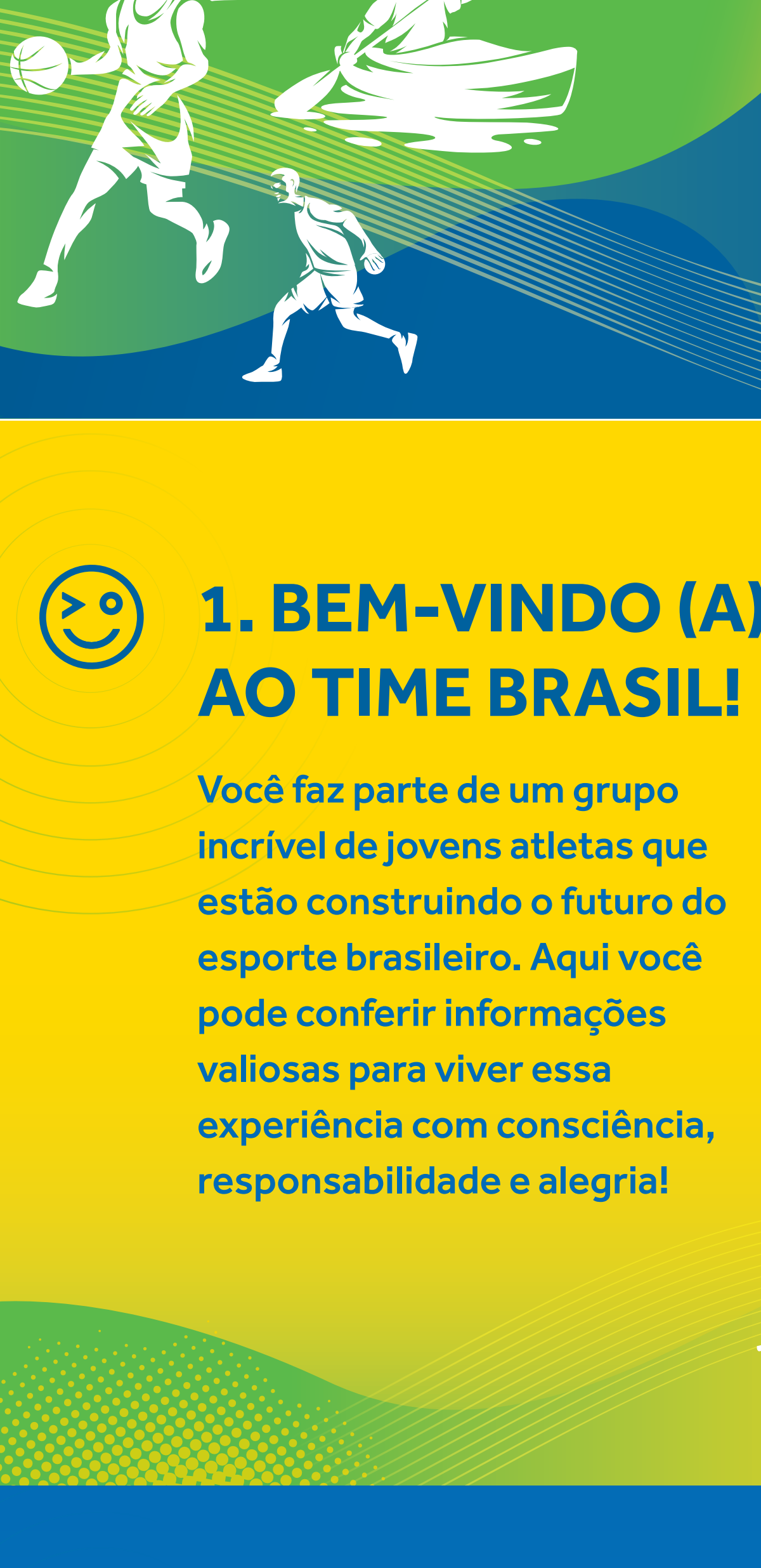




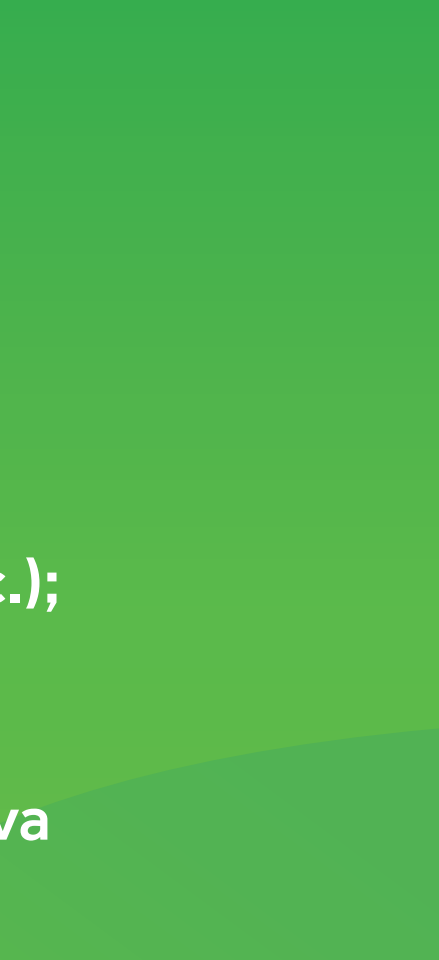
Comissão de Atletas

CARTILHA JÚNIOR DE ATLETA PARA ATLETA



1. BEM-VINDO (A) AO TIME BRASIL!

Você faz parte de um grupo incrível de jovens atletas que estão construindo o futuro do esporte brasileiro. Aqui você pode conferir informações valiosas para viver essa experiência com consciência, responsabilidade e alegria!



2. O QUE É A CACOB E COMO ELA TE APOIA?

- A CACOB é a Comissão de Atletas do Comitê Olímpico do Brasil.
- Representa a voz dos atletas nas decisões do esporte.
