



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”
“Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA

“O RELÂMPAGO”



PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO PARA

O ANO 2025



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”
“Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021



Ali durante corridinha no Zaire, hoje República do Congo, em 1974, às vésperas do duelo contra George Foreman. Foto: Arquivos GRACIEMAG

“Campeões não são feitos em academias. Campeões são feitos de algo que eles têm profundamente dentro de si – um desejo, um sonho, uma visão”

Muhammad Ali



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”
“Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO PARA O ANO 2025

INTRODUÇÃO	P. 4
1) Dimensão interna do clube (Órgãos sociais, gestão horizontal, reunião secções, comunicação interna, sócios)	P. 5
- Órgãos sociais.....	P.5
Gestão horizontal/reunião das secções	P. 5
- Comunicação interna	P. 5
- Sócios	P. 5
2) Dimensão externa (comunicação externa, divulgação, comunicação social, parcerias) .P. 6	
- 2.1 Comunicação externa e divulgação, merchandising.....	P. 6
- 2.2 Redes, afiliações e parcerias	P. 7
3) Departamento Desporto popular	P. 8
-3.1 Futebol, Futsal.....	P .8
- 3.1.1 Jogos- convívio.....	P. 8
- 3.1.2. Equipa Futsal masculino	P. 8
- 3.1.3. Equipa futsal feminino.....	P. 8
- 3.1.4. Futebol juvenil e futebol 7.....	p. 9
3.2 Ciclismo.....	P. 9
3.3 Boxe.....	P. 11
3.4 Atletismo.....	P. 11
3.5 Xadrez.....	P. 13
3.6 Vólei.....	P.15
3.7 Basquetebol.....	P.15
4) Grupo de Intervenção Departamento Cultural e Desenvolvimento Comunitário	P..16
- 4.1 Plano de intenções e desenvolvimento.....	P.16
- 4.2 Celebrações do 25 de abril.....	P. 17
- 4.3 1º de Maio (3º aniversário da ADRR).....	P.17
5) Sustentabilidade da organização.....	P.18
ORÇAMENTO PREVISTO PARA O ANO 2025.....	P.19



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

INTRODUÇÃO

O ano de 2025 vai ser mais um ano de desafios, na breve história do Relâmpago. 2024 foi um turbilhão de atividades, eventos, causas que aumentaram a nossa visibilidade, o nosso papel na cidade. O Relâmpago tornou-se uma referência no que diz respeito ao desporto popular, ao deporto de causas, ao desporto ao lado das comunidades. Mas o ano que agora acabou, foi muito complicado financeiramente: a falta de apoios públicos, SEM UMA SEDE AINDA, o aumento exponencial das atividades desportivas multiplicaram as despesas do clube que, mais uma vez, sobreviveu com o apoio dos associados, dos amigos, dos pequenos patrocinadores e do comércio local. Outra possibilidade foi o autofinanciamento, festas *benefit* e, sobretudo, o nosso merchandising foram, mais uma vez, as nossas fontes de financiamento.

A nova Direção, eleita em novembro passado irá enfrentar grandes desafios e pretende propor um modelo de organização mais ágil e ainda mais participativa e eficaz. 2025 será um ano onde iremos ter três equipas de futsal a competir (na ACCL com o futsal masculino e no INATEL, com uma masculina e uma feminina), as secções de boxe e atletismo a crescer exponencialmente, o xadrez e o ciclismo a reforçarem o seu papel dentro do clube, o voleibol e o basquetebol a enfrentarem a dura realidade da falta de pavilhões para a prática da modalidade. A falta de espaços e o grande esforço financeiro em alugueres de instalações para os treinos vai ser, infelizmente, a nossa maior despesa ao longo do ano

2025 será um ano de empenho e de entusiasmo, com os mais de 450 sócios prontos a remar todos na mesma direção, rumo a um futuro risonho; estamos também otimistas relativamente a finalmente obtermos algum (pequeno) apoio público, sublinhando que continuamos a acreditar num clube não subsídio-dependente e que é apoiado por pequenos patrocinadores : aqui voltamos a mencionar os amigos que ao longo destes dois anos nos apoiaram: o “Tasco Não Venhas Tarde”, o restaurante “A Primavera do Jerónimo”, a tasca do Sr. Carlos, o estúdio BAUM e, a partir de 2024, a Regiset.

Este documento apresenta o plano de atividades que pretendemos implementar ao longo dos próximos doze meses.



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

1) Dimensão interna do clube (Órgãos sociais, gestão horizontal, comunicação interna, sócios)

ÓRGÃOS SOCIAIS: Os novos OS entraram em funções em novembro do ano passado, com três novos elementos, que substituíram três dos gloriosos fundadores que, por motivos pessoais, deixaram o lugar à disposição; de realçar que duas das novas dirigentes são mulheres. A entrada de novos elementos será um estímulo para a melhoria no funcionamento, como enfrentar os desafios de 2025 para não ser tão desgastante como foi o ano de 2024. Estão previstos momentos de reflexão sobre um funcionamento mais ágil não só dos OS mas da estrutura geral do Clube.

