



**ACADEMIA
DOS
CHAMPS**

APRENDER A VENCER



3 SAÚDE
DE QUALIDADE



4 EDUCAÇÃO
DE QUALIDADE



10 REDUZIR AS
DESGUALDADES



RELATÓRIO ANUAL 2024

ÍNDICE

-  5 Mensagem | Introdução
-  10 ADC em 30 segundos
-  11 Universo ADC
-  41 Cronologia 2020
-  70 Testemunhos
-  78 Donativos
-  83 Contactos

MENSAGEM | INTRODUÇÃO

É com grande satisfação que após mais um ano de actividade, apresentamos o **Relatório Anual** da Academia dos Champs, relativo ao ano de 2024. Este documento reflecte as principais conquistas, desafios e avanços alcançados, destacando o compromisso contínuo da **ADC** para com a Ética no Desporto, a excelência, a inovação e a sustentabilidade.

Como vem sendo habitual, trago todos os anos nesta mensagem um tema específico. Um tema que me inspire e motive no meu trabalho diário na **ADC** e que faça parte da sua Missão. Acredito que a motivação, assim como a aprendizagem contínua, são essenciais para manter o entusiasmo naquilo que fazemos e nos ajudam a melhorar e evoluir.

Vamos então ao tema deste ano: A ligação entre a Ética no Desporto e o estoicismo.

Quais os princípios fundamentais compartilhados por ambos? O estoicismo, escola filosófica da Grécia Antiga fundada por **Zenão de Cítio**, por volta de 300 a.C., cujo nome vem do local onde Zenão ensinava – o **Pórtico Pintado** (*Stoa Poikile*) em Atenas –, foi posteriormente posto em prática por figuras como o imperador Marco Aurélio. E é através do estoicismo, que se enfatiza a importância da virtude como o único verdadeiro bem. Se pensarmos bem, esta ideia ressoa, de alguma forma, na Ética Desportiva.

No desporto, a virtude enquanto um dos pilares do estoicismo, manifesta-se através do respeito pelas regras, pelo adversário e pela integridade do jogo. O *fair play* é uma expressão prática da filosofia estoica, pois implica agir de maneira justa e honrada, mesmo quando há oportunidades para fazer batota.

Além da virtude, o estoicismo e a Ética no Desporto convergem também na valorização da disciplina e do respeito pelas regras e adversidades. Os estoicos acreditavam que a chave para uma vida plena estava no domínio das emoções e na aceitação das circunstâncias externas com serenidade.

Os estoicos ensinavam a aceitar e a lidar com a adversidade de uma forma racional. No desporto, os atletas enfrentam derrotas, lesões e desafios constantes. Um verdadeiro desportista, alinhado com os princípios estoicos, encara esses obstáculos como oportunidades de crescimento e aprendizagem, sem se deixar abalar pelo desespero ou pela arrogância na vitória.

O estoicismo ensina-nos que nos devemos focar no que está ao nosso alcance e aceitar aquilo que não podemos controlar. No desporto, um atleta não pode controlar as decisões dos árbitros, o desempenho do adversário ou as condições climáticas, mas pode controlar a sua preparação, a sua mentalidade e a sua conduta dentro de campo.

MENSAGEM | INTRODUÇÃO

Grandes líderes desportivos, demonstram uma postura estoica ao inspirar as suas equipas pelo seu carácter e responsabilidade. Assim como Marco Aurélio governou Roma com serenidade e compromisso ético, capitães de equipas e treinadores eficazes guiam os seus atletas com resiliência e foco no grupo, colocando a ética acima dos seus interesses pessoais.

Assim, um atleta verdadeiramente ético é aquele que busca não apenas a vitória, mas que o faz de uma forma honrada, encarando os desafios com coragem e mantendo sempre a sua integridade. A filosofia estoica oferece um poderoso guia para aqueles que desejam praticar desporto, treinar, competir ou viver com excelência. Reflectir sobre estas temáticas, é uma forma de crescimento e uma partilha de conhecimento, que espero possa contribuir internamente para tornar o trabalho da **ADC** mais produtivo e inspirar quem o acompanha de fora.

Falando da actividade da **ADC**, fechámos o ano de 2024 com 2.654 aulas de ténis dadas e um total de 231 alunos. Contabilizamos já um total acumulado de 28.813 aulas desde o arranque do projecto e em 2025 atingiremos certamente a marca das 30 mil aulas!

No que se refere à **Universidade ADC**, a Equipa de gestão continua o seu esforço de prospecção e fundraising com o intuito, não só de alargar o espectro da intervenção, como também para irmos ao encontro da expectativa dos nossos alunos e parceiros. A **UADC** é totalmente complementar ao trabalho desenvolvido no campo de ténis e um pilar fundamental da missão da **ADC**, no que respeita a preparar estes jovens para a sua vida pessoal e profissional.

A variedade de soluções e capacidade de acção que temos disponível dentro do projecto é muito relevante, compreendendo desde as aulas de inglês e apoio ao estudo, ao coaching vocacional e programas de mentoria, não esquecendo a formação interna (em Agosto/Setembro de 2024 foi realizado o primeiro curso de arbitragem para alunos da **ADC**) e as saídas profissionais, ajudando a **ADC** consoante o perfil de cada jovem.

A aposta forte na **UADC**, potencia a formação dos nossos alunos e o consequente alcance do objectivo de recrutamento interno, com a inclusão de alunos na equipa do projecto, não só como treinadores, mas também noutras funções específicas, dependendo da via profissional que entendam seguir. Decorrente do maior investimento na **UADC**, foi feito em 2024 um importante reforço na equipa, com a inclusão de uma Educadora Social no projecto, numa área de extrema importância, em linha com a exigência de profissionalização requerida pelo natural crescimento orgânico e ambições da **ADC**.

MENSAGEM | INTRODUÇÃO

No último trimestre de 2024, a **ADC** viu premiado o seu trabalho e resiliência, com a aprovação de um financiamento no âmbito do PT2030 – Parcerias para a Inovação, numa operação que durante dois anos irá beneficiar um total de 70 alunos da **ADC**, distribuídos pelos concelhos de Oeiras e Cascais.

Noutro contexto, fruto do reconhecimento além fronteiras que temos por via das nossas parcerias, tivemos a oportunidade de levar seis alunos da **ADC** ao Festival 24, organizado pelo Sport Dans La Ville, também apoiados pela Fondation Lacoste.

Uma viagem entre Lyon/Paris, que culminou com a cerimónia de inauguração dos Jogos Olímpicos Paris 2024. Para além dos alunos, a comitiva incluiu ainda uma *young leader* e aluna da **ADC**. Acompanhados pelo nosso Director Técnico, puderam dar a conhecer a **ADC** a centenas de outros jovens oriundos dos quatro cantos do mundo. Sem dúvida um marco importante na história do nosso projecto.

Ao longo deste período, enfrentámos desafios e conquistámos resultados bastante satisfatórios, impulsionados pelo empenho da nossa Equipa, pela confiança dos nossos parceiros e pelo apoio dos nossos mecenas. Neste relatório, compartilhamos uma visão abrangente do nosso desempenho e do impacto social conseguido ao longo do último ano.

Agradecemos a todos os stakeholders que contribuíram para o nosso crescimento e reforçamos o nosso compromisso em continuar a Missão de “Aprender a Vencer” e a promover um impacto positivo na sociedade.

Boa leitura!

António Champalimaud

Fundador





ADC EM 30 SEGUNDOS

 **OUTURELA**

 **LISBOA**

 **TRAJOUCE**

 **MAIA**

 **CARCAVELOS**

 **LOULÉ**

 **FARO**

 **ALCABIDECHE**

 **FONTAÍNHAS**



231



(120)



(111)



**28.813 AULAS
DE TÊNIS DESDE 2009**



**SAÍDAS PROFISSIONAIS
RECRUTAMENTO INTERNO**



**AULAS INGLÊS/APOIO AO ESTUDO
COACHING VOCACIONAL**



TREINADORES CERTIFICADOS



**PARCERIAS COM
CLUBES DE TÊNIS**



UNIVERSO ADC

1. QUEM SOMOS

Fundada em 2009, a **Academia dos Champs** tem o estatuto de IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social), assente num projecto de integração social, independente, apolítico e sem fins lucrativos. Por via do ensino do ténis, demonstramos os inúmeros benefícios de se encarar o desporto – bem como os princípios e valores que lhe são intrínsecos –, como filosofia de vida.

2. MISSÃO

Promover a integração social, utilizando o desporto como ferramenta de capacitação e de acompanhamento de crianças e jovens que sejam identificados como estando em situação de vulnerabilidade social. Mais do que campeões de ténis, procuramos formar **CAMPEÕES PARA A VIDA!**

3. DESTINATÁRIOS

A partir dos
5 anos de
idade

Jovens e
crianças
sinalizadas

Socialmente
vulneráveis

4. METODOLOGIA

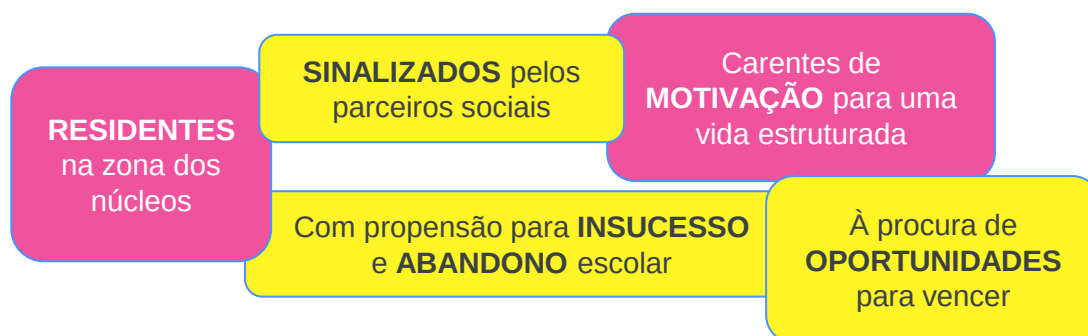
Tendo como base o ensino do ténis, reflectindo os princípios e valores do desporto, a **Academia dos Champs** incute nos seus alunos ferramentas de desenvolvimento pessoal, social e profissional. Por essa via, cada criança e jovem é assim dotado de meios para assumir o controlo de um percurso de vida que o levará a uma plena realização enquanto pessoa adulta.

5. ÁREAS DE INTERVENÇÃO

DESPORTO | SAÚDE | EDUCAÇÃO | FORMAÇÃO |
INTEGRAÇÃO | EMPREGABILIDADE

UNIVERSO ADC

6. PERFIL DOS ALUNOS



7. PROBLEMAS IDENTIFICADOS

- 🌈 **DESRESPEITO** pela autoridade e pelo próximo
- 🌈 Falta de sentimento de **PERTENÇA A GRUPOS**
- 🌈 **ESCASSEZ DE FERRAMENTAS** de desenvolvimento pessoal
- 🌈 Dificuldade em aceitar a **CRÍTICA**
- 🌈 **RESPOSTAS INSUFICIENTES** para a prática desportiva
- 🌈 Resistência ao cumprimento de **ROTINAS** e **REGRAS**
- 🌈 Incapacidade para assumir **COMPROMISSOS**
- 🌈 **INSUCESSO ESCOLAR** | Desmotivação | Exclusão Social
- 🌈 Exposição a modelos de **CONDUTA DESVIANTE**
- 🌈 Dificuldade de **EMANCIPAÇÃO** e **DEPENDÊNCIA FAMILIAR** prolongada

8. O QUE PODEMOS FAZER?

Na **Academia dos Champs** acreditamos que, ao trabalhar a confiança e a auto-estima dos alunos, encontramos a solução para grande parte dos problemas identificados, reforçando competências pessoais e sociais com vista à autonomia.

Demonstramos aos destinatários do projecto, que o desporto não olha a classes sociais, origens ou circunstâncias de vida de cada indivíduo. Premeia sim o esforço, os atletas dedicados e a excelência no desempenho de cada um – potenciando hábitos de vida saudável e o desenvolvimento pessoal, familiar e ocupacional de indivíduos em situação de vulnerabilidade.

UNIVERSO ADC

9. VALORES E PRINCÍPIOS TRANSMITIDOS

O desporto transmite valores de trabalho em equipa, competição saudável, respeito, normas de conduta e muitos outros princípios. Utilizar, neste caso a prática do ténis, como ferramenta, é uma forma inovadora de incutir linhas orientadoras nos jovens, ajudando a combater problemas do quotidiano, que se agravam com a situação económica e social em que vivem habitualmente.

- 🌈 **RESILIÊNCIA** | O desporto, com os desafios que lhe são inerentes, potenciam a capacidade dos jovens testarem os seus próprios limites, contribuindo para aumentar a sua capacidade de superação.
- 🌈 **DISCIPLINA** | A dedicação e o treino promovem acções de boa conduta entre os jovens.
- 🌈 **RESPEITO** | O trabalho de equipa e a competição saudável promovem o respeito pelo próximo.
- 🌈 **IGUALDADE** | O desporto não distingue classes sociais, origens ou circunstâncias de vida. Premeia sim, o esforço e a dedicação.
- 🌈 **INTEGRAÇÃO** | O desporto permite esbater as diferenças e promover a tolerância entre os jovens.
- 🌈 **AUTO-ESTIMA** | A prática do desporto e a procura da superação potenciam a confiança e o amor próprio.
- 🌈 **PERSISTÊNCIA** | A prática desportiva ajuda os jovens a definir metas e a alargar os seus horizontes.
- 🌈 **RIGOR** | O cumprimento de regras e a definição de objectivos incute nos jovens o sentido do rigor e da dedicação.
- 🌈 **COMPANHEIRISMO** | O trabalho de equipa e a partilha de momentos cria relações de amizade e confiança.
- 🌈 **ALEGRIA** | A prática desportiva, ao contribuir para uma vida mais saudável, permite também encarar os desafios quotidianos com uma maior confiança e optimismo.

