



Plano de Atividades 2019

Clube Recreativo dos Amigos da Quinta da Saudade



CRAQS

Índice

1. O CRAQS “Uma perspectiva para 2019”	02
2. Organograma do Clube	03
3. Memória Descritiva	04
a. Objetivos/finalidades	04
b. Necessidade de apoio financeiro	05
c. Atividades a desenvolver	05
d. Calendarização Desportiva	08
e. Calendarização interassociativa	08
f. Calendarização de Eventos	09
g. Afetação de Recursos	11
h. Impacto Sócios / Comunidade Envolvente	13
4. Previsão de Orçamental para 2019	16

O CRAQS

Uma perspectiva para 2019...

O Clube Recreativo dos Amigos da Quinta da Saudade conta com uma nova Direção desde 12 de Dezembro de 2017, sendo que o ano de 2018 foi como pano de fundo para o arranque da dinamização cultural, desportiva e recreativa do CRAQS, que pretendemos continuar a melhorar no ano 2019.

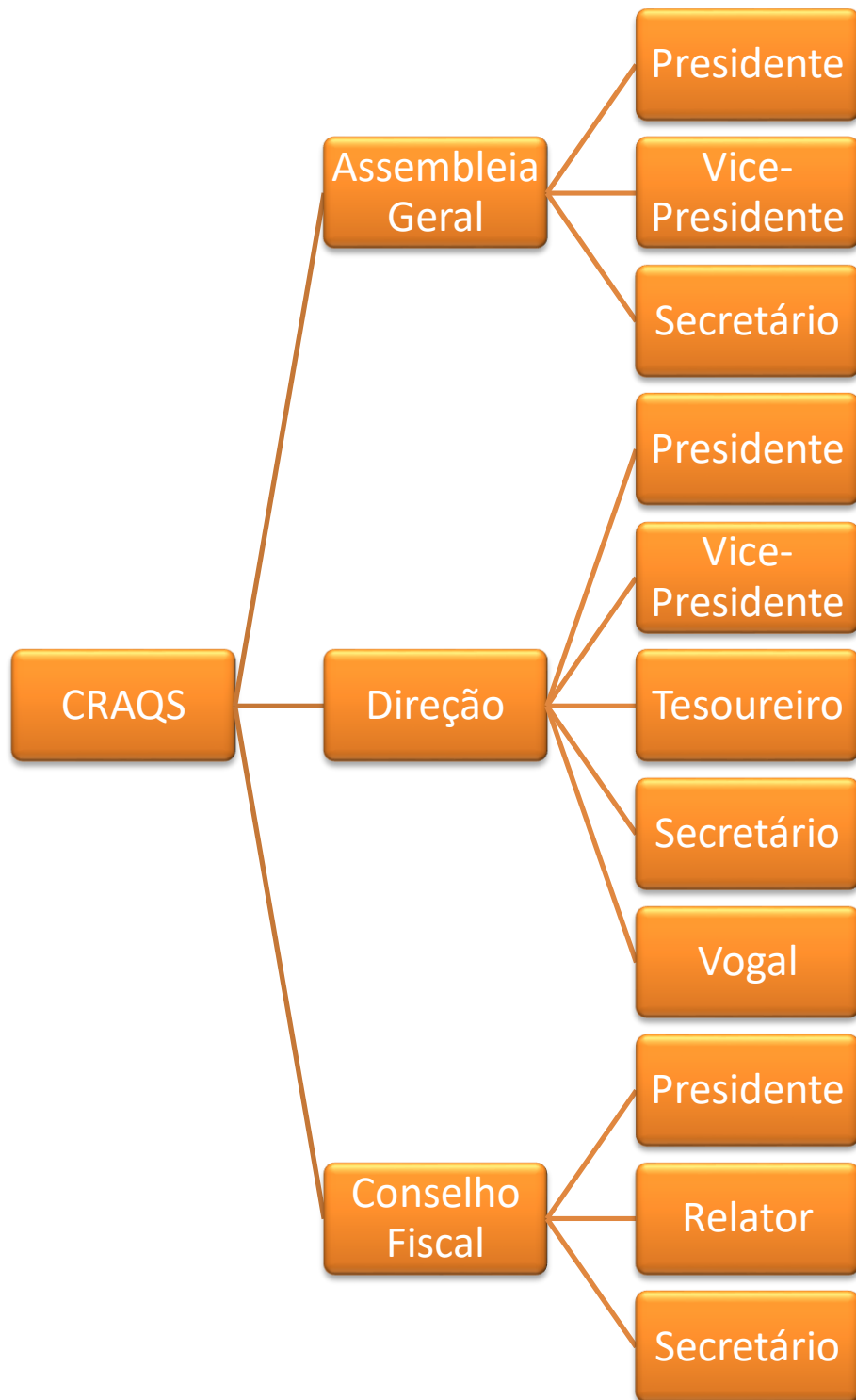
A direção do clube constituída por um grupo de moradores da Quinta da Saudade, acreditou na reabilitação do CRAQS, enquanto Clube dos moradores, para os moradores e aberto a todos os amigos que dele fazem parte e os que queiram ingressar no Clube que é de todos.

