

Regulamento Interno

Secção I Disposições gerais

Artigo 1.º (Denominação, sede e duração)

1. A associação, sem fins lucrativos, adota a denominação ADN SESIMBRA – ASSOCIAÇÃO DE DESPORTO NATUREZA DE SESIMBRA, e tem a sede na Rua da Escola, Quinta da Rosinha, s/n, Zambujal de Baixo, Sesimbra, freguesia de Sesimbra (Castelo), concelho de Sesimbra e constitui-se por tempo indeterminado.
2. A associação tem o número de pessoa coletiva 517264021 e o número de identificação na segurança social 25172640210.

Artigo 2.º (Fim)

A associação tem como fim:

1. Promover atividades desportivas (orientação, BTT, corrida e atividades de ar livre), quer sejam profissionais, semiprofissionais ou amadores e que permitem aos seus sócios a oportunidade de participar em atividades desportivas.
2. Ser produtora e promotora de acontecimentos desportivos com ou sem instalações.
3. Promover de eventos desportivos.
4. Explorar e gerir qualquer tipo de instalações desportivas, que se dediquem, quer à prática de atividades físicas de competição regular, quer de recreação (com ou sem lugares sentados ou equipamento de visualização), em locais cobertos ou ao ar livre.
5. Organizar e gerir manifestações desportivas, para profissionais ou amadores, por entidades com instalações próprias.
6. Realizar atividades ministradas em campos e escolas visando a instrução organizada para fins desportivos e recreativos. Inclui a instrução assim como as atividades dos instrutores, professores e treinadores.
7. Realizar formação.
8. Participar em atividades em campos de férias ou em ateliês de tempos livres.

Artigo 3.º (Símbolos)

1. As cores e os símbolos aplicados à bandeira, emblema e equipamentos devem ser respeitados por todos os associados, devendo ser utilizados sempre que estes estejam a representar a associação e disponham de condições para o fazer.
2. As cores e símbolos são aprovados pela Assembleia Geral e só podem ser alterados por deliberação desta.

Artigo 4.º (Data de Fundação)

O dia 25 de novembro de 2022 é considerado como o da fundação da associação por ter sido a data

da cerimónia notarial da sua constituição.

Artigo 5.º
(Alterações ao Regulamento Interno)

Quaisquer alterações ao Regulamento Interno terão de ser aprovadas em Assembleia Geral.

Secção II
Sócios

Artigo 6.º
(Associados)

1. Poderão ser admitidos como associados todos os indivíduos desde que para o efeito solicitem a sua inscrição, que a mesma seja aprovada pela Direção e que satisfaçam as condições estabelecidas nos Estatutos e no Regulamento Interno.
2. Em caso de rejeição da proposta de inscrição como associado, tem direito a recurso para a Assembleia Geral, feito em requerimento dirigido ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral.
3. O recurso a interpor para a Assembleia Geral, a convocar extraordinariamente, terá de ser subscrito por, pelo menos, um décimo dos Sócios, no pleno gozo de todos os seus direitos.
4. Os associados ficam obrigados ao pagamento de uma joia, aquando da sua admissão como sócios, e de uma quota mensal, a estabelecer em Assembleia Geral, podendo ser alterada a qualquer momento nos termos do Regulamento Interno.
5. A associação tem as seguintes categorias de sócios:
 - a. Sócios fundadores: os que estiveram presentes na primeira assembleia;
 - b. Sócios efetivos: os que aderiram à associação em data posterior ao ato de constituição;
 - c. Sócios honorários: pessoas singulares ou coletivas, que se notabilizem por atos que, socialmente enobreçam ou enriqueçam o património de prestígio moral ou material da associação, sendo como tal, reconhecidos e qualificados pela Assembleia Geral.
6. Os Sócios honorários estão isentos de pagamento de quotas, desde que anteriormente a essa qualificação não tenham sido Sócios Efetivos ou Sócios Fundadores da Associação.
7. A cada associado será atribuído um número sequencial.
8. A numeração dos associados poderá ser revista e atualizada de cinco em cinco anos.

