

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA DO LOUREIRO



RELATÓRIO DE ACTIVIDADES ANO DE 2010

Associação Desportiva e Recreativa do Loureiro
Canto da rua – Loureiro
3040-787 Cernache
E-mail adr.loureiro@sapo.pt
www.adrloureiro.com

ÍNDICE

1. Nota Introdutória	3
2. Actividades Desenvolvidas por Secções	4
2.1. Secção de Apoio Agrícola	4
2.2. Secção de Apoio à Comunidade	5
2.3. Secção Aventura	8
2.4. Secção Cultural e Recreativa	9
2.5. Secção Desportiva	11
2.6. Secção de Feira	12
2.7. Secção de Obras e Melhoramentos	13
3. Nota Final	14
4. Anexos	15

1. NOTA INTRODUTÓRIA

A Associação Desportiva e Recreativa do Loureiro, associação juvenil cujas preocupações estatutárias são o bem-estar, a promoção cultural, desportiva, social e recreativa dos seus associados desempenhou durante este ano civil actividades num objectivo de responder a estas intenções.

Embora se depare quotidianamente com dificuldade de índole material e humano para a prossecução dos seus objectivos, a associação conseguiu desenvolver com sucesso a quase totalidade dos projectos enunciados no plano de actividades.

Em seguida, procede-se a descrição daquilo realizado em consonância com o plano de actividades previamente proposto.

2. ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS POR SECÇÕES

2.1. SECÇÃO DE APOIO AGRÍCOLA

Responsável: Joaquim Neto

Objectivos:

- Proporcionar aos sócios, e à população em geral um melhor serviço no fornecimento de fertilizantes químicos.

Acções Desenvolvidas:

- A A.D.R.L. manteve o protocolo com a Cooperativa Agrícola de Coimbra, a fim de poder apoiar os seus associados no fornecimento de adubos.

2.2. SECÇÃO DE APOIO À COMUNIDADE

RESPONSÁVEL: Cláudia Oliveira

EQUIPA: Alice Veríssimo, Cláudia Oliveira, Milene Oliveira e Natércia Ferreira

A secção é constituída por estes 4 colaboradores directos, assim como toda a população do Loureiro, que sempre que é convidada para colaborar, não deixa de estar presente, contribuindo desta forma para o sucesso das actividades desenvolvidas pela associação.

OBJECTIVOS DA SECÇÃO:

- Proporcionar convívio entre a população.
- Alertar a comunidade sobre os riscos de doenças cardiovasculares e endócrinas.
- Despistar situações de risco na área da saúde.

ACÇÕES DESENVOLVIDAS:

Deu-se continuidade à classe feminina de ginástica de manutenção, no salão da associação dois dias por semana, para todas as interessadas.

• Mensalmente

Foi feito o controlo da tensão arterial na sede da associação a todos os sócios interessados (em média 15 pessoas), com registo individual.

Por vezes verificaram-se hipertensões arteriais assim como arritmias cardíacas pelo que estes foram encaminhados com a urgência necessária para o médico de família.

Quando solicitado ou em casos considerados de risco, foram feitos esclarecimentos e aconselhamentos que, sempre que possível, foram complementados com informação escrita, se não de imediato, posteriormente.

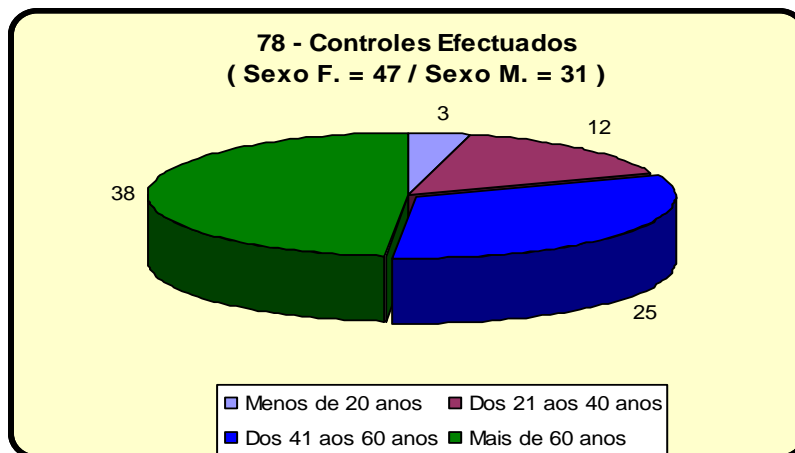
- **Anualmente**

Organização do projecto “Loureiro Activo é com saúde”

