

2023



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES
ASSOCIAÇÃO CULTURAL DESPORTIVA E RECREATIVA DA
RAPOULA

APROVADO EM REUNIÃO DE DIREÇÃO 30/10/2022

*Estamos aqui para fazer alguma diferença no mundo, se não, porque
estamos aqui?*

Steve Jobs

Índice

NOTA INTRODUTÓRIA	3
Enquadramento, missão e estratégia	4
Organização da ACDR	4
A Missão.....	4
Visão	5
Valores	5
Análise de Necessidades – Ambiente Interno e Externo.....	5
A nova identidade gráfica do Grupo de Gaita de Beiços da Rapoula	8
1ª Parte - Projetos a longo prazo.....	9
2ª Parte – Atividades pontuais e Projetos de impacto cultural e desportivo	10
3ª Parte – Vertente Solidária da ACDR	20
Grelha resumo com as principais atividades a serem desenvolvidas	21
ANEXOS	23

NOTA INTRODUTÓRIA

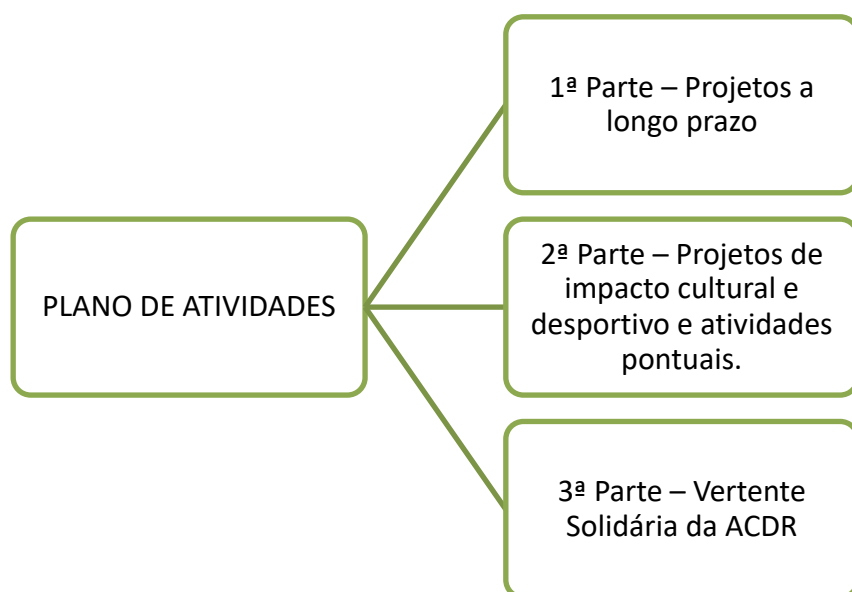
Este é o primeiro plano anual de atividades da nova direção da Associação Cultural, Desportiva e Recreativa da Rapoula (ACDR).

É com renovada ambição e espírito de compromisso, quer para com os nossos sócios, mas também para com o Município da Guarda, os nossos parceiros e patrocinadores, que no próximo ano, tentaremos marcar um novo rumo em termos culturais, desportivos, mas também sociais.

O nosso desejo é trabalhar com afinco para e com as nossas gentes, num espírito cooperativo, de união, para que cada um volte a acreditar numa associação que deveremos sentir como nossa, devolvendo a alegria e o entusiasmo às gentes da Rapoula.

O pensamento de Steve Jobs, espalha o nosso querer e a nossa vontade de fazer diferente e desta maneira podemos manter a ACDR viva!

O plano anual de atividades, para o ano de 2023, que agora aqui estamos a apresentar e que será votado numa próxima assembleia geral da associação, encontra-se dividido em três partes essenciais:

