



# REGULAMENTO

## 5ª CAMINHADA SOLIDÁRIA

### *PELA PREVENÇÃO CONTRA O CANCRO DA MAMA*

#### **1. Entidades promotoras**

A organização do evento tem como principais objetivos chamar a atenção para a prevenção do cancro de mama e a importância do diagnóstico precoce, assim como a divulgação da Delegação da Liga Portuguesa Contra o Cancro no concelho do Seixal.

A Organização é da responsabilidade da Liga Portuguesa Contra o Cancro – Delegação do Seixal.

Todos os donativos obtidos pelo evento revertem na totalidade a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro.

#### **2. Entidades Parceiras:**

- Município do Seixal;
- União de Freguesias de Seixal, Arrentela e Aldeia de Paio Pires;
- Junta de Freguesia de Amora;
- Ourivesaria Neves;
- Farmácia dos Foros da Amora
- Antunes Oculistas;
- Clínica da Baía;
- Pingo Doce;
- Águas Vimieiro;
- Fisioterapeuta Sílvia Ferreira;
- Escuteiros – Agrupamento 414 da Amora;

#### **3. Inscrição**

##### **3.1. Idade participação**



A participação é aberta a todas as pessoas que tenham uma idade igual ou superior a 18 anos na data da realização do evento (13 de outubro 2024).

Na caminhada a idade mínima para participação é 8 anos sendo obrigatório o preenchimento do termo de responsabilidade pelo seu representante no secretariado do evento.

### **3.2. Dados de Inscrição**

A inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da caminhada.

A inscrição será formalizada através do preenchimento completo de um formulário online disponível para o efeito (através do URL: <https://forms.office.com/e/9YgGsHwA3A>), ou pessoalmente nas instalações da LPCC, na Rua Francisco Zambujal nº 3ª, nas Paivas, no seu horário normal de funcionamento.

Para efetuar a inscrição, o participante terá de fornecer os seguintes dados:

- Nome Completo: (para efeitos de seguro);
- Nº Contribuinte: (para efeitos de seguro/emissão de fatura);
- Nº Telefone: (para comunicar com os participantes eventuais erros no processo de inscrição online);
- Morada: (para efeitos de emissão de fatura);
- Endereço de email: (para ser comunicado ao participante a confirmação da sua inscrição, assim como receber informações futuras relacionadas com o evento);

Para mais informação sobre proteção de dados pessoais consultar a política de privacidade em <https://www.ligacontracancro.pt/paginas/detalhe/url/politicapd/preview/tr ue/>

A organização não garante que nos dias de levantamento dos Kits de participação estejam disponíveis os tamanhos das t-shirt solicitados. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.

### **3.3. Datas de inscrição**

#### **1º Período de inscrição:**



- De 14 de Agosto a 12 de outubro - a inscrição implica um donativo mínimo por participante no valor 7 laços.

### **2º Período de inscrição:**

- No dia da caminhada - Será possível fazer inscrição no secretariado, sendo o valor acrescido de 3 laços, passando a ser no valor mínimo de 10 laços a inscrição.

### **3.4. Validade da inscrição**

Só serão consideradas válidas, as inscrições devidamente concluídas, após ter efetuado o donativo da inscrição. O donativo pode ser efetuado através de transferência bancária para o seguinte IBAN: **PT50.0033.0000.00009340629.63**. O comprovativo de transferência será necessário para o levantamento do kit de participação.

Poderá ser emitido recibo para quem fizer esse pedido, será enviado por correio para a morada que indicarem ou via email.

Após a inscrição, o participante assume que reúne as necessárias condições físicas e psicológicas para participar no evento.

As inscrições não concluídas até 12 de outubro serão eliminadas.

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição, exceto se a prova for anulada previamente por motivos alheios à Organização.

### **3.5. Limite de Inscrições:**

A caminhada tem o limite de 1650 participantes devidamente inscritos;

### **3.6. Material incluído com a inscrição**

Na inscrição para a caminhada, após a entrega do donativo será entregue um kit de participação que contém:

- Folhetos informativos;



- T-Shirt (Não se efetuam trocas);
- Saco mochila;
- Água;
- Snack;
- Todos os participantes serão cobertos por seguro de acidentes pessoal.

### **3.7. Levantamento dos kits de participação**

Os kits de participação poderão ser levantados na Liga Portuguesa Contra o Cancro - Delegação do Seixal.

Morada: Rua Francisco Zambujal 2- B, Paivas, Seixal

**De 03 de setembro até 12 de outubro**, nos seguintes dias e horários:

- Terça a Sábado - das 10h às 13h e das 14h às 19h;

### **4. Programa de atividades:**

- 08:30 Abertura do Check-In com realização de inscrições e distribuição dos Kits no local de Início da caminhada;
- 09:00 Atividades de Animação dos participantes;
- 09:30 Fecho das inscrições;
- 09:45 Exercícios de aquecimento com a fisioterapeuta da LPCC;
- 10:00 Apresentação do evento pelas entidades organizadoras;
- 10:10 Início da Caminhada;
- 11:45 Fim da caminhada com atividade surpresa;
- 12:30 Fim da atividade

### **5. O Percurso da caminhada:**

**Partida:** Marginal Amora- Avenida Silva Gomes (junto ao Leclerc)

**Chegada:** Seixal - Avenida da República no Seixal (junto ao restaurante Lisboa à Vista - barco)

- O percurso será feito na aprazível na zona ribeirinha da Baía do Seixal, na Avenida da República ou Marginal, percorrendo-se a distância de 3 Kms, em zona pedonal e plana.



- Existirão elementos da organização ao longo do percurso de modo a garantir a ajuda necessária a todos os participantes que necessitem.
- Existirá apoio de Bombeiros do Seixal, caso seja necessário.
- Os participantes deverão respeitar sempre as indicações da organização, bem como todas as regras do Código da Estrada.
- Por motivos de segurança, durante a caminhada todos os participantes deverão manter-se exclusivamente no percurso oficial da mesma.
- A organização poderá suspender a caminhada por qualquer questão que coloque em risco a segurança dos participantes, bem como atos públicos, vandalismo e/ou força maior;
- Em caso de EMERGÊNCIA ligar: **910 492 657**

## **6. Direitos de Imagem**

Ao validar a sua inscrição, o participante autoriza, de forma gratuita e incondicional, a livre captação e divulgação da sua imagem, quer em fotografias quer nas filmagens realizadas durante o evento.

## **7. Proteção de Dados Pessoais**

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente a validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento e a lista de inscritos.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais enviando e-mail para [delegacaoseixal@ligacontracancro.pt](mailto:delegacaoseixal@ligacontracancro.pt).

## **Notas Importantes**

A inscrição e participação neste evento pressupõem a aceitação incondicional das normas acima referidas, tendo a perfeita consciência dos seus atos.



LIGA  
PORTUGUESA  
CONTRA  
O CANCRO

Núcleo Regional do Sul

Todos os casos omissos neste regulamento serão decididos pela organização, a qual será soberana nas suas decisões, não havendo direito a recursos.

A organização reserva o direito de alterar o presente regulamento, sem que para isso tenha de prestar qualquer aviso prévio. Dentro do possível essas alterações serão publicadas na página do Facebook e do Instagram.

### **Equipa de Coordenação**

Liga Portuguesa Contra o Cancro – Delegação do Seixal

[delegacaoseixal@ligacontracancro.pt](mailto:delegacaoseixal@ligacontracancro.pt)

Rua Francisco Zambujal 2- B, Paivas, Seixal

T. 910 492 657

Versão 1.0

14/08/2024