

ÍNDICE

1. Introdução	2
2. Caracterização da população alvo	3
3. Objetivos do projeto	5
4. Atividades a desenvolver	6
5. Calendarização	8
6. Recursos financeiros	11
<u>ANEXO</u>	13
7. Quadro nº . 1 – Receitas	14
8. Quadro nº . 2 – Despesas	15



1. Introdução

A Associação "O Paul Cultural Desportivo" surgiu no Paul em 3 março de 1974, onde estatutos foram publicados em Diário da República em 9 de julho de 1977, III Série-Número 157, página 6506, tendo então, desenvolvido um trabalho meritório de incremento do desporto e da cultura. Este trabalho reflete-se no nível de adesão da população, sendo uma entidade muito acarinhada na Freguesia do Paul.

Ao longo de vários anos esta Instituição dinamizou múltiplas atividades desportivas e culturais, nomeadamente o futebol, o hóquei em patins, o andebol, o ténis, o atletismo, o voleibol, o andebol, o cicloturismo, a ginástica, a hidroginástica e os desportos motorizados, referente à componente desportiva, e o movimento e drama, o teatro e atividades de biblioteca, na componente cultural.

O presente projeto visa dar continuidade às atividades desenvolvidas nestes últimos anos, assim como às obras projetadas.

No presente ano, continuar a remodelação do Parque Desportivo do Paul, nomeadamente, semear a relava no campo, o embelezamento dos espaços exteriores com a colocação de circuito de manutenção e a construção de um Polidesportivo, onde anteriormente existiu este equipamento, seria uma mais-valia para a Associação O Paul Cultural Desportivo e freguesia do Paul e limítrofes.



2. Caracterização da população alvo

Sendo a Freguesia do Paul uma povoação com 1622 habitantes (censos de 2011), com um grande número de jovens, é nossa intenção criar atividades que permitam a esses mesmos jovens praticar atividades de desenvolvimento físico e cultural necessário ao desenvolvimento harmonioso do ser humano.

É hoje, ideia aceite, que os jovens baseiam o seu processo de aculturação utilizando as oportunidades que o meio físico e humano envolvente lhes oferecem. Desse modo, é fundamental que todas as entidades se esforcem por oferecer aos jovens, atividades que lhes permitam uma correta integração social.

Existem no meio físico, social e cultural da Freguesia do Paul, um conjunto de fatores que condicionam negativamente essa integração e que interessa atenuar. Muito resumidamente, poderemos referir os seguintes:

- A localização física na periferia sul do Concelho, o que provoca um certo afastamento das instituições responsáveis pelo apoio necessário às atividades necessárias;
- A existência dum elevado número de iletrados nas camadas mais idosas, que origina uma certa falta de preparação "cultural" para a integração dos seus filhos na realidade do mundo atual;
- A carência dos recursos humanos, no âmbito do saber estar e fazer nas áreas culturais e desportivas, alheamento ao meio do associativismo.

Por estes, e outros motivos, acreditamos que se justifica plenamente a nossa ação, na medida do possível, alargada em relação aos anos anteriores. Para



Associação “O Paul Cultural Desportivo”

a concretização destes propósitos é indispensável o reforço dos apoios das entidades oficiais.



3. Objetivos do projeto

O presente projeto visa *desenvolver um conjunto de atividades que possam proporcionar a toda a população do Paul o preenchimento saudável dos seus tempos livres. Como já foi referido anteriormente o principal objetivo é dinamizar atividades que possam atrair os jovens para a prática desportiva, para o gosto por atividades culturais e para a sua socialização em todas as vertentes da cidadania.*

Num mundo em que cada vez mais, os jovens são atraídos por fatores de marginalidade como a droga ou o álcool, interessa criar atividades saudáveis que os possam motivar a integrar-se corretamente na sociedade em que vivem. Daí a razão do nosso projeto e a necessidade de apoio de todas as Instituições Públicas e Privadas.

Pretende-se, no entanto, criar condições para que também os adultos possam participar noutras atividades, como, por exemplo, a revitalização da cultura tradicional tão enraizada neste povo.