Artigo 7.º
(Natureza pessoal da qualidade de associado)

1. A qualidade de associado não é transmissível, quer por ato entre vivos, quer por sucessão.
2. O associado não pode incumbir outrem de exercer os seus direitos pessoais.

Artigo 8.º
(Perda da qualidade de associado)

Os associados perdem essa qualidade:

1. Por manifestação de vontade nesse sentido, através de envio de carta ou email enviado à Direção.
2. Desde que comprovadamente deixem de cumprir os deveres que lhes são impostos nos Estatutos ou no Regulamento Interno, mediante deliberação da Direção ou da Assembleia Geral.

Artigo 9.º

(Efeitos da saída ou exclusão)

O associado 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 10.º

(Perda da qualidade de Sócio Honorário)

Os Sócios Honorários só poderão ser privados dessa qualidade após resolução da Assembleia Geral, em resultado de processo organizado pela Direção.

Artigo 11.º

(Direitos)

Os associados gozam dos seguintes direitos:

1. Assistir e tomar parte nas Assembleias Gerais.
2. Requerer a convocação de Assembleias Gerais, nos casos em que o presente Regulamento Interno lho permita.
3. A ser votado para o desempenho de qualquer cargo diretivo na associação desde que reúna os requisitos exigidos pelas normas legais em vigor.
4. Representar a associação, como seu Delegado, em qualquer organismo em que o mesmo tenha representação ou junto de qualquer entidade.
5. A frequentar as instalações da associação.
6. Em tudo o que não estiver expressamente estabelecido em contrário nos Estatutos e no Regulamento Interno, o associado considera-se no gozo dos seus direitos quando tiver em dia o pagamento da quota.

Artigo 12.º

(Deveres)

Os associados têm o dever de:

1. Cumprir os Regulamentos em vigor.
2. Acatar as resoluções da Assembleia Geral e cumprir as determinações da Direção, quando estas não colidam com as disposições legais, estatutárias e regulamentares.
3. Respeitar publicamente os órgãos diretivos e as pessoas que os ocuparem por eleição.
4. Honrar a associação e contribuir para o seu prestígio e dignidade em todas as circunstâncias.
5. Não praticar atos que ponham em causa a imagem da associação.
6. Tomar parte nas Assembleias Gerais da associação ou em reuniões para que sejam convocados.
7. Pagar a joia, as suas quotas e outros montantes devidos à associação.
8. Defender e conservar o património da associação.
9. Defender e conservar a natureza.

Artigo 13.º

(Sanções disciplinares)

1. Os associados que infringirem os deveres fixados neste Regulamento Interno ou nos Estatutos ficarão sujeitos às seguintes sanções:
 - a) Advertência, consiste na comunicação ao associado, por escrito, dos atos por que foi apreciado o seu procedimento e da infração cometida. Esta sanção não ficará a constar dos registos da associação nem será publicitada;

- b) Repreensão registada, consiste na comunicação ao associado, por escrito, dos atos por que foi apreciado o seu procedimento e da infração cometida. Esta sanção ficará averbada nos registos da associação;
 - c) Suspensão temporária, consiste na inibição do associado de usufruir dos seus direitos durante o período máximo de um ano, estabelecido na sanção. A aplicação desta pena só poderá resultar de processo sumário organizado;
 - d) Eliminação, consiste na demissão dos quadros da associação imposta ao associado. Esta pena só poderá ser aplicada mediante processo sumário devidamente instruído;
 - e) Expulsão, consiste na eliminação com publicidade.
2. As sanções de Advertência, Repreensão registada, Suspensão temporária e Eliminação, são da competência da Direção, sendo que apenas nas duas últimas poderá haver direito a recurso para a Assembleia Geral.
 3. A sanção de Expulsão é da competência da Assembleia Geral, não podendo o associado ser readmitido.