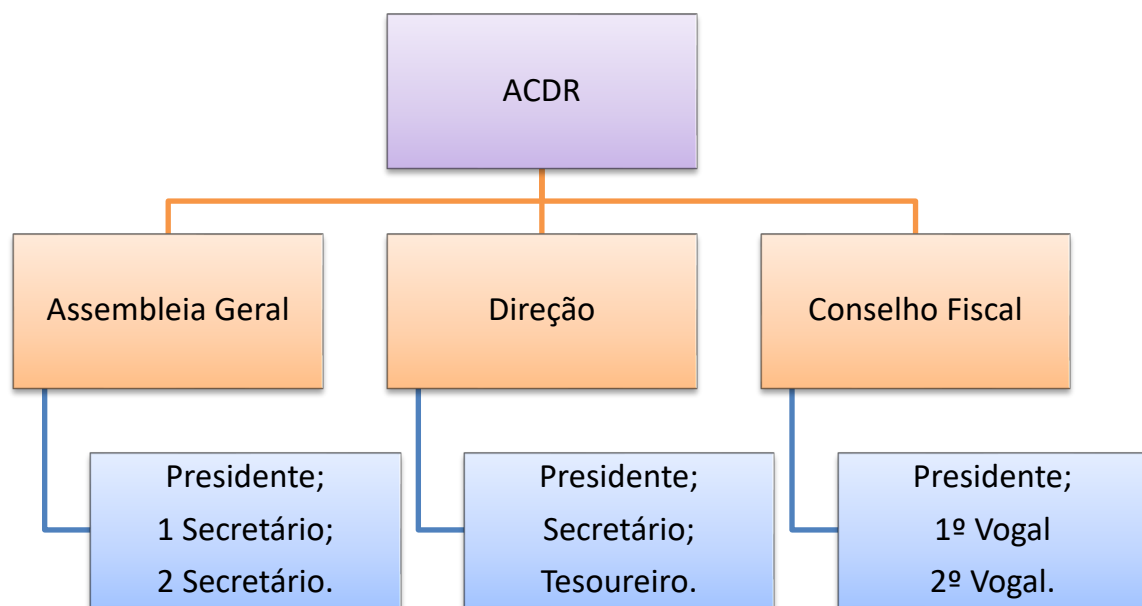


Este será o nosso compromisso!

Enquadramento, missão e estratégia

A Associação Cultural, Desportiva e Recreativa da Rapoula (ACDR), é uma associação sem fins lucrativos, cuja finalidade é divulgar, promover e apoiar atividades culturais, recreativas, desportivas e sociais.

Organização da ACDR



A Missão

A ACDR tem como principal missão a promoção da cultura, do desporto e até mesmo da solidariedade, em todo o seu prisma de atuação, reforçando a qualidade de vida e o sentimento de valorização social dos seus associados. Para levar a cabo a missão, a associação suporta-se em muito dos princípios do associativismo.

Visão

Ser uma associação inovadora, integrada na comunidade, com uma forte componente cultural, desportiva e também social e solidária.

Valores

A ACDR tem como principais valores de atuação os seguintes:

- ✓ Responsabilidade
- ✓ Competência
- ✓ Criatividade
- ✓ Cooperação
- ✓ Inovação
- ✓ Partilha
- ✓ Coesão

Análise de Necessidades – Ambiente Interno e Externo

A análise dos fatores externos, ou da envolvente da ACDR, tem como objetivo identificar e prever as alterações que se produzem em termos da sua realidade atual e comportamento futuro. Estas mudanças devem ser identificadas em virtude de que elas podem produzir um impacto favorável sobre a associação (oportunidade) ou adverso (ameaça). Há, pois, que preparar-se para aproveitar as oportunidades ou para combater as ameaças, num contexto atual de profunda incerteza, muito devido a uma guerra no leste da Europa e ao comportamento da economia.

Com base na análise da envolvente podemos identificar um conjunto de ameaças e oportunidades, que se colocam no horizonte do Plano de Atividades apresentado (Quadro seguinte).

OPORTUNIDADES	AMEAÇAS
A importância que as associações locais têm no desempenho da sua missão; Crescimento nos últimos anos de população na Rapoula, em especial de população jovem. Boas infraestruturas, com especial relevância, para o pavilhão de São Marcos. Apoio anual disponibilizado pelo Município da Guarda e Junta de Freguesia; Uma nova equipa, essencialmente jovem, com dinamismo e vontade de trabalhar;	Os elevados valores do desemprego na atualidade; Crise económica que se está a sentir; O desvalorizar e desacreditar da ACDR, como resultado do trabalho de anos anteriores; Dificuldade em termos económicos, para serem concretizados alguns projetos e dinamizadas algumas atividades.

Além das oportunidades e das ameaças, deveremos também identificar as situações ou condições endógenas da ACDR que se repercutem no cumprimento dos objetivos. Nesta análise incluem-se as debilidades internas (pontos fracos), relacionadas com as barreiras que, não sendo eliminadas, limitarão ou perturbarão o desenvolvimento de alguns pontos fortes. Por outro lado, as forças internas (pontos fortes) dizem respeito a elementos da associação baseados em recursos e capacidades que lhe podem proporcionar a liderança em determinadas áreas (Quadro seguinte).