- Atua com acolhimento, educação, apoio, informação e defesa dos seus direitos.



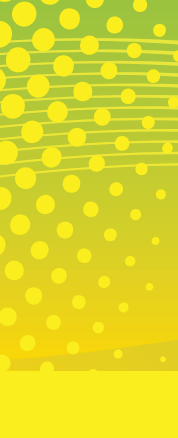
@comissao.atletas



cacob@cob.org.br



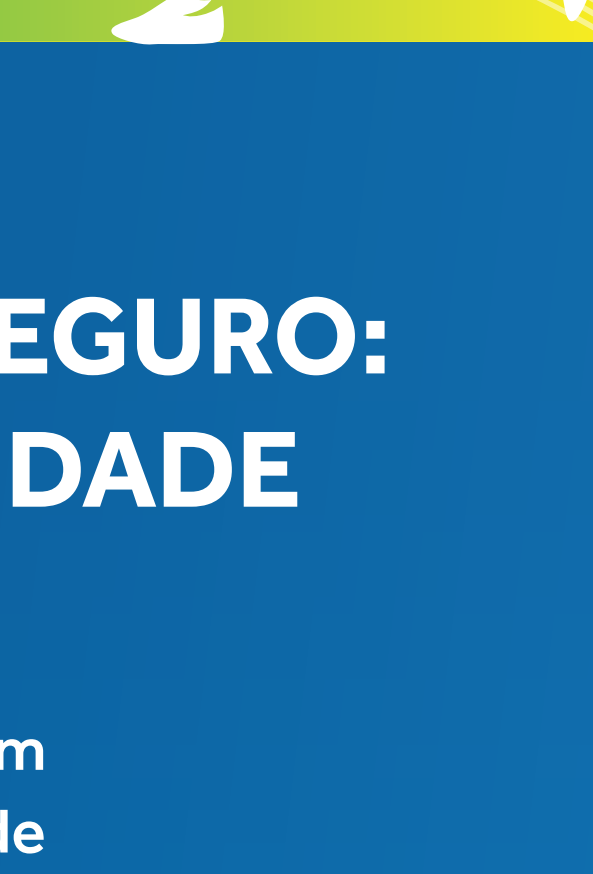
www.cob.org.br/institucional/comissao-de-atletas



3. SEUS DIREITOS COMO ATLETA

Você tem direito a:

- Competições e treinos em ambiente seguro e saudável;
- Respeito e igualdade (gênero, etnia, orientação, etc.);
- Informação clara e acessível;
- Apoio à sua formação esportiva e educacional;
- Proteção da sua imagem e carreira.