Apostar na modernização, na inovação e na melhoria contínua de um clube com 28 anos de existência, tornou-se essencial mantendo viva a tradição, os valores e a essência que fundou o CRAQS. Conseguimos e queremos continuar o nosso caminho para a criação de harmonia entre a modernização e a memória, uma combinação que aposta no futuro sem esquecer as raízes.

Um dos principais objetivos foi e continuará a ser a mobilização de sócios, moradores e estruturas socio culturais vizinhas, numa vertente de partilha de conhecimentos, experiências e valências.

No ano de 2018 demos o “pontapé de saída” para uma experiência enriquecedora para o CRAQS e para a comunidade envolvente, que pretendemos continuar a fomentar no ano 2019.

Organograma do CRAQS



Memória Descritiva

Objetivos/Finalidades

O CRAQS continuará a prosseguir as suas finalidades estatutárias, nomeadamente as de divulgação, promoção, apoio e fomento da prática de modalidades desportivas, dinamização cultural e recreativa para os seus sócios.

Procura ser uma instituição sociocultural e desportiva inserida na comunidade de uma forma ativa e empenhada, dando para tal contributos específicos que promovam uma melhor qualidade de vida e bem-estar, conduzindo ao desporto as camadas jovens envolvendo-as num salutar convívio com os seus associados menos jovens que também praticam as modalidades e/ou participam em actividades de lazer e cultura do clube.

As atividades a desenvolver serão alvo de análise orçamental, afetação de equipas, bem como informação de expectativas, de análise de impacto nos participantes e no meio envolvente.

Uma visão realista, orientada para os possíveis resultados que se espera contribuírem para a aproximação da população e para a disseminação da cultura, do desporto e do associativismo.

Necessidade de apoio financeiro

A concretização das metas estabelecidas para 2019, a sua eficácia e sucesso, estão indissociavelmente dependentes de apoio financeiro da Junta de Freguesia da Charneca de Caparica e Sobreda através do eventual apoio financeiro de carácter regular, previsto no Regulamento para a concessão de apoios ao movimento associativo.

O apoio financeiro será também diligenciado junto de entidades como a Camara Municipal de Almada e possíveis patrocínios com o comércio local.

As candidaturas de apoio extraordinário bem como de apoio aos equipamentos/infra-estruturas estarão cingidas às necessidades urgentes e à perfeita consciencialização da complexidade da sua tramitação, incidindo provisionalmente em três candidaturas iminentes.

A continuidade de mobilização de sócios e a sua reaproximação ao clube, bem como as atividades desportivas continua a ser um desafio constante no processo de criação de receita, pelo que o apoio financeiro torna-se vital no processo de seguimento do CRAQS.

Atividades a Desenvolver

Infraestruturas

- Manutenção de Jardins
- Corte de árvores exteriores a fim de evitar possíveis acidentes
- Recuperação/limpeza/conservação
- Otimização da sinalética com indicações da localização do CRAQS
- Revisão de extintores
- Pintura do Edifício

- Implementação de um polidesportivo no exterior, a disponibilizar a toda a comunidade.

