



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



Fundado em 1 de maio de 2021

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”



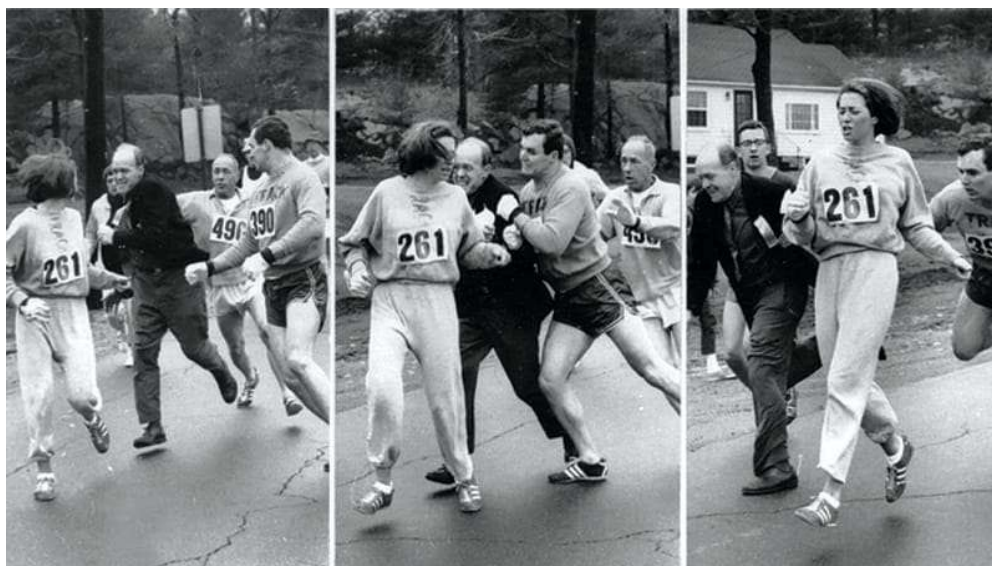
RELATÓRIOS DE ATIVIDADES E CONTAS ANO 2024



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



Fundado em 1 de maio de 2021



“Eu tenho de terminar esta corrida, nem que seja de joelhos. Porque se não terminar, ninguém vai acreditar que as mulheres conseguem fazer isto. Ninguém vai acreditar que as mulheres devem estar aqui!”

KATHRINE SWITZER,
primeira mulher a correr e a acabar uma maratona (em Boston, 1967),
contra tudo e contra todos.



Fundado em 1 de maio de 2021

RELATÓRIO DE ATIVIDADES E CONTAS: ANO 2024

INTRODUÇÃO	4
1. Dimensão interna do clube	5
1.1. Órgãos Sociais	5
1.2. Gestão horizontal/reunião das secções	5
1.3. Comunicação interna	5
1.4. Sócios	7
2. Dimensão externa	8
2.1. Comunicação externa e divulgação	8
2.2. Redes, filiações e parcerias	8
2.2.1 O Relâmpago e a AMBH-Associação de Moradores do Bairro Horizonte.....	9
3. Departamento de desporto popular	12
3.1. Futebol e futsal.....	12
3.1.1 Jogos-Convívio	12
3.1.2 Equipa Masculina de Futsal	13
3.1.3 Equipa Feminina de Futsal	17
3.2. Ciclismo.....	21
3.3. Boxe	48
3.4. Atletismo	52
3.5. Voleibol.....	60
3.6. Outros desportos	62
4. Grupo de Intervenção/Dep.º Cultural e de Desenvolvimento Comunitário na ADRR	63
4.1. Atividades desenvolvidas e parceiros	63
4.2. Celebrações do 25 de Abril	71
4.3. O 1.º de Maio de 2024 (3.º aniversário da ADRR)	72
5. Sustentabilidade da Organização	74
6. Resumo de Contas 2024: Despesas e Receitas	75



INTRODUÇÃO

2024, mais um ano glorioso para o nosso grande clube: um aumento exponencial de praticantes e de modalidades, mais atletas federados e a participarem em provas oficiais, novas filiações, novos parceiros e patrocinadores. A Associação Desportiva e Recreativa “O Relâmpago” (ADRR) vai-se tornando, cada vez mais, num clube de referência para o desporto popular e aumentando o seu protagonismo social e comunitário. Foram muitas as causas, manifestações e lutas feitas ao lado de outros coletivos. É sobre este percurso que se debruça este relatório de atividades, referente ao ano de 2024¹.

Queremos realçar que o clube, através da pessoa do Presidente da Direção, foi, neste ano, convidado a fazer parte da Direção da Associação das Coletividades do Concelho de Lisboa (ACCL), um reconhecimento daquilo que a ADRR está a desenvolver em prol do associativismo e do desporto popular.

¹ Como no ano passado, Este relatório foi o resultado de um trabalho coletivo da Direção e dos responsáveis das seções que escolheram a melhor forma para relatar o ano de atividades.

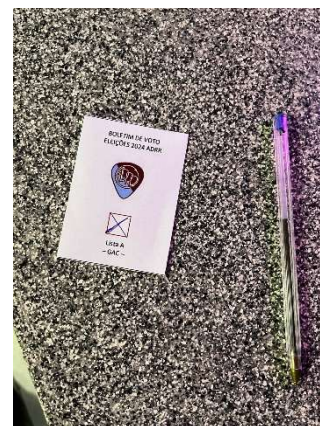


Fundado em 1 de maio de 2021

1. Dimensão interna do clube

1.1. Órgãos Sociais

2024 foi um ano muito intenso, e os próprios Órgãos Sociais (OS) ressentiram-se um pouco desse enorme aumento de trabalho. Acrescentamos que foi ano de eleições, sendo que os antigos corpos gerentes se mantiveram nas funções do triénio passado, com a entrada de novos membros que substituíram os três gloriosos fundadores Nelson Silva, Pedro Carlos e Nuno Teixeira, que, por motivos pessoais, pediram para sair. Aqui fica registada uma homenagem sentida àqueles que foram ousados e pioneiros nesta



grande aventura que é o Relâmpago. Entraram duas mulheres (Ana Azevedo e Mafalda Carapeto) e o nosso Nuno Tibiriçá, que trouxeram renovado entusiasmo aos “repetentes”. Foram realizadas 15 reuniões, mais de metade presenciais (na sede da Associação de Moradores do Bairro Horizonte) e, como sempre, nunca sozinhos, mas com outros elementos dos OS e com responsáveis de secção ou convidados. Foram lavradas as atas de todas as reuniões.

1.2. Gestão horizontal/reunião das secções

Ano após ano sentimos que, devagarinho, se consegue criar mais ligações, pontes e trocas de experiências entre os OS, as secções e todo o mundo relampaguista. Continua a não ser fácil, mas acreditamos estar no caminho certo. O facto de termos conseguido que a reunião intermodalidades se realizasse todos os meses é claramente um ponto a sublinhar: foram realizados nove encontros. Continuamos a não ter regularidade para as assembleias abertas, apesar de termos melhorado a ligação entre secções, sócios e simpatizantes.

1.3. Comunicação interna

Em 2024, a comunicação entre os vários grupos das modalidades ficou mais oleada. Estiveram (e estão) ativos:



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



Fundado em 1 de maio de 2021

- O grupo Whatsapp dos Órgãos Sociais (11 participantes), o grupo que coordena e põe em contacto todas as almas do universo relampaguista;
- O grupo Whatsapp PREC/Processo Relampaguista em Curso (300 participantes), que é o grupo onde se partilham informações gerais sobre a vida do clube e serve de ponto de recolha da convocatória das nossas sextas-feiras de convívio;
- O grupo Whatsapp ADRR, sextas-feiras (15 participantes), é o grupo que operacionaliza os convívios de sexta;
- O grupo Whatsapp da equipa masculina de futsal (38 participantes) é o grupo que organiza os treinos da equipa, que irá participar nos torneios oficiais da ACCL e do INATEL e também em jogos amigáveis com outras equipas;
- O grupo Whatsapp do equipa feminina de futsal (94 participantes), que organiza os treinos abertos e as convocatórias de eventuais torneios e amistosos com outras equipas femininas; continuam os outros dois grupos, com as participantes do torneio do INATEL (20 participantes) e um outro das “capitãs” e dos OS para discutir temáticas mais amplas sobre a seção (12 participantes);
- O grupo Whatsapp do boxe (65 participantes), no qual se organizam as atividades da secção de pugilismo, principalmente os treinos e as atividades relacionadas (como visitas de estudo e treinos em outras associações);
- O grupo Whatsapp do xadrez (63 participantes), onde se partilham informações sobre a modalidade e as convocatórias para os dias de convívio entre jogadores;
- O grupo Whatsapp do voleibol (54 participantes), para os assuntos da modalidade;
- O grupo Whatsapp do basquetebol (40 participantes), para os assuntos da modalidade estreante no Relâmpago, mas que teve desde logo uma grande adesão;
- O grupo Whatsapp “Ramponauts” (7 participantes), com o grupo organizador da Subida da Rampa do Vale de Santo António, englobando elementos dos OS do Relâmpago e do Mirantense Futebol Clube;
- O grupo Signal² do ciclismo (23 participantes), o grupo onde os “relaciclistas” partilham informações sobre a modalidade, sobre corridas e sobre atividades a desenvolver;
- O grupo Signal do atletismo (69 participantes), grupo onde os atletas partilham informações sobre a modalidade, sobre corridas e sobre atividades a desenvolver. O grupo de atletismo criou também uma *mailing list* interna para trocar informações e ser mais

² Utilizando o software de comunicação/rede social Signal.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

abrangente (já que nem todos usam a mesma rede social) e um grupo mais operacional (interlocutores) com 6 membros.

1.4. Sócios

No que diz respeito aos sócios, o ano de 2024 foi melhor do que o anterior! Entraram 123 novos sócios, perfazendo um total de 431 (mais de 65% destes com as quotas em dia) assim distribuídos: 399 efetivos, 22 juvenis e 9 infantis. Destaque-se, sobretudo, as 166 mulheres sócias, que correspondem a quase 40% do universo dos associados do Relâmpago.

A maioria dos associados filiou-se através da internet, mas tivemos um aumento de novos sócios também através da participação em eventos organizados. Contando com as sextas de convívio, com a Subida da Rampa, o 25 de Abril e as festas de angariação de fundos, foram recolhidas mais de 40 propostas de sócios.

Todos os meses é enviado um lembrete para lembrar o pagamento das quotas, instrumento que ajudou a manter uma boa percentagem de quotas em dia.



Fundado em 1 de maio de 2021

2. Dimensão externa

2.1. Comunicação externa e divulgação

A comunicação externa e a divulgação das atividades da ADRR continuam a ter, como canal privilegiado, a página do Instagram, que tem o papel importantíssimo de dar a conhecer o clube e as suas valências. Até dia 31 de dezembro de 2024, esta página tinha 5713 seguidores e, ao longo do ano, foram feitas 225 publicações, fruto do grande dinamismo que o clube teve, com mais modalidades e mais causas apoiadas.

O website continua a ser a página oficial do clube, com notícias mais institucionais. Nesta página, lembramos, encontram-se os documentos oficiais do clube (estatutos, regulamento interno, composição dos órgãos sociais, relatórios) e a ficha para a inscrição de novos sócios.

Por fim, a ADRR geriu e dinamizou a página oficial da Subida da Rampa do Vale de Santo António, onde ficam alocadas todas as comunicações sobre o evento que se realizou no dia 20 de outubro de 2024: informações sobre a inscrição na corrida, regulamento e notícias sobre as edições anteriores.