4. O QUE ESPERAMOS DE VOCÊ

- Jogar limpo (sem doping ou trapagens);
- Respeitar adversários, colegas, técnicos e organização;
- Cumprir regras e compromissos;
- Ser exemplo dentro e fora do esporte;
- Sua voz importa! Participe, opine, decida. O Movimento Olímpico também é seu.



5. AMBIENTE SEGURO: RESPONSABILIDADE DE TODOS

No esporte, todos temos um papel ativo na construção de um ambiente saudável.

Se você presenciar algo que não parece certo, não se cale.

Falar é um ato de coragem e de cuidado com você e com o outro.



SITUAÇÕES QUE MERECEM ATENÇÃO:

- Assédio (moral, sexual ou físico);
- Discriminação (etnia, gênero, religião, origem);
- Doping e manipulação de resultados;
- Abuso de poder.



CANAIS DE APOIO:

- A Comissão de Atletas da sua Confederação;
- CACOB: cacob@cob.org.br
- Ouvidoria COB: canal.ouvidordigital.com.br/cob



WhatsApp: +55 31 98947-7889

(código de acesso: COB)



Telefone: 0800 591 5446

“Um ambiente seguro depende de todos nós. Não se cale.”



6. VOCÊ SABIA?

- Toda Confederação deve ter uma Comissão de Atletas eleita;
- 1/3 dos votos nas decisões da entidade deve ser de membros da comissão de atletas;
- Você pode participar, se candidatar e votar!



7. APRENDA E CRESÇA COM O ESPORTE

Plataformas com cursos gratuitos:

- ADEL/WADA – Antidoping;
- Athlete365 – Direitos, transição de carreira;
- Safeguarding (I-Protec) – Prevenção ao assédio;
- Instituto Olímpico Brasileiro.



TEMAS:

- Antirracismo;
- Conduta ética;
- Saúde mental;
- Sustentabilidade no esporte;
- Representatividade;
- Prevenção e combate ao abuso e assédio;
- Equidade de gênero;
- Manipulação de Competições.



8. FONTES DE APOIO FINANCEIRO

- Bolsa Atleta (federal, estadual, municipal);
- PAAR – Programa das Forças Armadas;
- Patrocínios pessoais (com contrato!);
- Premiações esportivas (medalhas e records);
- Apoio do clube ou Confederação.



ATENÇÃO AO USO DE IMAGEM:

leia seus contratos com cuidado e consulte orientação jurídica, se puder.



9. SAÚDE MENTAL TAMBÉM É PERFORMANCE

Sentir medo, ansiedade ou frustração faz parte da competição — e pedir ajuda também.



QUEM PODE TE APOIAR:

- Profissionais de saúde mental;
- Área de apoio do COB durante os Jogos.

“Cuidar da sua mente é parte do jogo.”

Para mais informações sobre saúde mental, acesse aqui as cartilhas do atleta:



11. FALE COM A CACOB SEMPRE QUE PRECISAR!



@comissao.atletas



cacob@cob.org.br



www.cob.org.br/institucional/comissao-de-atletas



Você é a nova geração do esporte olímpico brasileiro. Estamos com você.

A CACOB acredita no seu potencial. Boa competição e conte sempre conosco!



Comissão de Atletas



GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIDADE E RECONSTRUÇÃO

Publicado em agosto de 2025.

PATROCINADOR OLÍMPICO NACIONAL MASTER