Os objetivos deste projeto visam igualmente a formação dos jovens e adultos em diversos níveis como a integração social, a saúde, o gosto pela leitura, o contacto com a natureza, o respeito pelos valores tradicionais, etc.

A atividade desportiva vai proporcionar aos jovens o conhecimento das suas capacidades, desenvolvendo simultaneamente, comportamentos e hábitos de trabalho necessários à vida e mesmo ao sucesso escolar. Desenvolve-se assim o espírito de grupo, o sentido da responsabilidade, da autonomia e da cooperação.



Ao nível da saúde, possibilitará o crescimento harmonioso e a aquisição de comportamentos e conhecimentos relativos ao próprio corpo e aos cuidados a ter com ele.

A dinamização de jogos tradicionais, património do nosso povo, permitirá a identificação cultural, o respeito pela tradição e a reprodução de práticas culturais necessárias à correta integração social dos jovens.

Também a utilização da “Ribeira Caia” (vulgarmente conhecida por “Ribeira do Paul”) e a exploração da natureza permitirão um desenvolvimento sadio dos jovens, permitindo-lhes o contacto com a natureza e, conseqüentemente, afastando-os de certos ambientes onde estarão mais sujeitos a influências prejudiciais.

Para atingir estes objetivos, propomo-nos desenvolver as atividades que a seguir se indicam.

4. Atividades a desenvolver

As atividades a desenvolver a seguir indicadas, devem permitir a concretização dos objetivos atrás definidos. Assim, **propomo-nos desenvolver no campo desportivo**, as seguintes atividades:

- Organização e formação de uma equipa de Juniores de FUTSAL (Idades 16-19/20); participação no Campeonato Distrital de Futebol da AFCB;
- Dinamização de diversos jogos radicais, em colaboração com o INATEL;



- Organização de um torneio de futebol de 7, com vários escalões etários e de ambos os sexos, após o Torneio de Encerramento da AFCB em Futsal;
- Organização da II Edição dos jogos de água, aproveitando os recursos do Paul e das freguesias limítrofes;
- Dinamização de um torneio de tiro ao alvo, em colaboração com o INATEL;
- Formação de jovens nos jogos de xadrez e damas, organizando posteriormente torneios na vila do Paul e permitindo a participação noutros torneios do Distrito;
- Organização de torneios de jogos populares, dinamizando os jogos da malha, corda, arco, rolho, pião e petanca;
- Dinamização da Secção de Desportos Motorizados e organização de provas/eventos de Todo-o-Terreno, tratores e clássicos, utilizando a pista pertencente à Junta de Freguesia e o espaço contíguo ao Complexo Desportivo;
- Organização de caminhadas, aproveitando a beleza natural da Região;
- Dinamização da ginástica e zumba, (aproveitando as instalações existentes no Complexo Desportivo) e hidrogenástica;
- Dinamização da Secção de Cicloturismo com a organização de provas e passeios/convívio, aproveitando as excelentes paisagens da região;
- Organização de uma atividade de canoagem, com a colaboração da INATEL, aproveitando materiais para reciclar;
- Organização da III Edição do “REMEMBER LIVE”.

Para a dinamização destas atividades, possuímos no Paul um conjunto de recursos que nos permitem encarar, com algum otimismo, a concretização dos objetivos desde que tenhamos a ajuda das organizações existentes.



Dispomos de um bom Parque Desportivo que passará pela remodelação, onde se insere a nova Sede Social/Centro de Convívio.

Também, uma natureza ainda limpa e uma excelente ribeira, onde poderemos praticar cicloturismo, canoagem e, futuramente, provas de natação.

No campo cultural propomo-nos desenvolver as seguintes atividades:

- Dinamização da Biblioteca, aproveitando a Sede Social e a Biblioteca existente, que se pretende organizar e aumentar, para incentivar os jovens à leitura;
- Organização de um Concurso de Fotografia, subordinado ao tema “**APCD, 45 anos de vida**”;
- Dinamização das comemorações relativas ao aniversário da Associação e das festas populares;
- Criação de uma nova página na Internet/Blog de forma a divulgar o historial desta Associação, bem como as suas atividades;
- Criação de um historial, referente aos primeiros 40 anos desta Associação (até 2014).