GESTÃO HORIZONTAL: Continuamos a acreditar numa gestão horizontal do Relâmpago, mas sem que os Órgãos Sociais se desresponsabilizem do seu papel formal consagrado nos Estatutos e no Regulamento Interno. O aumento das atividades, das modalidades, trouxe mais associados a envolver-se nesta parte mais organizacional. Em 2025 pretendemos que sejam ainda mais numerosos

A gestão horizontal irá também estimular a autonomia das secções que já em 2024 mostraram passos importantes na sua organização interna e de “ponte” com a Direção.

As reuniões mensais com todas as modalidades serão mantidas em 2025, fazendo parte também da reflexão coletiva sobre o funcionamento do clube

Pretendemos também prosseguir com a organização de “assembleias abertas”, momentos mais informais de troca de ideias e partilha de opiniões. A irregularidade (ou a própria falta destes momentos) em 2024 continua a ser uma dos nossos pontos fracos, amenizados pelo fato de ter funcionado muito bem a reunião mensal das modalidades. Na reflexão prevista pelos OS será também discutida a organização dos momentos de reunião e assembleias

COMUNICAÇÃO INTERNA: De ano para ano, cada grupo de trabalho tem vindo a melhorar a sua comunicação interna, ajustando-a às necessidades de cada comunidade. Conforme o crescimento das atividades e modalidades, pretende-se criar novos grupos “digitais” que possam ajudar numa melhor gestão da coletividade. Continuamos a acreditar que a falta de uma sede é um entrave a um maior entrosamento dos agentes protagonistas das dinâmicas do clube.

SÓCIOS: 2024 foi um ano muito melhor que 2023, no que diz respeito aos novos sócios, continuando a ser a maior percentagem de associados que renovaram as quotas.



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

Para 2025, continuaremos a divulgar o clube para angariar novos associados (o aumento das modalidades praticadas irá ajudar a este crescimento), durante eventos e atividades onde a ADRR esteja envolvida e claramente a tão desejada sede iria, naturalmente, multiplicar a divulgação e angariação de novos sócios. Pretendemos, no fim de 2025, ter 100 novos sócios e que, pelo menos, 70% tenha as quotas em dia (como nos anos anteriores).

2) Dimensão externa (comunicação externa, divulgação, parcerias)

2.1 Comunicação externa e divulgação; *merchandising*

A comunicação externa e a divulgação das atividades da ADRR continua a ter, como canal privilegiado, a página do Instagram, dinamizada desde maio de 2021 e que teve o papel importantíssimo de dar a conhecer o clube e as suas valências.

Em 2025, a página Instagram vai continuar a ser a “voz” do clube nas redes sociais.

Funciona também a página oficial da ADRR (www.adrrelampago.pt) com notícias e documentos mais institucionais.

No final de 2024, houve a proposta de uma associada dinamizar um podcast do clube “Rádio Relâmpago”, projeto que pretendemos já lançar no início de 2025. Rádio Relâmpago quer ser um instrumento de divulgação das atividades do clube, mas ser também mais abrangente, falando de cultura, sociedade, comunidades e associativismo. Rádio Relâmpago terá uma cadência mensal.

Lembramos que o Relâmpago ficou responsável pela gestão e dinamização da página dedicada à Subida da Rampa do Vale de Santo António (www.rampadovale) e a gestão do mail rampadovale@gmail.com. Também em 2025 a página será o principal veículo de divulgação, e de exposição de todas as informações referentes à prova, que não tem ainda data marcada.

MERCHANDISING: Em 2025 continuaremos a divulgar o nosso estenso merchandising aumentando o volume de vendas, sobretudo reforçando as parcerias criadas em 2024 (o Alfaiate Samba Bá p.e) e naturalmente iremos lançar novos produtos. Não nos faltará a criatividade! Continuamos a acreditar na força do merchandising como instrumento de pertença ao clube para além de ser a nossa maior fonte de receitas.

2.2 Redes, filiações e parcerias



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

A ADRR está filiada, desde a sua formalização, na CPCCRD – Confederação Portuguesa das Coletividades de Cultura, Recreio e Desporto, como também na ACCL – Associação das Coletividades do Concelho de Lisboa, da qual faz parte, desde dezembro de 2024, representada pelo seu Presidente, na Direção. É também associada da Associação CLIP-Recursos e Desenvolvimento (CLIPrd). Várias secções estão filiadas nas associações regionais e nacionais : AAL (atletismo), ABL (Boxe), FPX (xadrez). Participando a nossa equipa de futsal no torneio INATEL masculino e feminino , o clube é filiado nesta entidade.