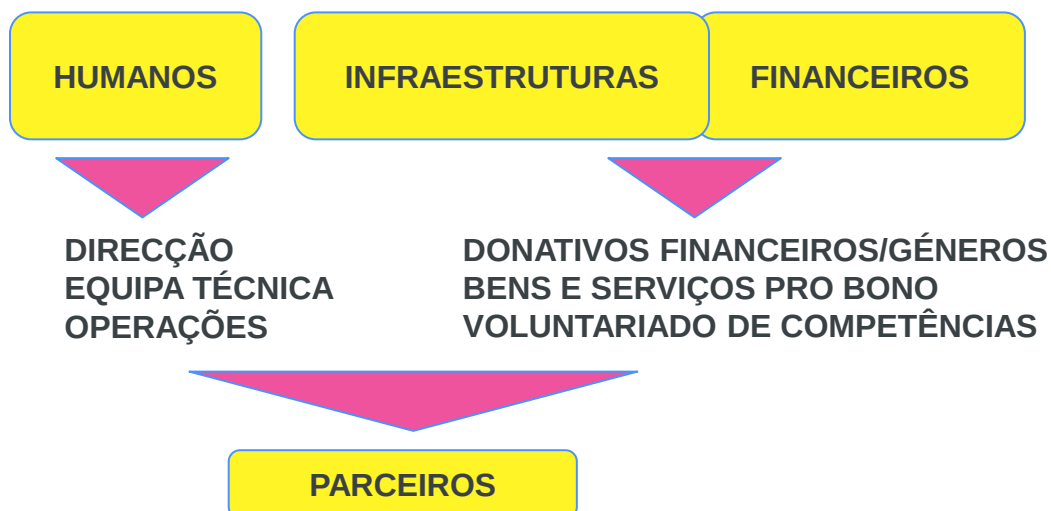
UNIVERSO ADC

10. METAS PERMANENTES



UNIVERSO ADC

11. RECURSOS NECESSÁRIOS



A rede de parceiros, sendo transversal ao projecto da **Academia dos Champs**, assegura a continuidade do mesmo. Os donativos são, contudo, variáveis, impondo-se um esforço constante de toda a Equipa em prol da sua continuidade e natural alargamento do conjunto de parcerias.

Apesar do carácter essencial do apoio financeiro, é igualmente importante contar com a regular doação de bens e serviços prestados por alguns dos parceiros – colmatando assim a escassez de recursos próprios em áreas diversas, bem como de materiais e equipamentos que permitam a melhoria e manutenção das condições de treino dos alunos.

12. MODO DE ACTUAÇÃO

PARCEIROS SOCIAIS e ENTIDADES PÚBLICAS

Essenciais na ligação entre o projecto e os alunos, fazendo a primeira triagem e identificação dos jovens a abranger.

PARCEIROS FUNDADORES e OUTROS MECENAS

Apoios com donativos financeiros, bens e serviços – e ainda a valiosa partilha de “network”, “know-how” e experiência.

UNIVERSO ADC

13. COMO RESOLVEMOS OS PROBLEMAS IDENTIFICADOS

COMBATE AO ABANDONO ESCOLAR E MONITORIZAÇÃO

Uma ligação estreita e permanente com técnicos de acção social e estabelecimentos de ensino é fulcral para o sucesso do projecto. A partilha de informações é feita por períodos/semestres lectivos, permitindo dessa forma aliar a avaliação que é feita em relação à prática desportiva com o desempenho dos alunos na sua vida escolar.

O facto de assumirmos um papel significativo na calendarização das actividades extra-curriculares dos jovens, atribui-nos uma responsabilidade acrescida, mas que ao mesmo tempo permite reforçar o trabalho que é efectuado nas escolas dos alunos.

Das várias ferramentas motivacionais oferecidas, destacamos a atribuição do **PRÉMIO ANUAL DE MÉRITO** – especialmente pensado para a obtenção dos melhores resultados globais de cada aluno. Conjugando o desempenho desportivo, académico e comportamental, numa avaliação conjunta entre treinadores, parceiros sociais e estabelecimentos de ensino, premeiam-se os alunos mais dedicados do ano lectivo, reconhecendo assim o seu empenho e capacidade de superação.

COM O ALTO PATROCÍNIO
DE SUA EXCELENCIA



O Presidente da República

ANO LECTIVO	MASCULINO	NÚCLEO	FEMININO	NÚCLEO
2023-2024	Gabriel	Outurela	Diana	Trajouce
2022-2023	Flávio	Outurela	Camila	Alcabideche
2021-2022	Nichita	Trajouce	Ana Beatriz	Qta. Alagoa
2020-2021	Diogo	Outurela	Cátia	Trajouce
2019-2020	Pedro	Qta. Alagoa	Núria	Trajouce
2018-2019	Bruno	Alcabideche	Fabiana	Alcabideche
2017-2018	João	Bicesse	Bruna	Alcabideche
2016-2017	Wilson	Outurela	Angélica	Bicesse
2015-2016	Amarildo	Faro	Silvina	Outurela
2014-2015	Lourenço	Outurela	Rafaela	Bicesse
2013-2014	Rafael	Trajouce	Matilde	Trajouce
2012-2013	Fábio	Outurela	Jéssica	Bicesse



Continua...

UNIVERSO ADC

INTEGRAÇÃO SOCIAL

A aposta numa modalidade pouco acessível, sem expressão nos planos curriculares e com escassa penetração nos bairros de actuação da **Academia dos Champs**, é o nosso contributo para a democratização do acesso ao desporto, como um direito individual de cada cidadão. Ao colocar em prática a máxima do “**DESPORTO PARA TODOS**” – no caso em particular, demonstra-se que o ténis pode ser praticado por todos os jovens.

No trabalho quotidiano, a integração dos alunos é feita por via de diversas actividades, organizadas pela **Academia dos Champs** ou parceiros associados, como sejam:

-  Torneios e clínicas de ténis
-  Tarefas de gestão em eventos solidários (WAT Cup BNP Paribas)
-  Apanha-bolas no Estoril Open e torneios ATP Challenger Tour

DESENVOLVIMENTO PESSOAL, SOCIAL E EMOCIONAL

Em simultâneo com o acompanhamento da evolução desportiva dos alunos, durante os treinos também dotamos os jovens de ferramentas que ajudem a desenvolver as características pessoais e sociais, levando-os a ser melhores adultos. O compromisso com as aulas de ténis (idealmente duas vezes por semana), e os objectivos constantes que lhes são apresentados, permitem incutir valores de **disciplina**, **persistência**, **dedicação** e **resiliência** – que por sua vez potenciam a auto-estima, o amor próprio e a confiança.

As aulas de ténis proporcionam um contexto diferente daquele em que, normalmente, são transmitidas lições aos jovens, ajudando a quebrar algumas barreiras. A informalidade e a forte ligação criada entre professores e alunos, reforçadas pelo carácter individual da modalidade, permitem os ensinamentos técnicos, mas também um maior e mais eficaz desenvolvimento da vertente emocional dos jovens.



UNIVERSO ADC

EDUCAÇÃO, FORMAÇÃO, COACHING E SAÍDAS PROFISSIONAIS

A monitorização do desempenho escolar dos alunos sempre esteve entre os principais pilares do trabalho da **Academia dos Champs**, complementado em diversas ocasiões com formações específicas na área do ténis – desde apanha-bolas à arbitragem, por via das parcerias institucionais com o **Millennium Estoril Open** e a **Federação Portuguesa de Ténis**.

Vários foram os alunos que beneficiaram também das sessões de coaching vocacional ao longo dos últimos cinco anos, sendo que alguns deles foram ainda integrados na equipa de monitores da **Academia dos Champs**, como o caso dos gémeos e antigos alunos Luís e Filipe Pereira, no núcleo Pinto Basto, em Outurela (Oeiras). O mesmo aconteceu com o Rodrigo Ferreira, em Trajouce, antes de abraçar o seu primeiro desafio profissional nas lojas **ProTennis** – também fruto de uma parceria com a **Academia dos Champs**.

Com todo este trabalho já efectuado, iniciou-se de forma natural no final de 2020 o projecto da “**UNIVERSIDADE ADC**”, congregando todas estas valências já referidas, especialmente focadas nos alunos mais velhos da **Academia dos Champs** (e sem limite de idade), às quais se juntaram o coaching vocacional, o apoio ao estudo oferecido por um grupo de colaboradores voluntários do BNP PARIBAS, formações internas na área do ténis (arbitragem e encordoamento de raquetes), na preparação para o mercado de trabalho, e ainda aulas de inglês num centro de estudos qualificado.

SAÚDE E PROMOÇÃO DE UMA VIDA ACTIVA E SAUDÁVEL

A prática desportiva regular combate o sedentarismo, a obesidade infantil e ajuda a que os jovens evitem comportamentos desviantes, como sejam o consumo de drogas ou a criminalidade.

Desse modo, procura-se que cada aluno tenha, pelo menos, duas aulas de ténis por semana (ou mais, consoante a adequação ao calendário escolar), integrando os jovens em grupos pequenos e homogéneos, sempre respeitando o nível técnico e idade, maximizando a sua evolução e qualidade das aulas.



Continua...

UNIVERSO ADC

SAÚDE E PROMOÇÃO DE UMA VIDA ACTIVA E SAUDÁVEL

O acesso à prática regular desportiva é um dos bens mais preciosos que a **Academia dos Champs** disponibiliza de forma gratuita aos seus alunos, reforçado sempre pela preocupação em garantir parcerias abrangentes no campo da saúde.

É nesse contexto que surge, em primeiro lugar, a parceria com o Grupo José de Mello, que permite aos alunos da **Academia dos Champs** beneficiar de um completo check-up clínico, que em momento posterior poderá complementar a filiação na Federação Portuguesa de Ténis. Em 2019, a família de parceiros foi reforçada, com a Essilor a assegurar rastreios de saúde ocular em todos os núcleos do projecto.

RESULTADOS CONCRETOS DO TRABALHO EFECTUADO



EQUIPA

COORDENAÇÃO E MODO DE ACTUAÇÃO

Com uma equipa multidisciplinar, as várias funções do projecto repartem-se pelas seguintes áreas e responsáveis:

Direcção Geral e Comunicação – Pedro Carvalho

Direcção Técnica – Jorge Dias e Diogo Sá

Direcção Pedagógica – Diana Nequinha

Área de Operações – Francisco Alvim

Fundraising e Parcerias – Inês Abreu

TREINADORES

Todos os professores da **Academia dos Champs** estão devidamente certificados, oferecendo dessa forma uma garantia de qualidade no ensino do ténis – seguindo as normativas do programa “Play and Stay” da International Tennis Federation. A juntar à competência técnica, os treinadores apresentam um perfil de acentuado cariz pedagógico, por forma a responder aos diversos desafios que surgem no dia-a-dia com os alunos da **Academia dos Champs**, ao mesmo tempo que assumem um papel decisivo na transmissão dos valores de formação humana que são um dos principais pilares de todo o projecto.



“Ensinar ténis é oferecer uma lição sobre como viver uma vida alegre e produtiva. Todos os pais, e professores, devem evitar o erro de pensar que o ténis é apenas um jogo. É sim, uma dádiva, que se oferece aos filhos e alunos, da qual se servirão para o resto das suas vidas.”

NICK BOLLETTIERI
Treinador de Ténis

NÚCLEOS

OUTURELA

Abertura	2009		
Professores	Diogo Sá, Ivo Morais e Júlio Camará		
Parceiros Sociais	Ludoteca Fundação Marquês de Pombal, UF Carnaxide-Queijas e CM Oeiras		
Horas de aulas	1.189		Nacionalidades
Alunos	46	 26  20	 
Courts	3		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Elevada taxa de desemprego e grau de analfabetismo entre a população, com grande parte da comunidade a ter frequentado apenas o 1º ciclo; moradores do bairro, na maioria provenientes de Cabo Verde, Angola, Guiné-Bissau e zonas diversas de Portugal.

NÚCLEOS

TRAJOUCE/SÃO DOMINGOS RANA

Abertura	2012		
Professores	Diogo Sá		
Parceiros Sociais	CM Cascais e Escola Básica 1 Trajouce		
Horas de aulas	244		Nacionalidades
Alunos	14	 6	  
Courts	2	 8	



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Zona urbanisticamente envelhecida com uma população, na sua grande maioria, de naturalidade portuguesa, a que se juntam os restantes agregados, maioritariamente de origem africana; demograficamente, revela um maior rejuvenescimento na base da pirâmide etária quando comparado com as restantes freguesias do concelho.

NÚCLEOS

MAIA

Abertura	2013		
Professores	Alexandre Cardoso e Luís Miguel Coutinho		
Parceiros Sociais	Santa Casa da Misericórdia da Maia, Centro de Animação de Infância de Vermoim e CM Maia		
Horas de aulas	190		Nacionalidades
Alunos	24	 9	 
Courts	1	 15	



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Primeiro núcleo integrado num clube de ténis, no Complexo Municipal de Ténis da Maia, um dos melhores centros do país para o desenvolvimento da modalidade e formação dos escalões mais jovens; comunidade local com elevada taxa de desemprego, provocando dificuldades acrescidas no acesso à prática desportiva.

NÚCLEOS

ALCABIDECHE

Abertura	2014		
Professores	Diogo Sá		
Parceiros Sociais	JF de Alcabideche e CM Cascais		
Horas de aulas	119		Nacionalidades
Alunos	7	 3  4	  
Courts	1		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Inaugurado com o apoio da Fundação Aga Khan, surgiu o primeiro núcleo integrado em contexto escolar, abrangendo as zonas de Adroana, Cruz Vermelha e Alcoitão; relacionamento privilegiado com a direcção escolar permite um contacto regular e eficaz para a prossecução dos objectivos do projecto.

