

PROJETO

WALKING FOOTBALL

PARA PESSOAS COM
MAIS DE 60 ANOS
RESIDENTES NA UFLOM

INSCRIÇÕES
ABERTAS



ATIVIDADE FÍSICA
ADAPTADA



CONVÍVIO E
SOCIALIZAÇÃO



SAÚDE E
BEM-ESTAR

JUNTE-SE AO
MENTES EM MOVIMENTO!

UFLOM.PT

QUANDO A COMUNIDADE SE MOVE,
A VIDA GANHA UM NOVO SENTIDO.



Gabinete
Psicologia
ALIADOS

FICHA DE INSCRIÇÃO - “FUTEBOL A ANDAR” 2026/2027

1. Dados Pessoais

Nome completo: _____

Data de nascimento: ____/____/____

Idade: _____ anos

Nacionalidade: _____

Profissão: _____

2. Contactos

Telemóvel: _____

E-mail: _____

3.. Atividade física

Pratica atualmente atividade física regular?

☐ Sim

☐ Não

Se sim, indique qual a atividade, quantas vezes por semana e a duração aproximada:

4. Motivações para participar

Selecione, com uma cruz, os principais motivos que o levam a querer participar no “Futebol a Andar” :

- ☐ Praticar/jogar futebol
- ☐ Integrar o FC Clube FOZ
- ☐ Melhorar a saúde e o bem-estar
- ☐ Melhorar a condição física
- ☐ Ajudar a controlar/perder peso
- ☐ Conviver e fazer novas amizades
- ☐ Outro: _____

5. Informação relavante para a participação

Existe alguma condição física, limitação ou necessidade que considere importante a equipa conhecer para adaptar a sua participação nas sessões?

- ☐ Não
- ☐ Sim — Qual? _____

6. Consentimento e proteção de dados

Os dados recolhidos neste formulário serão tratados pelo Gabinete Psicologia Aliados, enquanto responsável pelo tratamento, exclusivamente para efeitos de avaliação, organização e acompanhamento da participação no programa “Futebol a Andar” 2026/2027, de acordo com o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (Regulamento (UE) 2016/679). Qualquer questão, por favor entre em contato com walkingfootball.fcfoz@gmail.com. Obrigado pelo seu interesse!

☐ **Li e aceito o tratamento dos meus dados pessoais para as finalidades acima descritas.**

Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____