2.2. Redes, filiações e parcerias

No que diz respeito às parcerias, em 2024 mantiveram-se as colaborações com as associações e coletividades envolvidas ao longo do ano em atividades da ADRR: o Mirantense Futebol Clube, o Centro de Cultura Popular de Santa Engrácia e o Grupo dos 9. Mas multiplicaram-se os contatos, sobretudo com equipas femininas de futsal e clubes (ver 3.1.3), alargando-se assim a troca de experiências.

A ADRR participou também, neste ano, na comissão organizadora do Arraial do 25 de Abril na Praça Paiva Couceiro, em parceria com associações das freguesias de Arroios e de São Vicente, a ACCL e outras entidades.

O Relâmpago foi convidado a participar nos aniversários do Centro de Cultura Popular de Santa Engrácia (CCPSE), do Mirantense e do Grupo dos 9, nos quais o clube se fez representar por elementos da Direção.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

2.2.1 O Relâmpago e a AMBH-Associação de Moradores do Bairro Horizonte

Uma das parcerias mais sólidas e que deu frutos na colaboração e na organização e implementação de atividades em conjunto é, sem dúvida, a parceria com a Associação de Moradores do Bairro Horizonte (AMBH), com a qual já tínhamos começado a colaborar em algumas atividades comunitárias no ano anterior. Em 2024, deu-se mais um salto de qualidade. As instalações da AMBH são utilizadas para as reuniões do clube, mas queremos, sobretudo, sublinhar as atividades dinamizadas em conjunto. Realçamos o Dia Mundial da Criança, dia 1 de junho, no qual todas as modalidades do Relâmpago participaram numa grande tarde de jogos: as crianças do bairro puderam experimentar todas as nossas secções, desde o futsal - também com a equipa feminina -, ao boxe, o atletismo, o xadrez - com o qual já colaborávamos no ano anterior -, o voleibol e o atletismo. Foi uma atividade realmente muito impactante. Também com a AMBH estivemos a dinamizar uma banca durante os Santos Populares (veja-se mais à frente) e, em muitas das atividades desta associação, fomos convidados para conviver e realizar algumas pequenas atividades lúdicas.

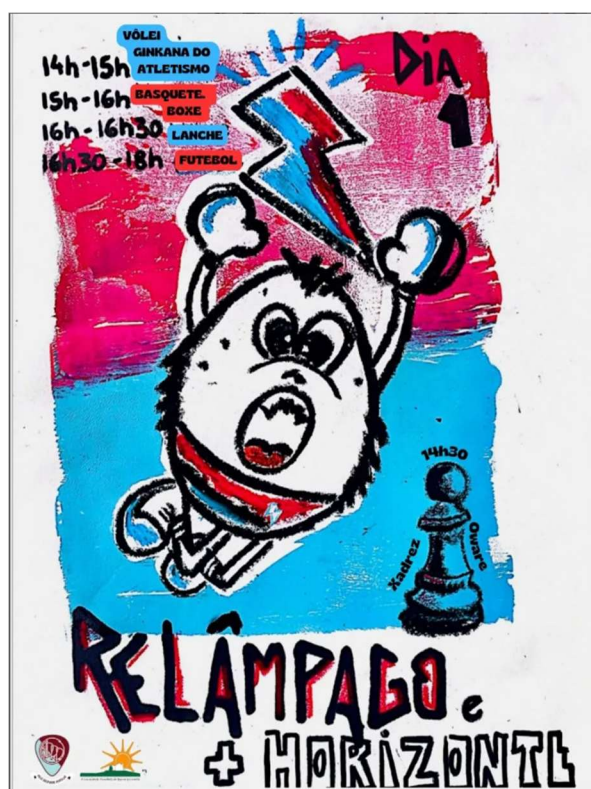




ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO”
“Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021



Magia
Relampaguista ⚡



NO
HORIZONTE





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Outro ponto importante de colaboração com a AMBH tem mais que ver com a vertente da preservação da memória e do Relâmpago enquanto promotor de valorização da memória dos clubes e das associações e da história do associativismo. Falamos de um projeto que o Relâmpago está a desenvolver



com a Associação de Moradores Bairro Horizonte sobre a história e as memórias do clube da Curraleira, a União Clube da Curraleira - que naturalmente tem uma grande ligação com a AMBH, porque a associação está na sede do antigo clube e, como já se entendeu através da recolha de fotos, entrevistas e vídeos, houve uma grande importância do desporto popular promovido por esta pequena agremiação para a população do bairro e o seu envolvimento nas lutas pela habitação, por exemplo através da Comissão de Moradores e o processo social em meados dos anos 70.



Fundado em 1 de maio de 2021

3. Departamento de desporto popular

3.1. Futebol e futsal

3.1.1 Jogos-Convívio

Durante o ano de 2024 continuámos a organizar os nossos tradicionais convívios futeboleiros de sexta-feira. Fizemo-lo com regularidade durante a primeira metade do ano, período após o qual o clube se concentrou na organização dos arraiais populares das festas da cidade. Entretanto, na segunda metade do ano, aproveitámos para refletir sobre o conceito do evento e discutimos com o CCP Santa Engrácia, um dos nossos parceiros na organização do convívio, alguns pormenores para melhorarmos a nossa presença junto da comunidade local. Contamos voltar em 2025, com a ajuda de vários sócios e amigos do clube, a organizar de forma contínua estes já famosos convívios. Ainda assim, foram cerca de 20 convívios em 2024, que contaram com mais de 400 pessoas envolvidas nesta festa popular de desporto acessível, literalmente, para toda a gente. Destacam-se os convívios organizados durante o mês de maio, em conjunto com a Cozinha



Migrante dos Anjos e o Operário Futebol Clube (que amavelmente nos cedeu gratuitamente as suas instalações); nestes convívios contámos com a presença de vários migrantes que se encontravam em situação de sem abrigo junto à igreja dos Anjos, e proporcionámos-lhes longos torneios de futsal em conjunto com os vários sócios e amigos do Relâmpago, que fizeram questão de também marcar presença e

contribuir para uma saudável integração destas pessoas em fragilidade social junto do nosso clube. Foram momentos que marcaram positivamente o nosso ano de 2024 e serviram como embrião para outros pequenos projetos com menos visibilidade, mas que muito nos orgulharam: são exemplo disso as maravilhosas peças de merchandising que o alfaiate Samba Ba, originário do Senegal, produziu para o nosso clube.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

3.1.2 Equipa Masculina de Futsal



Em 2024, participámos pelo terceiro ano consecutivo no Torneio Cidade de Lisboa, organizado pela ACCL (Associação das Coletividades do Concelho de Lisboa), com o apoio da Câmara Municipal de Lisboa (CML) e da Associação de Futebol de Lisboa (AFL), um torneio, portanto, homologado pela Associação de Futebol de Lisboa. O torneio contou com a presença de 32 coletividades da cidade de Lisboa e é uma oportunidade de promover o desporto e o saudável convívio entre as diferentes associações que mantêm os nossos bairros ativos do ponto de vista comunitário. O Relâmpago não faltou à chamada e voltou a participar. Mantivemos a tradição dos anos anteriores: para cada um dos jogos preparámos um programa de jogo que distribuímos junto dos adeptos presentes, da equipa adversária e da organização. Um gesto amplamente elogiado por todos os intervenientes. Em termos desportivos, não nos correu da melhor forma, tendo nós terminado a primeira fase em 6.º lugar e sendo, desta forma, relegados para a Taça ACCL na segunda fase; posteriormente, ficámos em 5.º lugar nesta 2.ª fase e fomos assim eliminados, terminando o torneio em 9.º lugar,





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



Fundado em 1 de maio de 2021

juntamente com o GD Zip Zip. Para a história, ficam os vários contactos que construímos e consolidámos junto de várias coletividades, que nos permitem continuar a trabalhar em parceria com o tecido associativo da nossa cidade.



Para preparar o torneio ACCL, iniciámos a época com a participação no torneio informal "7 Colinas", uma prova auto-organizada pelas coletividades que participaram - o Relâmpago respondeu de forma afirmativa e assim aproveitámos para preparar a nossa equipa em ambiente competitivo.

Durante o ano de 2024, realizámos ainda alguns encontros amigáveis com coletividades amigas, a destacar o dia de convívio no CCP Santa Engrácia com o coletivo "Encontro Desporto e Amizade", mas jogámos também com a Academia Recreio Artístico, com o Grupo Dramático e Escolar "Os Combatentes", e com o Grupo Recreativo Janz e Associados.

Destes, perdemos apenas o jogo com a A.R.A., mas os resultados foram o menos importante. Em resumo, durante a época 2023/24, realizámos 29 jogos de futsal, registámos 8 vitórias, 15 derrotas e 3 empates. Foi mais um ano de aprendizagem!



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA "O RELÂMPAGO"
"Pelo desporto popular"



Fundado em 1 de maio de 2021

Torneio Cidade Lisboa 2024 - 1.ª Fase – Grupo C

Classificação

#	Equipa	Jogos	V	E	D	GM	GS	DG	Pontos
1	Bairro São João AC	7	5	2	0	23	11	12	17
2	Casa do Concelho de Gouveia	7	4	2	1	23	5	18	14
3	CS Pedrouços	7	3	3	1	25	16	9	12
4	Marítimo LC	7	4	0	3	17	16	1	12
5	FCR Rossão	7	3	2	2	20	15	5	11
6	ADR "O Relâmpago"	7	2	1	4	12	19	-7	7
7	Vitória CL	7	1	0	6	5	31	-26	3
8	Academia Viver Olivais	7	1	0	6	17	29	-12	3

Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	1 - 2	Vitória Clube de Lisboa
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	3 - 2	Futebol Clube Recreativo do Rossão
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	0 - 5	Casa do Concelho de Gouveia
Clube Sportivo Pedrouços	4 - 4	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
C.P.T. do Bairro de São João Atlético Clube	4 - 0	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
Academia Viver Olivais / J.F. Olivais	1 - 4	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
Marítimo Lisboa Clube	1 - 0	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA "O RELÂMPAGO"
"Pelo desporto popular"



Fundado em 1 de maio de 2021

Torneio Cidade Lisboa 2024 - 2.ª Fase – Grupo IV

Classificação

#	Equipa	Jogos	V	E	D	GM	GS	DG	Fair Play	Pontos
1	JF Alcântara	5	3	2	0	14	7	7	16	11
2	GD Castelo	5	3	2	0	16	6	10	17	11
3	Academia Recreio Artístico	5	3	0	2	14	7	7	12	9
4	AD "Os de Baba"	5	2	1	2	15	13	2	14	7
5	ADR "O Relâmpago"	5	1	1	3	4	11	-7	11	4
6	Associação Chelas é o Sítio	5	0	0	5	3	22	-19	31	0

Grupo Desportivo do Castelo	4	- 0	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
Junta de Freguesia de Alcântara	2	- 2	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
Academia Recreio Artístico	3	- 1	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	1	- 0	Associação Chelas é o Sítio
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	0	- 2	Associação Desportiva "Os de Baba"



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



Fundado em 1 de maio de 2021

3.1.3 Equipa Feminina de Futsal

A época 2023/24 foi uma época de afirmação nas competições do INATEL, mas foi também uma época de importantes desafios. Na Liga INATEL, terminámos em 4.º lugar entre as 8 equipas participantes, a destacar o forte apoio à equipa por parte dos adeptos do clube: as tardes no pavilhão do INATEL e na mercearia mais próxima são já uma tradição dos fins-de-semana relampaguistas. A destacar também as duas deslocações à localidade de Covas de Ferro, no concelho de Almargem do Bispo, para defrontar as duas equipas que utilizam o pavilhão incluído nas instalações da fantástica sede da Liga dos Amigos de Covas de Ferro - uma saudação especial a estas amigas.