Artigo 14.º

(Eliminação por não pagamento de quotas)

1. Os associados que deixarem de pagar as suas quotas serão sancionados com uma Advertência quando o valor em dívida exceder o valor correspondente a 12 meses de quotas.
2. Quando o associado não proceda ao pagamento da dívida durante um período de 24 meses será eliminado e só poderá voltar a ser associado mediante processo de readmissão e liquidação do montante em dívida na data da eliminação.

Secção III

Órgãos Sociais

Artigo 15.º

(Órgãos Sociais)

São órgãos sociais da associação a Assembleia Geral, a Direção e o Conselho Fiscal.

Artigo 16.º

(Assembleia Geral)

1. A Assembleia Geral é constituída por todos os associados, no pleno gozo dos seus direitos.
2. Compete à Assembleia Geral:
 - a. Eleger e destituir os órgãos sociais da associação;
 - b. Fixar o valor da joia e das quotizações anuais sob proposta da Direção;
 - c. Aprovar os Estatutos, os Regulamentos e eventuais alterações;
 - d. Deliberar sobre sanções disciplinares;
 - e. Deliberar sobre a extinção da Associação;
 - f. Autorizar a demandar os administradores por factos praticados no exercício do cargo;
 - g. Apreciar e aprovar o Plano Anual de Atividades, os Orçamentos, os Relatórios e as Contas Anuais;
 - h. Todas as deliberações não compreendidas nas atribuições legais ou estatutárias de outros órgãos.

Artigo 17.º

(Mesa da Assembleia Geral)

1. A Mesa da Assembleia Geral é composta por três associados, um presidente e dois secretários.
2. São competências do presidente da Mesa da Assembleia Geral:
 - a. Convocar as sessões da Assembleia Geral e presidir às mesmas, dirigindo os trabalhos com a colaboração dos secretários;
 - b. Convocar e dirigir as reuniões da Mesa da Assembleia Geral;
 - c. Dar posse aos membros dos Corpos Gerentes e da Mesa da Assembleia Geral, no prazo devido;
 - d. Assinar as atas das Assembleias Gerais;
 - e. Assinar os termos de abertura e encerramento e rubricar as folhas dos livros de atas da Assembleia Geral, da Direção e do Conselho Fiscal e outros que se reconheçam necessários;
 - f. Comunicar à Assembleia Geral quaisquer irregularidades de que tenha conhecimento;
 - g. Presidir às sessões de esclarecimento nos períodos eleitorais.
3. São competências dos secretários da Mesa da Assembleia Geral:
 - a. Substituir o Presidente nas suas faltas ou impedimentos, assumindo nestas circunstâncias todas as funções deste;
 - b. Preparar, expedir e fazer publicar os avisos convocatórios de reuniões da Assembleia Geral;
 - c. Ler no início de cada Assembleia Geral a ata da Assembleia Geral anterior, para discussão e votação;
 - d. Redigir e assinar as atas da Assembleia Geral;
 - e. Zelar pela segurança e conservação dos livros de atas e presenças, e pela correspondência derivada das Assembleias Gerais que, guardadas no arquivo geral da Associação, devem, no entanto, estar à disposição dos sócios e dos Corpos Gerentes para consulta;
 - f. Elaborar o expediente das reuniões da Assembleia Geral;
 - g. Colaborar com o presidente na condução da Assembleia Geral, registando os pedidos de participação dos associados;
 - h. Ler o expediente e moções ou projetos enviados à mesa por qualquer dos órgãos dos Corpos Gerentes ou pelos sócios presentes na Assembleia Geral;
 - i. Ocupar-se da correspondência da Mesa, decorrente das resoluções tomadas em Assembleia Geral.