NÚCLEOS

FARO

Abertura	2015		
Professores	João António Marques		
Parceiros Sociais	Casa de Santa Isabel, AIPAR, Associação de Ténis do Algarve e CM Faro		
Horas de aulas	56		Nacionalidades
Alunos	12	 0  12	   
Courts	2		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Núcleo suportado pelo apoio directo do Município de Faro, por via do departamento de acção social, igualmente envolvido na ligação aos parceiros sociais; a motivação e o alinhamento do professor com a missão do projecto foi o motor que levou à expansão na região sul do país, reforçando a oferta desportiva para a comunidade.

NÚCLEOS

FONTAÍNHAS/CASCAIS

Abertura	2017		
Professores	Luís Costa		
Parceiros Sociais	Helpo – Ludoteca das Fontaínhas, Clube de Ténis CAD e CM Cascais		
Horas de aulas	42		Nacionalidades
Alunos	7	 6  1	 
Courts	3		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Núcleo inaugurado com o apoio directo de mecenas associado à Helpo – Ludoteca das Fontaínhas, uma associação que leva a cabo programas de apoio continuados, assistência e ajuda humanitária; em parceria com o Clube Ténis CAD, os alunos têm a oportunidade de praticar a modalidade do ténis nos courts do Colégio Amor de Deus.

NÚCLEOS

QUINTA DA ALAGOA/CARCAVELOS

Abertura	2017		
Professores	Diogo Sá e João Miguel Marques		
Parceiros Sociais	Centro Comunitário Paróquia Carcavelos, Casa dos Rapazes Parede e CM Cascais		
Horas de aulas	469		Nacionalidades
Alunos	34	 21  13	    
Courts	2		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Núcleo inaugurado com a cedência de utilização do espaço pelo Município de Cascais, ao abrigo de protocolo com o DNA Cascais; com uma envolvente muito particular e condições de excelência, a Quinta da Alagoa aposta ao mesmo tempo na angariação de donativos, através do aluguer dos courts de ténis ao público em geral.

NÚCLEOS

LISBOA

Abertura	2017		
Professores	Diogo Moura, Sofia Cardoso, Pedro Marta e Ivo Morais		
Parceiros Sociais	Centro Social da Musgueira, Colégio São João de Brito e CM Lisboa		
Horas de aulas	289	 42	Nacionalidades      
Alunos	73	 31	
Courts	2		



PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Instituição reconhecida há mais de 50 anos, o Centro Social da Musgueira, através da sua Mediateca, proporciona o acesso a múltiplas actividades para mais de 200 jovens; numa lógica de plena integração social, as aulas são dadas nos courts do Colégio São João de Brito, e no próprio Centro Social da Musgueira.

NÚCLEOS

LOULÉ

Abertura	2014		
Professores	João António Marques		
Parceiros Sociais	Agrupamento Escolas Dr ^a . Laura Ayres, EB1/Jardim de Infância da Abelheira		
Horas de aulas	56		Nacionalidades
Alunos	14	 7  7	 
Courts	1		

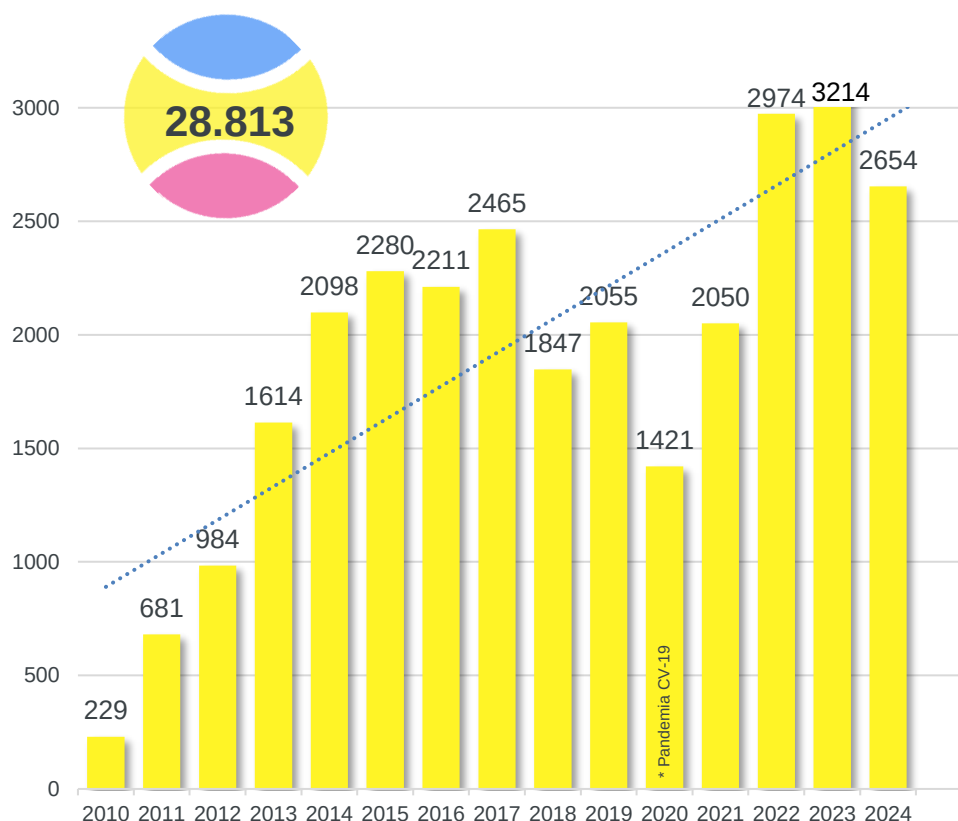


PERFIL DA ÁREA DE ACTUAÇÃO

Núcleo inaugurado com o apoio da Fundação António Aleixo e com o envolvimento inicial do Município de Loulé; face ao elevado número de alunos na escola, e o apoio dado pela mesma ao projecto, potenciou-se o contacto directo com os coordenadores pedagógicos, permitindo a integração no complexo escolar.

NÚCLEOS

EVOLUÇÃO | AULAS DE TÊNIS EM NÚMERO DE HORAS



O presente gráfico demonstra a evolução do número de aulas de ténis dadas na **Academia dos Champs** entre 2010 e 2024 – com o consequente crescimento do projecto a caminhar rapidamente rumo à relevante marca das 30.000 aulas de ténis gratuitas para todos os alunos!

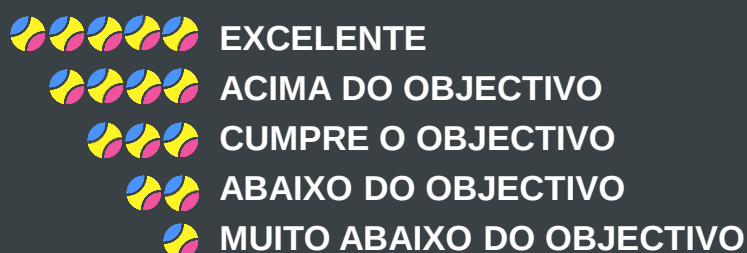
No ano lectivo de 2023-2024, apesar dos sempre desafiantes atrasos no arranque da actividade em certos núcleos, a **Academia dos Champs** viveu uma temporada plena de actividade, de novo com o reforço da equipa técnica a acolher alunos mais velhos como assistentes de professor de ténis, mantendo-se os valores médios de mais de 2.500 aulas de ténis gratuitas, ou atendimentos a beneficiários, num só ano de actividade.

AVALIAÇÕES

CRITÉRIOS E MÉTODOS

A avaliação dos alunos é levada a cabo em conjunto pela **Academia dos Champs** e demais parceiros do projecto (técnicos sociais e corpos docentes, quando disponível), sendo a mesma realizada com base numa escala idêntica – de 1 a 5 –, facilitando a análise comparativa e agregação dos diferentes resultados.

No campo técnico, as avaliações são levadas a cabo pela equipa de treinadores da **Academia dos Champs**, considerando o nível do aluno e o desempenho nas várias vertentes do jogo, seja em ambiente de aulas ou torneios internos.



As avaliações em termos emocionais são sempre efectuadas em conjunto com os parceiros sociais de cada núcleo – sendo que dentro da análise dos treinadores da **Academia dos Champs** atenta-se na capacidade de concentração dos alunos, sua motivação, atitude em grupo, tolerância à adversidade, resiliência e empenho.

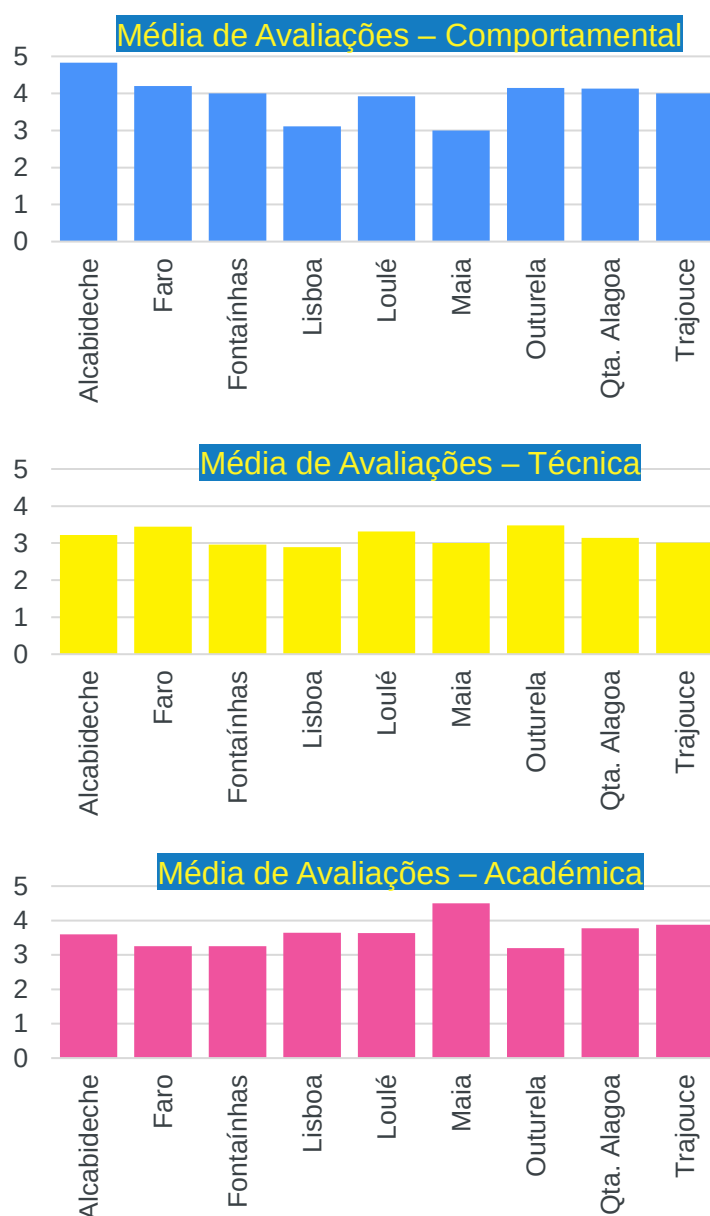
O acompanhamento do desempenho escolar dos alunos é outra das prioridades constantes da **Academia dos Champs**, com as notas de final de ano a sustentarem a análise global efectuada. A monitorização, essa, é feita em cada período/semestre do ano lectivo, adoptando-se modelos específicos de actuação, conforme as idades dos alunos, para que a sua motivação seja constante ao longo do ano lectivo.

Muito importante notar que cada núcleo vive a sua própria realidade, que obrigatoriamente tem de ser tida em conta e acompanhada de forma distinta.

AVALIAÇÕES

RESULTADOS

O padrão dos resultados apurados no ano lectivo de 2023-2024, permitiu novamente constatar uma regularidade nas médias alcançadas, e sem diferenças significativas entre os vários núcleos da Academia dos Champs – com equilíbrio repartido entre três núcleos, nas diversas categorias de avaliação: Alcabideche com destaque no Comportamento (4,83), Outurela na Técnica (3,48) e Trajouce na frente na componente académica (3,88).



INQUÉRITOS

MEDIÇÃO DE IMPACTO

É porventura dos maiores desafios que a **Academia dos Champs** enfrenta, para o qual é necessário envolver, não só os alunos, mas também a comunidade na qual se inserem, em especial as suas famílias. Só com o apuramento de dados concretos se torna possível avaliar e melhorar o impacto que o trabalho realizado tem na vida dos alunos.

Uma das ferramentas utilizadas, passa pela realização de inquéritos de impacto – com escalas de avaliação entre “NEGATIVA” e “POSITIVA”, e de “NADA” a “MUITO MESMO” –, com o objectivo de envolver e conhecer cada vez melhor as pessoas que detêm um papel fundamental de complemento à actuação da **Academia dos Champs**.