Pretende-se participar em algumas formações de capacitação que a CPCCRD e a ACCL pretendem organizar para dirigentes associativos, e com o CLIP, cujo boletim iremos continuar a utilizar para divulgar as atividades da ADRR.

No que diz respeito às parcerias, uma das missões assumidas pela ADRR é a divulgação, a valorização e o apoio incondicional ao movimento associativo. Pretendemos, em 2025, continuar a aumentar o leque dos parceiros na implementação e difusão de atividades de desporto popular.

Os contatos institucionais vão continuar em 2025: o Relâmpago pretende colaborar com o poder local (sobretudo as Juntas de Freguesia, mas também a Câmara Municipal de Lisboa, através dos apoios às atividades desportivas regulares), com o objetivo de conhecer e poder utilizar subsídios e apoios que possam ajudar a realização de atividades. Estamos esparançosos que o pedido de apoios à CML entregue em julho de 2024 seja aceite e possamos finalmente ter a possibilidade de desenvolver as nossas atividades com mais impacto e abrangência. Pretende-se também fazer pedidos de apoio no âmbito do programa da Câmara Mexe comigo, em colaboração com a AMBH.

A ADRR estará, naturalmente, aberta em entrar e colaborar com outras redes de parceiros que lhe façam sentido para alcançar os seus objetivos estatutários.



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

3) Departamento desporto popular

3.1 Futebol, futsal

3.1.1 JOGOS-CONVÍVIO: 3.1 Futebol, futsal

3.1.1 JOGOS-CONVÍVIO: Os nossos convívios de sexta-feira foram essenciais na promoção do espírito relampaguista pelos nossos bairros de eleição. Neste momento estamos a tentar reconstruir os tradicionais convívios, com o apoio de novas pessoas, talvez com ideias novas e porque não recuperar alguns conceitos que no passado fizeram furor entre o povo amigo da ADRR, como por exemplo, os jogos de xadrez após o futebol, ou uma parte do convívio 100% feminino. Contamos durante o ano de 2025 recuperar estes tradicionais convívios que não foram tão regulares durante o ano de 2024 como gostaríamos que tivessem sido, assumimos o compromisso.

3.1.2 EQUIPA FUTSAL MASCULINO: Na secção masculina de futsal, assumimos em 2025 um desafio único, vamos inscrever duas equipas de futsal em competições oficiais, uma no já habitual torneio da Cidade de Lisboa, organizado pela ACCL para jogadores com mais de 30 anos, outro no campeonato distrital masculino do INATEL, aqui sem condicionantes na idade.

Vamos apoiar a prática desportiva gratuita com as cores do nosso clube, a aproximadamente 30 atletas, um recorde nesta secção.

O objectivo passa por consolidar a equipa inscrita no INATEL sustentada num grupo de rapazes jovens e com uma grande cumplicidade com os valores do clube, queremos que esta equipa tenha continuidade, esta época é apenas o início. Por outro lado, na ACCL vamos promover a participação num torneio pelo qual temos muito carinho, ao mesmo tempo vamos dar a oportunidade a um dos nossos sócios, o Tiago Silva, de se estreiar na pele de treinador de uma equipa de futsal, um desafio essencial para o futuro do clube, num contexto em que nos faltam pessoas disponíveis para nos ajudar a orientar as nossas equipas. Tentaremos superar a nossa melhor participação de sempre, que foi uma presença nos quartos de final da Taça ACCL.

3.1.3 EQUIPA FUTSAL FEMININO: A secção feminina de futsal, vai participar esta época, pela 3.ª vez consecutiva, no campeonato distrital feminino do INATEL, fazemos parte das equipas estreantes desta competição e por cá continuamos.

Esta época inscrevemos um número recorde de jogadoras, temos 17 jogadoras inscritas e várias que participam apenas nos treinos abertos da secção. A Inês Neto continua no papel de treinadora, que assumiu pela primeira vez na sua carreira, a meio da época passada. Entre as várias



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

jogadoras que participaram nos treinos abertos da secção durante o Verão, encontrámos um grupo de atletas com bastante qualidade e todas elas, já sócias e perfeitamente identificadas com os valores do clube. Procuramos esta época ultrapassar a classificação da época anterior e superar a quarta posição no campeonato e a presença nas meias finais da Taça na época anterior.

Paralelamente, vamos procurar organizar os habituais jogos amigáveis acessíveis a todas as atletas, especialmente aquelas que não competem no INATEL. A secção planeia também organizar a sua habitual festa de recolha de fundos durante os meses de março, ou abril.