Menos positivas foram as peripécias registadas na deslocação à Achada: na primeira tentativa o jogo não se realizou porque os árbitros não compareceram, num dia em que o clube juntou um autocarro com mais de 50 pessoas para apoiar a nossa equipa feminina nesta deslocação ao concelho de Mafra. Na segunda tentativa, após remarcação do jogo, um dos nossos adeptos saiu gravemente ferido do pavilhão, após alguém desligar as luzes do mesmo enquanto a turma relampaguista ainda estava nas bancadas, originando a sua queda e, posteriormente, a deslocação ao Hospital de Santa Maria para ser devidamente tratado.

Acabámos por vencer este jogo, mas o resultado foi o menos importante nesta triste aventura por terras saloias. Uma saudação especial, no entanto, para os diferentes amigos da Achada que imediatamente nos contactaram pedindo desculpa pelo sucedido e afastando a própria coletividade da responsabilidade deste triste acontecimento.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Voltando ao que interessa, a nossa equipa feminina ficou em quarto lugar na Liga, como referimos, e na Taça voltámos a ser eliminadas nas meias-finais pelo segundo ano consecutivo, perdendo com o Bairro São João por 3-0.

Houve uma alteração na equipa técnica. O Nuno Rodrigues, a quem agradecemos todo o empenho e dedicação no lançamento da nossa equipa feminina de futsal, saiu do cargo. A Inês Neto, nossa jogadora com muitos anos de experiência de futsal, imediatamente se ofereceu para ajudar na nova etapa, e assumiu a equipa na fase final da época. Infelizmente, a época acabou por não terminar bem para a Inês, que se lesionou gravemente num dos jogos e acabou na mesa de cirurgias do Hospital de São José, terminando a época 100% dedicada ao papel de treinadora. Fica um agradecimento muito especial à Inês por todo o apoio que deu durante esta época à nossa equipa feminina, sem o qual teria sido muito complicado a continuação da mesma em competição do INATEL.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

A secção organizou também a sua habitual festa de angariação de fundos durante o mês de março, que serviu para financiar as suas atividades durante a época, e serviu também para aprendermos com alguns acontecimentos registados nesta fantástica festa organizada no RDA.



Realizámos ainda 10 jogos amigáveis, incluindo a participação em 2 torneios amigáveis, um organizado pelas Malta FC, em Alfragide, outro organizado pelas Foca FC, em Campolide. No total foram 26 jogos em que registámos 13 vitórias, 9 derrotas e 4 empates.

Classificação

#	Equipa	Jogos	V	E	D	GM	GS	DG	Pontos
1	Bairro São João AC	14	11	3	0	49	15	34	36
2	SM 3 d'Agosto 1885	14	9	2	3	34	16	18	29
3	GF "Os Camponeses de D. Maria"	14	8	1	5	44	33	11	25
4	ADR "O Relâmpago"	14	7	3	4	27	17	10	24
5	ADR Achada	14	4	6	4	33	19	14	18
6	CCR Coruchéus	14	3	4	7	20	26	-6	13
7	LA Covas de Ferro	14	4	1	9	32	41	-9	13
8	Casa do Concelho Arcos de Valdevez	14	0	0	14	7	79	-72	0



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	0	-	0	Associação Desportiva e Recreativa da Achada	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	4	-	0	Casa do Concelho de Arcos de Valdevez	Campeonato INATEL
Bairro de São João Atlético Clube	3	-	3	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Liga dos Amigos de Covas de Ferro	3	-	1	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	1	-	0	Centro Cultural Recreativo Coruchéus	Campeonato INATEL
Rancho Folclórico "Os Camponeses de D. Maria"	1	-	2	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	2	-	1	Sociedade Musical 3 d'Agosto 1885	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa da Achada	0	-	2	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Casa do Concelho de Arcos de Valdevez	0	-	5	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	0	-	1	Bairro de São João Atlético Clube	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	3	-	2	Liga dos Amigos de Covas de Ferro	Campeonato INATEL
Centro Cultural Recreativo Coruchéus	2	-	2	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Campeonato INATEL
Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	4	-	0	Rancho Folclórico "Os Camponeses de D. Maria"	Taça INATEL
Bairro de São João Atlético Clube	3	-	0	Associação Desportiva e Recreativa "O Relâmpago"	Taça INATEL



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



Fundado em 1 de maio de 2021

3.2. Ciclismo

A época de 2024 do ciclismo do Relâmpago foi de transição, um período que provavelmente se irá prolongar para a época de 2025. Entre agendas pessoais bastante ocupadas que não permitiram tanto tempo para pedalar, um dos nossos ciclistas mais ativos, o Zé Gomes, emigrou, e com outros ciclistas muito ativos em treinos e competições de atletismo, fez com que se perdesse regularidade nos treinos/voltas que fazíamos em conjunto. Importante assinalar que continuamos a ser um grupo muito pequeno, com um núcleo duro de 2 ou 3 ciclistas.

Pela primeira vez não participámos em nenhum *Brevet dos Randonneurs Portugal* (voltas de longa distância não competitivas). Fizemos apenas uma viagem de vários dias (que teve de ser interrompida devido ao mau tempo) e fizemos poucas voltas de treino.

Por outro lado, surgiram novas dinâmicas que muito nos orgulham. Um grupo de companheiros do voleibol, que também gosta de pedalar, decidiu organizar uma volta no 25 de Abril, que recriou o trajeto realizado pelos capitães revolucionários na noite de 24 de abril de 1974. Mais de 40 pessoas se juntaram a esta magnífica atividade.

Iniciámos conversações com a direção do Museu do Ciclismo Joaquim Agostinho, em Torres Vedras. Numa visita muito entusiasmante ao museu, discutimos futuras colaborações que podem vir a ser bastante interessantes.

A Rampa do Vale de Santo António não pára de nos surpreender. A edição de 2024 foi inolvidável. Um dia repleto de festa, associativismo e amizade, com a prova matinal e todo um programa de música e festa na parte da tarde. Para além das peças televisivas pós-Rampa, este ano fomos também mencionados durante a transmissão da Volta à França e convidados pela RTP para falar em direto, durante a etapa inaugural da *Vuelta*, sobre a nossa querida Rampa.

Foi mais um ano em que não nos conseguimos organizar para realizar os workshops de mecânica, por falta de disponibilidade dos organizadores da secção.

2.ª Clássica Experimental “Os Muros de Lisboa”

Coorganizada pela VECC (Volta Equipa Ciclo Cervejeira) e Oficina 35

Data: 27/02/2024

Percurso: Lisboa (*loop*)

Distância: 42.89 km



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Tempo em andamento: 3:03:16

Acumulado: 996 m

Participantes: 11

Na bela companhia da Volta Equipa Ciclo Cervejeira e da Oficina 35, percorremos 43kms citadinos, trepando pelo caminho uma série de icónicas rampas alfacinhas: Calçada dos Barbadinhos, Calçada da Picheleira, Calçada Poço dos Mouros, Senhora do Monte, Rua de São Lázaro, Parque Eduardo VII, da Serafina ao Panorâmico de Monsanto, Calçada da Ajuda, Rua Aliança Operária, Miradouro do Alvito, Tapada das Necessidades, Rua da Imprensa Nacional, terminando na gloriosa Rampa do Vale de Santo António.

Após uma solarenga manhã de muito suor e de grande espírito desportivo, seguiu-se uma saborosa e bem regada almoçarada “em família” na sede do Mirantense Futebol Clube, antes de partirmos para a manifestação organizada pela plataforma Casa Para Viver.

Após uma primeira edição em 2023 cheia de peripécias, a deste ano correu às mil maravilhas e tudo indica que para o ano anunciaremos esta volta com antecedência, para que quem tiver interesse em vir se possa juntar.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Viagem Relâmpago #1: Subidas Pascoais

Data: 29 - 30 março 2024

Participantes: 2

Dia 1

Percurso: Coimbra > Vouzela

Distância: 117.94 km

Tempo em andamento: 7:12:30

Acumulado: 2,739 m

Dia 2

Percurso: Vouzela > Águeda (viagem abordada)

Distância: 44.62 km

Tempo em andamento: 2:21:10

Acumulado: 609 m

A ideia inicial para este passeio era para ser de 3 dias, passando pelas serras do Caramulo, da Freita e Montemuro, depois por Lamego e terminando no Pocinho, à beira do Rio Douro. No entanto, devido ao mau tempo, fomos obrigados a encurtar a viagem original. O primeiro dia ainda correu como previsto, com a subida ao topo da Serra do Caramulo, apesar das valentes molhas e do frio. Não tivemos a mesma sorte no segundo dia, pois à saída de Vouzela, a chuva foi-se intensificando e fomos forçados a mudar os planos, indo diretos a Águeda para apanhar o comboio de volta para casa. Não havia condições para continuar a pedalar montanhas sob tamanha tempestade. Chegámos encharcados, mas nada arrependidos!

Volta Cerveja Com Todos

Data: 06/04/2024

Percurso: Lisboa > Linhó > Almoçageme > Azenhas do Mar > Colares > Sintra > Linhó

Distância: 89.66 km

Tempo em andamento: 4:36:38

Acumulado: 1,369 m



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Participantes: 11

Para esta volta na zona de Sintra, voltámos a juntar-nos aos amigos da Volta Equipa Ciclo Cervejeira. A ideia consistia em dar uma volta com cerca de 60 km, um *loop* com início e fim no Grupo União Recreativa do Linhó, terminando num almoço e festival de cerveja artesanal que estava a ter lugar naquela coletividade. O dia começou cedo, com a malta a pedalar de Lisboa até ao Linhó, fazendo uns quilómetros matinais extra para aquecer. Ao chegar ao ponto de encontro, reagrupámos e seguimos caminho, serra de Sintra adentro. Primeiro parámos em Almoçageme, seguindo depois caminho até as Azenhas do Mar, Colares, centro de Sintra e, por fim, G.U.R. do Linhó. O grupo acabou por se dividir em dois, com ritmos diferentes, mas ambos chegaram sãos e salvos.



25 Abril: Pedalada Chaimítica Antifascista

Data: 25/04/2024

Percurso: Santarém > Lisboa

Distância: 87.31 km



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Tempo em andamento: 4:28:41

Acumulado: 406 m

Participantes: 38

Na madrugada de 25 de abril de 1974, um grupo liderado por Salgueiro Maia, movido pelo amor à liberdade, desceu de Santarém até Lisboa, pondo fim ao mais longo regime fascista que a história europeia conheceu.

Cinquenta anos depois, com o mesmo amor e determinação, 37 homens e mulheres ciclistas de todo o mundo fizeram os mesmos 95 quilómetros que Maia e a sua trupe percorreram, dando início à Revolução de Abril.

Tudo começou na sexta-feira à noite, dia 24 de abril, quando a grande maioria do nosso pelotão se deslocou até Santarém, pernoitando no quartel dos Bombeiros Voluntários de Santarém – a quem agradecemos a excelente hospitalidade.

Na manhã seguinte, o alegre grupo parou para prestar homenagem no monumento a Salgueiro Maia, antes de partir pelo interior do Ribatejo, por entre campos e pequenas aldeias. Havia bicicletas enfeitadas com cravos vermelhos, bandeiras da Palestina ao vento, canções revolucionárias, suor, pó, sorrisos de alegria e muita satisfação #GrenáeAzulCeleste.

O pelotão de ciclistas chegou a Lisboa por volta das 15h30, juntando-se à grande manifestação na Avenida da Liberdade, onde outros camaradas relampaguistas já gritavam “Fascismo nunca mais!”.