O QUE SE PRETENDE APURAR

-  **Grau de dedicação** que os Pais sentem por parte dos alunos
-  **Benefícios** proporcionados pelas aulas de ténis e em que situações
-  Desejo de **continuação do projecto** por parte dos Pais
-  **Feedback recolhido em casa** sobre a própria modalidade
-  Como avaliam a **qualidade do projecto** e papel pedagógico do professor
-  **Melhoria do aproveitamento** escolar por parte dos alunos

ESCALA DE AVALIAÇÃO

ALUNOS

(5) MUITO MESMO (4) MUITO (3) NEM POR ISSO (2) POUCO (1) NADA

ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

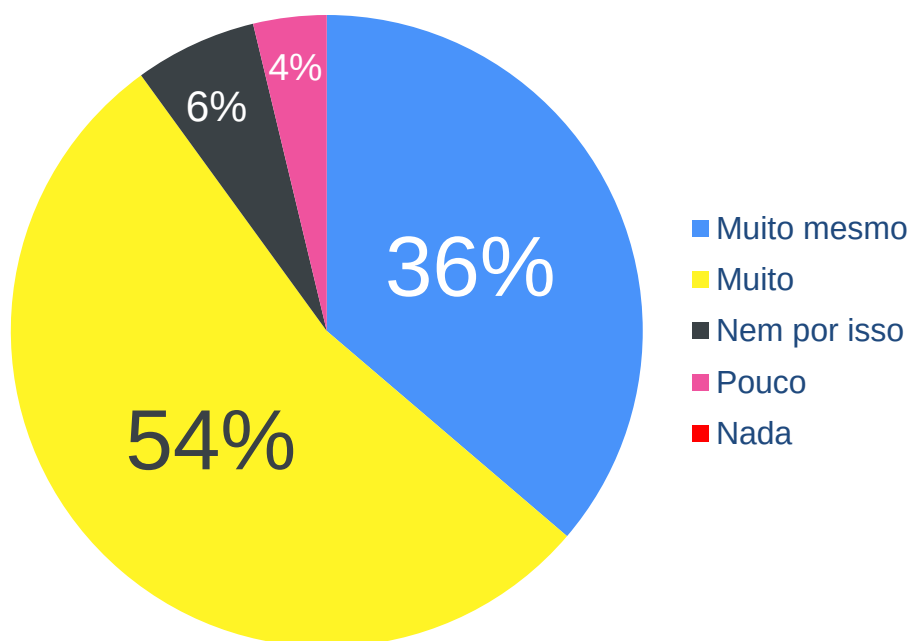
(3) POSITIVA (2) MÉDIA (1) NEGATIVA



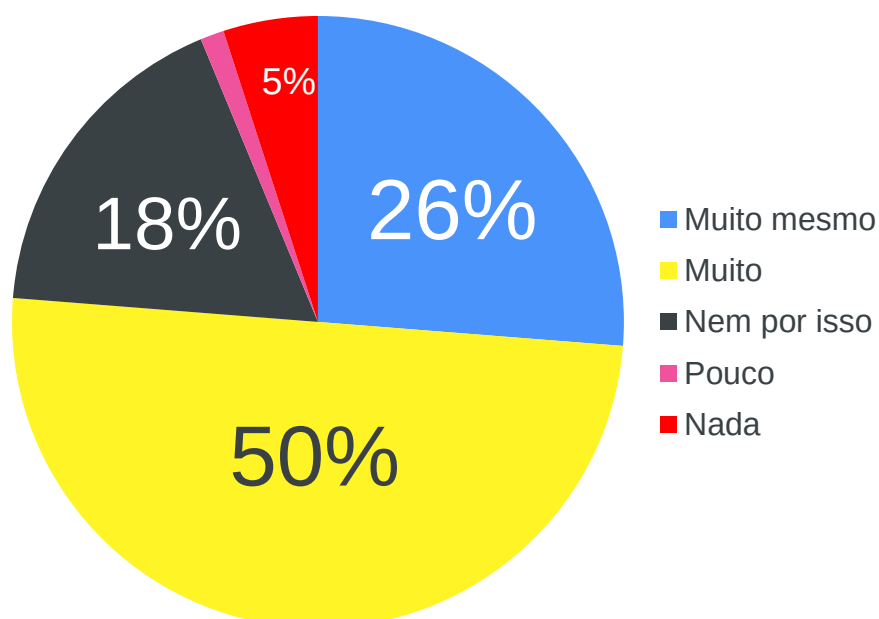
INQUÉRITOS

ALUNOS

Sentes que aprendes sempre alguma coisa nas aulas da Academia dos Champs, para além do ténis?



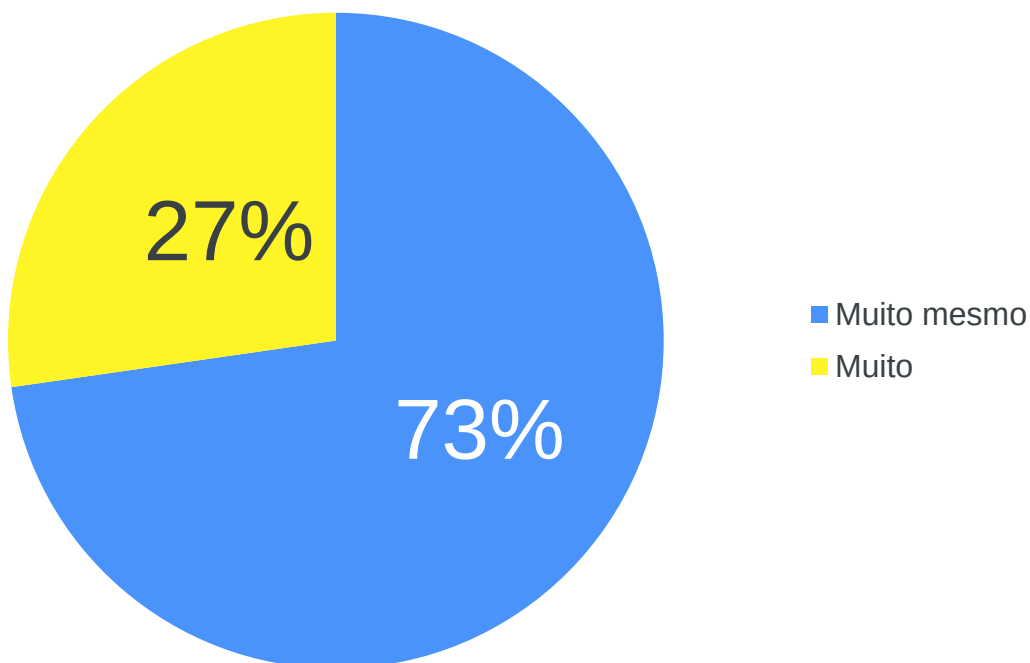
Desde que começaste a jogar ténis, sentes que melhoraste o teu comportamento e atitude?



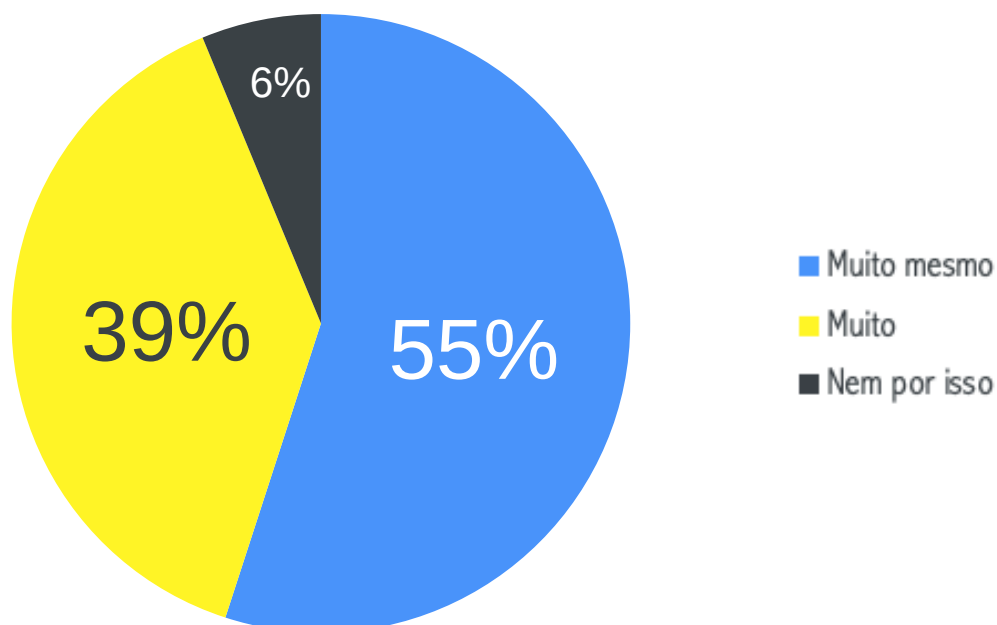
INQUÉRITOS

ALUNOS

Gostas do teu professor de ténis?



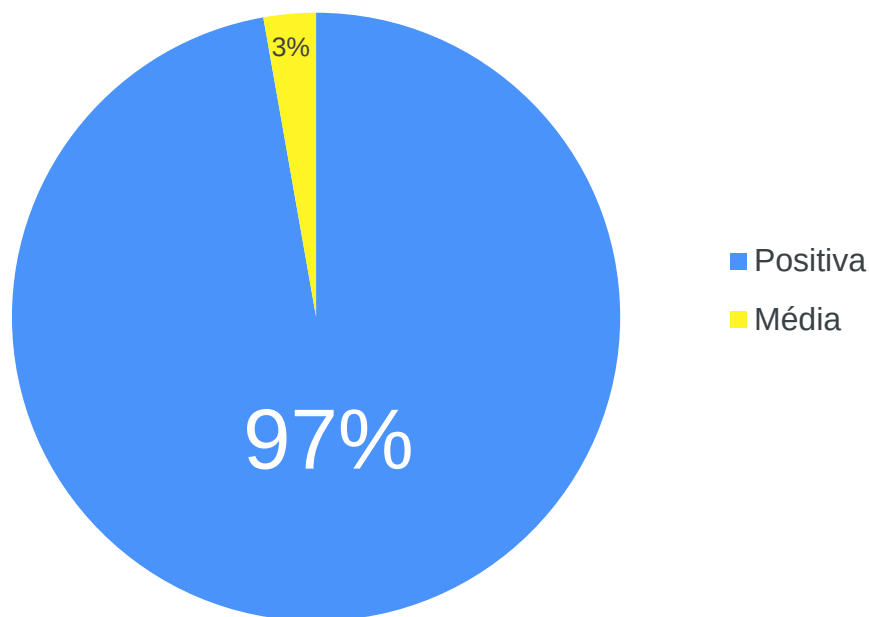
Gostas das aulas de ténis da Academia dos Champs e sentes motivação para ir aos treinos?



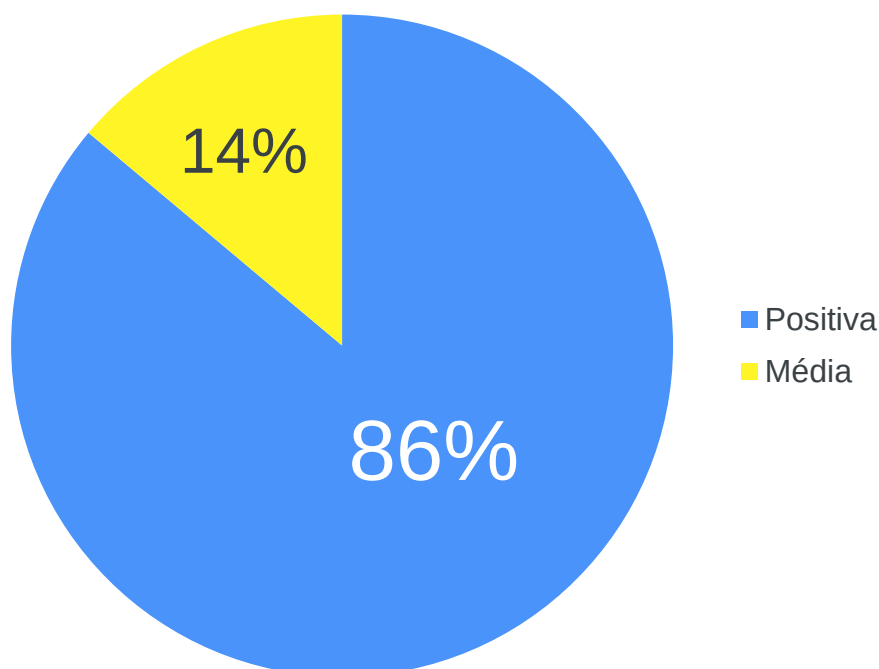
INQUÉRITOS

ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Como avalia a importância da Academia dos Champs na vida do seu filho(a)?



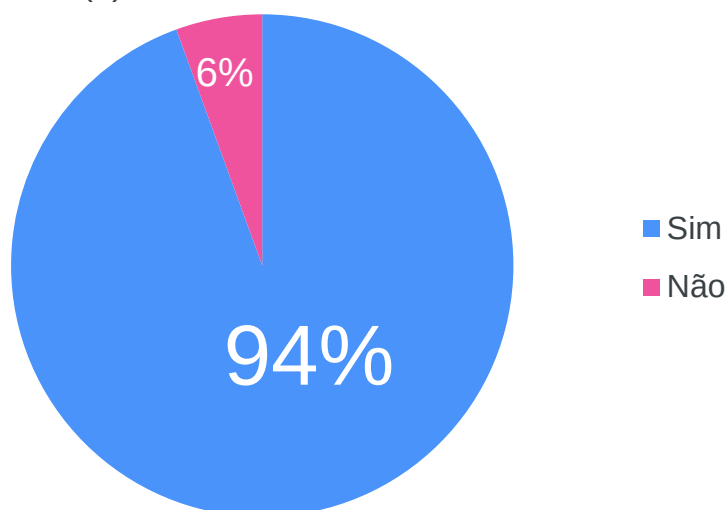
Como avalia a dedicação do seu filho(a) às aulas de ténis da Academia dos Champs?



INQUÉRITOS

ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

As aulas de ténis têm contribuído para uma evolução e mudança positivas no seu filho(a)?