.3.1.4 FUTEBOL JUVENIL E FUTEBOL DE 7:

FUT. JUVENIL Não desistimos; em 2025, pretende-se novamente tentar criar uma turma de futebol juvenil com treinos regulares semanais, existe a possibilidade de iniciar convívios informais entre os nossos rapazes mais novos esperando que, ao longo do ano, sejam também ultrapassadas as dificuldades que impediram a sua realização em 2024.

FUT. 7 – Para 2025, pretendemos ter uma atividade mais dentro da estrutura da secção, ou seja, tentar aproveitar períodos menos congestionados da secção para organizar jogos. Nesse sentido, e para ganhar novo fôlego, propomos que os jogos sejam um evento para toda a família relampaguista e, claro, para todos os nossos amigos e amigas de outras equipas, clubes ou associações.

3.2 Ciclismo

O ano de 2025 será um ano em que temos de repensar a secção de forma a retomar a atividade regular da modalidade visto que alguns dos elementos mais ativos dos últimos anos foram viver temporariamente para fora do país ou não têm tido tanta disponibilidade para a prática desportiva. Será por isso este plano de actividades, mais conservador do que tem sido hábito, esperando que num futuro próximo possamos anunciar um leque maior de jornadas ciclísticas.

Parcerias planeadas

Anunciar a parceria entre o Relâmpago e a Oficina 35, que vai oferecer 10% de desconto aos sócios do clube.

Assembleia de Ciclismo



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

Queremos organizar uma assembleia com todos os ciclistas do Relâmpago de forma a repensar a atividade da secção e a organizar actividades semanais ou potenciais treinos e voltas em conjunto.

Passeios de média / longa Distância

Sempre que houver disponibilidade dar passeios/treinos em Lisboa e redondezas

Rampa do Vale de Santo António 2025

Na edição de 2024 o dia da prova ganhou uma nova dimensão com todo um programa de festas que se arrastou pela tarde fora. Algo a repetir e a melhorar. No entanto, a situação das inscrições continua a gerar muita discussão e não gostamos de ter de deixar tanta gente de fora. Algo a rever.

Alguns dos pontos a pensar para o ano que vem:

- ✓ O processo de inscrição é agora digital, mas pode ser melhorado. É necessário repensar todo o processo de inscrição – sorteio, ordem de chegada, outras opções? – e possivelmente criar uma pequena equipa para lidar com a consequente vaga de emails.
- ✓ Fazer menos pausas para escoamento de trânsito e assim abrir espaço para mais inscrições. Abrir a prova 5min de 30 em 30min?
- ✓ Voltar a reforçar a promoção da prova feminina. Em 2025 esperamos conseguir pela primeira vez ter o mesmo número de participantes homens e mulheres.
- ✓ Estender a licença de utilização do espaço público até às 22h, para a polícia de intervenção não voltar a aparecer.
- ✓ Finalmente ter boas fotos/documentação das varandas para as redes sociais e arquivo dos clubes
- ✓ Fazer edição de camisolas de ciclismo dos 90º Mirantense / 5ª Rampa / etc
- ✓ Pensar mais colectivos em que a gente se reveja para vender comida no dia da prova
- ✓ Mesa de merch para os clubes da freguesia
- ✓ Fazer mais tshirts para oferecer aos voluntários ou fazer mesmo tshirts especiais (a dizer voluntário)



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

3.3 Boxe

Para o 2025 pretendemos alcançar os seguintes pontos:

- ✓ Finalização do curso de treinador grau 1 (CERTIFICADO). Duas Formações da FPB para treinadores em volta da técnica e tático no boxe e alto rendimento creditadas pelo IPDJ.
- ✓ Inscrição dos atletas e criação de seguros de manutenção para os atletas na ABL, além do seguro de treinador para o treinador da secção.
- ✓ No âmbito do projecto comum com a AMBH, o treinador de boxe ministrará aulas para crianças de 7 a 10 anos e adolescentes de 12 a 17 anos.
- ✓ Partilha de experiências com outros grupos de boxe, tanto nacionais como internacionais, como as L SBERLE de Milão.
- ✓ Continuação da colaboração com a ABPS, partilhando treinos, experiências e utilizando o espaço da ABPS.
- ✓ Continuação da busca por um espaço de treino indoor, com visitas a ginásios e contacto com outras associações e clubes.
- ✓ Organização de mais participações em competições amadoras de boxe.
- ✓ Criação do logotipo e finalização do grafismo para as t-shirts de merchandising, para venda e angariação de fundos para a secção.
- ✓ Organização de sessões de filmes com a temática de boxe e análise de jogos/combates, tanto amadores como profissionais.