Área Administrativa/Financeira

- Aquisição de computador e impressora
- Alteração/actualização dos Estatutos do Clube
- Alteração/actualização de Regulamento Interno do Clube
- Realização de Inventário do Património do Clube
- Realização de parcerias e apoios
- Solicitação de patrocínios
- Angariação de novos sócios
- Mobilização de antigos sócios

Área Desportiva

- Garantir a gestão desportiva do Clube na íntegra
- Melhoramento das condições para a prática de diversas modalidades, nomeadamente recuperação dos vestiários
- Dinamizar e alargar a oferta de modalidades
 - Implementadas:
 - Zumba
 - Cross Training
 - Hip Hop KIDS
 - A implementar:
 - Tiro ao Alvo
 - Danças Orientais
 - KickBoxing
 - Karaté
 - Ginástica Rítmica
- Promover a actividade das caminhadas
- Promover a celebração, sempre que possível, de aulas outdoor

- Apostar na qualidade desportiva a nível instrutivo

Área Social, Cultural e Recreativa

- Manter tradições culturais e recreativas
- Dinamizar o Clube através de parcerias com os Lares de Idosos locais
- Proporcionar protocolos com as escolas e agrupamentos locais, Universidade Sénior, associações de reformados e grupos de apoio social
- Oferecer dinâmicas lúdicas e recreativas em épocas festivas
- Organizar campeonatos internos entre associados e inter clubes
- Participar nas Marchas populares de Almada
- Participar no Desfile de Carnaval
- Promover as Janeiras
- Otimização dos espaços para realização de eventos.
- Organização de matinés de fados
- Organizar atividades entre os sócios
- Intercâmbio associativo

Imagem e Comunicação

- Melhorar a rede de comunicação entre sócios e o Clube
- Criação de relação estreita entre o Clube, a Junta de Freguesia da Charneca da Caparica e Sobreira e a Câmara Municipal de Almada, através do pelouro do desporto.
- Informação de Agenda Municipal das actividades a desenvolver

Calendarização Desportiva

Dia/Horário	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb
10h00 – 10h45						
11h00 – 12h30						Hip Hop Kids
19h00 – 19h45						
20h15 – 21h00		Zumba		Zumba		
21h00 – 21h30		Cross Training		Cross Training		

Calendarização Intercâmbio associativo

Dia/Horário	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb
10h00 – 10h45					Grupo de Artesanato em Cerâmica	
11h00 – 12h30						
13h00--17h						
19h00 – 19h45	Grupo de cantares "Os Bizarros"					
20h00 – 20h45						
20h45 – 21h30					Grupo Folclórico da Morgadinha	
21h30 – 23h00						

Calendarização Eventos

Mês	Dia	Evento/Atividade
Janeiro	6	Festa dos Reis
	19	Jantar de convívio para sócios
Fevereiro	A definir	Torneio de Dominó
	16	Jantar de convívio
Março	3	Festa de carnaval
	A definir	Jantar de convívio para sócios
	19	Dia do pai no Craqs - convite à participação dos filhos e pais na aula de Zumba
Abril	13	Feira do Folar
	27	Jantar de convívio
	A definir	Torneio de Sueca
Maio	5	Dia da Mãe- convite à participação das mães e filhos na aula de HipHop
	18	Jantar de convívio
	A definir	Torneio de "Snooker"
	27	Aniversário do CRAQS – Sarau
Junho	1	Dia da Criança – Insufláveis gratuitos "CRAQS brinca contigo"
	A definir	Feira do Livro
	15	Jantar de convívio
	A definir	Festa de concertinas
	22	Santos Populares – Arraial no CRAQS
Julho	A definir	Torneio de Tiro
	12	Participação nas Festas Populares da Charneca
	20	Jantar de convívio
	A definir	Sarau- final de ano das actividades desportivas
Agosto (férias desportivas)	Férias Desportivas	
Setembro (Nova Época)	7	Receção do novo ano desportivo "CRAQS WEEK FREE"
	21	Jantar de convívio
	A definir	Matiné de Fados

Outubro	A definir	Torneio matraquilhos
	11	Dia Mundial do Combate à obesidade jantar convívio para sócios “comida saudável”
	31	Halloween – “Um susto no CRAQS”
Novembro	11	Magusto no CRAQS
	16	Jantar de convívio
Dezembro	A definir	Sarau do Natal no CRAQS
	21	Jantar de convívio
	31	Passagem de ano “Bem vindo 2020”