Evolução e mudanças verificadas nos alunos:

EM CASA

Tem mais motivação para o desporto >	61%
Está a criar rotinas mais saudáveis >	43%
Tem mais confiança e auto-estima >	40%
Revela melhoria no comportamento >	28%

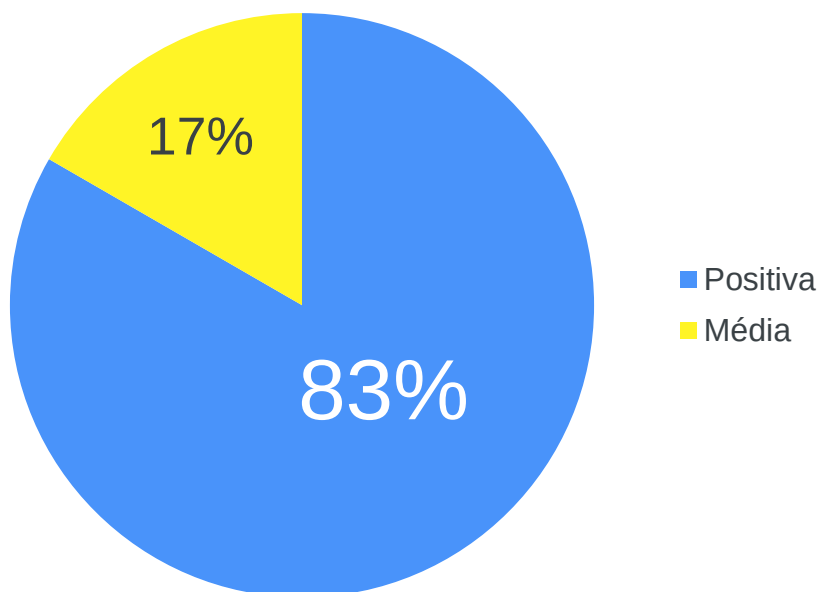
NA ESCOLA

Tem mais autonomia >	43%
Empenha-se mais nos estudos >	32%
Melhorou as suas notas >	25%
Revela melhor comportamento >	21%

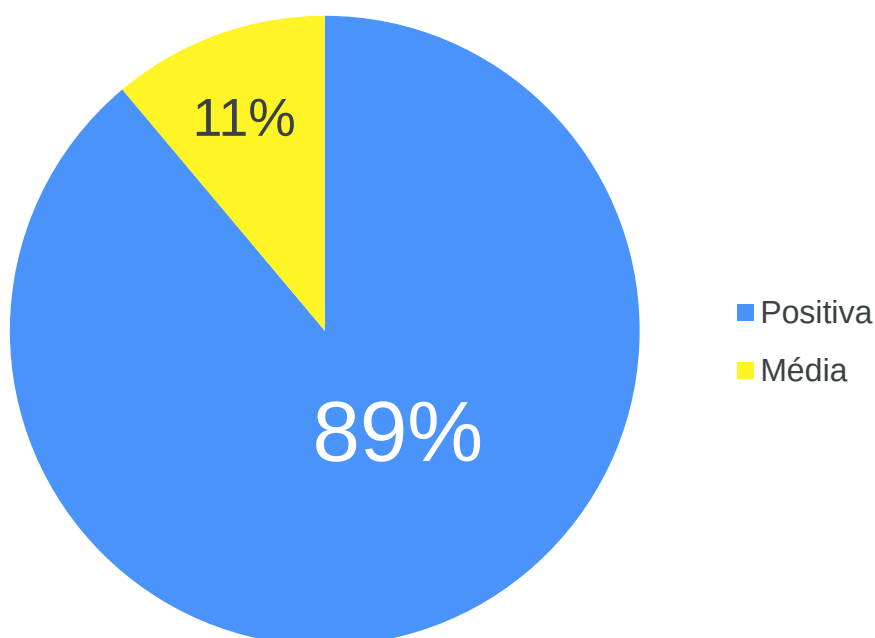
INQUÉRITOS

ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

Como avalia a forma como o seu filho(a) fala e se sente em relação às aulas de ténis da Academia dos Champs?



Como avalia a qualidade do projecto e das aulas de ténis da Academia dos Champs?





**ACADEMIA
DOS CHAMPS**

APRENDER A VENCER

CRONOLOGIA 2024

JANEIRO

1. REGRESSO DE MECENAS SOLIDÁRIO

O ano começou com um reforço especial: a IM Gestão de Ativos regressou como mecenas da ADC, depois do apoio prestado entre 2015 e 2018. Através da iniciativa 'Dia Solidário', angariaram 35.800 euros, distribuídos por quatro instituições, incluindo a ADC. Esta iniciativa, já com 19 anos de história, tem contribuído para quase 300 projectos dedicados à infância e à investigação. A sua generosidade é um estímulo valioso para o nosso trabalho e um exemplo de responsabilidade social.

2. FORMAÇÃO EM PRIMEIROS SOCORROS

Iniciámos o ano com uma acção formativa essencial em Primeiros Socorros, realizada no CUF Academic Center e orientada pela enfermeira Bárbara Freitas. Professores, assistentes e voluntários participaram com empenho numa formação certificada que reforça as competências de segurança no quotidiano do projecto. Esta parceria com a Saúde CUF, mecenas da ADC, é um exemplo claro de como o apoio dos nossos parceiros tem um impacto directo e duradouro na qualidade das nossas actividades.

3. HOMENAGEM AO NUNO BORGES

Depois de alcançar a terceira ronda no Open da Austrália, o tenista português Nuno Borges foi homenageado pelos Champs do núcleo da Maia. A carta enviada pelos alunos expressou admiração e inspiração, sobretudo por já o terem visto vencer o Maia Open 2023. Este gesto simbólico reflecte o impacto positivo de atletas de referência na motivação dos nossos alunos. Esperamos que a mensagem tenha chegado a Melbourne e que tenha inspirado o Nuno a continuar a sua trajectória de sucesso com os nossos votos de boa sorte.

4. CHAMPS EM ACÇÃO NO CARCAVELOS TÊNIS

Cinco alunos da ADC participaram numa nova etapa do Torneio Escola do Carcavelos Ténis e Padel: Rafael, Eric, Cátia, Marcela e Nichita. A sua evolução contínua é visível a cada torneio e resultado do trabalho consistente com os professores Diogo Sá e João Miguel Marques. Estes momentos competitivos representam mais do que simples encontros de ténis – são oportunidades para os alunos ganharem confiança, testarem os seus progressos e consolidarem valores como o esforço, a resiliência e o espírito de equipa.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA

Olá, Nuno Borges.

Tu és muito bom jogador e muito querido. És o melhor jogador da nossa cidade. És o melhor jogador que nós conhecemos. És o melhor jogador do mundo. O melhor jogador que vimos a jogar de todo o tempo. Nós vimos-te a jogar no campo de ténis e ficámos com a boca aberta, de espantados, quando te vimos a jogar e a ganhar.

Ficámos muito satisfeitos, felizes e orgulhosos quando ganhaste o prémio.

Queremos jogar ténis como tu. O Professor Alexandre é muito bom a ensinar ténis e vamos aprender. Um dia, vamos ser como tu!

Queremos saber se tens muitos troféus. Como és muito bom jogador, pensamos que deves ter muitos troféus, claro!

Vemos a tua fotografia no livro que o Professor Alexandre nos deu e na parede do campo de ténis. E vimos a tua fotografia num quadro, na rua.

Beijinhos e abraços do coração.

Crianças da Sala C

Centro de Animação de Infância de Vermoim - Santa Casa da Misericórdia da Maia



CRONOLOGIA 2024

FEVEREIRO

1. DOAÇÃO DE CAMPEÃ PARA CAMPEÕES

A jovem Carmo Rodrigues, número dois nacional em Sub-12, demonstrou um espírito solidário ao doar bolas de ténis novas à ADC. Esta doação é especialmente significativa por vir de uma atleta promissora, que reconhece a importância de ajudar quem está a dar os primeiros passos no ténis. Agradecemos também aos seus pais e ao treinador Eduardo Rodrigues por incentivarem este gesto. São acções como esta que fortalecem o nosso projecto de integração social através do desporto.

2. CARNAVAL COM RAQUETES NA MÃO

O Carnaval chegou ao núcleo da Outurela com muita cor e espírito festivo. Apesar da chuva, os alunos mais novos mantiveram os sorrisos e treinaram devidamente mascarados, levando o tema carnavalesco até ao court. Já os mais velhos, impedidos de jogar, não cruzaram os braços e dedicaram-se a actividades físicas complementares, mantendo o compromisso com a prática desportiva. Este dia foi mais uma prova da resiliência e boa disposição que marcam o ambiente positivo vivido na ADC.

3. ADEUS JOÃO SOUSA... E OBRIGADO!

No dia em que João Sousa anunciou o fim da sua carreira, a ADC prestou-lhe uma sentida homenagem. Mais do que um atleta de topo, foi sempre um verdadeiro embaixador do nosso projecto, aceitando os desafios que lhe lançámos e marcando presença em momentos inesquecíveis para os nossos alunos. O seu exemplo de superação, dedicação e humildade deixa uma marca profunda em todos os Champs. A ele, o nosso muito obrigado por inspirar gerações dentro e fora dos courts. Parabéns, João!

4. ACADEMIA DOS CHAMPS VAI À ESCOLA

Mais de 30 alunos da Escola Dr. Azevedo Neves, na Damaia, participaram em duas sessões de ténis dinamizadas pela ADC no âmbito da disciplina de Educação Física. Jovens dos 10 aos 13 anos tiveram a oportunidade de experimentar a modalidade de forma lúdica e acessível. A iniciativa, inserida na missão de integração social da ADC, plantou novas sementes desportivas e abriu as portas do núcleo da Outurela para acolher mais alunos motivados a continuar o seu percurso com os Champs.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

MARÇO

1. ANTÓNIO CHAMPALIMAUD NOMEADO EMBAIXADOR PNED

O fundador da ADC, António Champalimaud, foi nomeado Embaixador da Ética no Desporto pelo Instituto Português do Desporto e Juventude. Esta distinção reconhece o exemplo que tem dado dentro e fora do court, promovendo os valores do respeito, integridade e inclusão. A nomeação reforça a identidade da ADC como um espaço onde os princípios do desporto são vividos diariamente. Este é também um estímulo para toda a Equipa e para os nossos Champs, que seguem este legado de valores.

2. DIA MUNDIAL DO TÊNIS

Celebrámos o Dia Mundial do Ténis como fazemos todos os dias: dentro do court, com os nossos alunos. Acreditamos que cada treino é uma celebração do desporto, da inclusão e da aprendizagem. Esta data serve apenas para reforçar aquilo que é já parte da nossa rotina: partilhar o ténis com quem, de outra forma, talvez nunca tivesse acesso à modalidade. Convidamos todos os que ainda não conhecem o projecto a visitarem um dos nossos núcleos e a experimentarem esta forma transformadora de viver o ténis.

3. CHAMPS NA WE ARE TENNIS CUP

A sexta edição da We Are Tennis Cup voltou a contar com a organização da ADC, em parceria com o BNP Paribas Portugal. O evento, que apura a equipa portuguesa finalista para a decisão mundial em Roland Garros, foi um sucesso graças à entrega da nossa Equipa. Alunos da ADC participaram activamente na logística do torneio, demonstrando espírito de equipa, compromisso e dedicação. Este envolvimento destaca os valores fundamentais do projecto, reforçando a ligação entre o ténis e o desenvolvimento pessoal dos nossos alunos.

4. GALA SOLIDÁRIA MBWAY

A Gala 'Ser Solidário' promovida pelo MBWAY na Casa do Artista reuniu várias instituições, incluindo a ADC. Foi um momento de celebração da solidariedade e da força das redes de apoio. Em 2024, o programa 'Voto Solidário' reforçou o número de entidades abrangidas, aumentando o impacto da iniciativa. A nossa presença neste evento foi reflexo do reconhecimento do trabalho desenvolvido e da importância de partilhar boas práticas entre projectos que fazem a diferença diariamente.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

+ MARÇO

1. DEDICAÇÃO E EMPENHO EM TRAJOUCE

No núcleo de Trajouce, os Champs mostram que o compromisso vai além do treino em court. Aproveitando o tempo antes das aulas, a Beatriz e o Rodrigo juntaram-se ao professor Jorge Dias para ajudar na manutenção dos espaços de apoio. Este gesto simples revelou responsabilidade e espírito de entreajuda, reforçando o papel da ADC na formação integral dos seus alunos. São exemplos assim que ajudam a cultivar respeito pelo espaço e sentido de pertença à comunidade.

2. CONVÍVIO DE PÁSCOA COM SURPRESAS

O núcleo da Outurela recebeu um animado convívio de Páscoa com vários alunos da ADC. Para além dos encontros, houve espaço para um destaque especial: o Wilson Monteiro e a Cátia Cardoso foram entrevistados pela A Bola TV, no âmbito de uma reportagem sobre o impacto da ADC e a sua ligação ao Millennium Estoril Open. O momento juntou desporto, partilha e visibilidade mediática, reforçando o papel da ADC na vida dos jovens e no panorama do ténis nacional.

3. APRESENTAÇÃO MILLENNIUM ESTORIL OPEN

A ADC esteve presente no lançamento oficial do Millennium Estoril Open, onde foi destacada como parceira de responsabilidade social do torneio. Durante o evento, foram reveladas várias novidades para a edição de 2024, que voltou a contar com o stand da ADC no Food Court, cheio de surpresas e acções solidárias. Agradecemos à 3Love pela oportunidade contínua de divulgarmos o nosso trabalho junto do público. Este é mais um exemplo de como o ténis pode ser um agente de mudança social.

4. SPONSORS CUP COM ADN DE CHAMPS

A participação da ADC no Millennium Estoril Open arrancou com entusiasmo através da Sponsors Cup, torneio dedicado aos parceiros do evento. O Champ Wilson Monteiro, acompanhado pelo professor Jorge Dias, levou o espírito da ADC aos courts do Clube de Ténis do Estoril. Nesta ocasião, cruzaram-se ainda com a Bruna Moreira, antiga apanha-bolas, que voltou ao torneio, agora ao lado da Camila Santos e da Cátia Cardoso. Um verdadeiro momento de celebração dos nossos talentos.