5. Calendarização

➤ janeiro de 2019

- Participação no campeonato Distrital da AFCB em FUTSAL-Juniores;
- Passeios de BTT, todos dos Domingos;
- Ginástica, Hidroginástica, Ballet e Zumba;
- Dinamização da equipa de Escolinhas (todo ano de 2019).



➤ *fevereiro de 2019*

- Participação no campeonato Distrital de FUTSAL-Juniores;
- Ginástica, Hidroginástica, Ballet e Zumba;
- Passeios de BTT.

➤ *março de 2019*

- Participação no campeonato Distrital da AFCB em FUTSAL-Juniores e início do Torneio de Encerramento (**24 de março de 2019**);
- Travessia da Ponte 25 de Abril/Lisboa (17 de março de 2019);
- Ginástica, Hidroginástica e Zumba;
- Convívio de TT (31 de março de 2019).

➤ *abril de 2019*

- Participação no campeonato Distrital/Torneio de Encerramento da AFCB em FUTSAL-Juniores;
- Passeios de BTT;
- *Organização de um torneio de xadrez;*
- Ginástica, Hidroginástica, Ballet e Zumba;
- Dinamização da Festa do 25 de Abril, organizando atividades desportivas e culturais no Parque Desportivo;
- Dinamização do dia do livro (22 de abril 2018 - 23 de abril é a data oficial);
- Comemoração do dia do associativismo jovem;
- Organização do torneio de primavera de Escolinhas;

➤ *maio de 2019*

- Finais das atividades desportivas e culturais do 25 de Abril (Dia Internacional do Trabalhador / 1º de maio) e entrega de recordações;



- Organização de uma prova de BTT, aproveitando os diversos caminhos florestais desta freguesia de Paul e das freguesias limítrofes (**25 de Maio de 2019**);
- Dinamização da Ginástica, Hidroginástica, Ballet e Zumba;
- Passeios de BTT – Mês do coração;
- **junho de 2019**
 - Dinamização da Ginástica, Ballet, Hidroginástica e Zumba;
 - Organização do torneio de tiro ao alvo;
 - Dinamização do Dia do Desporto;
 - Organização de atividades inseridas na defesa do ambiente, relembrando o dia 5 de junho, como dia mundial do ambiente;
 - Passeios de BTT.
 - Convívio de tratores/Ação de sensibilização.
- **julho de 2019**
 - Organização dos Jogos de Água (14 de julho de 2019)
 - Organização III Edição do REMEMBER (20 de julho de 2019);
 - Organização do Concurso de Fotografia, subordinado ao tema “**APCD, 45 anos de vida**”;
 - Exposição dos trabalhos concorrentes ao Concurso de Fotografia e da Coleção de Postais.
 - Organização de uma atividade de canoagem, com a colaboração da INATEL;
 - Participação em provas de estrada.
- **agosto de 2019**
 - Participação no “V Festival da Truta”, organizado pela Junta de Freguesia;
 - Continuação das atividades ligadas à biblioteca, futebol e xadrez;
 - Participação em provas de estrada.



- Organização e dinamização de uma caminhada “Caminhada dos Açudes” (25 de Agosto de 2019);
- *setembro, outubro e novembro de 2019*
- Organização de um jogo de apresentação da equipa Escolas / Infantis;
- Organização de um torneio Interassociações em veteranos;
- Organização de um torneio de jogos populares;
- Participação no Distrital de Futebol (Escolas/Infantis);
- Participação no Distrital de FUTSAL (Juniões);
- Dinamização da Ginástica, Zumba, Ballet e Hidroginástica;
- Organização de um passeio de BTT “Entre Ribeiras”/Serra da Estrela (26 de Outubro de 2019);
- Organização de um magusto (mês de novembro)
- Dinamização do Run&Bike (novembro);
- Continuação das atividades ligadas à biblioteca e xadrez.
- *dezembro de 2019*
- Participação no Distrital de FUTSAL (Juniões);
- Dinamização da Ginástica, Ballet, Zumba e Hidroginástica;
- Dinamização das atividades da biblioteca, futebol, xadrez e damas;
- Avaliação e reformulação do projeto;
- Elaboração de um novo projeto.