Pontos Fortes	Pontos Fracos
Localização geográfica da Rapoula; Forte motivação dos órgãos sociais; Boas condições em termos de infraestruturas para o desenvolvimento de atividades; Grupo de Gaita de Beijos, ser um dos	Desmotivação dos órgãos, quando eventualmente alguma coisa não corra como esperado; Inércia do tempo e da rotina; Pouca visibilidade da ACDR nos últimos anos;

maiores ativos da associação; Os próprios sócios, no apoio que vão dar à associação, quer em termos monetários (cota anual), quer outro tipo de apoio que seja necessário.	
--	--

A nova identidade gráfica do Grupo de Gaita de Beijos da Rapoula

Antes de nos centrarmos concretamente, naquelas que serão as linhas orientadoras e de execução para o ano de 2023, importa apresentar a nova identidade gráfica do Grupo de Gaita de Beijos da Rapoula.

A nova direção da ACDR, procedeu à alteração do logotipo, no sentido de potenciar este grupo, dar-lhe visibilidade e levando-o além-fronteiras.

Esta direção terá sempre o maior respeito pelo grupo, que é ao mesmo tempo o maior ativo da associação.

Apresentamos a nova identidade gráfica do Grupo Gaita de Beijos da Rapoula, e como se quer frisar no futuro “não há gaita como a nossa”.



1ª Parte - Projetos a longo prazo

Um dos projetos que esta nova direção tem em mãos é transformar o antigo ATL, que se localiza na casa do povo da Rapoula, em sede da Associação.

Este foi um espaço que foi cedido à ACDR, ainda no anterior executivo da freguesia, com o objetivo de o mesmo ser requalificado e transformado, para utilização futuro, quer dos órgãos sociais da ACDR, quer dos próprios sócios.

O objetivo, ao longo deste ano pelo menos é conseguirmos ter o espaço minimamente funcional, para se começarem a fazer nele, quer as reuniões da direção, quer as próprias assembleias gerais.

Para colocarmos o espaço funcional e ainda que a anterior direção já tenha iniciado algumas obras de melhoria, nomeadamente em termos de pintura, será importante algumas alterações estruturais.

Se a ACDR, não tiver capacidade orçamental para suportar as despesas da transformação do espaço, irá solicitar junto de entidades públicas algum tipo de ajuda, como é o caso da Junta de Freguesia de Pêra do Moço e outras empresas, com especial incidência, nas que estão sediadas na Freguesia.

2ª Parte – Atividades pontuais e Projetos de impacto cultural e desportivo

A cultura é o maior património de uma sociedade

Envolver a ACDR e alguns dos habitantes da Rapoula, no canto das Janeiras, no TMG (data a definir pelo Município)

A ACDR, tem marcado presença na iniciativa promovida pelo município da guarda, de logo no início do ano, criar um espetáculo comunitário que conta com a participação das diferentes coletividades do Concelho da Guarda.

Cantar as janeiras pelas ruas da Aldeia (7 ou 8 de Janeiro)

Houve há uns anos atrás o cantar das janeiras pelas ruas da aldeia, depois de ser a atuação no TMG. Uma forma de dar a conhecer aos habitantes da Rapoula, principalmente aos que não tiveram oportunidade de ir, as músicas que foram cantadas nessa sala de espetáculos.

Uma boa combinação entre convívio e ao mesmo tempo, uma maneira de se conseguir angariar algum dinheiro para a associação.

Este ano, queremos voltar a resgatar esta atividade e tradição.

Aulas de Ginástica (janeiro a dezembro de 2023)¹

A ACDR, irá promover às 3ªs e 5ªs feiras de janeiro a dezembro, das 19h30 às 20h30 aulas de ginástica, onde está incluído condição física, Zumba, Mobilidade e Reforço Muscular. Esta a atividade tem um custo de 15€ mensais para sócios da ACDR e 20€ mensais para quem não é sócio.

As aulas, serão realizadas no pavilhão de São Marcos, na Rapoula.

¹ Cartaz nos Anexos

Envolvimento da ACDR na Guarda Folia – Carnaval (em Fevereiro)



Um dos grandes objetivos da nova direção é voltar ao envolvimento na iniciativa, levada a cabo todos os anos, pelo município, a Guarda Folia.