CRONOLOGIA 2024

ABRIL

1. CAMPANHA DE IRS COM ROSTOS DE CHAMPS

Foi lançada mais uma edição da campanha de consignação do IRS, com destaque para os rostos da iniciativa: os nossos Champs. Através de uma abordagem visual e emocional, a campanha lembra que, mesmo sem ser um futuro Federer, o nosso Roger tem futuro. Com este apelo directo à solidariedade, quisemos sensibilizar os contribuintes para o impacto positivo de doar 0,5% do IRS ao nosso projecto. Um pequeno gesto com grande significado para os mais de 200 alunos que todos os dias 'aprendem a vencer'.

2. CHAMPS COM FORMAÇÃO DE ENCORDOÇÃO

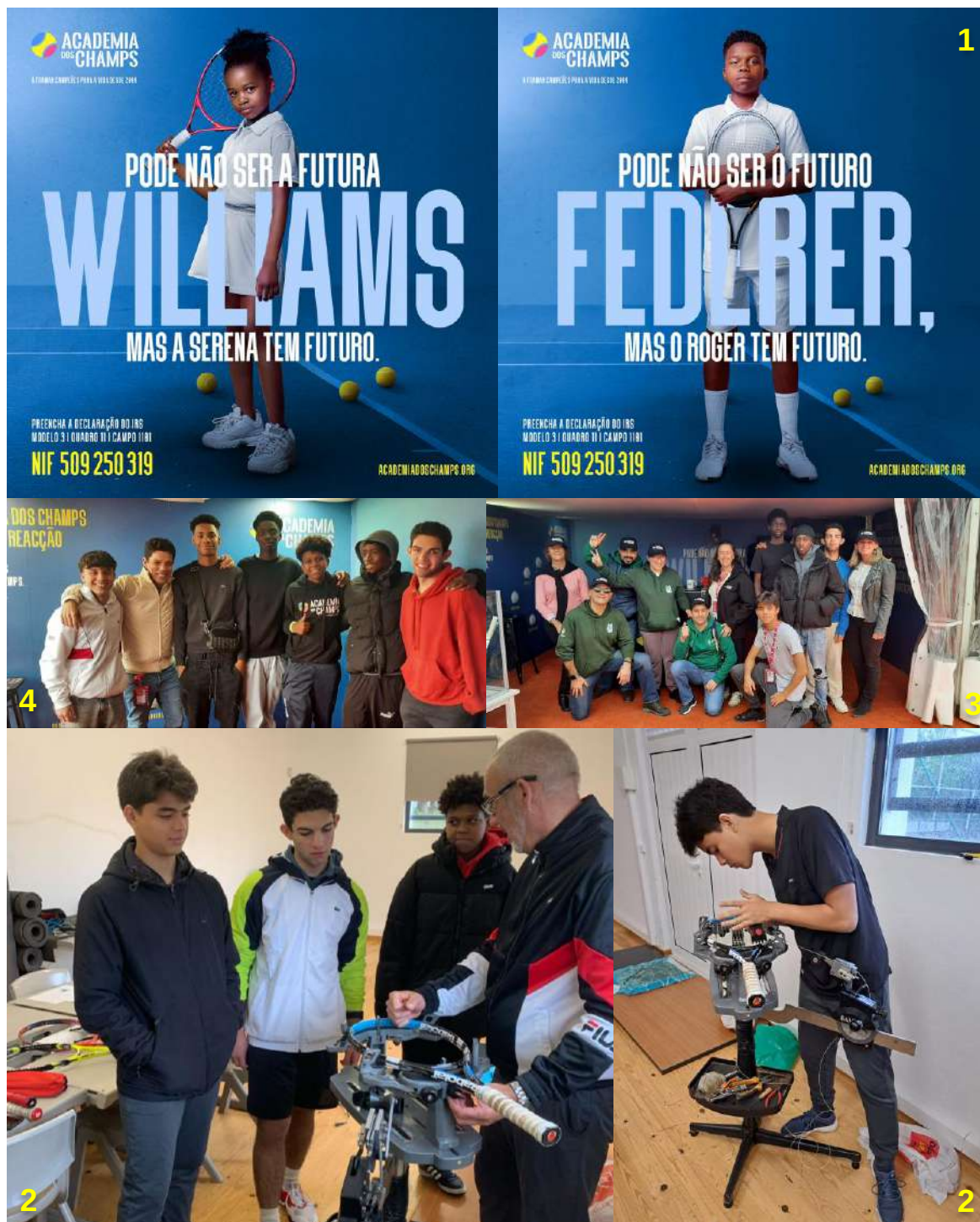
No núcleo da Outurela, os Champs arregaçaram as mangas para uma formação prática de encordoação de raquetes. Com a ajuda da máquina doada por Nuno Pinto, o Alonso assumiu a liderança da tarefa, sob a orientação do professor Jorge Dias. Esta actividade integra-se na 'Universidade ADC', que visa preparar os alunos não só como desportistas, mas também para possíveis futuros profissionais na modalidade. O Wilson foi o cliente do serviço e aprovou o trabalho!

3. CAMPEÕES DO RUGBY VISITAM ADC

Durante o Millennium Estoril Open, a ADC recebeu a visita de atletas da associação 'Oh Gui Rugby para Todos'. Os nossos Champs do núcleo da Outurela conviveram com estes campeões num momento especial de partilha entre modalidades. A troca de experiências reforçou valores comuns entre o ténis e o rugby, como o espírito de equipa, o respeito e a superação. Equipados com os bonés da ADC, os visitantes levaram consigo não só um símbolo, mas também o espírito inclusivo da nossa missão.

4. VASCO PALMEIRIM EM ENCONTRO DE CHAMPS

Também no Millennium Estoril Open, os alunos mais velhos do núcleo da Outurela deram as boas-vindas ao "joker" Vasco Palmeirim. Além de conhecido comunicador, tem sido uma das vozes das campanhas de consignação do IRS da ADC. No stand solidário, partilhou momentos com os Champs, num ambiente de boa disposição e inspiração. A presença de figuras públicas solidárias reforça o impacto do nosso trabalho e a importância da visibilidade dada à missão da ADC junto de toda a comunidade.



CRONOLOGIA 2024

ESTORIL OPEN

A edição de 2024 do Millennium Estoril Open contou com uma participação activa e entusiástica da ADC, que marcou presença com o seu stand solidário e com os seus alunos a viverem experiências memoráveis dentro e fora dos courts. Ao longo da semana, foram vários os 'Champs on Court' que acompanharam a entrada de grandes nomes do ténis mundial como Nuno Borges, João Sousa, Casper Ruud, Gael Monfils, Hubert Hurkacz, entre outros. Na equipa de apanha-bolas, estiveram em destaque a Camila, a Cátia e a Bruna, todas elas seleccionadas para as finais do torneio, demonstrando uma dedicação exemplar. O nosso stand solidário foi um ponto de encontro com o público, sempre com o atendimento cinco estrelas do Alonso e da Beatriz, permitindo aos visitantes conhecer o projecto de perto, participando em jogos solidários, de modo a contribuírem para a nossa missão.



CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

MAIO

1. JC DECAUX IMPULSIONA CAMPANHA DE IRS

Mais uma vez, a JCDecaux associou-se à campanha de consignação do IRS da ADC. Através da sua rede de mupis digitais em centros comerciais, ajudou a divulgar a importância de doar 0,5% do IRS ao nosso projecto de integração social. Os Champs Serena e Roger foram os rostos desta campanha, transmitindo a mensagem de que pequenos gestos podem ter grande impacto. Esta parceria é mais um exemplo de como o envolvimento de empresas pode contribuir para mudar vidas através do desporto.

2. OBRIGADO VOLUNTÁRIOS ESTORIL OPEN

Recebemos com emoção um donativo de 160€ da equipa de voluntários do Millennium Estoril Open, um gesto colectivo da Associação Marginal, na qual trabalhou também a nossa aluna Núria Costa. Mais do que o valor, foi o simbolismo do apoio que tocou a nossa comunidade. A todos os que contribuíram com este acto de generosidade, o nosso mais profundo obrigado. São gestos assim que alimentam a missão da ADC e o futuro dos nossos Champs.

3. PLENÁRIO REDE SOCIAL CASCAIS

Participámos em mais um plenário da Rede Social de Cascais, no Seminário da Torre da Aguilha. Entre partilhas inspiradoras e projectos inovadores, debatemos os desafios da integração social, conhecendo também os novos detalhes sobre mais uma fase de candidaturas do programa Portugal Inovação Social. A eleição para o núcleo executivo do CLAS foi outro dos momentos marcantes, reforçando a nossa vontade de continuar a contribuir activamente para uma rede mais coesa e eficaz.

4. CHAMPS E FAMÍLIAS EM PESO NOS JOGOS DE OEIRAS

A ADC participou nos Jogos de Oeiras com uma comitiva de 18 alunos e mais de 30 encarregados de educação. O evento decorreu no Clube de Ténis Nova Morada e destacou-se pela forte representação dos nossos alunos, que demonstraram empenho, espírito desportivo e evolução técnica. A presença activa das famílias reforçou o papel da ADC como espaço de encontro e inclusão. Todos os participantes estiveram de parabéns pela entrega e por levarem o nome dos Champs com orgulho.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

+ MAIO

1. ÓCULOS DE CHAMP COM ESSILOR

No dia do seu aniversário, o Kevin, aluno da Outurela, recebeu uns óculos novos oferecidos pela Essilor Portugal através da Fundação One Sight. Esta prenda especial substituiu um par já bastante estimado – e usado! –, simbolizando não só a melhoria da sua visão, mas também o carinho que une os parceiros da ADC às histórias dos nossos Champs. Obrigado por este gesto que iluminou o sorriso do Kevin e o seu caminho.

2. DIA DE SOPHIA NA OUTURELA

Participámos com entusiasmo nas celebrações do "Dia de Sophia", promovidas pelo Agrupamento de Escolas Carnaxide-Portela. Levámos o ténis à Escola Sophia de Mello Breyner, numa manhã orientada pelos professores Diogo Sá e Ivo Morais. O Júlio Camará, um dos nossos Champs mais antigos, juntou-se à equipa para inspirar os mais novos com o seu exemplo. Uma partilha intergeracional plena de valores e dedicação.

3. MASTERS TORNEIO ESCOLA CARCAVELOS TÉNIS

O Torneio Escola do Carcavelos Ténis e Padel terminou com o Masters, no qual três alunos da ADC se destacaram: Cátia Cardoso (vice-campeã), Nichita Popovic e Marcela Soares (semifinalistas). A equipa foi acompanhada pelo professor Jorge Dias, num regresso simbólico aos courts após um período de ausência. Mais do que resultados, neste torneio celebrou-se o esforço, a superação e o verdadeiro espírito ADC.

4. ENCONTRO NACIONAL EMBAIXADORES DA ÉTICA

O nosso fundador, António Champalimaud, participou no 2.º Encontro Nacional de Embaixadores da Ética no Desporto, realizado em Mafra. Este momento de partilha e reflexão reforçou o compromisso da ADC com a promoção de valores como o respeito, a verdade e o espírito desportivo. Continuamos a dar corpo a esses princípios em cada treino, torneio e actividade da nossa missão educativa.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



3



4



1



2



1



2



CRONOLOGIA 2024

JUNHO

1. CHAMPS AO VIVO NO ROCK IN RIO

A convite do BNP Paribas Portugal, um grupo de Champs teve a oportunidade de visitar o Rock in Rio Lisboa no Parque Tejo. Num dia cheio de música e alegria, assistiram a concertos de bandas como Xutos & Pontapés, Evanescence, Scorpions e Extreme. Foi uma experiência cultural única para muitos, longe dos courts, mas cheia de emoção. Estes momentos também fazem parte da formação dos nossos alunos, mostrando que inclusão é também garantir o acesso à cultura, ao lazer e a memórias inesquecíveis.

2. VISITA DA FONDATION LACOSTE

A Fondation Lacoste, um dos principais parceiros da ADC, visitou o núcleo da Outurela durante um torneio em Carnaxide. Recebemos o presidente Pierre-Andrés Maus e o director Axel Carrée, que tiveram a oportunidade de conhecer os alunos e ver o projecto em acção. A fundação apoia mais de 30 associações no mundo e aposta no desporto como ferramenta de inclusão. Foi um momento importante para reforçar laços, agradecer o apoio contínuo e mostrar como o seu contributo transforma a vida dos Champs.

3. TÊNIS DENTRO DE ÁGUA NA MAIA

O núcleo da Maia terminou o ano lectivo de forma original, trocando os courts de ténis pela Piscina Municipal de Folgosa. A actividade, dinamizada pelo professor Alexandre Cardoso, proporcionou momentos de diversão e espírito de equipa, com os alunos a treinarem o “jogo de pés” dentro de água. A iniciativa destacou a criatividade e dedicação da equipa técnica, reforçando a importância de experiências fora do habitual. Os sorrisos dos Champs mostraram que a aprendizagem e a alegria podem caminhar lado a lado.