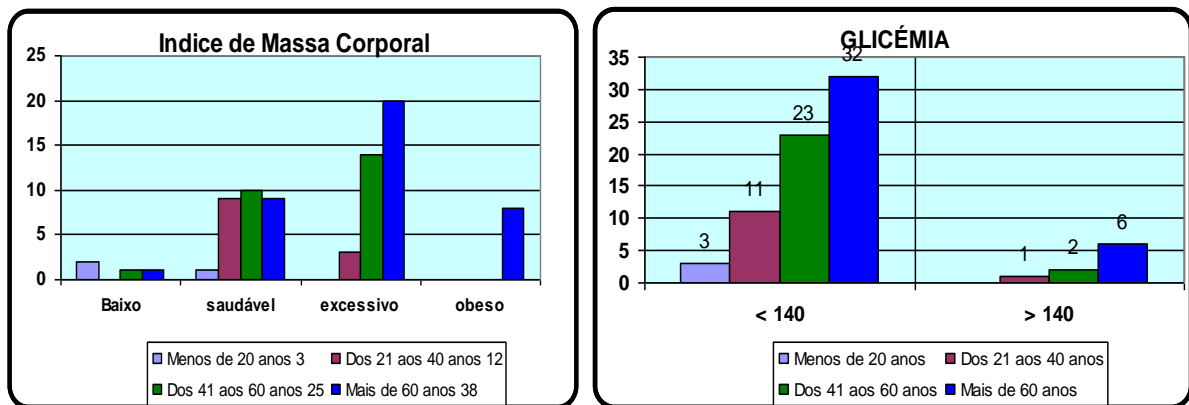
Inserido no 16º Aniversário da Feira/Mercado do Loureiro a Associação Desportiva e Recreativa do Loureiro levou a efeito no dia 26 de Julho, o projecto “LOUREIRO ACTIVO É COM SAÚDE” que consistiu em efectuar a todos os interessados e de forma gratuita:

- Avaliação de Tensão Arterial
- Pesquisa de Glicemia capilar
- Índice de massa corporal (Relação peso/ altura)

Durante este dia de actividade foram atendidas 78 pessoas:



Dos controles efectuados apresentam-se os seguintes dados:



3. Nesta actividade estiveram envolvidos alguns técnicos de saúde e sócios da ADR do Loureiro, que colaboram gratuitamente há alguns anos nestas actividades.

A sua intervenção, para além do controle propriamente dito, consiste em prestar às pessoas toda a informação necessária para obviar alguma situação mais urgente, como infelizmente sempre acontece e, fundamentalmente encaminhar as pessoas para o seu médico de família com a urgência que cada situação exige.

4. A título de exemplo informamos que, na avaliação da massa corporal constatou-se que 37% das pessoas tinham valores considerados como “saudável”, 47% tinham peso excessivo, 10% tinham valores considerados como obesos e apenas 5% tinham valores considerados como magros.

Relativamente à avaliação da Glicémia e T.A. depois de tratados os valores encontrados, as pessoas foram encaminhadas para o seu médico de família desde que a avaliação excedesse os valores tecnicamente recomendados. Estatisticamente, 12% das pessoas tinham valores de glicemia elevados.

Organização da Festa de Natal

Organização da Festa de Natal, a 25 de Dezembro de 2010, que constou de uma demonstração da Classe de Ginástica, de uma peça de teatro intitulada "Natal com internet" e dos sempre divertidos "Palhaços do cinema".

No final da festa o Pai Natal distribuiu prendas por todas as crianças e foi sorteado um pequeno cabaz de natal pelos sócios com quotas em dia.

2.3. SECÇÃO AVENTURA

Responsável: João Luís Amado

Objectivos:

- Dar a conhecer e fomentar a prática de diversos tipos de desportos diferentes dos tradicionais;
- Possibilitar o contacto próximo e equilibrado com a natureza.

ACÇÕES DESENVOLVIDAS:

BTT – Rota das Cortelhas

Organização da prova de BTT, denominada de "Rota das Cortelhas", no dia 11 de Abril, com a participação de cerca de 100 atletas que percorreram os trilhos em redor da aldeia do Loureiro.

Nesta actividade estiveram envolvidas cerca de 50 voluntários que auxiliaram a organização da prova.

2.4. SECÇÃO CULTURAL E RECREATIVA

Responsável: Natércia Ferreira

Equipa: Milene de Oliveira, Cláudia Oliveira, Susana Simões, Natércia Ferreira e Ana Oliveira

Objectivos:

- Sensibilizar a população para a defesa do património cultural e sua valorização (brinquedos/jogos tradicionais, património arquitectónico, danças e cantares, modos de vida, e outras tradições);
- Divulgar o património cultural através de exposições temáticas, participação em diversas feiras, conferências, imprensa regional;
- Levar junto da população outras formas de expressão cultural;
- Organizar festas populares no sentido de promover o convívio entre a população;
- Promover actividades culturais e recreativas que ocupem, de forma útil e saudável, os seus sócios mais jovens;
- Promover o diálogo inter-gerações.