Fundado em 1 de maio de 2021



Velódromo da Malveira

Coorganizada com a VECC (Volta Equipa Ciclo Cervejeira)

Data: 25/05/2024

Percurso: Lisboa > Atlético Clube da Malveira > Lisboa

Distância: 80.64 km

Tempo em andamento: 3:48:45

Acumulado: 1,190 m

Participantes: 9

Partimos de Lisboa rumo à zona salaia, para experimentar um dos últimos velódromos ainda ativos em Portugal – o velódromo do Atlético Clube da Malveira. Arrancámos de manhã pelo caminho habitual que nos leva à zona salaia. De Sacavém, seguimos até Bucelas e depois subimos ao Cabeço de Montachique, continuando em direção à Malveira.

Ao chegar ao complexo do Atlético Clube da Malveira, dirigimo-nos primeiro ao bonito café da associação, repleto de cachecóis associativos. Após uma mini e um pão com chouriço, foi altura de descer em direção ao campo de futebol, onde passámos a meia hora seguinte a dar várias voltas ao velódromo de cimento que circunda o campo da bola. Uma experiência única, que gostaríamos de repetir um dia.

Por fim, chegou a hora de nos fazermos à estrada e regressar a Lisboa, rumo à Oficina 35, onde nos esperavam as saborosas pizzas do Gennaro e a cerveja artesanal do Pedro, enquanto víamos a 20.ª etapa do *Giro* de Itália! Belo serão.



Fundado em 1 de maio de 2021



Solstício Relampaguista

Data: 20/06/2024

Percurso: Coimbra > Nazaré > Foz do Arelho > Torres Vedras

Distância: 200.56 km

Tempo em andamento: 9:09:53

Acumulado: 2,026 m

Participantes: 2

No passado dia 20 de junho, para comemorar o solstício de verão, uma parelha relampaguista decidiu pedalar do nascer até ao pôr do sol.

A partida teve lugar antes do amanhecer, na cidade de Coimbra, e a ideia era seguir até Montemor-o-Velho e depois virar para sudoeste, seguindo paralelamente à costa, pela estrada atlântica até São Pedro de Moel, Nazaré, São Martinho do Porto e por aí abaixo até Sintra, terminando em Lisboa. Fazer um uso pleno do maior dia do ano.

O plano original não se concretizou (faltaram as pernas ao Vasco), e acabámos por cortar caminho e terminar a volta em Torres Vedras, com 200 km percorridos. O sol ainda brilhava quando



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



Fundado em 1 de maio de 2021

chegámos, missão semi-cumprida... mas, como (quase) sempre, foram bons os momentos partilhados por essa estrada fora e bonitas as paisagens com que nos deparámos pelo caminho.

Que no próximo solstício toda a trupe esteja em forma, e que se concretize o plano de ver o pôr do sol a partir de uma qualquer estrada perdida.



Senhora da Graça em dia de Volta à Portugal

Data: 03/08/2024

Percurso: Mondim de Basto > Alto da Senhora da Graça

Participantes: 3

Pelo segundo ano consecutivo, o Relâmpago está presente numa das etapas mais icónicas da volta à Portugal – a Subida ao Alto da Senhora da Graça em Mondim de Basto.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Chegámos a Mondim na véspera da etapa e, nessa mesma noite, numa ida ao local das festas da cidade, acabámos por visitar a banca do Mondinense Futebol Clube, a principal coletividade desportiva local, onde comprámos um cachecol e umas rifas.

No dia seguinte, pelas 9h da manhã, encontrámo-nos com uma família amiga do Porto (que tínhamos conhecido no ano anterior), e subimos de carro pela Senhora da Graça acima.

Encontrámos a nossa “sombra” e montámos o nosso estaminé a cerca de 3km da meta, com comes e bebes para todo o dia. Por ali ficaríamos cerca de 10 horas... nas quais fomos convivendo com muita gente que ia passando, muitos ciclistas, inclusivamente alguns amigos que subiam na desportiva a famosa montanha, como a tricampeã da Rampa do Vale de Santo António, a Margarida Roque Amaro. Passou por nós, igualmente, o lendário Vítor Gamito. Na verdade, também nós subimos a montanha em bicicleta! Mais tarde, visitaram-nos os amigos da Volta Equipa Ciclo Cervejeira e a malta do Bando à Parte, da cidade invicta. Ao final da tarde passaram os ciclistas, e todos gritámos e celebrámos a sua passagem. Foi um dia de muito calor, convívio e alegria!





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



Fundado em 1 de maio de 2021



Volta Treino: Serra da Arrábida

Coorganizada pela VECC (Volta Equipa Ciclo Cervejeira)

Data: 07/09/2024

Percurso: Cacilhas > Costa da Caparica > Arrábida > Cacilhas

Distância: 106.35 km

Tempo em andamento: 4:15:59

Acumulado: 1,227 m

Participantes: 3

Volta matinal de sábado em que, partindo de Cacilhas, fomos até à Costa da Caparica apanhar um companheiro para, depois, seguir até ao topo da Serra da Arrábida. Após uma pausa na Quinta da Califórnia, em plena Serra da Arrábida, para um moscatel, voltámos a todo o gás em direção a Cacilhas, onde terminámos a nossa volta.

Visita ao Museu Joaquim Agostinho

Data: 07/10/2024

Local: Museu Joaquim Agostinho, Torres Vedras

Presenças: Vasco Alves e Eupremio Scarpa



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Foi com enorme prazer que aceitámos o convite para nos reunirmos com a equipa do Museu do Ciclismo Joaquim Agostinho, em Torres Vedras, com o intuito de partilhar a nossa experiência e as aprendizagens que a organização da Rampa do Vale de Santo António nos tem proporcionado, desde que a reativámos em 2021, em conjunto com o Mirantense Futebol Clube.

Oferecemos também algum material associado à nossa querida prova para o bonito e valioso espólio do museu.

Mas o nosso encontro matinal não ficou por aqui. Reencontrámos também Amadeu Inácio, filho de Francisco Inácio, mítico ciclista dos anos 50 e vencedor da 1.ª Rampa do Vale de Santo António e de outras provas de menor dimensão, como a Volta a Portugal em Bicicleta!

Nas paredes do museu apreciámos as bonitas relíquias associadas ao passado de Joaquim Agostinho e à história do ciclismo português e internacional. Recordámos também grandes lendas do mundo velocípede, entre outras, a grande Oceana Zarco, ciclista sadina, e uma pioneira da modalidade em Portugal.

Voltámos a Lisboa com a promessa de que nos voltaremos a encontrar. E quem sabe se não teremos algumas boas surpresas num futuro próximo.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Rampa do Vale de Santo António 2024



Foi a 4.^a edição da Rampa do Vale de Santo António, o dia mais emocionante das nossas vidas associativas. Desde a sua reativação em 2021, pela primeira vez fomos brindados por uma manhã de sol. Era o outono em todo o seu esplendor. O fumo das castanhas adensava-se no ar, a multidão ia-se aglomerando ao longo de toda a subida, as engalanadas varandas desabrochavam para o vale de empedrado e, perante este cenário pleno de emoção, deu-se o início de mais uma grande prova.

Foram 130 ciclistas de todos os géneros e feitios que se aventuraram colina acima, carregando consigo uma onda de ruído e de afeto, por cada criança que gritava pela sua mãe, pai ou primo, por cada velhota que acenava da sua varanda ou por cada lágrima de emoção vertida entre abraços fraternos plenos de alegria.

Os anos passam, mas nunca nos deixamos de surpreender com a multidão, os seus sorrisos, a dedicação e a fraternidade com que todos nos deparamos neste dia. O Mirantense FC e a ADR “O Relâmpago” mobilizaram quase 100 voluntários que, ao longo do dia, se foram revezando nas mais variadas tarefas, dando provas de que com pouco muito se faz, e que está ao alcance de todos nós



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



Fundado em 1 de maio de 2021

termos bairros mais unidos, ruas mais justas e um movimento associativo popular forte e cheio de futuro.

Pela primeira vez, nesta edição, foi criado um programa de festas que tomou lugar após a prova. Para além da habitual entrega dos prémios, contámos com comes e bebes assegurados por vários coletivos em luta: a Vida Justa, a associação Kitêmbú, a Palestina em Português e as modalidades d'O Relâmpago.

O programa musical teve lugar logo após a cerimónia oficial, e um dos momentos altos do dia deu-se quando toda aquela multidão entoou o magnífico Hino da Rampa, cantado pelo nosso amigo Oriano. De seguida houve *trap* local, pelas mãos de 4MB, e dois fantásticos DJ sets (por camaradas relampaguistas), que incendiaram o resto do dia: a banda sonora perfeita para animar mais uma mágica tarde convivial.

Design

Uma das grandes novidades deste ano foi a mudança geral no grafismo da prova. Uma nova linha gráfica desenvolvida pelo nosso sócio e designer José Costa Torres. Uma imagem renovada para os próximos anos!

Inscrições

A cada ano que passa, acumulamos mais experiência na organização da prova, o que permite algum conforto e menos ansiedade na preparação da mesma. No entanto, continuamos a ter muita dificuldade em gerir as inscrições, que todos os anos parecem aumentar substancialmente. Este ano, com toda a promoção e burburinho ao longo do ano, prevíamos mais uma grande enchente e foi o que aconteceu.

As inscrições, pela primeira vez totalmente digitais, abriram no dia 23 de setembro e, em apenas 12 horas, recebemos 210 registos. Tendo em conta que, das 130 vagas, tínhamos 30 lugares já reservados (10 Relâmpago + 10 Mirantense + 10 convites da organização), tivemos de negar a participação a 110 participantes: tarefa difícil e que muito nos custou, mas a três semanas da prova já não havia muita margem de manobra para mudar a estrutura da mesma. Algo a rever no ano que vem.

Uma das grandes surpresas deste ano foi o aumento significativo das ciclistas femininas. De 22 mulheres em 2023, passámos para 39 inscritas em 2024. Esperamos, o quanto antes, ter uma representatividade igualitária nas categorias masculinas e femininas.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

De salientar, mais uma vez, o aumento de ciclistas filiados ao nosso Relâmpago: 16 valentes trepadores lançaram-se colina acima com a camisola grená & azul celeste!

Os 130 ciclistas inscritos estiveram distribuídos pelas seguintes categorias:

Cat. 18-45 Masc. = 59 ciclistas

Cat. 18-45 Fem. = 28 ciclistas

Cat. 45 Masc. = 26 ciclistas

Cat. 45 Fem. = 6 ciclistas

Cat. BE = 11 ciclistas

Este ano foi também grande na participação popular, com um grupo de quase 100 voluntários nas várias frentes da prova, o que garantiu a segurança e o bem-estar, não só dos ciclistas, como de toda a gente que assistiu à prova.

O troféu

Na sequência do ano passado, voltámos a pedir ao nosso professor de boxe, Pedro Rufino, para construir 5 belas taças com as “tradicionais” pedras de basalto!





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



Fundado em 1 de maio de 2021



A Prova

Pela primeira vez desde que começámos a organizar a Rampa em 2021 que não havia qualquer ameaça de chuva. A previsão era de uma manhã solarenga, e assim foi! Se nos anos anteriores, mesmo com mau tempo, fomos sempre surpreendidos pela adesão popular, este ano parecia que a multidão tinha duplicado. Logo às 10h, quando partiu o 1.º ciclista, já todo o largo ao lado da sede do Mirantense estava repleto de gente que demonstrava, a alto e bom som, todo o seu entusiasmo.

A manhã foi avançando e as pessoas iam-se juntando e à beira da estrada. As fantásticas varandas iam desabrochando e toda a rua se ia compondo, como nunca a tínhamos visto.