Artigo 18.º

(Convocação e Funcionamento da Assembleia Geral)

1. A Assembleia Geral reúne em sessões ordinárias e extraordinárias.
2. A Assembleia Geral funciona em sessões ordinárias:
 - a. Anualmente, até final de março para aprovação do Relatório de Atividades e de Contas do ano civil anterior;
 - b. Anualmente, até final de outubro para aprovação do Plano de Atividades e Orçamento para o próximo ano civil;
 - c. Bianualmente, antes da cessão do mandato em vigor, para eleição dos Corpos Gerentes.
3. A Assembleia Geral extraordinária funciona em qualquer data, sempre que seja solicitada a sua convocação:
 - a. Pela Mesa da Assembleia Geral;
 - b. Pela Direção;
 - c. Pelo Conselho Fiscal;
 - d. Por, pelo menos, um quinto dos associados no pleno gozo dos seus direitos.
4. A convocatória, que contém a ordem de trabalhos da assembleia, bem como o dia e a hora e o local da reunião, é publicada, com a antecedência mínima de 8 dias na página eletrónica do ADN-Sesimbra e na plataforma eletrónica do associativismo do respetivo Município.
5. Além disso, com a antecedência mínima de 8 dias, a convocatória é expedida aos associados por via postal ou entregue pessoalmente ou, ainda, em relação aos membros que comuniquem

previamente o seu consentimento, através de correio eletrónico.

6. De modo a aumentar a participação dos associados, deverão ser disponibilizados mecanismos de participação à distância, através de vídeo ou áudio conferência e um sistema de votação online.
7. Para o funcionamento das reuniões da Assembleia Geral convocadas nos termos da alínea d) do número 3 deste artigo e do número 3 do artigo 6º é necessária a presença de três quartos dos sócios requerentes, cuja comprovação será feita numa única chamada.
8. São anuláveis as deliberações tomadas sobre matéria estranha à ordem do dia, salvo se todos os associados compareceram à reunião e todos concordaram com o aditamento.
9. A comparência de todos os associados sanciona quaisquer irregularidades da convocação, desde que nenhum deles se oponha à realização da assembleia.
10. As reuniões da Assembleia Geral funcionarão em primeira convocatória à hora designada, com a presença de metade dos seus associados, ou em segunda convocatória, com os associados presentes, trinta minutos depois.
11. Salvo o disposto nos números seguintes, as deliberações são tomadas por maioria absoluta de votos dos associados presentes.
12. 3. As deliberações sobre alterações dos estatutos exigem o voto favorável de três quartos do número dos associados presentes.
13. 4. As deliberações sobre a dissolução ou prorrogação da pessoa coletiva requerem o voto favorável de três quartos do número de todos os associados.

Artigo 19.º

(Privação do direito de voto)

1. O associado não pode votar, por si ou como representante de outrem, nas matérias em que haja conflito de interesses entre a associação e ele, seu cônjuge, ascendentes ou descendentes.
2. As deliberações tomadas com infração do disposto no número anterior são anuláveis, se o voto do associado impedido for essencial à existência da maioria necessária.

Artigo 20.º

(Deliberações contrárias à lei ou aos estatutos)

As deliberações da assembleia geral contrárias à lei ou aos estatutos, seja pelo seu objeto, seja por virtude de irregularidades havidas na convocação dos associados ou no funcionamento da assembleia, são anuláveis.

Artigo 21.º

(Regime da anulabilidade)

1. A anulabilidade prevista nos artigos anteriores pode ser arguida, dentro do prazo de seis meses, pelo órgão da administração ou por qualquer associado que não tenha votado a deliberação.
2. Tratando-se de associado que não foi convocado regularmente para a reunião da assembleia, o prazo só começa a correr a partir da data em que ele teve conhecimento da deliberação.

Artigo 22.º

(Proteção dos direitos de terceiro)

A anulação das deliberações da assembleia não prejudica os direitos que terceiro de boa-fé haja adquirido em execução das deliberações anuladas.