O envolvimento da ACDR será em duas grandes vertentes:

- 1) Organização e preparação do carro alegórico para o cortejo do Galo do Entrudo. A freguesia de Pêra do Moço, é constituída atualmente, por 5 associações, praticamente uma em cada aldeia. Todos os anos, e de forma rotativa, cabe à associação de uma aldeia, organizar e preparar o carro alegórico, para o cortejo do galo do entrudo. No ano de 2023, cabe à Rapoula, mais concretamente à ACDR, organizar.
- 2) Voltar a participar nas tabernas do entrudo com uma barraca de comes e bebes, com o título “A Tasca do Garnizé”. Os objetivos da nossa participação serão:
 - angariar algum dinheiro para atividades futuras da ACDR;
 - promover o trabalho que é desenvolvido na própria associação;
 - apresentar e começar a divulgar um festival cultural e gastronómico, que esta associação tem o desejo de realizar, já no mês de agosto, como vão ter oportunidade de observar mais adiante.



Passeio com os sócios aos passadiços do Mondego (no mês de março)



Assinalando a entrada da primavera, juntamente com a promoção daquele que será no futuro um dos grandes atrativos turísticos da região – os passadiços do mondego, a ACDR, juntamente com o apoio do município, tem o desejo de organizar uma caminhada, com o objetivo de os sócios, poderem apreciar este trajeto turístico, assim como contemplar aquele que é sem dúvida um dos grandes vales, que as gentes da Guarda se devem de orgulhar, o vale do Mondego.

Apoio do município: Entradas gratuitas nos passadiços e transporte da Rapoula até ao início do percurso – Barragem do Caldeirão e novamente transporte no fim do percurso (Videmonte) até ao pavilhão de São Marcos.

Haverá nesse dia um almoço convívio e uma tarde de animação.

Solicitar ao município, através das permutas dos Gaita de Beijos, um grupo para animar a tarde.

“Verão É na Aldeia” – Programa diversificado de atividades de Verão (julho e agosto)

A ACDR irá aproveitar os meses de verão, em especial os meses de julho e agosto, para promover um conjunto de atividades diversificadas, sejam elas culturais, como desportivas, de modo a que os sócios e a população da Rapoula, possam aproveitar com diferentes experiências e sensações os dias convidativos de sol e calor.

Grande parte das atividades irão decorrer no largo de São Marcos na Rapoula, onde esperamos, com a ajuda do Município e de um dos Quiosques que o mesmo possui dos mais antigos), colocar um bar, com esplanada em funcionamento e diferentes atividades, nos meses já mencionados anteriormente.

Outras das atividades que estão pensadas, serão as seguintes:

- Música ao vivo 1x de 3 em 3 semanas
- Cinema ao ar livre 2x por mês
- Uma noite de fados
- Noites de Karaoke

E muitas outras...

Neste mesmo conjunto de atividades de verão, ainda há espaço para as **atividades desportivas**, onde se destacam:

- 2ª Edição dos Trilhos da Rapoula – Uma prova de corrida e trail, com dois percursos de dificuldade (com o apoio do clube de montanhismo e Guarda Runners).
- Caminhada ao Nascer do Sol – Uma caminhada, diferente das que se fazem habitualmente, onde o objetivo, será este mesmo, ver o nascer do Sol.
- 1º Passeio de BTT – pelos caminhos das diferentes aldeias da Freguesia de Pêra do Moço (Com o apoio do Clube de Ciclismo da Guarda).

Festival cultural e Gastronómico – 19 e 20 de agosto de 2023

Ainda dentro das atividades de verão, queríamos apresentar e destacar um festival Cultural e Gastronómico, que foi pensado e que nós teríamos todo o prazer em implementar.