Na zona da partida, o Tuíca, jogador de futsal do Relâmpago, tinha montado o seu triciclo assador de castanhas, e o fumo daí proveniente deixou um ambiente especial no ar, uma névoa luminosa que se adensava e criava uma aura fantástica para este dia tão especial.

A prova correu como previsto e sem grandes peripécias. A multidão animada dava grande força aos ciclistas e muitos dos apoiantes puxavam pelos trepadores de forma bastante criativa, com ardósias e cartazes criados para a ocasião.

O record histórico da Rampa foi mais uma vez batido, com um impressionante tempo do Bruno Pereira na categoria Masculino 18-45. A classificação geral foi a seguinte:

Feminino 18-45:

- 1.º – 01:44,55 Miriam Isabel Gomes da Silva
- 2.º – 01:55,36 Agnieszka Helena Dudek
- 3.º – 01:56,30 Claudia Patrícia Monho Santos Inácio



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Masculino 18-45

- 1.º – 01:06,66 Bruno Miguel dos Santos Pereira
- 2.º – 01:11,87 Matheus Oliveira Lobo
- 3.º – 01:14,25 Ivo Alexandre Dias Pais

Feminino +45:

- 1.º – 02:16,60 Ana Sofia Castilho Bastos
- 2.º – 02:34,03 Helena Cristina Loureiro Martins Caldeira
- 3.º – 02:34,94 Sílvia Maria dos Santos Ferreira

Masculino +45:

- 1.º – 01:35,58 António Soares
- 2.º – 01:36,97 Rui Alexandre da Cunha Alves
- 3.º – 01:40,33 John Alex Hodgson

Bicicletas Elétricas:

- 1.º – 01:11,10 Hannah Sehan
- 2.º – 01:16,39 Daniel Tato
- 3.º – 01:28,44 Rui Miguel Morgado Veiga dos Santos



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



Fundado em 1 de maio de 2021



1





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



Fundado em 1 de maio de 2021





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



Fundado em 1 de maio de 2021





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



Fundado em 1 de maio de 2021





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



Fundado em 1 de maio de 2021

As Varandas

O concurso para “A varanda mais bonita e enfeitada” foi mais uma vez um sucesso. Foram muitas as varandas que entraram no concurso e, este ano, houve muitas de grande dimensão e que foram também pontos de encontro e convívio ao longo de toda a rua.

Mais uma vez o prémio foi patrocinado pelo Planeta Cura e foi também oferecido um cabaz de produtos alimentares (oferta da organização) à varanda vencedora.

Almoço e bancas solidárias

Este ano, para evitar grandes filas para comer e com o intuito de tentar agregar e manter as pessoas na rua durante o almoço e pela tarde fora, decidimos convidar várias associações que fazem um trabalho que admiramos, para preparar o almoço na rua e, desta forma, angariarem também dinheiro para as suas lutas. A Associação Kitembú fez a cachupa, a Vida Justa fez bifanas, seitanas e salgados, a Palestina em Português fez falafels e as modalidades do Relâmpago fizeram bebidas e sandes vegetarianas. Correu tudo muito bem, o povo ficou na rua e a comida esgotou, evitando não só as filas intermináveis de outros anos, mas permitindo aos coletivos angariar bom dinheiro.

A Festa

Outra das grandes novidades deste ano foi a criação de um programa de festas após a cerimónia da entrega de prémios. Este ano fizemos questão de arranjar um sistema de som de qualidade e um palco, de forma que tanto a cerimónia como a música fossem audíveis para todos os presentes.

COMES
E
BEBES

BIFANAS, SEITANAS E SALGADOS VIDA JUSTA
FALAFEL PALESTINA EM PORTUGUÊS
CACHUPA KITEMBÚ
BEBIDAS E SANDES VEGETARIANAS ADRR
CASTANHAS CASTANHAS DO TUA

PROGRAMA

SUBIDA DA RAMPADA DO VALE DE SANTO ANTÓNIO 2024

10H00 INICIO DA PROVA
12H50 FINAL DA PROVA
13H15 FIXAÇÃO DOS RESULTADOS
13H45 ORIANO TOCA O HINO DA RAMPADA
14H00 CERIMÓNIA ENTREGA DOS PRÉMIOS
15H00 4MB CONCERTO
16H00 DJ RÁDIO MUNDO DJ SET
17H00 HUB CRIATIVO DO C*? \$#%! DJ SET



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Um dos pontos altos do dia foi o momento em que o Oriano tocou o incrivelmente emblemático Hino da Rampa. Enquanto ele se preparava para cantar, a equipa feminina de futsal juntou-se no palco, por trás do Oriano, e cantou o hino com ele - fizeram um coro magnífico. Foi um momento único em que toda a multidão entoou em uníssono a já lendária canção. Emocionante! Um vizinho filmou esse momento:

<https://www.facebook.com/100002964637719/videos/1088001889589025/>



De seguida, tivemos o concerto do 4MB. Música *trap* por um rapaz adolescente e do bairro. Foi mais um momento muito engraçado com um grande grupo de fãs do artista a juntar-se na fila da frente e a cantar as canções todas! Por fim tivemos dois *dj sets*, um do DJ Radio Mundo, *aka* Zé Bernardo, um atleta do clube conhecido e acarinhado por todos. Por fim, o Hub Criativo do C*r*Iho, dupla composta pelo Vasco e pela Maria, fundadores do clube, e que puseram toda a gente a dançar incessantemente até que a festa terminou pelas 18:40 com a chegada da polícia de intervenção.



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



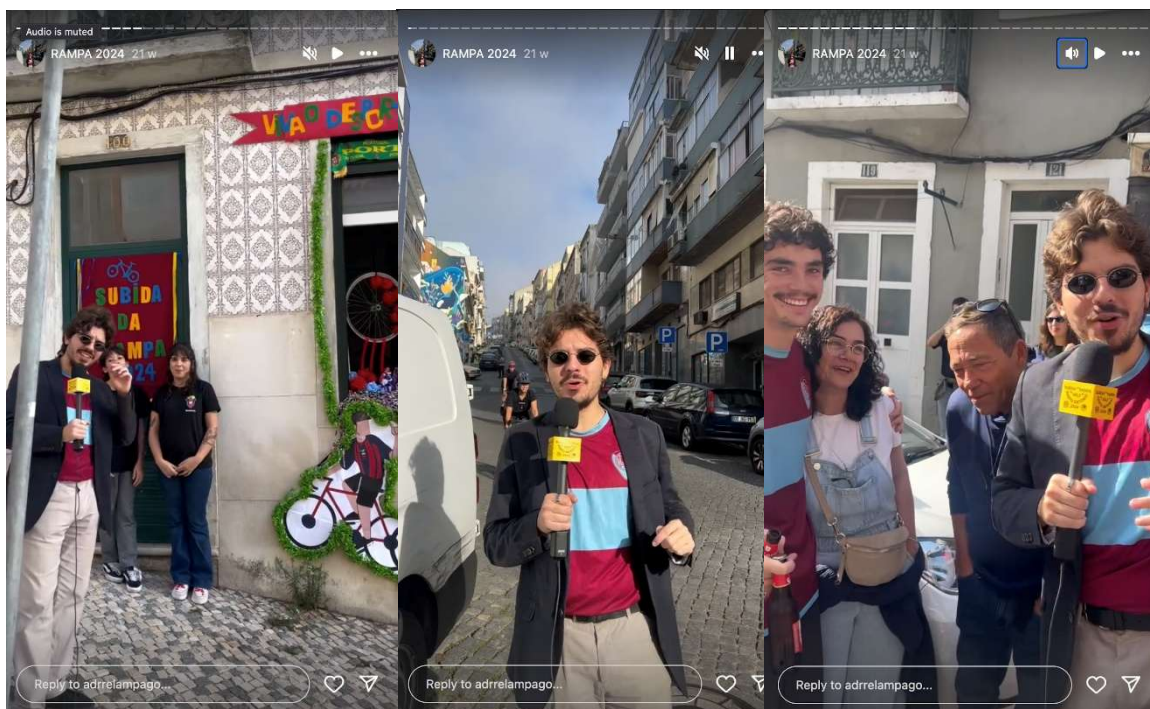
Fundado em 1 de maio de 2021

Reportagem Online

Após o sucesso do ano anterior, voltámos a pedir ao nosso sócio e dirigente Nuno Tibiriçá, para repetir a reportagem em direto – via Instagram –, espalhando o seu talento jornalístico em vários episódios gravados ao longo de todo o dia da prova. Falou com organizadores,



dirigentes, ciclistas, moradores, espectadores, e muito mais. Mal podemos esperar pela reportagem de 2025! Salvé Nuno!



A Rampa na RTP

Como tem vindo a ser hábito, a RTP marcou presença no dia da prova e apresentou, no programa “A Nossa Tarde”, uma divertida peça de 5 minutos, que é possível visionar neste link:

<https://media.rtp.pt/anossatarde/videos/subida-da-rampa-do-vale-de-santo-antonio/>



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



Fundado em 1 de maio de 2021



A Rampa no Telejornal da SIC

A SIC marcou presença pela primeira vez na Rampa, fazendo uma peça jornalística que passou quase em direto, para todo o país, no Primeiro Jornal. Uma peça que documenta momentos da prova, mas também entrevistas e outras curiosidades.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Prémio voluntários



Desta vez festejámos uma homenagem feita aos mais de 100 voluntários que a prova reuniu.

No dia 5 de dezembro, esta verdadeira comunidade, de várias idades, origens e géneros, teve uma Menção Honrosa na Categoria Excelência do Troféu Português do Voluntariado 2024, promovido pela Confederação Portuguesa do Voluntariado.

Numa sociedade onde muitas vezes se considera este tipo de participação cívica como uma ação de “caridade”, de lavagem de consciências ou assistencialista (geralmente é este o voluntariado premiado e divulgado), a atribuição a uma iniciativa popular, comunitária, democrática e abrangente, onde não existe o conceito de destinatários (são eles próprios os decisores e protagonistas ativos das ações que realizam), mostrámos uma ideia diferente de participação, promoção de cidadania e trabalho coletivo. É em tudo isto que nós acreditamos.

Este prémio é uma homenagem que vai para além dos voluntários da Rampa, d’O Relâmpago e do Mirantense. É dedicado a todas as comunidades que são parte ativa nos processos de mudança.

Podcast Endoo

O Vasco e o Eupremio foram entrevistados pelo Marco Francisco para o Endoo, um podcast inicialmente dedicado ao ciclismo de *endurance*, mas que, nos últimos tempos, se abriu a outras modalidades do ciclismo. O Marco foi um dos participantes na Rampa, e ficou maravilhado com tudo o que viu. Esta conversa permitiu-nos também partilhar algumas ideias para a próxima edição, sobre as quais recebemos inclusivamente algum *feedback* por e-mail. Foi uma conversa apaixonada sobre um



tema que nos encanta e que pode ser ouvida em todas as plataformas de *streaming*. Link para o Instagram do podcast: <https://www.instagram.com/p/DCWCNhGPix4/>



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Antes da Rampa...



A Rampa no Tour de France!