4. TEEN ALIVE AID SOLIDÁRIO ANIMA OEIRAS

A edição de 2024 do Teen Alive Aid levou música, diversão e solidariedade aos Jardins do Palácio Marquês de Pombal, em Oeiras. Com o João Só como cabeça de cartaz, o evento contou ainda com actuações de outros amigos da ADC, como Joana Lobo Anta e os “Olha a Nuvem”. Actividades para todas as idades, como jogos tradicionais, parede de escalada, surf mecânico e beach tennis, animaram o espaço. As receitas da restauração reverteram para o projecto da ADC, num dia que aliou música, entretenimento e solidariedade.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



1



4



1



3



1



2



2



3



CRONOLOGIA 2024

FESTIVAL 24

A participação da ADC no Festival 24, promovido pela associação francesa Sport Dans La Ville, foi um verdadeiro marco internacional, tendo como ponto alto a cerimónia de abertura dos Jogos Olímpicos de Paris. Sete alunos portugueses viajaram até Lyon e Paris, onde conviveram com jovens de dezenas de nacionalidades, partilhando vivências, jogos, experiências culturais e desportivas únicas. A nossa Young Leader Silvina Mendes destacou-se com maturidade exemplar, participando em formações de liderança, workshops temáticos e sessões práticas de padel. A comitiva, liderada pelo professor Jorge Dias, envolveu-se activamente em todas as iniciativas, criando laços com participantes de várias culturas, e regressou a casa com novas perspectivas e aprendizagens valiosas. Momentos como a cerimónia de encerramento, a entrega de medalhas, os jantares partilhados e as amizades construídas marcaram para sempre os Champs, que viveram uma oportunidade única. Foi uma celebração de inclusão, cidadania global, partilha e crescimento pessoal, dentro e fora dos campos desportivos, e que deixou em todos memórias eternas.



CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

JULHO E AGOSTO

1. INOVAÇÃO SOCIAL NA CATÓLICA LISBON

A ADC esteve presente no evento 'Impact Frontiers: Social Innovation and Business Strategies', promovido pelo Instituto Yunus na Católica Lisbon. A tarde foi dedicada à apresentação das várias iniciativas desenvolvidas pelo centro de inovação social da universidade, em articulação com parceiros fundadores como a Galp e a Fundação Santander. A presença da ADC reforçou o seu posicionamento no ecossistema da inovação social, alinhando a missão da ADC com práticas sustentáveis e transformadoras.

2. QUATRO SEMANAS DE TÊNIS NA ADROANA

Levámos a cabo no Bairro da Adroana um ciclo de quatro semanas intensas de clínicas de ténis. Cerca de 50 crianças e jovens participaram nas sessões, experimentando a modalidade e entrando em contacto com os valores da ADC. O encerramento da actividade marcou um momento de balanço e motivação, com a expectativa de continuidade no novo ano lectivo. Esta acção reforçou a importância da proximidade comunitária e da regularidade no acesso ao desporto.

3. FORMAÇÃO DE ARBITRAGEM NA UNIVERSIDADE ADC

No final de Agosto, a Universidade ADC deu início à sua primeira formação interna de arbitragem, com a orientação do professor Jorge Dias. Os Champs aprenderam regras, técnicas e práticas da arbitragem, tendo ainda a oportunidade de assistir a uma palestra com o árbitro internacional Carlos Ramos. A formação terminou com exercícios práticos no núcleo da Outurela. Esta iniciativa visou abrir novos caminhos profissionais aos alunos, mostrando que o ténis vai muito além de competir dentro do court.

4. CHAMPS TALK NA DXC PORTUGAL

A convite da directora de recursos humanos, Susana Garcia, a ADC esteve presente nas DXC Talks, uma iniciativa da DXC Portugal. Durante a apresentação, partilhámos a missão do projecto e os nossos métodos de integração social junto dos colaboradores da empresa. Esta oportunidade foi possível também graças ao apoio da Carlota Figueiredo, reforçando o papel das parcerias na disseminação da nossa mensagem. Levar os Champs a novos públicos é ampliar o impacto do que fazemos todos os dias.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

SETEMBRO E OUTUBRO

1. PARCEIROS EM REDE NA OUTURELA/CARNAXIDE

No Dia da Rede dos Parceiros de Carnaxide, a ADC regressou ao Jardim da Quinta de Salles, onde deu os primeiros passos no Município de Oeiras. Juntamente com outras entidades locais, dinamizámos actividades abertas à comunidade, apresentando a nossa missão e os benefícios do ténis como ferramenta de inclusão. O reencontro com este espaço simbólico reforçou a importância das parcerias e da continuidade dos projectos sociais em rede. Um momento de celebração e pertença para todos.

2. NOVAS RAQUETES. NOVAS HISTÓRIAS

A ADC recebeu no Porto uma generosa doação de raquetes de ténis, oferecidas pela Sport Lovers/Tennis Lovers e Tecnifibre. O material, em óptimo estado e de diversos tamanhos, passou a integrar o espólio utilizado pelos alunos da ADC. Estes gestos são fundamentais para dar continuidade à missão de inclusão social através do ténis. Cada raquete representa uma oportunidade de jogo, aprendizagem e construção de novas histórias de superação.

3. PRÉMIOS ANUAIS DE MÉRITO EM FESTA NA OUTURELA

A cerimónia dos Prémios Anuais de Mérito foi um dos momentos altos do ano da ADC, reunindo toda a comunidade educativa e institucional no núcleo de Outurela. Alunos, professores, parceiros e famílias juntaram-se para celebrar o percurso dos Champs, reconhecendo o esforço, a evolução, o comportamento e o espírito de superação demonstrado ao longo do ano lectivo. Os prémios distinguiram o mérito em várias categorias e foram entregues num ambiente de grande festa e orgulho. Marcaram presença parceiros como a CM Cascais, a CM Oeiras, a CM Lisboa, o BNP Paribas Portugal, a Zurich Portugal, a Eurest, a Abreu Advogados, sem esquecer os parceiros sociais da Ludoteca Fundação Marquês de Pombal, Centro Social da Musgueira e Ludoteca das Fontainhas - Helpo, reforçando o seu papel essencial no crescimento da ADC. O fundador da ADC, António Champalimaud, discursou como Embaixador da Ética no Desporto, deixando uma mensagem inspiradora, minutos depois da actuação da mini-champ Íris Fernandes, que emocionou todos os presentes, simbolizando o talento, a alegria e os valores que fazem da ADC um projecto verdadeiramente único e transformador.



Comportamento	Escolar	Técnico
Leonel Fernandes (OUT)	Alonso Figueiredo (OUT)	Bryan Barros (OUT)
Camila Santos (ALC)	Maria Luiza Rodrigues (ALC)	Beatriz Rodrigues (ALC)
Clarisse Merseguel (ALA)	Rodrigo Brito (ALA)	Kenzo Brandimiller (ALA)
Rodrigo Moraes (TRA)	Núria Costa (TRA)	Leonardo Carmo (TRA)
Inês Pereira (LIS)	Isaac Mendoza (LIS)	Isaías Mendoza (LIS)
Genabu Pamô (FAR)	Flavia Gyrfas (FAR)	Jéssica Luís (FAR)
Sofia Gonçalves (LOU)	Artemio Arsenych (LOU)	Íris Baptista (LOU)
Leonardo Torres (MAI)	Teresa Lima (MAI)	Rodrigo Rodrigues (MAI)



CRONOLOGIA 2024

NOVEMBRO

1. CHAMPS SOBEM E DESCEM EM TORNEIO ESCADA

Lançado pelo professor Diogo Sá, o Torneio Escada da ADC envolveu os alunos mais velhos dos núcleos da Outurela, Trajouce, Alcabideche e Quinta da Alagoa. Num formato de todos contra todos, os encontros promoveram uma competição saudável, motivando os alunos a superarem-se a cada semana. Para além do aspecto desportivo, o torneio reforçou laços entre os núcleos, criando um espírito de comunidade e pertença entre alunos de diferentes locais. Uma excelente forma de aprender, competir e evoluir.

2. NOVAS BOAS-VINDAS NO NÚCLEO DA MAIA

O núcleo da Maia acolheu um novo grupo de alunos do 1.º ciclo, assinalando o alargamento da actividade no court central do complexo de ténis da Maia. Esta nova etapa contou ainda com a integração do professor Luís Miguel Coutinho na Equipa, juntando-se ao professor Alexandre Cardoso. O momento foi vivido com entusiasmo, simbolizando o crescimento do projecto e o reforço da missão da ADC na zona Norte. Novos rostos, a mesma vontade de formar campeões para a vida.

3. APOIO RENOVADO DAS FARMÁCIAS SILVEIRA

Recebemos com gratidão o habitual reforço dos kits de primeiros socorros, distribuídos pelos núcleos da ADC. Este gesto generoso das Farmácias Silveira garante que continuamos a assegurar boas práticas de segurança e prevenção em cada núcleo. É mais um exemplo de como os parceiros da ADC se mantêm presentes nas pequenas, mas importantes, rotinas do dia a dia, contribuindo para o bem-estar dos alunos e da nossa equipa de terreno.

4. FORMAÇÃO TÉCNICA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TÉNIS

O professor Diogo Sá marcou presença numa formação promovida pelo Departamento de Formação e Desenvolvimento da Federação Portuguesa de Ténis. A acção teve como objectivo o reforço das competências técnicas e pedagógicas, com conteúdos a serem posteriormente partilhados com os restantes elementos da Equipa ADC. A formação contínua dos professores é uma prioridade do projecto, garantindo qualidade e alinhamento com os princípios da nossa intervenção.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



CRONOLOGIA 2024

DEZEMBRO

1. CHAMPS A VER GOLFINHOS EM CASCAIS

A convite da Four Adventures Boat Tours, um grupo de Champs embarcou numa aventura natalícia ao largo de Cascais. O tradicional passeio de barco foi repleto de emoção, com golfinhos, ondas e boa disposição. Ninguém enjoou e todos quiseram repetir a experiência. Este momento, já habitual na época festiva, oferece aos nossos alunos uma vivência única fora dos courts, promovendo a ligação com a natureza, o espírito de grupo e a celebração do Natal de uma forma inesquecível. Obrigado por mais um dia de sonho!

2. PEQUENO GESTO IMPULSIONA CAMPANHA DE NATAL

Alguns alunos da ADC foram convidados a participar na tradicional campanha de Natal da ADC. Através de um donativo simples por MBWAY, a iniciativa sensibilizou a comunidade para o impacto positivo que um pequeno gesto pode ter no futuro de mais de 200 jovens. Esta campanha reflectiu o espírito solidário que norteia o projecto e convidou todos a contribuírem para um desfecho de ano com mais esperança, apoio e oportunidades para os Champs.

3. ESPÍRITO NATALÍCIO EM CARCAVELOS

O núcleo da Quinta da Alagoa foi surpreendido com a instalação de uma árvore de Natal simbólica e carregada de significado. A iniciativa partiu da treinadora Vlada Ganzha, que quis oferecer este gesto simples, mas muito sentido, a todos os que frequentam o núcleo. A árvore tornou-se um ponto de união e inspiração, reflectindo o espírito de partilha e a alegria de viver que se cultiva diariamente na ADC. Um sinal de afecto que reforça o valor das pequenas ações.

4. ALMOÇO DE NATAL EM EQUIPA

A equipa da ADC reuniu-se para um almoço de Natal marcado pela boa disposição e pelo espírito de união. Três quartos da equipa estiveram presentes nesta celebração simbólica de encerramento do ano, partilhando afectos e agradecimentos. Foi também uma forma de reconhecer o esforço e a dedicação de todos — tanto dos presentes como dos ausentes — ao longo de mais um ano. Este momento reforçou o sentido de família que atravessa o projecto e impulsionou todos para o novo ano com energia redobrada.

CRONOLOGIA 2024

GALERIA



TESTEMUNHOS



TESTEMUNHO | ENTREVISTA

DIANA PINTO

Vencedora Prémio Anual de Mérito 2023-2024



 Há quanto tempo és aluna da Academia dos Champs e com que idade começaste? Como ficaste a conhecer o projecto?

Sou aluna da Academia dos Champs há mais ou menos três anos, tendo começado as minhas aulas por volta dos 15 anos. A primeira vez que ouvi falar da Academia dos Champs foi através da minha amiga e colega Núria, que já era aluna do projecto.

 Lembras-te do que fizeste na tua primeira aula de ténis na Academia dos Champs?

A minha primeira aula foi uma aula mais descontraída, na qual aprendemos a ter noção da raquete e da força exercida na raquete. Fizemos umas esquerdas e umas direitas descontraídas, com o intuito de ganharmos um bocadinho de noção sobre o posicionamento dos pés e o movimento dos braços e mãos.

 Quantas aulas de ténis tens por semana e o que mais gostas de fazer nas aulas? O mesmo em relação ao ténis, o que gostas mais na modalidade? De evoluir tecnicamente, dos desafios que te coloca para te superares enquanto atleta e pessoa?

Tenho duas aulas por semana. Gosto muito de tudo ao longo da aula, mas talvez as coisas que gosto mais são a convivência com os meus colegas e com o professor e também dos exercícios feitos. O que mais gosto nesta modalidade é realmente o desafio diário de superação e aprendizagem, e também o facto de olhar para trás e ver nitidamente a minha evolução desde o primeiro dia.



Continua...

TESTEMUNHOS | ENTREVISTA

Qual é para ti a importância de teres a oportunidade de fazer parte da Academia dos Champs?

Só tenho a agradecer à Academia dos Champs por todas as oportunidades que me tem dado... aulas sem nenhum custo, o equipamento necessário para a prática do ténis também gratuito, todos os serviços a nível pessoal e escolar (como por exemplo, apoio ao estudo, orientação profissional...) e também os prémios anuais de mérito, que tive a felicidade de vencer neste ano lectivo, tendo ganho vários prémios que realmente farão a diferença para melhorar no meu dia-a-dia.

Se tivesses um amigo/a que gostasse de jogar ténis, o que lhe dirias para convencê-lo/a a entrar para a Academia dos Champs? E que três palavras usarias para descrever o projecto.

Vem para a Academia dos Champs, pois além de aprenderes a jogar ténis, vais poder fazer novos amigos e amigas, sendo que a Academia dos Champs oferece-nos imensas oportunidades que, em circunstâncias normais, não conseguiríamos alcançar. Em três palavras, definiria a Academia dos Champs como oportunidade, evolução e gratidão.