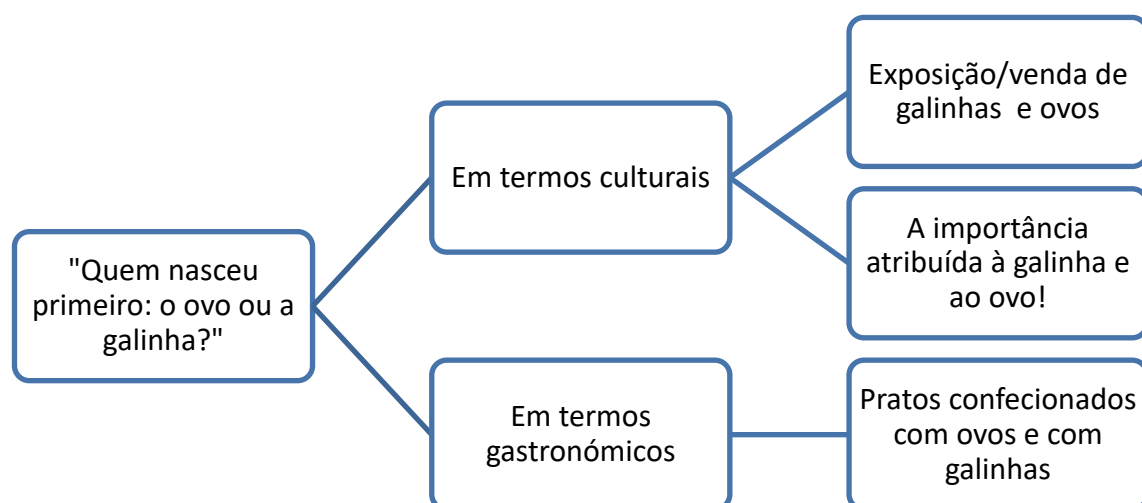
“Quem nasceu primeiro: O ovo ou a Galinha?!”

O que está pensado é muito mais do que um festival cultural:

- Galinheiro Gastronómico;
- Exposição e venda de ovos e galináceos;
- Espaço de vendas e artesanato;
- Espaços de *Show Cooking*;
- Espaço infantil;
- *Stand Up Comedy*.

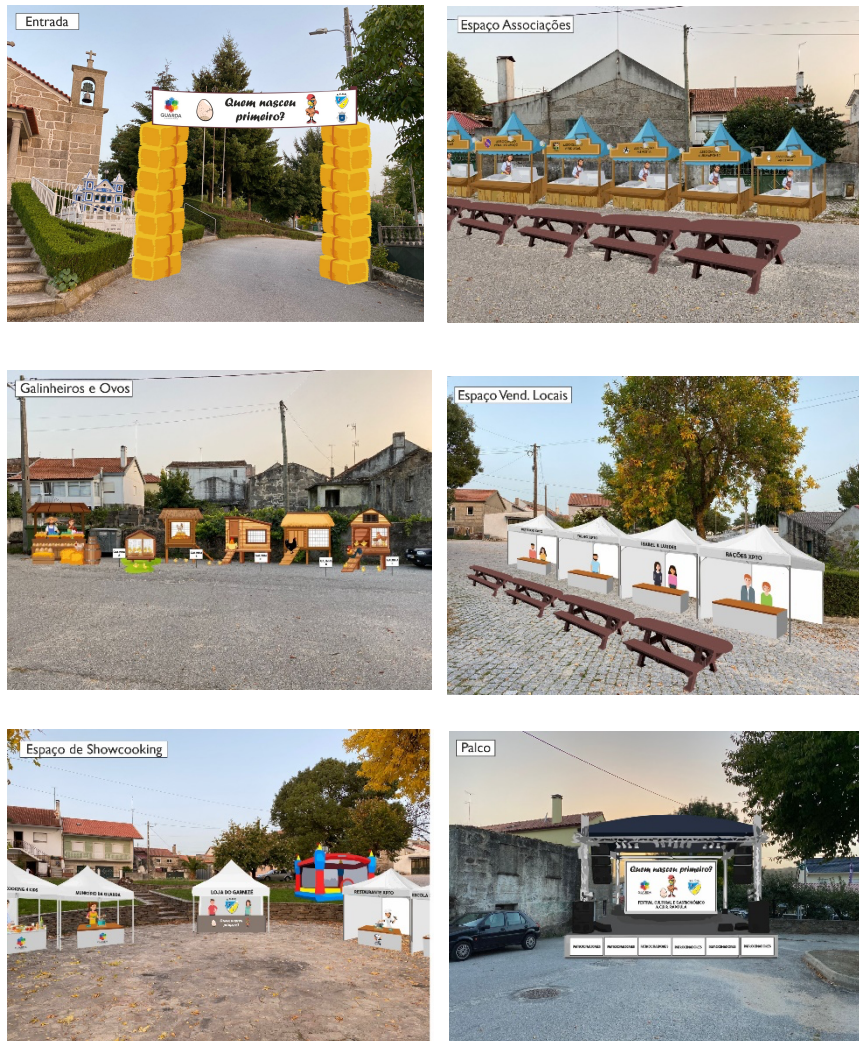
A grande questão que se pode colocar, é o porquê de criarmos um festival, onde o destaque vai para o ovo e para a galinha?!