Outra das boas surpresas deste ano foi que o comentador da Eurosport, Olivier Bonamici, fez uma menção à Rampa do Vale de Santo António em plena etapa da Volta à França 2024! Ficámos todos muito orgulhosos, com a nossa prova a ser falada durante a prova mais importante do mundo. Quem diria?! É possível ver esse momento neste link:

<https://www.instagram.com/p/C9aSlx3M7RQ/>

Fomos à televisão promover a Rampa

No dia 17 de agosto, no âmbito da *Vuelta* a Espanha (que este ano começou em Lisboa), e de uma iniciativa da RTP em promover a mobilidade velocípede, fomos convidados para ir promover a Rampa do Vale de Santo António 2024 em direto, numa entrevista muito divertida com a Vanessa Oliveira. Foram entrevistados o Vasco, o Eupremio e o Joaquim! O vídeo pode ser visto na sua totalidade através deste link:

<https://www.rtp.pt/play/p13747/e789440/pedala-portugal-bike-tour-lisboa-oeiras/1263066>





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Workshop faixas

Pela primeira vez promovemos um workshop de pintura de faixas para engalanar a rua no grande dia da prova. Juntaram-se cerca de 15 pessoas no largo ao lado da sede do Mirantense, onde passámos uma tarde bem animada a cortar lonas e a pintar frases e desenhos temáticos.



No dia da prova, todas estas criações ajudaram a dar cor e vida muito mais bonitas à rua, adornando-a ao longo de todo o percurso com desenhos e frases de protesto.





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

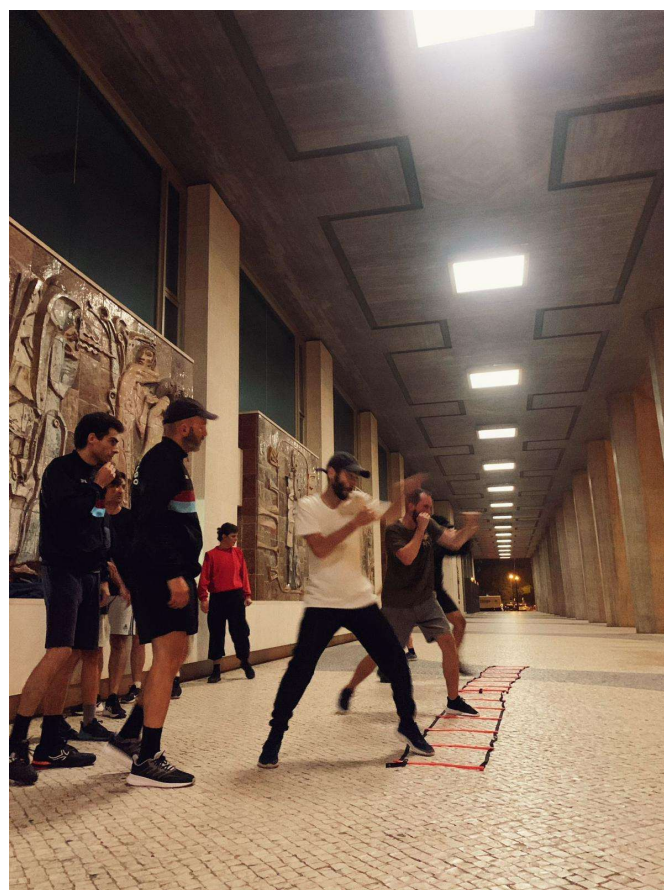
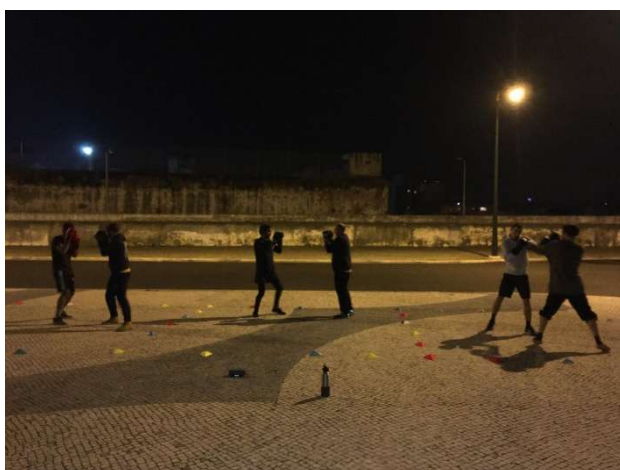


Fundado em 1 de maio de 2021

3.3. Boxe

Local e horário dos treinos:

A secção continua a treinar ao ar livre, junto às arcadas do Tribunal de Justiça, todas as segundas e quintas-feiras, das 19h30 às 22h. A partir de outubro de 2024, os treinos das segundas-feiras passaram a ser realizados na Associação de Boxe Paulo Seco (ABPS), prática que se prolongará até março de 2025. Continuamos em busca de um espaço de treino *indoor*, com visitas a ginásios.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Número de praticantes ocasionais:

Total: 80

- Feminino: 40
- Masculino: 40

Número de praticantes regulares (núcleo duro):

Total: 25

- Masculino: 13
- Feminino: 12

Meios de comunicação:

Grupo no WhatsApp com 67 inscritos, e-mail da secção (boxeadrr@gmail.com), página de Instagram do clube e reuniões da secção.

Merchandising:

Foi criado *merchandising* alusivo à secção (casaco de fato de treino da ADRR com inscrição da secção de boxe). A criação de um novo grafismo para *merchandising* estava em progresso.

Aquisição de material:

O grupo conseguiu angariar doações para a compra de luvas de boxe para o treinador.

Informações sobre a filiação à ABL:

A secção de boxe do ADRR inscreveu-se na Associação de Boxe de Lisboa (ABL) em março de 2024, formalizando a inscrição pelo seccionista do clube e pelo treinador da secção. O processo de inscrição dos atletas para os seguros de manutenção e do seguro do treinador estava em curso.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Estágio e colaboração com a Associação de Boxe Paulo Seco (ABPS):

O treinador da secção iniciou a formação para o grau 1 de treinador em maio de 2024, promovida pela Associação Nacional de Treinadores de Boxe e pela Federação Portuguesa de Boxe, com duração de 8 meses (2 meses de aulas teórico-práticas e 6 meses de estágio).

O estágio foi realizado na Associação de Boxe Paulo Seco (ABPS), sob orientação do treinador Paulo Seco. Durante os 6 meses de estágio, um treino semanal da secção de boxe do ADRR foi realizado nas instalações da ABPS, com estreita colaboração, incluindo o trabalho com os atletas da ABPS e o uso dos equipamentos do ginásio (ringue, sacos, etc.).





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Eventos ou acontecimentos da secção:

O grupo de atletas participou em eventos desportivos de boxe olímpico/amador:

- Open Boxe de Marvila, 16-18 de fevereiro de 2024
- WBC Boxing Spirit, edição nº 5, 4-6 de outubro de 2024
- Oficina de boxe para crianças, Relâmpago + Horizonte, no Bairro Horizonte, 1 de junho de 2024

As reuniões da secção e os convívios continuaram a ser realizados.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

3.4. Atletismo



Em conformidade com os objetivos coletivamente definidos, 2024 foi simultaneamente um ano de reforço e solidificação da Secção de Atletismo a todos os níveis.

Com a inquietude habitual d'O Relâmpago, redefiniu-se dias e datas para a realização de treinos, voltando os treinos coletivos a consagrarem-se como um ponto de encontro para o convívio e o estímulo à prática desportiva.

Não descurando a dispersão geográfica dos atletas, foram organizados dois desafios "Quantidade > Qualidade", dando a oportunidade a todo o coletivo para que com as suas corridas contribuíssem para o espírito de equipa. Desafios que envolveram, em média, 30 atletas de norte a sul do país e ainda outros espalhados pelo mundo.

Mas o Relâmpago não é só desporto. É também convívio recreativo e, nesse sentido, destaca-se o jantar realizado a 31 de outubro, onde, entre salutar convívio, foi entregue o troféu à equipa vencedora do desafio "Quantidade > Qualidade - Edição de Verão 2024".



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Não menos importante e não desistindo de objetivos ainda não satisfeitos, a secção trabalhou em parceria com a *Love For Rebellion* e definiu um novo logotipo. Logotipo que desde logo agradou à totalidade dos atletas pela forma arrojada com que representa o Atletismo d' O Relâmpago.

Presente em bandeiras e publicações, o logotipo também foi reproduzido em t-shirts para venda de *merchandising*, desde logo na Rampa do Vale de Santo António, mas igualmente noutras iniciativas do clube, contribuindo para a divulgação do Relâmpago e angariação de fundos que apoiem a atividade da secção.



Ainda em relação ao financiamento da secção, 2024 que marcou o início do patrocínio da Regiset à secção, tendo esse apoio sido essencial para adquirir os novos modelos de t-shirts e que viriam, a partir da Corrida da Liberdade, a fazer parte da indumentária de todos os atletas que participam na secção.

A nível de fundos, o ano terminou com a realização do sorteio de "Saturnália", envolvendo-se todo o coletivo e amigos numa atividade que permitiu à secção não

sobrecarregar o clube com despesas adicionais.

Em todos os momentos procurou-se elevar os ideais do desporto popular, sendo inapagável o orgulho com que participou na cerimónia de aniversário do Relâmpago, cabendo-lhe, através de discurso, mostrar que o clube e o desporto popular podem a todo o momento contar com a disponibilidade e motivação da secção.

A nível orgânico, a secção realizou uma assembleia a 30 de setembro de 2024. Nessa reunião ouviu-se opiniões e sugestões e debateu-se a importância da inscrição de atletas e clube na Associação de Atletismo de Lisboa. Na sequência da reunião, a secção terminou o ano com 29 atletas federados.



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



Fundado em 1 de maio de 2021



No plano competitivo, o Relâmpago esteve presente em mais corridas e as cores grená e azul celeste protagonizaram uma série de ações que nos promovem entre os restantes clubes e equipas. Para memória futura, relembrar que na Corrida da Liberdade os atletas do Relâmpago foram os que transportaram cravo vermelho ao peito. Cravos essencialmente elaborados por um atleta e a sua filha, mas com a participação dos demais.

Em síntese, o ano de 2024 é merecedor de grande congratulação por parte da secção de atletismo, pela superação e crescimento conseguidos, mas também pela alegria e pelo espírito interventivo que caracterizam o clube. Aspetos que, após toda a atividade realizada, se refletem num total de 60 atletas envolvidos.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Síntese das provas de atletismo realizadas:

- 83 provas contabilizadas das quais se realçam:
 - Corrida da Liberdade;
 - Corrida Internacional 1.º de Maio;
 - Corrida Nacional do Professor e Educação;
 - Corrida da Festa do Avante;
 - Corrida pelo Hospital do Seixal;
 - Corrida das Fogueiras em Peniche;
 - Corrida pela Investigação;
 - Provas do Troféu de Oeiras;
 - Provas do Troféu de Atletismo "Mário Pinto Claro" de Almada;
 - Meia Maratona de São João das Lampas;
 - Maratonas do Porto, Lisboa e Verona;
 - Trilhos Urbanos de São Vicente (pelo Mirantense FC);
 - Louzantrail (Serra da Lousã);
 - Trilho dos Moinhos;
 - Grande Trail da Serra D'Arga.



Corrida do Professor e da Educação (26.10.2024)



Corrida 25 Abril (25.04.2024)





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Xadrez

A secção de xadrez do Relâmpago iniciou os seus convívios no dia 25 de fevereiro de 2022, no CCPSE (Centro de Cultura Popular de Santa Engrácia), enquanto decorriam os jogos de futebol.