Afetação de Recursos

Atividade	Recursos Humanos	Recursos Técnicos	Recursos Financeiros
Manutenção jardins do CRAQS	1 elemento/ sócio	Ferramentas e utensílios cedidos provisoriamente por sócios	Não se aplica
Corte de árvores exteriores	A definir	Apoio Junta de Freguesia da Charneca e Sobreda	Não se aplica
Recuperação / limpeza e conservação	3 elementos / sócios	Produtos e acessórios doados por sócios	Não se aplica
Otimização da sinalética	2 elementos / sócios	3 Placas sinaléticas	50,00 €
Revisão de extintores	Não se aplica	Contratação externa	100,00 €
Pintura do Edifício	11 Elementos / sócios	Andaimes Revestimentos Tinta Utensílios Pintura	2.200,00 €
Implementação de polidesportivo exterior	Não se aplica	Contratação externa	Projeto extraordinário 6.000,00 €
Aquisição de computador e impressora	Não se aplica	Contratação externa	1000,00 €
Realização do inventário do clube	5 elementos / sócios	Computador Programa informático Etiquetas	Não se aplica
Recuperação de Vestiários	Não se aplica	Contratação Externa	Projeto extraordinário 4.000,00 €
“Feira do Livro”	3 elementos / sócios	Fyers	Não se aplica
Torneio de Matraquilhos	3 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Dia da Mulher “As mulheres do CRAQS”	6 elementos / sócios	Aquisição de flores	Não aplicável
Dia do pai “Pais no CRAQS”	2 elementos/ sócios	Não aplicável	Não aplicável
Torneio de Dominó	2 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Torneio de Tiro	2 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável

Torneio Sueca	2 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Aniversário do CRAQS - SARAU	11 elementos / sócios	Bolo/bebidas T-shirts para participantes no sarau	Patrocínio
Torneio Xadrez	2 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Matiné de fados	11 elementos / sócios	Artistas	350,00 €
Dia da Criança “CRAQS brinca contigo”	2 elementos / sócios	Insufláveis	Patrocínio
Santos Populares – Arraial no CRAQS	11 elementos / sócios	Conjunto musical	200,00 €
“CRAQS WEEK FREE”	2 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Festa das concertinas	11 elementos / sócios	Artistas	100,00 €
Jantar de convívio	11 elementos / sócios	Não aplicável	200,00 €
“Um susto no CRAQS”	5 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
Magusto no CRAQS	11 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
SARAU de Natal	5 elementos / sócios	Não aplicável	Não aplicável
“Bem vindo 2019”	11 elementos / sócios	Conjunto Musical	200,00 €

Impacto - Sócios / Comunidade Envolvente

Atividade	Impacto	Faixa Etária			
		<10	>11	>20	>65
Manutenção dos jardins do CRAQS	Melhoramento de infraestruturas/melhoramento de imagem do Clube que influencia externamente o aspeto da Rua e sua envolvência	X	X	X	X
Corte de árvores exteriores	Zelar pela imagem e segurança de pessoas e bens no exterior do Clube	X	X	X	X
Recuperação / limpeza e recuperação	Melhoramento de infraestruturas / melhoramento de imagem / Preservação do Património	X	X	X	X
Otimização da sinalética	Fornecer ao clube maior visibilidade externa	X	X	X	X
Manutenção de extintores	Zelar pela segurança do Clube e sócios ao abrigo da legislação em vigor	X	X	X	X
Pintura do Edifício	Melhoramento de infraestruturas/melhoramento de imagem do Clube que influencia externamente o aspeto da Rua e sua envolvência	X	X	X	X
Implementação de um polidesportivo exterior	Dotação a toda a comunidade de infraestruturas vocacionadas aos mais pequenos / aproveitamento de espaço exterior	X	X	X	X
Realização do inventário do clube	Definir o Real património do Clube, etiquetado todo o material inventariável, definindo assim o valor patrimonial do Clube		X	X	X
Criação de arquivo histórico	Preservação da memória do Clube	X	X	X	X
Realização de parcerias interassociativas	Alargar o intercâmbio a toda a comunidade associativa da Freguesia	X	X	X	X
Solicitação de patrocínios	Proporcionar ao clube apoio proveniente da malha comercial da freguesia	X	X	X	X
Angariação de novos sócios	Alargamento da massa associativa do Clube	X	X	X	X
Mobilização de antigos sócios	Recuperação de todos os antigos sócios,		X	X	X