Porque acreditamos que este é um festival que pode ter bastante impacto em termos culturais e gastronómicos



Com este festival, pretendemos envolver todas as associações da freguesia, assim como as associações de Gonçalo Bocas e Arrifana, de forma a congregar esforços, no sentido de um trabalho comum de valorização cultural, gastronómica e de atratividade turística.

Algumas imagens demonstrativas da ideia no terreno



Algumas notas a realçar:

- Pretendemos ter durante os dias do festival, quer exposição, quer espaço para venda de diferentes qualidades de galinhas, assim como diferentes qualidades de ovos.
- No Galinheiro Gastronómico, pretendemos que sejam confeccionados e degustados diferentes pratos. Ao mesmo tempo, iremos promover o concurso da melhor canja de galinha.

- No espaço de vendas, pretendemos ter rações e produtos para galinhas, assim como artesanato e ainda gastronomia direcionada à galinha e ao ovo.

Apoio do município:

- Apoio logístico (stands);
- Divulgação;
- Grupos musicais, de acordo com as permutas, devido ao grupo Gaita de Beijos;
- Apoio monetário, no caso de ser possível, além do que é atribuído anualmente, na verba destinada às associações.

Aniversário da ACDR e magusto de São Martinho – 18 de novembro 2023

No dia 18 de novembro, pretendemos reunir os sócios da associação e celebrar mais um aniversário da associação.

Um programa diversificado e que será planeado pela direção.

“A magia do Natal acontece na Aldeia” - 16 e 17 dezembro

Workshops

Oficinas de Culinária

Mercado de Natal

Concerto Solidário

PROGRAMAÇÃO

Sábado - Dia 16 de Dezembro

14h00 – Abertura da Iniciativa

Gaita de beijos da Rapoula

Das 14h00 às 19h00 – Mercado de Natal

Nota: nos dias 16 e 17 decorrerá a iniciativa “Mercado de Natal”. (barracas que serão solicitadas ao Município) – Aqueles barracas de madeiras mais pequenas que o município tem.

Nota: Convidar as associações da freguesia e/ou outras pessoas para expor e vender os produtos (por exemplo a Lurdes que faz as filhoses para venda).

Se tivermos só gente da Rapoula que consiga preencher os espaços todos, fica só a gente da Rapoula!

Menoita / Verdugal / Pêra do Moço / Guilhafonso / Martianes

Colocar associações 2 pelo menos com vertente social:

- Associação de Beneficência e Melhoramento para a Freguesia de Pêra do Moço
- Cáritas Diocesanas da Guarda
- Liga Portuguesa Contra o Cancro
- CLDS
- Escuteiros

15h00 – Workshop – “Decorações de Natal” – Natal Sustentável”

O natal é das crianças:

15h00 - O Pai-Natal chegou ao Vale (Chegada do Pai Natal)

15h30 - Espetáculo de marionetas (colaboração com o município)

16h30 – Abertura Oficial do "Natal nas Aldeias"

17h30 – Concerto de Natal Solidário*

*a ideia do concerto solidário, será não cobrar entrada, mas quem for ao concerto doar alguma coisa que queira e será entregue a uma instituição da cidade.

Domingo - Dia 17 Dezembro

10h00 – A caminho do Natal – Aula de Ginástica

Das 14h00 às 19h00 – Abertura do Mercado de Natal

15h00 – "Sabores de Natal" (Oficina de Culinária)

O natal é das crianças:

15h00 - O Pai-Natal chegou ao Vale (Chegada do Pai Natal)

15h30 - Espetáculo de magia

16h30 – Jingles de Natal por Micael Cairrão com mensagens de Natal (crianças da Catequese – Falar com a Lili para organizar).

18h3 – Encerramento da iniciativa, com Lanche convívio (iguarias resultantes do workshop e encerramento)

Apoio da Junta de Freguesia:

- Apoio na divulgação do evento;
- Apoio Logístico;

Apoio do Município:

- Divulgação do Evento;
- Barracas para o mercado de natal.
- Transporte para grupos que eventualmente vão atuar.
- Alguma iluminação de natal

Mercado de Natal (16 e 17 Dezembro)

Largo São Marcos ou Pavilhão

ACDR

Cáritas

CLDS

Liga
portugue
sa contra
o cancro

Escuteiros



VER
DUG
AL

PALCO

Pêra
do
Moç
o

Guilhafonso

Associaç
ão de
melhora
mento

3ª Parte – Vertente Solidária da ACDR

1ª Feira Social – 27 e 28 de maio de 2023

A feira social não será apenas uma “montra” de instituições e parceiros sociais, será um espaço de debate, formação e aprendizagem, sobre aspetos importantes das instituições sociais.