3.4 Atletismo

Objetivos da secção de atletismo (ADRRSA) para 2025 que abrange as épocas desportivas 2024/25 e 2025/26:

Tendo em conta que as principais origens das despesas da ADRRSA são:

- 1) equipamento desportivo,
- 2) filiações nas associações desportivas,
- 3) seguros desportivos e
- 4) a inscrição em algumas provas desportivas,



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

De forma a cobrir estas despesas vai ser necessário

- Consolidar o apoio sob a forma de patrocínios, renovando em primeira instância a parceria com a Regiset.
- Continuação da venda de merchandising.
- Reedição de algumas iniciativas também com o objectivo de angariação de fundos.
- Apoios camarários: foram entregues os pedidos de apoio na Camara Municipal de Lisboa.
- Número de atletas: Angariar atletas não apenas do ponto de vista quantitativo mas também do ponto de vista inclusivo. Para isso, estão planeadas uma série de iniciativas que têm como objectivo a divulgação da secção, recorrendo à distribuição de propaganda durante treinos da secção (vulgo "treinos panfletários"), que atraiam atletas que se identifiquem com os valores da ADRR em geral e da ADRRSA em particular.
- Associação de Atletismo de Lisboa: Aumentar em 10% o número de atletas inscritos. (Temos dúvidas sobre este objectivo. Pensamos que devia ficar algo do tipo: promover a discussão atempada sobre a importância da inscrição de atletas e definir meta de inscrição em conformidade com as conclusões retiradas).

Competições:

- ✓ Campeonatos de atletismo: Como associados da Associação de Atletismo de Lisboa (AAL) está previsto continuar com a participação em campeonatos de atletismo organizados por este organismo e seus parceiros.
- ✓ Apoiar a participação em provas de cariz popular de forma a estimular os atletas a escolher este tipo de provas.
- ✓ Aumentar a representatividade nas provas de corrida nos Trilhos.
- ✓ Continuação da participação em provas em todo o país e também no estrangeiro, dando sempre ênfase às provas de cariz popular.
- ✓ Cooperação com outras colectividades: manter as parcerias com o Mirantense FC e alargar a outras que se identifiquem com os valores da ADRRSA.

Treinos: continuação da organização frequente de treinos totalmente inclusivos.

Organização de uma prova ainda a definir.

Iniciativas internas:

- ✓ Continuação da realização de desafios entre atletas da secção com o objectivo de promover o convívio e entre-ajuda.
- ✓ Aprofundar a dinâmica de reuniões mensais com o objectivo de mensalmente ouvir e definir actividades do interesse dos atletas.



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

3.5 Xadrez

Em 2025 os objetivos da secção de xadrez são a expansão, o crescimento do número de jogadores federados e a inscrição de atletas jovens, a participação em torneios individuais e de grupo e providenciar treinos aos jogadores federados. Expansão das atividades e propostas colaborativas e crescimento do nº de participantes e praticantes da modalidade. Temos também como objetivo uma maior transversalidade, ou seja, mais eventos onde haja um encontro de disciplinas e de agentes desportivos e culturais. Queremos angariar mais sócios e com isso aumentar a visibilidade da ADRR e da modalidade. Pretendemos também descentralizar a atividade da secção de xadrez, fazendo parcerias e indo ao encontro de outras associações da área metropolitana de Lisboa, criando sinergias e eventos em conjunto.

Atividades previstas no ano de 2025:

Aulas de xadrez para sócios e simpatizantes da ADRR: As aulas de xadrez são um recurso essencial para quem visa a aprendizagem e o desenvolvimento das suas competências no jogo. Em várias ocasiões foi-nos perguntado se tínhamos aulas individuais ou em grupo, ou seja, ao disponibilizar esta valência estamos não só a colmatar uma lacuna detetada pelos nossos sócios e simpatizantes como estamos a potenciar o crescimento e o número de participantes e praticantes da modalidade, um dos objetivos principais para o ano de 2024. As aulas terão um preço de 8€ para os sócios da ADRR e 12€ para não sócios, pagos mensalmente. O local das aulas será na Clube Estefânia, à luz de uma parceria que foi iniciada com a organização do Torneio Regicida. O objetivo é ter pelo menos 8 alunos para iniciar uma turma.

Aulas de Oware: No seguimento do interesse demonstrado pelos participantes das sessões vamos também disponibilizar aulas de Oware para quem quiser aprender. O Oware é um jogo de estratégia d'África ocidental, muitas vezes chamado de “xadrez africano”. Apesar desta denominação ser claramente errónea e eurocêntrica, existem algumas semelhanças entre os dois jogos que fazem com que possam ser emparelhados na mesma secção. O objetivo é ter 5 alunos para poder abrir uma turma. Os preços serão semelhantes aos das aulas de xadrez, podendo ocasionalmente recorrer a formadores externos que sejam experientes no jogo e que se alinhem com os valores da ADRR.