Artigo 23.º

(Direção)

1. A Direção é constituída por cinco associados, sendo um Presidente, um Secretário, um Tesoureiro e dois Vogais.
2. A Direção é o órgão de gestão permanente da associação e da orientação da sua atividade.
3. A Direção deverá reunir ordinariamente duas vezes por ano e extraordinariamente sempre que o Presidente ou quem o substitua a convoque.
4. As reuniões da Direção podem decorrer em modo presencial ou à distância, por videoconferência.
5. São funções da Direção:
 - a. Executar as deliberações da Assembleia Geral;
 - b. Organizar e superintender a atividade da associação;
 - c. Exercer as demais funções previstas na lei, nos presentes Estatutos e no Regulamento Interno da associação;
 - d. Elaborar os Planos de Atividades, Relatório de Atividades, ambos a submeter a aprovação da Assembleia Geral;
 - e. Aprovar a admissão de associados;
 - f. Representar a Associação.
6. Compete ao Presidente da Direção:
 - a. Presidir as reuniões da Direção;
 - b. Representar a associação em atos oficiais ou propor delegação dessa atribuição;
 - c. Orientar e coordenar toda a atividade da Direção;
 - d. Convocar as reuniões extraordinárias da Direção.
7. Compete ao Tesoureiro da Direção:
 - a. Ter sob sua guarda e à sua responsabilidade todos as receitas da Associação;
 - b. Receber os rendimentos da Associação e assinar os recibos;
 - c. Satisfazer as despesas autorizadas;
 - d. Gerir a conta bancária da Associação;
 - e. Efetuar a escrituração do movimento financeiro da Associação;
 - f. Apresentar trimestralmente, à Direção e ao Conselho Fiscal, informações sobre o movimento financeiro e o saldo da conta bancária.
8. Compete ao Secretário da Direção:
 - a. Secretariar as reuniões da Direção e redigir as respetivas atas;
 - b. Tratar do expediente de secretaria e correspondência;
 - c. De modo geral velar pelo bom andamento das decisões tomadas pela direção.
9. Compete aos Vogais da Direção:
 - a. Fomentar, organizar e orientar as atividades ou funções específicas para que foram nomeados;
 - b. Propor a admissão de colaboradores ou de técnicos especializados nas diversas atividades.

Artigo 24.º

(Convocação e funcionamento da Direção)

1. A Direção é convocada pelo presidente e só pode deliberar com a presença da maioria dos seus titulares.
2. As deliberações são tomadas por maioria de votos dos titulares presentes, tendo o presidente, além do seu voto, direito a voto de desempate.

Artigo 25.º
(Conselho Fiscal)

1. O Conselho Fiscal é composto por três associados, sendo um Presidente, um Secretário e um Relator.
2. Ao Conselho Fiscal compete:
 - a. Dar parecer sobre o Relatório de Atividades anuais da Direção e o Plano Anual de Atividades;
 - b. Tomar conhecimento trimestralmente das informações sobre o movimento financeiro e o saldo da conta bancária;
 - c. Fiscalizar a administração realizada pela Direção da Associação;
 - d. Assegurar todas as demais competências que lhe sejam atribuídas pela lei geral ou que decorram da aplicação dos Estatutos ou dos Regulamentos.
3. Compete ao Presidente do Conselho Fiscal:
 - a. Presidir as reuniões do Conselho Fiscal;
 - b. Convocar as reuniões extraordinárias do Conselho Fiscal;
 - c. Examinar a contabilidade da Associação;
 - d. Conferir as contas do Tesoureiro, a caixa e os depósitos bancários;
 - e. Instaurar inquéritos de natureza disciplinar.
4. Compete ao relator do Conselho Fiscal:
 - a. Redigir os pareceres do Conselho Fiscal;
 - b. Coadjuvar o Presidente do Conselho Fiscal no exame da contabilidade e conferência das contas do Tesoureiro, da caixa e depósitos bancários.
5. Compete ao Secretário do Conselho Fiscal:
 - a. Redigir as atas das reuniões do Conselho Fiscal e passá-las para o respetivo livro de atas;
 - b. Dar seguimento ao expediente do Conselho Fiscal;
 - c. Colaborar com o Presidente e o Relator na execução das suas tarefas.

Artigo 26.º

(Convocação e funcionamento do Conselho Fiscal)

1. O Conselho Fiscal é convocado pelo presidente e só pode deliberar com a presença da maioria dos seus titulares.
2. As deliberações são tomadas por maioria de votos dos titulares presentes, tendo o presidente, além do seu voto, direito a voto de desempate.