A nossa ideia era nos diferentes espaços da Aldeia, promover diferentes iniciativas (por exemplo: na escola primária: ser o local onde se realizassem tertúlias, workshops; na casa do povo outra iniciativa; no pavilhão de São Marcos, um concerto solidário; no centro da aldeia representantes das diferentes instituições sociais, das mais variadas: saúde, setor social, setor cooperativo).

Seria para 27 e 28 de Maio de 2023.

Nota: esta atividade só avança, com aprovação da Senhora Vice-Presidente do Município, assim como parecer favorável por parte dos parceiros sociais, em CLAS.

Estabelecimento de protocolos

Estabelecimento de protocolos com clínicas, entre outros serviços, para que os nossos sócios, possam beneficiar de algum tipo de desconto e/ ou outros.

Grelha resumo com as principais atividades a serem desenvolvidas

ATIVIDADE	DATA	CUSTO PREVISTO	GANHO PREVISTO	Apoio do município
O Cantar das Janeiras no TMG (organização Município)	A definir pelo município	Sem custo previsto	Montante do apoio dado pelo município	Atividade organizada pelo município.
O Cantar das janeiras pelas ruas da Aldeia	7 ou 8 de Janeiro	Sem custo previsto	Ganho quer monetário, quer em géneros, resultantes do porta-a-porta.	Não se verifica
Aulas de Ginástica	1 janeiro a 31 dezembro	1.800€ pagamento aos professores da ginástica	900€ (em 15€ de mensalidade 5€ são para a associação e 10€ para o pagamento dos professores)	Não se verifica
Envolvimento da ACDR na Guarda Folia – Carnaval – Desfile do Galo do Entrudo	Em Fevereiro, de acordo com o município	1.000€	Montante do apoio dado pelo município	Apoio logístico e financeiro
Envolvimento da ACDR na Guarda Folia – Carnaval – Taberna do Entrudo	Em Fevereiro, de acordo com o município	800€	Sem estimativa, resultado de vendas da taberna do entrudo.	Apoio logístico.
Passeio com os sócios aos passadiços do Mondego	26 de março	700€	5€ por cada sócio que participe na atividade.	Apoio em termos do transporte e de grupo musical (devido à permuta do Grupo de Gaita de Beijos).

“Verão na Aldeia” – Programa diversificado de atividades de Verão	Julho e Agosto	Sem previsão	Sem previsão	Apoio na cedência de um quiosque, para a associação conseguir fazer uma esplanada no vale, onde decorrerão grande parte das atividades de verão. Outro tipo de apoio pontual.
Festival cultural	agosto de 2023	Sem previsão, mas o objetivo será ter o menor gasto possível, ou o maior retorno, para compensar despesas	Aproximadamente 5.000€, no caso de o festival, integrar o conjunto dos outros festivais.	
Aniversário da ACDR e magusto de São Martinho	Novembro 2023.	500€	Sem previsão	Não se torna necessário.
“A magia do Natal acontece na Aldeia”	16 e 17 dezembro	Sem previsão	Sem previsão	Apoio logístico.

Anexo 1 – Cartaz de divulgação e promoção das aulas de ginástica



Ginástica

Condição física, Zumba, Modalidade e Reforço Muscular

Inscribe-te já!

Terças e Quintas
Das 19h30 às 20h30

Ganha o teu desconto se fores sócio da
Associação

Já a partir de Janeiro!

Sócio: 15€*
Não sócio: 20€*

*valor mensal

Associação Cultural Desportiva e Recreativa da Rapoula

 acdrrapoula  acdrrapoula  acdrrapoula@hotmail.com  966 597 796  969 293 226



**QUERES SER SÓCIO DA
ACDR OU RENOVAR A TUA
COTA?**

Inscreve-te já hoje!



10€

**Terás descontos e
muitas outras
vantagens!**



acdrapoula



acdrapoula



acdrapoula@hotmail.com



912 300 635