Aulas de Xadrez para jogadores federados pela ADRR : Este passo é importante no objetivo de crescimento da modalidade, tendo como objetivo principal dotar os jogadores da ADRR de um



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

espaço de troca de ideias e conceitos para que possam evoluir consistentemente e com isso melhor representar a ADRR nas competições, tanto individuais como por equipas.

Parcerias com escolas, IPSS e Clubes Desportivos e Recreativos: Continuação da parceria com as instituições com quem temos boas relações e criar novas sinergias.

Torneios de Xadrez da ADRR: Organização de 2 torneios de xadrez com o máximo de 40 participantes. Organizar também mais torneios online, pelo menos um em cada 2 meses.

Conversas sobre xadrez e a sua história em Portugal e no mundo: Organizar um ciclo de conversas sobre a história do xadrez amador e não só, como forma de reavivar o legado desta modalidade nos clubes populares. O objetivo será organizar um ciclo, até outubro, porventura ligado à exibição de um filme ou documentário sobre este desporto.

Sessões semanais de xadrez: Continuar com as sessões semanais de xadrez no Estado de Graça, todas as quintas-feiras. O objetivo é aumentar o número de participantes e angariar novos sócios para a ADRR. Está prevista a mudança de espaço para termos sessões ao fim de semana e assim podermos acolher um público mais diversificado, tanto na idade como na proveniência geográfica

Encontros transversais da ADRR: Promover a realização de encontros onde estejam representadas mais do que uma modalidade da ADRR, como por exemplo um evento sobre estratégia e arte, em conjugação com o Boxe, ou um picnic de Xadrez com a secção de ciclismo e de atletismo ou ainda um evento de futebol de caricas com Xadrez e Oware. O objectivo é demonstrar a vitalidade da ADRR através do seu ecletismo.

Pintura de um mural do relâmpago: A secção de xadrez propõe a pintura de um mural com temas de xadrez, onde esteja informação sobre a ADRR e um problema de xadrez, daqueles em que temos de adivinhar o xeque-mate em 3 jogadas, por exemplo. Objetivo é criar um convívio que agregue os sócios e que faça com que os voluntários queiram ser sócios. O mural será pintado em Setembro, se as condições meteorológicas o permitirem. Queremos ter pelo menos 15 pessoas para a pintura do mural.

Aquisição de material para a secção: A secção de xadrez da ADRR possui 10 tabuleiros de xadrez, um tabuleiro de médias dimensões e 7 conjuntos de Oware. Para continuar com o crescimento da modalidade é necessário investir em material, como mais tabuleiros, um tabuleiro magnético para auxiliar as aulas de xadrez, mais conjuntos de Oware, que podem ser feitos através de uma oficina de construção dos mesmos e relógios para as aulas e os torneios. Apesar da filiação na APX nos disponibilizar material para torneios, será importante irmos adquirindo este material ao longo do



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

tempo. Para isso precisamos de ter estratégias para financiar a seção de xadrez, através de merchandising próprio. (T-shirts, tabuleiros de Oware para vender, torneios, etc).

3.6 Voleibol

Para 2025 os nossos objetivos principais são:

- Continuar a crescer os nossos números, para garantir que podemos sempre treinar com equipas completas e que conseguimos contributos monetários suficientes para pagar o aluguer do campo.
- Fazer convívios fora dos treinos, quer com prática de voleibol quer não, para aprofundar as nossas dinâmicas interpessoais.
- Participar ativamente na vida da ADRR, indo às reuniões e dando apoio às atividades da organização.
- Criar merch da nossa secção e organizar atividades de angariação de fundos.
- Promover a prática do voleibol na nossa comunidade, continuando a abrir o nosso grupo a todes e quaisquer pessoas que a nós se queiram juntar.

Viva o Relâmpago, Viva o Desporto Popular, Viva o Voleibol!

3.7 Basquetebol

Desde o mês de janeiro de 2025 iremos ter a vaga deixada no pavilhão da EB Patrício Prazeres pela secção de futsal feminino do Relâmpago. A partir desse momento, acreditamos num aumento do número de atletas de oito ou dez atletas por sessão para vinte, vinte cinco ou até mais. Têm aparecido todo o tipo de jogadores: alguns que quase nunca jogaram e que não conhecem os princípios básicos do jogo e outros que foram federados e que a dominam completamente. Há muitas atletas a aparecer, o que faz com que a dinâmica dos encontros seja de jogos mistos. Estamos a recolher dinheiro em cada jogo/treino e já adquirimos algum material - coletes, sacos e bolas. Temos um treinador que, por enquanto, só tem observado os jogos por forma a preparar treinos para começar em breve. Infelizmente, por causa dos ensaios das marchas, ficamos sem as horas do pavilhão desde o dia seis de março. O projeto a médio prazo é o de criar dois espaços de treino - um para uma equipa de atletas com mais experiência e outro para ensinar os princípios fundamentais da modalidade. Entrar na liga INATEL com uma equipa seria a cereja no topo do bolo.