Secção IV

Eleições

Artigo 27.º

(Duração do mandato)

Os membros dos órgãos sociais são eleitos pela Assembleia Geral, para mandatos com duração não superior a dois anos, e não inferior a 1 ano a contar da data da sua eleição, terminando sempre no último dia do ano civil, podendo ser reeleitos.

Artigo 28.º

(Processo eleitoral)

1. O processo eleitoral deve ser conduzido pelo Presidente da Mesa da Assembleia Geral nos seguintes termos:
 - a. A convocatória da reunião da Assembleia Geral eleitoral deverá referir o local e o horário em

que decorrerá a votação;

- b. As listas concorrentes ao sufrágio deverão ser apresentadas ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral até 72 horas antes do início da votação;
 - c. As listas deverão ser elaboradas para cada um dos órgãos e cada associado pode concorrer apenas a um órgão;
 - d. As listas deverão apresentar o Plano de Atividades, caso este ainda não tenha sido aprovado para o presente ano;
 - e. O Presidente da Mesa deve proceder à divulgação de cada lista no prazo máximo de 24 horas após a sua receção;
 - f. Cada associado maior de idade tem direito a um voto.
2. Os associados concorrentes aos órgãos sociais poderão apresentar recurso dos resultados apurados, fundamentado em irregularidades comprovadas, o qual deverá ser entregue à Mesa da Assembleia Geral até 2 dias após a Assembleia Eleitoral.
 3. A Mesa da Assembleia Geral, conjuntamente com o Conselho Fiscal apreciarão o recurso no prazo de dois dias e comunicará, por escrito ao recorrente a sua decisão, após o que os resultados serão proclamados definitivamente.

Artigo 29.º

(Posse)

1. O exercício efetivo do mandato dos Corpos Gerentes tem início no ato de posse, a conferir pelo Presidente da Mesa da Assembleia Geral e ficará a constar de ata lavrada no respetivo livro.
2. O Presidente da Mesa da Assembleia Geral cessante conferirá posse aos dirigentes eleitos, no prazo de oito dias após a proclamação dos resultados definitivos.

Artigo 30.º

(Perda, sessação de mandatos e preenchimento de vagas)

1. Os titulares dos órgãos sociais perdem o mandato nas seguintes situações:
 - a. Falta injustificada a três reuniões do órgão para que foram eleitos;
 - b. Demissão justificada e comunicada por escrito ao Presidente da Mesa da Assembleia Geral.
2. Os órgãos sociais podem funcionar com metade e mais um elemento do seu número original.
3. O cargo de Presidente em qualquer um dos órgãos tem de estar preenchido.
4. Se o cargo de Presidente de um dos órgãos vagar poderá ser preenchido por outro elemento desse órgão por decisão unânime dentro do órgão, desde que pertença à lista inicial que foi a sufrágio.
5. Os órgãos podem propor à Assembleia Geral associados para preencher as vagas disponíveis, exceto para o cargo de Presidente.
6. Se os pontos 2. e 3. deste artigo não forem cumpridos, os órgãos em questão terão de ir a eleições para cumprirem o restante do mandato.

Secção V

Regime Patrimonial e Financeiro

Artigo 31.º

(Receitas)

Constituem receitas da associação, designadamente:

- a. a joia inicial paga pelos sócios;
- b. o produto das quotizações fixadas pela Assembleia Geral;

- c. os rendimentos dos bens próprios da associação e as receitas das atividades sociais;
- d. as liberalidades aceites pela associação;
- e. os subsídios que lhe sejam atribuídos.

Artigo 32.º
(Despesas)

1. São despesas da associação as que resultam do exercício das suas atividades em cumprimento dos Estatutos, do Regulamento Interno e das disposições que sejam impostas por lei.
2. Não podem ser realizadas pela Direção despesas que excedam o orçamento aprovado em Assembleia Geral.
3. A Direção não pode contrair empréstimos com duração superior ao seu mandato, sem aprovação da Assembleia Geral.

O presente Regulamento Interno foi apresentado e aprovado em Assembleia Geral de 03 de dezembro de 2022.