6. Recursos financeiros

Para concretizar as atividades antes descritas, elaborámos um orçamento global de **€34 950,61 (em anexo)**.

Estas verbas terão que ser obtidas de várias formas, devendo uma grande fatia ser suportada por subsídios de entidades oficiais, de quem esperamos a melhor receptividade às nossas propostas.



Por outro lado, além das verbas obtidas através da quotização dos sócios e da publicidade, os Órgãos Sociais da A.P.C.D. não se pouparam a esforços para “inventar” dinheiro, obtendo receitas junto de beneméritos e empresários da região, na exploração de bares nas festas, pela venda de rifas, brindes, cachecóis, etc.

Estamos conscientes que o Plano que apresentamos é ambicioso. Porém, como já referimos, a conjugação de esforços dos Órgãos Sociais, associados e população em geral, convenientemente respaldados por subsídios das entidades oficiais, irá permitir um elevado grau de cumprimento dos objetivos aí expostos.



ANEXO

ORÇAMENTO GLOBAL

Receita/Despesa



7. Quadro nº . 1 – Receitas

Receitas

1.1	Quotização e Joias	3000,00 €
1.1.2	Quotização Ginástica/Hidro/Zumba	2500,00 €
1.1.3	Quotização BTT	1000,00 €
1.1.4	Quotização TT	1500,00 €
1.1.7	Outros	415,00 €
	SUBTOTAL	8.415,00 €

2.1	Subsídios	6700,00 €
2.3	Bar	2280,00 €
2.4	Rifas	550,00 €
2.5	Lembranças	350,00 €
2.6	Eventos/jogos/donativos	1000,00 €
2.7	Publicidade	2000,00 €
	SUBTOTAL	12880,00€

3.1	Equipamentos	8386,63€
	SUBTOTAL	8386,63€
4.1	Obras	5268,98€
	SUBTOTAL	5268,98€
	TOTAL	34950,61€



8. Quadro nº . 2 – Despesas

Despesas

1.1	Quotização AFCB	200,00 €
1.1.2	Quotização INATEL	100,00 €
1.1.3	Inscrições AFCB	1000,00 €
1.1.4	Material Desportivo	500,00 €
1.1.5	Material de Marketing	800,00 €
1.1.6	Material de enfermagem	200,00 €
1.1.8	Outros	810,00 €
	SUBTOTAL	3610,00 €

1.2	Gasóleo	1500,00 €
1.3	Pavilhão	1200,00 €
1.4	Água	400,00 €
1.5	Luz	2440,00 €
1.6	Gás	400,00 €
	SUBTOTAL	5940,00 €

2.1	Passeio/GEO BTT	3000,00 €
2.2	Passeio TT	500,00 €
2.3	Hidro, Ginástica, Zumba loga	2000,00 €
	SUBTOTAL	5500,00 €

3.1	Café	350,00 €
3.2	Cerveja	500,00 €
3.3	Garrafeira (sumos, águas...)	1000,00 €
3.4	Batatas Fritas	200,00 €
3.5	Pão	800,00 €
3.6	Carne	150,00 €
3.7	Carvão	100,00 €



Associação “O Paul Cultural Desportivo”

SUBTOTAL	3100,00 €
-----------------	------------------

4.1	Seguros (campo/carrinha/prova BTT/TT)	1390,00 €
4.2	Imposto de Circulação	45,00 €
4.4	Manutenção	300,00 €
4.4	Inspeção Carrinha	30,00 €
	SUBTOTAL	1765,00 €

5.1	Tinteiros	200,00 €
5.2	Produtos de Limpeza	250,00 €
5.3	Mercearia	300,00 €
5.4	Prémios Rifas	400,00 €
5.5	Requisição de cheques	30,00 €
5.6	Gráfica	100,00 €
5.7	Troféus e Impressões	100,00 €
	SUBTOTAL	1380,00 €

6.1	Equipamentos/Trator	2699,00€
	Motoroçadora	545,00€
	Ar condicionado	5142,63€
	SUB-TOTAL	8386,63€
7.1	Obras	5268,98€
	SUB-TOTAL	5268,98€

TOTAL	34950,61 €
--------------	-------------------