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

4) Grupo de Intervenção Departamento Cultural e Desenvolvimento Comunitário na ADRR

4.1 Plano de intenções e desenvolvimento

Com o risco de sermos aborrecidos e repetitivos, achamos bem deixar o texto das intenções para o 2025 exatamente igual ao do 2024; a missão não muda, os propósitos continuam firmes:

“Não nos cansamos de repetir que, para nós, “é missão do Relâmpago” o desenvolvimento de ações com enfoque na atividade cultural e no desenvolvimento comunitário. Entendemos a cultura como uma extensão da atividade associativa, elemento agregador da comunidade, fonte do seu enriquecimento e desenvolvimento. Entendemos o desenvolvimento comunitário como as ações que pretendemos executar, o estreitamento de laços e afinidades e o apoio ao desenvolvimento da comunidade que nos envolve.

A atividade cultural é, a par da atividade desportiva e recreativa, o motor da atividade social da nossa associação. As atividades que pretendemos desenvolver têm, de alguma forma, ligação com o universo desportivo e associativo, mas não têm que se limitar a ele.

Entendemos a atividade cultural como uma extensão da atividade política quotidiana, mesmo quando tal expressão não é óbvia ou direta. Entendemos o desenvolvimento comunitário da mesma forma. Somos atores políticos no sentido em que a nossa ação carrega, em si mesma, um contexto e uma intenção, que não é fechada num ideal concreto, mas transportada por cada indivíduo. Procuraremos e desejamos, em debates e conversas, projeções de filmes e documentários, apresentações de livros ou discos, que a discussão política possa acontecer, não só de forma teórica, mas também com enfoque no que nos afeta no quotidiano. Pretendemos que o nosso apoio ao desenvolvimento comunitário, carregue em si mesmo essa mesma carga.

A nossa atividade pretende ser impactante, tanto junto dos nossos associados e amig@s, como da comunidade onde estaremos sediados. Sem pretensiosismos, aberto a ideias e contributos de tod@s sem exceção! O antifascismo, o antirracismo, o anticapitalismo, a solidariedade, a horizontalidade e a independência, são princípios não alienáveis. Tudo o resto encontra, no nosso grupo, braços e corações abertos.

A atividade que se pretende desenvolver não deve estar condicionada à existência de um espaço/sede ADRR. “

Depois de um ano que teve mais atividades e eventos realizados, pretendemos para 2025:



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

- 1- Lançar o Podcast “Rádio Relâmpago”: no final do ano, uma associada propôs a criação de um novo “espaço” digital onde divulgar as nossas atividades e apoiar e dar a conhecer o associativismo e os coletivos da cidade.
- 2- Realizar, trimestralmente, um evento (apresentações de livros, debates, projeções de filmes com debate/conversa etc) em diferentes espaços da cidade de Lisboa
- 3- Continuar a ligação com os amigos do VFCT (que tencionam patrocinar um dos equipamentos da equipa de futsal masculino) a organização de vários passeios coletivos por Lisboa e arredores;
- 4- Continuar e reforçar a relação com a Associação de Moradores do Bairro Horizonte que nos facilitou a utilização da sua sede e com a qual tencionamos repetir a marcante atividade do dia 1 de junho (dia da Criança) com miúdos e graúdos envolvidos em todas as nossas modalidades;
- 5 – Continuar a colaborar não só em momentos de festas e convívio mas em momentos de reflexão, luta e ação com coletivos e Plataformas com as quais já entrelaçamos realções há anos (MRH, Vida Justa, Cozinha Migrante, PUSP, FAR, Coletividades em Luta etc);
- 6 Entrelaçar relações de parceria com mais associações com as quais organizar, em conjunto, atividades e eventos.

Em 2025 também, depois de anos “frustrados” de planos a realizar-se na nossa “utópica” sede, decidimos de novo não planear nada ligado a um nosso espaço: serão pensados eventos e atividades conforme às parcerias criadas e às nossas possibilidades em termos de recursos humanos e materiais.

4.2 Celebrações do 25 de Abril

Em 2025 – tal como aconteceu em 2024 e nos anos anteriores, na noite de 24 de abril –, contamos ter uma banca do Relâmpago na Praça Paiva Couceiro, juntamente com outras organizações e coletividades do movimento associativo (Mirantense, Voz do Operário, Operário FC, CD Graça etc.), integrada nas comemorações levadas a cabo pela Comissão Coordenadora (do qual o Relâmpago faz parte) e no Arraial do Carmo (organizado por uma rede de associações da sociedade civil). Consideramos importante participar em iniciativas destas, sendo a Revolução dos



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

Cravos um dos nossos pontos de referência na realização de uma sociedade mais democrática, igualitária e solidária.