	reaproximando-os do Clube				
Reavaliação do modelo exploratório do pavilhão	Dotar o clube de autonomia nas suas próprias iniciativas	X	X	X	X
Garantir a gestão desportiva	Proporcionar a toda a comunidade possibilidade da prática desportiva	X	X	X	X
Recuperação de Vestiários	Melhoramento de infraestruturas / proporcionar aos desportistas melhor conforto nos momentos pré e pós treino	X	X	X	X
Implementação de modalidades	Proporcionar a toda a comunidade possibilidade da prática desportiva com diversidade	X	X	X	X
“Feira do Livro”	Fomentar a leitura junto dos sócios / gerar a possibilidade de reutilização de livros / disseminar o conhecimento/cultura junto dos associados	X	X	X	X
Torneio de Snooker	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto		X	X	X
Dia da Mulher “As mulheres no CRAQS”	Valorizar as mulheres do CRAQS , oferecendo uma flor a cada mulher, um gesto simples que elogia a mulher	X	X	X	X
Dia do pai “Pais no CRAQS”	Convite à participação dos pais nas aulas, criando uma dinamização entre pais e filhos	X	X	X	X
Torneio de Matraquilhos	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto		X	X	X
Torneio Dominó	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto		X	X	X
Aniversário do CRAQS - SARAU	Celebrar o 28º aniversário do CRAQS promovendo um Sarau onde as modalidades serão apresentadas aos sócios e convidados.	X	X	X	X
Torneio Xadrez	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto	X	X	X	X
Matiné de fados	Apelo à manutenção das tradições portuguesas, através da música.		X	X	X
Dia da Criança “CRAQS brinca	Disponibilização de	X	X		

contigo”	insufláveis a todas as crianças, a título gratuito, uma forma de diversão entre os mais pequenos				
Santos Populares – Arraial no CRAQS	Realização de um baile exterior onde o São João será comemorado e onde se encerrará o ano desportivo	X	X	X	X
Torneio da Sueca	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto			X	X
“CRAQS WEEK FREE”	Início do ano desportivo, onde se oferece a todos os interessados a frequência grátis das modalidades no decorrer de uma semana	X	X	X	X
Torneio de Tiro	Proporcionar convívio entre sócios criando uma competitividade saudável vocacionada para o desporto	X	X	X	X
“Um susto no CRAQS”	Realização de um baile alusivo ao Halloween	X	X	X	X
Magusto no CRAQS	Promover um convívio entre sócios onde a castanha será a senhora da festa	X	X	X	X
SARAU de Natal	Celebrar o Natal promovendo um Sarau onde as modalidades serão apresentadas aos sócios e convidados.	X	X	X	X
“Bem vindo 2019”	Receber o novo ano, em convívio e diversão com a realização de um baile.	X	X	X	X

Previsão Orçamental 2019

Previsão de Orçamento

RECEITA

<u>PLANO FINANCEIRO</u> <u>Rubrica Orçamental</u>	Previsão 2019
Quotização de sócios	840,00 €
Subsídios e Protocolos	1.500,00 €
Café/Bar	3.300,00 €
Projeto extraordinário "Polidesportivo"	6.000,00€
Eventos	3.000,00 €
Locação de Espaços	360,00 €
Atividades Desportivas	3.700,00 €
Seguro Desportivo	200,00 €
Total	18.900,00€€

DESPESA

<u>PLANO FINANCEIRO</u> <u>Rubrica Orçamental</u>	Previsão 2019
Encargos Gerais	
• Electricidade e Água	1.900,00 €
Telecomunicações	960,00 €
Revisão/recarga de Extintores	100,00 €
Consumíveis Limpeza e higiene	60,00 €
Café/bar	1.790,00€
Eventos	1.500,00 €
Honorários Professores	2.590,00 €
Pinturas Diversas	2.600,00 €
Seguro Desportivo	200,00 €
IMI	1200,00 €
Projeto extraordinário "Polidesportivo"	6.000,00 €
Total	18.900,00€