ACÇÕES DESENVOLVIDAS:**• Participação na III Feira Gastronómica de Cernache**

Participação na feira gastronómica de Cernache, onde damos a conhecer a nossa melhor gastronomia.

• Festa de Natal

No âmbito da Festa de Natal, o grupo de teatro do Loureiro realizou uma peça intitulada " O Natal com Internet" e os "Os Palhaços no cinema".

No final da festa o Pai Natal distribuiu prendas por todas as crianças e foi sorteado um pequeno cabaz de natal pelos sócios com quotas em dia.

• Comemoração do 30º Aniversário da ADRL

Realização de um jantar comemorativo do 30º aniversário, no dia 13 de Novembro, no salão da ADRL.

No jantar estiveram presentes 67 participantes bem como toda a direcção da ADRL.

• Participação no encontro da Associação Acreditar

Participamos no encontro da Associação Acreditar com a organização de jogos tradicionais.

Nesta actividade a ADRL foi representada por cinco elementos da direcção.

2.5. SECÇÃO DESPORTIVA

Responsável: José Adelino

Equipa: José Adelino, Pedro Vicente e Nuno Rodrigues

Objectivos:

Desde há muito que esta secção da nossa Associação procura incentivar nos nossos jovens à prática desportiva para que neles possa crescer uma vontade não só de competir para vencer mas de competir para participar, para partilhar e no fundo para conviver. O objectivo a que nos propomos com esta maneira de estar é no fundo ajudar a criar uma união de esforços onde a ajuda mútua e o espírito de grupo estejam sempre presentes. Assim, foi imbuída deste espírito que esta secção desportiva da nossa Associação tentou e pensamos que o fez com algum sucesso, desenvolver as várias actividades deste ano que agora findou.

ACÇÕES DESENVOLVIDAS:

- **Torneio de Petanca**

O torneio de petanca foi organizado, em colaboração com a comissão de Festas de Nossa Senhora das Neves, no campo de futebol de 11 do parque desportivo da ADRL, no dia 7 de Agosto.

Participaram 16 equipas, representando 32 atletas.

- **BTT – Rota das Cortelhas**

Organização da prova de BTT, denominada de “Rota das Cortelhas”, no dia 11 de Abril, com a participação de cerca de 100 atletas que percorreram os trilhos em redor da aldeia do Loureiro.

Nesta actividade estiveram envolvidas cerca de 50 voluntários que auxiliaram a organização da prova.

2.6. SECÇÃO DE FEIRA

Responsável: **Marco ferreira**

Objectivos:

- Apoiar os feirantes e visitantes, aproveitando para divulgar as nossas actividades, uma vez que para além de ser muito visitada, a Feira tem também um rico aspecto cultural e turístico.

Acções Desenvolvidas:

- Por ser uma actividade que promove e divulga, quer a povoação do Loureiro quer a Associação, A A.D.R.L. pretende manter a abertura mensal (no último domingo de cada mês) das 07 às 14 horas, com 4 equipas de trabalho.

Equipa Nº 1	Equipa Nº 2	Equipa Nº3	Equipa Nº5
António Pedro	Saul Meneses	Nuno Rodrigues	Paulo Rajado
Joaquim Neto	José Adelino	Marco Ferreira	Paulo Amado
Arménio Oliveira	Luís Amado	Eduardo Pedroso	Victor Vicente
José Guiné	José Bicho	Narcindo Cunha	Celestino

2.7. SECÇÃO DE OBRAS E MELHORAMENTOS

Responsável: José Adelino

Equipa: Joaquim Neto, José Adelino e Paulo Amado

Objectivos:

É da responsabilidade desta secção todo o tipo de obras e melhoramentos na sede e polidesportivo, assim como fazer o levantamento de todas as obras necessárias no lugar, alertando e pressionando a Junta de Freguesia de Cernache para uma rápida intervenção.

ACÇÕES DESENVOLVIDAS:

- **Parque Desportivo**

Reparação do muro de suporte de terras no campo de futebol de 11 que caiu durante as chuvas de inverno.

Aterro da fossa séptica.

Construção de 6 mesas e 12 bancos para servir de apoio às várias actividades da ADRL.

3. NOTA FINAL

No desenvolvimento do nosso trabalho, os Órgãos Sociais da ADRL, mantiveram contactos regulares com diversas entidades no sentido de solucionarem ou encaminharem diversos assuntos e trabalhos que fizeram e fazem parte da nossa esfera de actuação nomeadamente:

- Instituto Português da Juventude
- Secretaria de Estado da Cultura/Delegação de Coimbra
- Câmara Municipal
 - Pelouro da Cultura
 - Pelouro do Desporto
 - Departamento de Obras Municipais da CMC
- Governo Civil de Coimbra
- Executivo da Junta de Freguesia
- INATEL
- INDES
- Comissão de Coordenadora da Região Centro

ANEXOS