No ano de 2024 foram realizadas 40 sessões de Xadrez e de Oware no bar “Estado de Graça”, que é o nosso parceiro das quintas-feiras de xadrez, e no bar “Este” na Rua dos Remédios, em Alfama, aumentando assim o número em relação ao ano transato, em que foram realizadas 38 sessões. Aproveitou-se para angariar mais sócios e fidelizar a atividade no seio das modalidades do clube. A média de ocupação dos tabuleiros cresceu neste período, chegando várias vezes à ocupação máxima dos 10 tabuleiros, aumentando o número de jogadores de Oware, assim como os

tabuleiros deste jogo.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Realizámos 2 torneios durante o ano de 2024: 1 formal, com a participação de 22 jogadores, na sede da Academia Recreio Artístico, a 3 de fevereiro; e 1 amigável realizado no bar “Estado de Graça”. Participámos também no torneio de xadrez da Festa do Avante!, com 7 participantes.

Assinalámos a inscrição de novos sócios durante o torneio de fevereiro e na fase de inscrição para o mesmo.





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



Fundado em 1 de maio de 2021



Continuamos durante o mês de janeiro e de fevereiro com as aulas de xadrez para crianças na AMBH, com frequência bissemanal. Infelizmente, por questões de incompatibilidade de horário, não foi possível continuar com esta atividade. Participámos na celebração dos 50 anos do 25 de Abril, no dia 24 de abril, na Praça Paiva Couceiro.

No dia 1 de junho a secção esteve presente nas atividades do clube em parceria com a AMBH, no dia da criança, com os tabuleiros de xadrez e *workshop* de Oware.

Agosto foi um mês de férias para a secção de xadrez, não se tendo realizado as sessões semanais. Regressámos às sessões de xadrez em setembro, de volta ao sítio habitual, celebrando assim 2 anos de parceria com o bar. Tivemos a participação de jogadores nossos em competições oficiais da Associação de Xadrez de Lisboa (AXL), com 2 atletas. Foi um ano em que consolidámos a prática da modalidade e a participação de um maior número de jogadores e em que as nossas ambições para o futuro foram tomando forma. Participámos no dia 16 de dezembro num *benefit* para o Líbano, na Casa do Comum (no Bairro Alto), com xadrez e *workshop* de Oware.

Resumo das atividades de 2024:

- 40 sessões de xadrez abertas aos sócios e amigos da ADDR;
- 2 Torneios de xadrez;
- Participação no dia 24 de abril, Praça Paiva Couceiro;
- Participação no Dia da Criança, 1 de junho, no Bairro do Horizonte;
- 1 *workshop* de introdução ao Oware por Paulo Dias;
- Participação no torneio de xadrez da Festa do Avante!;
- Participação no Torneio de Rápidas Individuais da AXL;
- Participação no *benefit* para o Líbano, em 16 dezembro.

Conclusão:

O ano de 2024 foi um ano de crescimento desta modalidade na ADDR. Tivemos um *feedback* muito positivo e conseguimos fidelizar alguns participantes para a prática do xadrez e para a criação de vínculos ao clube. O balanço que fazemos é bastante positivo.

O ano de 2025 terá como principal foco o crescimento da secção de xadrez do clube, aumentando o número de participantes e de sócios, a descentralização das atividades da secção, a participação do Relâmpago como equipa nos campeonatos distritais de xadrez, a construção de novas parcerias



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



Fundado em 1 de maio de 2021

com instituições de ensino, o fomento de solidariedade social e do desporto popular, aquisição de novo material, introdução de aulas de xadrez para sócios e simpatizantes da ADRR, organização de convívios transversais a várias modalidades, organização de sessões de cinema sobre figuras proeminentes do xadrez e de conversas sobre a modalidade e os desafios que enfrenta, pintura de um mural da secção.

Viva o xadrez, viva o Oware e viva o Relâmpago!



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



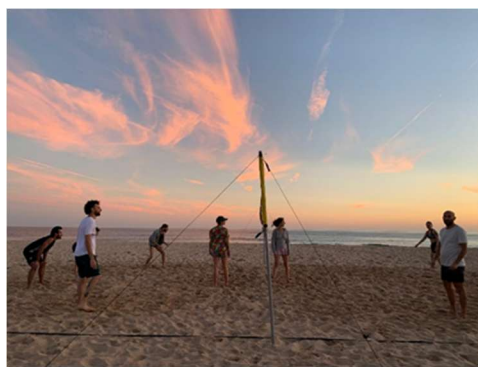
Fundado em 1 de maio de 2021

3.5. Voleibol

A equipa de voleibol da ADRR teve um ano incrível, com muita gente, tendo sido acrescentado uma hora ao horário para dar oportunidade a mais atletas de virem treinar e fazer parte do nosso grupo. No total, já somos 123 no grupo Whatsapp onde organizamos os treinos, com uma média de 20 participantes por turno.



Continuámos a treinar no pavilhão da EB 2/3 Nuno Gonçalves, entre janeiro e julho. Quando chegou o bom tempo, treinámos em pavilhão, na praia, na relva, em qualquer lado onde pudéssemos montar uma rede e conviver.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Em setembro, quando voltámos a contactar a EB 2/3 Nuno Gonçalves, tivemos a informação de que a Direção da escola tinha mudado e que não iríamos poder treinar lá até nova informação. Procurámos alternativas, outros pavilhões, treinos na Alameda, fizemos o que pudemos para manter algum ritmo de treinos. Mantivemos o diálogo com a EB 2/3 Nuno Gonçalves e finalmente avisaram-nos de que poderíamos voltar aos treinos em fevereiro de 2025.



Durante este hiato, juntámo-nos muitas vezes para conviver e debater o futuro dos nossos treinos. Decidimos passar a ter 2 treinos semanais, em vez de apenas 1, em que um dos treinos é mais casual e descontraído e o outro um pouco mais estruturado e físico, com o objetivo final de começarmos a jogar contra outras equipas.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

3.6. Outros desportos

Basquetebol:

Durante a primavera de 2024, iniciaram-se os encontros informais da secção de basquetebol do Relâmpago. Através de uma reabilitação de um grupo do WhatsApp que já existia, conseguiu formar-se um núcleo duro de atletas que, durante sensivelmente dois meses, se juntaram semanalmente no campo do mercado do forno do tijolo. Devido à falta de funcionários para abrir o campo, deixou de ser possível reunirmo-nos por lá. Passámos depois - até ao verão de 2024 - a encontrarmo-nos no campo de baixo da Curraleira. Durante os meses de setembro e de outubro tentou-se encontrar um pavilhão, por forma a formalizar os encontros e tentar estruturar melhor os treinos. Apesar do esforço constante e de termos contactado praticamente todas as escolas da cidade de Lisboa, não foi possível encontrar um pavilhão.





Fundado em 1 de maio de 2021

4. Grupo de Intervenção/Departamento Cultural e de Desenvolvimento Comunitário na ADRR

4.1. Atividades desenvolvidas e parceiros

Cozinha Migrante dos Anjos

Durante o mês de maio a ADRR foi contactada pelo coletivo da Cozinha dos Anjos que, na altura, dava apoio à população migrante acampada junto à igreja com o mesmo nome.

Para além da distribuição de comida e da organização da gestão e dinâmica das pessoas acampadas, foi-nos comunicada a necessidade de desenvolver atividades lúdicas, para “alivar” a população acampada de toda a carga de *stress* e inatividade que o movimento sofria.

Assim, foi na mesma semana acertada a inclusão de elementos do acampamento nos nossos convívios de sexta-feira, para jogos de futebol “abertos” e não competitivos. Durante esse mês, no campo do Operário Futebol Clube de Lisboa, cerca de 20 elementos participaram nos jogos e convívios que fomos realizando.



Desta iniciativa, rapidamente surgiu a necessidade de criar mais momentos de prática futebolística, que a ADRR abraçou: no ringue do Martim Moniz passámos a acompanhar um grupo que jogava futebol, às quartas-feiras, no mesmo espírito das sextas-feiras.

De salientar a rápida resposta dos associados do Relâmpago, conseguindo-se que fossem feitas escalas entre vários elementos para acompanhamento da atividade, facilitando o acesso ao campo de jogos, tradução

francês/português, estreitando laços entre nós e a comunidade acampada, procurando que se sentissem mais acompanhados e acolhidos, num contexto de grande precariedade.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Neste contexto, surge também outro grande projeto. Samba Ba, alfaiate/costureiro senegalês, começou a desenvolver produtos para venda, a partir de uma pequena oficina montada no espaço da Disgraça, na Penha de França. Rapidamente se desenvolveu uma coleção própria de artigos Relâmpago para serem produzido (bonés de ciclismo, bolsas de cintura e t-shirts customizadas) que foram inicialmente vendidas no Evento da Rampa do Vale de Santo António, com grande sucesso.



Estes produtos continuaram a ser produzidos, vendidos por encomenda e em eventos relampaguistas, sendo o lucro entregue na sua totalidade à oficina do Samba Ba.

Ninguém é ilegal! Viva a Cozinha Migrante dos Anjos!



Movimento Referendo pela Habitação (MRH)

O combate à precariedade, à gentrificação das nossas cidades e dos nossos bairros e ao aumento despropositado do custo da habitação foram lutas que a ADRR, em 2024, levou para a frente em conjunto com o Movimento Referendo pela Habitação. É de sublinhar que muitos militantes do MRH são sócios ativos do Relâmpago e, por isso, criou-se naturalmente uma plataforma comum de luta e reivindicações. O Relâmpago participou

ativamente nas manifestações e nas iniciativas que o Movimento organizou como também ajudou na recolha de assinatura para o Referendo pela Habitação.

Estivemos presentes nos momentos de mobilização, como também acompanhámos na Assembleia Municipal de Lisboa a entrega das assinaturas e a discussão que ali se gerou.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Coletivos em Luta

A falta da sede, de um espaço onde possamos desenvolver e potenciar as nossas atividades, é um problema, como vimos, partilhado com muitos outros clubes e coletivos, muitos deles até com espaços mas com o iminente perigo de ser despejados, isto é, de serem mais uma vítima da especulação imobiliária que se apoderou de Lisboa e arredores. “O movimento associativo precisa de espaço”: este foi o lema dos Coletivos em Luta, grupo do qual o Relâmpago faz parte e com o qual participou, desde o início do ano, em iniciativas e manifestações para que a voz dos movimentos de base (seja desportivos ou culturais) seja ouvida pelo poder público e estes sejam reconhecidos como forças vivas, dinâmicas e fundamentais na cidade.

Queremos sublinhar dois momentos em particular:

- a intervenção na 103.ª Reunião – 68ª Sessão Extraordinária da Assembleia Municipal de Lisboa, onde 5 associações (entre as quais o Relâmpago) expuseram os problemas que enfrentam e que todo o movimento associativo partilha: falta de espaços e pouco reconhecimento do trabalho feito.



Para memória futura, deixamos aqui o texto integral que o presidente da Direção da ADRR leu à Assembleia:

*“Boa tarde,
o meu nome é Eupremio Scarpa, sou italiano e vivo em Portugal desde 2001, onde sempre trabalhei como*

educador em bairros e com comunidades. Hoje estou aqui como representante da Associação Desportiva e Recreativa “O Relâmpago” na qualidade de presidente da Direção. Em 2021, um grupo de amigos com interesses e valores similares juntou-se e criou uma associação (ADR “O Relâmpago”) que, começando no futebol e outras modalidades, se estende a uma presença social e a ter um papel comunitário muito mais completo.

A Associação Desportiva e Recreativa “O Relâmpago” aparece como uma ferramenta coletiva de fomento do Desporto Popular, alavancando a sua prática para a integração e interação social, também por via da participação comunitária a vários níveis.

