho do final de cada mandato.*
- 5. A Assembleia Geral deve ser convocada a pedido da Direcção pelo menos uma vez por ano para aprovação do balanço.*
- 6. A Assembleia Geral será ainda convocada sempre que seja requerida, com um fim legítimo, por um conjunto de associados não inferior a um quinto da sua totalidade.*
- 7. Se a Direcção não solicitar a Assembleia nos casos em que deva fazê-lo, a qualquer associado é lícito efectuar a sua convocação.*

## *Artigo 8º*

### *Forma de convocação da Assembleia Geral*

- 1. A Assembleia Geral é convocada por meio de aviso postal, expedido para cada um dos associados com a antecedência mínima de oito dias, salvo o disposto no número seguinte, e no aviso indicar-se-á o dia, hora e local e a respectiva ordem do dia.*
- 2. A Assembleia Geral Eleitoral é convocada com antecedência mínima de trinta dias.*
- 3. São anuláveis as deliberações tomadas sobre matéria estranha à ordem do dia, salvo se todos os associados comparecerem à reunião e todos concordarem com o aditamento.*
- 4. A comparência de todos os associados sanciona quaisquer irregularidades da convocação, desde que nenhum deles se oponha à realização da assembleia.*

## *Artigo 9º*

### *Funcionamento da Assembleia Geral*

- 1. A Assembleia não pode deliberar, em primeira convocação, sem a presença de metade, pelo menos, dos seus associados.*
- 2. Salvo o disposto nos números seguintes, as deliberações são tomadas por maioria absoluta dos associados presentes.*
- 3. As deliberações sobre alterações dos estatutos exigem o voto favorável de três quartos do número de associados presentes.*
- 4. As deliberações sobre a dissolução da associação requerem o voto favorável de três quartos do número de todos os associados no pleno gozo dos seus direitos.*



## *Artigo 10º*

### *Conselho Fiscal*

- 1. O Conselho Fiscal é composto por três elementos, um presidente e dois secretários.*
- 2. O Conselho Fiscal responde perante a Assembleia Geral a quem apresenta o seu parecer sobre os actos e contas apresentados pela Direcção.*
- 3. O Conselho Fiscal, na qualidade de Comissão Eleitoral, coadjuvará a Mesa da Assembleia Geral nos processos eleitorais e nas votações em geral.*
- 4. Para efeitos do disposto no número anterior utilizará como caderno eleitoral a lista a que se refere o parágrafo único do número 2 do Artigo 4º do presente regulamento.*

## *Artigo 11º*

### *Direcção*

- 1. A Direcção é composta por três elementos, um presidente, um tesoureiro e um secretário.*
- 2. À Direcção compete a gerência social, administrativa e financeira, representar a associação em juízo e fora dele.*
- 3. As deliberações da Direcção só são válidas quando votadas favoravelmente pela maioria dos seus membros.*
- 4. Para a coadjuvar nas secções dos vários departamentos, a Direcção pode nomear assessores que tomam posse perante si e se comprometem a desempenhar os cargos como se estipula no número 4 do Artigo 5º*
- 5. A duração dos mandatos dos assessores é, por princípio, válida por cada época mas pode cessar a qualquer momento por vontade expressa das partes.*
- 6. Os assessores participam nas reuniões para as quais hajam sido convocados, não tendo porém direito a voto.*

## *Artigo 12º*

### *Processo eleitoral e votações em geral*

- 1. A apresentação de candidaturas deve ser efectuada até oito dias antes da realização da respectiva Assembleia Geral Eleitoral e consiste na entrega de um programa de acção para o mandato a que se candidatam e uma lista contendo os nomes e demais elementos de identificação dos candidatos e do mandatário da lista.*
- 2. Para efeito do disposto no número anterior, entendem-se por elementos de identificação os seguintes: Nome completo, número de sócio e número, arquivo de identificação e data do bilhete de identidade dos candidatos e do mandatário, bem como a morada e outros meios de contacto deste último.*
- 3. A declaração de candidatura é assinada conjuntamente pelos candidatos e pelo mandatário.*
- 4. As candidaturas são entregues à Comissão Eleitoral que verifica o cumprimento dos requisitos. No caso de haver incorrecções, é comunicada a situação ao mandatário e dada a possibilidade de as colmatar com carácter de urgência por forma a que a sua recepção se faça dentro do prazo estipulado no anterior número 1.*
- 5. Aceite a candidatura, é emitido recibo com atribuição da letra sequencial correspondente (de A a Z) e é registada a recepção na documentação processual da Comissão Eleitoral.*
- 6. A elegibilidade é verificada através da inclusão dos candidatos e do mandatário nos cadernos eleitorais, bem como da não existência de impedimentos disciplinares dos titulares.*



7. *O acto eleitoral, por voto secreto, é iniciado pelos membros da Comissão Eleitoral, pelos membros da Mesa e da Direcção, a que se seguem todos os presentes.*
8. *Concluída a votação é feito um intervalo para escrutínio, findo o qual o Presidente da Mesa reabrirá a sessão, comunicará os resultados e marcará a data de realização da tomada de posse.*
9. *Todas as votações por voto secreto seguem os critérios e procedimentos aqui referidos.*

### *Artigo 13º*

#### *Regulamento Disciplinar*

*O Regulamento Disciplinar, atendendo à sua natureza técnica e específica, é publicado em separado mas faz, para todos os efeitos, parte integrante do presente Regulamento Interno.*

### *Artigo 14º*

#### *Regulamentos Técnicos*

*Os Regulamentos Técnicos de cada especialidade são submetidos pelas respectivas equipas à aprovação da Direcção. Após aprovados e para todos os efeitos, fazem parte integrante do presente Regulamento Interno.*

*Frielas,*