Que importância atribuis ao facto de teres ganho o Prémio Anual de Mérito? Ao longo do ano trabalhaste com o objectivo de ganhar o prémio?

Para mim este prémio é muito importante, pois não estava nada, nada mesmo, à espera de ganhar. Trabalhei durante estes anos, sempre de igual forma, não com o intuito principal de ganhar prémios, mas sim com o objectivo de “orgulhar” e mostrar à Academia dos Champs que mereço a oportunidade que me deram. Mas claro que o prémio foi algo que gostei muito de receber, e pelo qual estou muito grata. E também é óbvio que não é por ter ganho o prémio, que agora não me vou esforçar mais ou que me acho a maior. Pelo contrário, dá-me ainda mais forças para continuar a progredir e mostrar à Academia dos Champs que realmente mereci o prémio.

COM O ALTO PATROCÍNIO
DE SUA EXCELÊNCIA



O Presidente da República

Continua...

TESTEMUNHOS | ENTREVISTA

🌈 **Sendo praticante regular de ténis na Academia dos Champs, qual o jogador(a) de ténis que mais gostas? Português e internacional? E porquê?**

Por muito que me custe admitir, e é algo que realmente quero melhorar, não sigo o ténis com a devida atenção, mas os meus jogadores preferidos são o Nuno Borges e o Francisco Cabral, pois são dois jogadores que eu já vi a jogar no Estoril Open e de quem realmente gosto muito.

🌈 **Qual a experiência mais marcante que já tiveste ou viveste através da Academia dos Champs?**

A experiência mais marcante com a Academia dos Champs foi, sem dúvida, a entrega dos prémios anuais de mérito, nos quais não estava nada à espera de ganhar, e saí da cerimónia com um saco cheio de coisas que realmente me faziam falta e coisas que, infelizmente neste momento, os meus pais não me conseguiam dar, como por exemplo o computador. Era algo que realmente me fazia falta porque não tinha e, mais uma vez, só tenho a agradecer à Academia dos Champs!

🌈 **Gostarias de um dia mais tarde trabalhar na Academia dos Champs, por exemplo, a dar aulas de ténis aos alunos mais novos?**

Gostaria sim, mas talvez não a dar aulas, pois sinto que não tenho muito jeito, mas sim em outras áreas da Academia dos Champs.

🌈 **Se pudesses ter uma profissão/carreira ligada ao ténis, o que gostarias de ser? Tenista profissional? Treinador? Árbitro? Preparador Físico? Ou outra actividade ligada ao mundo do desporto...? Se não fosse de Desporto, que profissão gostarias de ter?**

Se tivesse uma carreira ligada ao ténis gostaria, como é óbvio, de ser tenista profissional, mas sei bem que é algo impossível, por ter começado no mundo do ténis muito tarde. Em relação a outras profissões ligadas à modalidade, talvez a arbitragem pudesse ser um caminho, ou algo ligado à preparação física dos jogadores. Fora do universo do ténis, a minha profissão de sonho passa por ser enfermeira.

Continua...

TESTEMUNHOS | ENTREVISTA

🌈 **Na Academia dos Champs, quem são os teus “melhores amigos” e porque razão os eleges como tal?**

Gosto de todos os meus colegas no geral, e temos todos uma boa relação, mas talvez com quem tenha mais afinidade, devido ao tempo que já nos conhecemos, seja a Núria... que foi precisamente quem me apresentou à Academia dos Champs.

🌈 **Qual ou quais os valores mais importantes que pensas ter aprendido ou estejas a aprender com a Academia dos Champs?**

Acho que o valor mais importante que tenho vindo a adquirir ao longo deste percurso é claramente o da superação pessoal e a autoconfiança. Não que não os tivesse, mas sim pelo simples facto de que caí nos treinos de "paraquedas", onde já estavam pessoas que treinavam há anos e jogavam super bem, e nos quais tive de ter a coragem de acreditar em mim para continuar a treinar, porque é realmente algo de que gosto muito, para conseguir evoluir.



TESTEMUNHO | ENTREVISTA

GABRIEL CARVALHO

Vencedor Prémio Anual de Mérito 2023-2024



 Há quanto tempo és aluno da Academia dos Champs e com que idade começaste? Como ficaste a conhecer o projecto?

Lembro-me ter de entrada na Academia dos Champs em 2021, portanto na altura deveria ter à volta de 11 anos. A primeira vez que ouvi falar da Academia dos Champs foi na escola, e lembro-me de terem sido alguns dos meus colegas a falarem-me das aulas de ténis.

 Lembras-te do que fizeste na tua primeira aula de ténis na Academia dos Champs?

Na primeira aula de ténis, conheci os meus misters e os restantes colegas da turma do ténis e foi uma primeira aula para começar a aprender as técnicas básicas da modalidade e ficar a conhecer o que é a Academia dos Champs.

 Quantas aulas de ténis tens por semana e o que mais gostas de fazer nas aulas? O mesmo em relação ao ténis, o que gostas mais na modalidade?

Durante o ano lectivo, tenho duas aulas de ténis por semana, sendo que nas férias escolares chegamos a treinar três vezes por semana. O que mais gosto de fazer nas aulas é conviver com os meus amigos, e ter a oportunidade de jogar com eles e também com os misters.

COM O ALTO PATROCÍNIO
DE SUA EXCELÊNCIA



O Presidente da República

Continua...

TESTEMUNHOS | ENTREVISTA

Qual é para ti a importância de teres a oportunidade de fazer parte da Academia dos Champs?

Das coisas mais importantes que a Academia dos Champs me deu até hoje, foi a possibilidade de conhecer pessoas diferentes e fazer novos amigos, ao mesmo tempo que tenho vindo a desenvolver as minhas capacidades físicas e psicológicas.

Se tivesses um amigo/a que gostasse de jogar ténis, o que lhe dirias para convencê-lo/a a entrar para a Academia dos Champs?

Se tivesse de convencer um amigo, dir-lhe-ia simplesmente para ir e não ter medo. Ao princípio, também eu achava que seria um desporto diferente do habitual, pois estava acostumado ao futebol, mas rapidamente aprendi a gostar, e muito, e por isso mesmo aconselharia quem quisesse a vir também para a Academia dos Champs.

Que importância atribuis ao facto de teres ganho o Prémio Anual de Mérito? Ao longo do ano trabalhaste com o objectivo de ganhar o prémio?

Em primeiro lugar foi uma boa surpresa e estava longe de imaginar que ia ganhar, mas foi algo que me deixou super feliz. Ao vencer o prémio, ganhei uma motivação extra para continuar a trabalhar e senti também que todo o meu esforço e empenho foram devidamente recompensados.

Se pudesses ter uma profissão/carreira ligada ao ténis, o que gostarias de ser? Tenista profissional? Treinador? Árbitro? Preparador Físico? Ou outra actividade ligada ao mundo do desporto...? Se não fosse de Desporto, que profissão gostarias de ter?

Dentro do ténis, se pudesse escolher, gostaria de ser tenista profissional. Se pensar fora do ténis, gostava muito de ser criador/programador de jogos.

Na Academia dos Champs, quem são os teus “melhores amigos” e porque razão os eleges como tal?

O Elisandro, o Miguel, o Fábio, o Daniel e a Laurinda, pois todos eles me fazem sentir feliz e inspirado para continuar a jogar.



Continua...

TESTEMUNHOS | ENTREVISTA

🌈 **Sendo praticante regular de ténis na Academia dos Champs, qual o jogador(a) de ténis que mais gostas? Português e internacional? E porquê?**

O Novak Djokovic porque ele simpatiza com o Benfica, mas acima de tudo por ser um dos melhores jogadores do mundo. Entre os portugueses, apesar de já não jogar, o que mais gosto é o João Sousa, por ter sido um grande exemplo como jogador e que muito admiro.

🌈 **Qual a experiência mais marcante que já tiveste ou viveste através da Academia dos Champs?**

Sem dúvida, a visita ao Millennium Estoril Open foi a experiência mais marcante desde que estou na Academia dos Champs, pois permitiu-me conhecer e jogar com outros jogadores da minha idade. Ao mesmo tempo, foi também muito divertido experimentar os vários jogos do evento, nos quais ganhávamos prémios.

🌈 **Gostarias de um dia mais tarde trabalhar na Academia dos Champs, por exemplo, a dar aulas de ténis aos alunos mais novos?**

Com certeza que sim, pois o ténis tem sido fundamental para mim, na ajuda que me dá a melhorar em termos físicos e psicológicos, especialmente ao nível da concentração e responsabilidade, e se tivesse oportunidade, gostaria de passar o que aprendi também aos mais novos.

🌈 **Qual ou quais os valores mais importantes que pensas ter aprendido ou estejas a aprender na Academia dos Champs?**

Diria que de tudo o que aprendemos na Academia dos Champs quanto a valores, os mais importantes têm sido o respeito, a disciplina e a resiliência.





ACADEMIA
DOS **CHAMPS**
APRENDER A VENCER



DONATIVOS

DONATIVOS

APOIO FINANCEIRO

Donativos regulares ou pontuais em género monetário permitem à **Academia dos Champs** fazer face às necessidades inerentes à sua actividade, como sejam o pagamento das mais de 2.000 aulas de ténis dadas por ano.



IBAN PT 50 0010 0000 5277 6930 0014 8

APADRINHE UM CHAMP

Sabia que com apenas 200 euros pode garantir um ano de aulas de ténis para um aluno da **Academia dos Champs**? Se não puder ajudar sozinho, junte um grupo de amigos e faça verdadeiramente a diferença na vida de um Champ. Envie o seu donativo para geral@academiadoschamps.org

BENS OU EQUIPAMENTOS

Raquetes, bolas de ténis, vestuário diverso ou até mesmo calçado – serão utilizados pelos nossos alunos durante as aulas de ténis e nas mais variadas acções nas quais venham a participar. As doações podem ser entregues em qualquer núcleo da **Academia dos Champs**, ou então num dos nossos clubes solidários: **Carcavelos Ténis Padel**, **Centro Nacional de Ténis do Jamor** ou **CIF (Tennis Shop)**.

Faça o seu donativo escrevendo para geral@academiadoschamps.org ou através de mensagem privada em fb.com/academiadoschamps.

CONSIGNAÇÃO IRS

Preencha a sua declaração de IRS – Modelo 3 – Quadro 11 – Campo 1101, com o NIPC 509 250 319, e contribua para a **Academia dos Champs** sem gastar um cêntimo. Dúvidas podem ser esclarecidas em geral@academiadoschamps.org

LOJA SOLIDÁRIA

MERCHANDISING

Igualmente com o objectivo de recolher o maior número de apoios para o projecto, a **Academia dos Champs** tem uma gama de produtos solidários, cujo valor das vendas reverte integralmente para as actividades diárias dos alunos.

A linha de merchandising inclui bonés, t-shirts, sweat shirts – com tamanhos de criança e adulto –, e ainda as canecas em cerâmica com o logotipo da **Academia dos Champs**.

PULSEIRAS

Sob o lema “Aprender a Vencer”, a **Academia dos Champs** mantém a aposta na venda de pulseiras em silicone, disponíveis em quatro cores – cinzento, branco, azul e cor de rosa –, cada uma com o valor simbólico de 2 euros.

VOUCHERS

Para além da possibilidade de poder apadrinhar um aluno da **Academia dos Champs** com um voucher de 250 euros, todos os interessados podem igualmente adquirir um pack de 10 aulas de ténis num dos núcleos do projecto. A forma perfeita de praticar desporto, ou levar um amigo a fazê-lo, com a vantagem do gesto solidário que faz toda a diferença na vida dos nossos alunos.



LOJA SOLIDÁRIA

Boné ADC

Cores: Branco e Preto

Tamanho: único/ajustável

Valor: 10 euros



Sweat Shirt ADC

Cores: Branco e Preto

Tamanho: XS-XXL

Valor: 20 euros



T-Shirt ADC

Cores: Branco e Preto

Tamanho: 3/4 anos-XXL

Valor: 12 euros

Pulseira “Aprender a Vencer”

Cores: Branco, Cinzento, Rosa e Azul

Tamanho: Único

Valor Unitário: 2 euros (2=3 euros)



APOIOS

PARCEIROS FUNDADORES



PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PARCEIROS



PARCEIROS AUTÁRQUICOS



PARCEIROS SOCIAIS

Ludoteca Fundação Marquês de Pombal | Espaço Mais Perto | EB1 Trajouce | Santa Casa Misericórdia Maia Centro de Animação e Infância Vermoim | Casa de Santa Isabel | EB1-JI Abelheira | Agrupamento de Escolas Dra. Laura Ayres | Centro Social da Musgueira | Centro Comunitário da Paróquia de Carcavelos | Casa dos Rapazes Parede | Helpe – Ludoteca das Fontaínhas

CONTACTOS

EQUIPA

Pedro Carvalho | Direcção Geral | pcarvalho@academiadoschamps.org

Inês Abreu | Fundraising | iabreu@academiadoschamps.org

Francisco Alvim | Operações | falvim@academiadoschamps.org

Jorge Dias | Técnica e Formação | jdias@academiadoschamps.org

Diana Nequinha | Pedagogia | dnequinha@academiadoschamps.org

Donativos e Informações | geral@academiadoschamps.org

MORADA

Sede | Rua Barata Salgueiro, 30 4º Andar 1250-044 Lisboa

T. +351 21 191 15 10 | **F.** +351 21 359 21 89

SIGA OS CHAMPS EM:

www.academiadoschamps.org

facebook.com/academiadoschamps

instagram.com/academiadoschamps

youtube.com/user/adchamps



OBRIGADO A TODOS!