4.3 O 1.º de Maio de 2025 (4.º aniversário da ADRR)

Como já é hábito, terá lugar em Marvila, junto da antiga sede do Relâmpago Foot-Ball Club, uma quermesse proletária dedicada a esta efeméride, a ter início às 10h30.

Vai ser organizada, com os mesmos moldes dos anos anteriores: comes e bebes, venda de material relampaguista, atividades desportivas e recreativas variadas (pequena prova de atletismo, passeio de bicicleta, música, pintura de um mural, matreco, jogos de rua, xadrez, etc.). Terá o seu fim pelas 13h/13h30, para dar a possibilidade aos associados poder desfilar na manifestação do 1.º de Maio, dia do trabalhador e dia de luta. Está prevista uma festa ao final da tarde, desta vez nas instalações do Operário FC.

5) Sustentabilidade da Organização

2024 foi provavelmente o ano mais duro e difícil (em termos financeiros) da breve história do clube. As dificuldades devem-se a um aumento considerável das despesas sobretudo em alugueres de instalações e inscrições. Mesmo assim, graças ao contributo voluntário dos sócios e simpatizantes (e alguma receita extra durante os Santos Populares), o Relâmpago acabou o ano com saldo positivo, sem dever dinheiro a ninguém. O problema da sede continua a ser gritante; continuaremos a procurar num mercado livre, gentrificado e nas mãos de especuladores com preços incomparáveis para uma coletividade como a nossa, sem grande esperança. Abriu-se uma janela para concorrer a espaços camarários... O futuro dirá.

A estratégia do clube continuará a ser a diversificação das suas fontes de financiamento. Os sócios são uma parte importante, tendo contribuído com 40% das receitas totais. Mas, em 2025, será dedicado mais tempo à procura de apoios públicos para as nossas atividades regulares. Foi entregue uma candidatura e aguardamos respostas, esperemos, em breve. Renovámos alguns dos nossos patrocínios e tivemos um importante apoio, pela seção de atletismo, por parte da Regiset, que renovou o patrocínio para mais uma ano. Outra receita em que a ADRR aposta muito é a do merchandising (equipamentos, t-shirts, pins, autocolantes), que é o primeiro sinal de pertença ao



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

clube e que constituiu, também em 2024, mais de 50% das receitas. Em 2024 começou a colaboração com o alfaiate Samba Bá, que vai continuar em 2025 também

Pretendemos, em 2025, inscrever mais modalidades nas associações distritais, que facilita os apoios camarários tal como aconteceu com a Associação de Atletismo de Lisboa, com a de Ciclismo com a de Xadrez e de Boxe. Acreditamos que, estando inscritos nessas entidades, poder-se-á ajudar na sustentabilidade da própria modalidade. O grande desafio será sempre procurar apoios diferenciados, alternativos. Benefits, festas, mais patrocinadores Nunca cairemos na subsidiodependência! Viva oRelâmpago!

ORÇAMENTO PREVISTO PARA O ANO 2025

DESPESAS PREVISTAS

DESCRIÇÃO	DESPESAS
ENCARGO PESSOAL	
Pessoal Interno	0
Pessoal Externo	0
SUB-TOTAL	0
DESLOCAÇÕES E ESTADIAS	
Alimentação	3000
Viagens, bilhetes, portagens, carrinhas	1000
Combustível	1000
SUB-TOTAL	5000
COMUNICAÇÃO / PUBLICIDADE	
Página / redes sociais	100
Cartazes, material de divulgação,	100
Faixas, bandeiras, camisolas, pins	300
SUB-TOTAL	500
ENCARGOS GERAIS DE FUNCIONAMENTO	
Comunicação + internet	0
TV	0
Aluguer do espaço da sede	0
Água	0
Luz	0
Aluguer instalações	9000
Quotizações	300
Inscrições torneios	4000
Despesas administrativas	0
Despesas bancárias	0
Seguros e visitas médicas	1500



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”

“Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

Fotocópias, impressões	500
Outras despesas	2000
SUB-TOTAL	17300
EQUIPAMENTO	
Material desportivo	2000
Material de desgaste/consumíveis/escritório	500
Material informático	300
Mobiliário	0
SUB-TOTAL	2800
TOTAL DESPESA	25600

RECEITAS PREVISTAS

DESCRIÇÃO	RECEITAS
QUOTAS	
Efetivos	4500
Amigos da ADRR	0
SUB-TOTAL	4500
DONATIVOS	
De tipo A	2000
De tipo B	5000
De tipo C	3000
De tipo D	3100
SUB-TOTAL	13100
SUBSÍDIOS	
Entidades Públicas	5000
Entidades privadas/fundações	0
Patrocínios	3000
SUB-TOTAL	8000
TOTAL RECEITAS	25600