Temos neste momento 316 associados e sete secções a funcionar (futsal masculino e feminino, xadrez, boxe, voleibol, atletismo e ciclismo), que mobilizam mais de 80 atletas todas as semanas nos treinos e nos torneios. O trabalho de estímulo e apoio ao associativismo é um outro ponto fulcral da nossa missão, tendo tido contactos com muitas agremiações com as quais partilhamos valores e sonhos.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Se, até há pouco tempo atrás, não ter uma sede “física” não influenciava o nosso dia-a-dia, com o crescimento exponencial de atletas e o aumento de atividades e eventos (desportivos e não[-desportivas]), [a situação] obriga-nos a procurar “uma casa”: podem imaginar o que significa a logística de 7 modalidades com carros e bagageiras transformados em arrecadações, levando de um lado para o outro material e equipamentos. A brutal especulação e a gentrificação da nossa cidade privou-nos de aceder ao mercado livre, sendo também nulos os apoios públicos nesta área.

A cidade de Lisboa não pode descuidar as associações, coletividades, coletivos que muitas vezes desenvolvem e dão respostas que o Estado não consegue. Não é preciso ir muito longe, vamos ler o Artigo 73.º da Constituição Portuguesa:

3. O Estado promove a democratização da cultura, incentivando e assegurando o acesso de todos os cidadãos à fruição e criação cultural, em colaboração com os órgãos de comunicação social, as associações e fundações de fins culturais, as coletividades de cultura e recreio, as associações de defesa do património cultural, as organizações de moradores e outros agentes culturais.

E ainda o Artigo 79.º da Constituição Portuguesa

(Cultura física e desporto)

1. Todos têm direito à cultura física e ao desporto.

2. Incumbe ao Estado, em colaboração com as escolas e as associações e coletividades desportivas, promover, estimular, orientar e apoiar a prática e a difusão da cultura física e do desporto.

O Relâmpago precisa de uma casa!

O Movimento Associativo precisa de espaço!

Obrigado, não esqueçam.”

- No dia 22 de junho foi organizado um “Anti-tour” que como diz o Instagram da Sirigaita (uma das coletividades envolvidas), procurava buscar “alguns dos verdadeiros oásis que esta cidade desertificada tem e que queremos celebrar e defender”. Com um mapa na mão, os participantes estiveram a visitar espaços como a Associação Goela, o Penha.sco, a Disgraça, a Zona Franca, a Sirigaita e... o Relâmpago, o único destes coletivos sem uma sede física. Acolhemos os participantes, na rua, na Praça Paiva Couceiro num momento altamente simbólico e marcante.



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



Fundado em 1 de maio de 2021

ANTI-TOUR:
COLECTIVIDADES
EM LUTA
VISITA DESGUIADA
AOS OÁSIS DE RESISTÊNCIA
ANTICAPITALISTA
GOELA - RELÂMPAGO - TAVARES - DISGRÇA - ZONA FRANKA -
DOS ANJOS - SIVIGATA
SÁBADO. 22 JUNHO. 17H
PONTO DE ENCONTRO: GOELA (A. dos BALDARQUES, 47, LISBOA)
PONTO DE CHEGADA: SIVIGATA (A. dos ANJOS, 12E, LISBOA)
TAVARES - FERIA



Vida Justa

Também em 2024 a colaboração com o coletivo da Vida Justa foi muito rica e intensa: foram várias as iniciativas, manifestações, desfiles e eventos que foram partilhados pelos dois grupos. Sempre juntos no 25 de Abril e no 1.º de Maio, mas lembremos também as várias manifestações de solidariedade com a luta nos bairros e com a morte de Odair Moniz.

Queremos sublinhar dois momentos em particular: a participação da Vida Justa na grande festa da Rampa com uma pequena banca de venda de comida que foi uma maneira também de angariar alguma receita para a sua atividade e, sobretudo, a participação de alguns

elementos relampaguistas na grande Assembleia dos Bairros, que foi realmente o momento mais marcante neste 2024 para os movimentos de base local em geral:

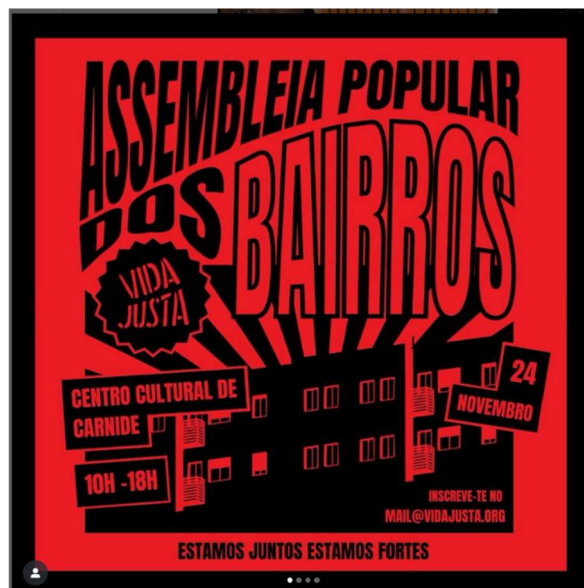


ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021

“Das 10h00 às 19h00, cerca de 300 pessoas de dezenas de bairros trabalharam em plenário e em grupos de trabalho, sobre os problemas, soluções e formas de luta em áreas como a habitação, os salários e o custo de vida, a violência policial, os transportes, a imigração e formas de dar poder popular aos bairros” (excerto do Instagram da Vida Justa). Foi um momento de grande solidariedade e unidade, com a certeza de que só assim podemos combater as injustiças, o fascismo e o racismo em Lisboa e nos bairros portugueses. Bairro a bairro, rua a rua, a luta continua!



PUSP e a solidariedade com a Palestina

Em mais um ano de trágicos acontecimentos no Médio Oriente e na Palestina em particular, ao longo de 2024 foram muitas as expressões de apoio e solidariedade com o povo palestino. Participámos em manifestações, desfiles e momentos de luta coletivos, como também fazemos parte da Plataforma Unitária de Solidariedade com a Palestina (PUSP). A bandeira deste povo oprimido está sempre presente em cada atividade nossa, das bancadas às paredes. *Stop Genocide!* Martirizada como a Palestina, é também o Líbano, onde muitos dos palestinianos tentam encontrar refúgio. Em dezembro, estivemos presentes na Casa do Comum com a nossa secção de xadrez e Oware, numa noite de angariação de fundos para o *Beirut Synthesizer Center*, local de agregação e cultura bombardeado e completamente destruído.





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



Fundado em 1 de maio de 2021



Penha.sco

No âmbito das celebrações do 5.º aniversário da Penhas.co, no dia 20 de abril fomos convidados a sermos os “chefes” da festa: a Comida Italiana Revolucionária foi uma iniciativa para obter fundos para o clube e mostrar os dotes culinários do presidente da Direção, que deliciou os presentes com massas (*al dente*, claro) com molhos para todos os gostos: carne, *veggie*, *vegan*. Uma bela noite de convívio e solidariedade.

Zona Franca

Uma pequena nota sobre uma atividade organizada em conjunto com a Zona Franca, outro coletivo companheiro de lutas para uma cidade mais “associativa”: no dia 20 de março foi organizado um concorrido bingo que tinha como lema “Eu não gosto de bola”. Mais uma bela noite de solidariedade e companheirismo.





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



Fundado em 1 de maio de 2021

Santos Populares

2024 foi também o ano de Santos Populares para o Relâmpago. Mergulhámos nas festas juninas da cidade participando em dois arraiais:



- no dia 5 de junho estivemos, a convite dos amigos e amigas da Associação Renovar a Mouraria, a participar no Arraial da Mouraria no Largo da Rosa, onde dinamizámos uma bela conversa sobre o papel das associações como ferramentas de desenvolvimento comunitário (para a qual foram convidados o Grupo Gente Nova e a Cozinha Migrante) e fomos responsáveis pela programação musical (o Relâmpago está cheio de ótimos e ótimas DJs e afins!). Foi a ocasião para também, vendendo umas comidas e bebidas (com a ajuda dos atletas das modalidades), podermos angariar algum fundo para apoiar as nossas atividades através da sempre

procurada banca de *merchandising*.

- entre os dias 9 e 13 de junho, estivemos presentes também no Arraial da Penha de França, com uma banca partilhada com a AMBH. Também nessa banca vendemos bebidas, comidas e *merchandising*, criando, à volta do nosso espaço, um momento bonito de convívio relampaguista: todas as secções ajudaram na organização e gestão da banca, com grande companheirismo; mas, de facto, também por nossa inexperiência e alguns constrangimentos do próprio arraial, não deu o lucro esperado. Foram dias muito cansativos que resultaram em 2000€, valor que acabou por não compensar o grande esforço do clube. No entanto, do arraial vai ficar a grande simbiose e uma ligação ainda mais forte com a AMBH, o grande envolvimento dos sócios e o animado convívio. E para o ano? Há mais? Hhhmmm...

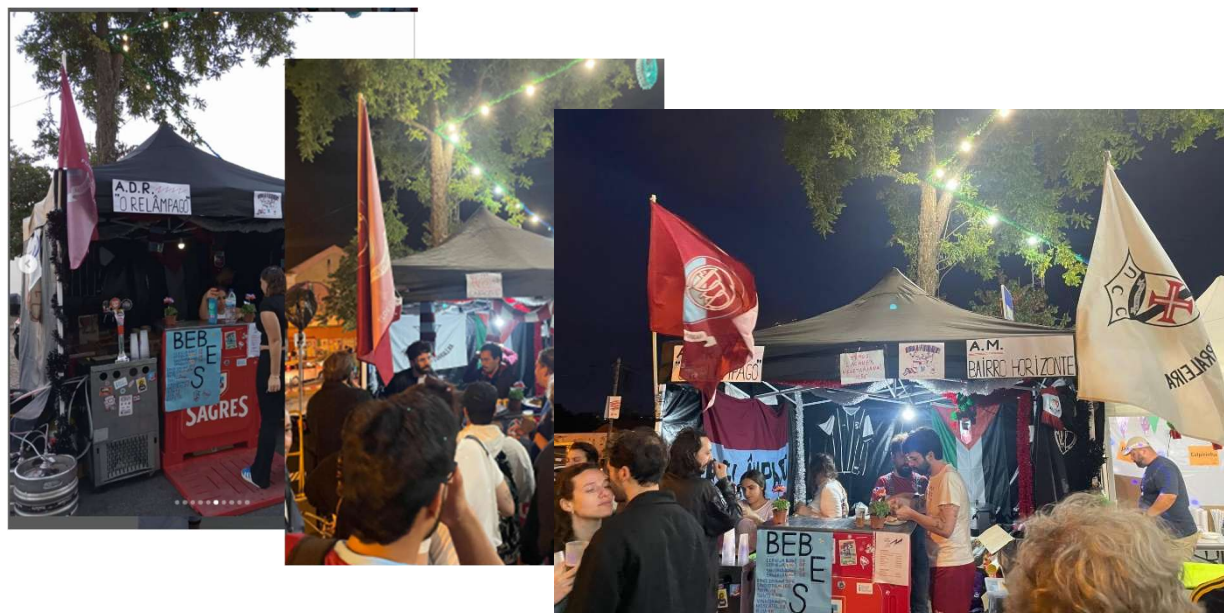




ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA “O RELÂMPAGO” “Pelo desporto popular”



Fundado em 1 de maio de 2021



4.2. Celebrações do 25 de Abril



A semana entre o 25 de Abril e o dia 1.º de Maio, aniversário do clube, é um dos momentos altos, rico em atividades e participação: também em 2024 participámos no grande desfile da Avenida da Liberdade, este ano ainda mais marcante pelos 50 anos da Revolução dos Cravos e pela situação política que estamos a atravessar em Portugal. Como sempre, o desfile foi colorido e os relampaguistas deram o seu contributo para animar o desfile, juntando o grená e o azul celeste ao vermelho dos cravos. Fascismo nunca mais!



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



Fundado em 1 de maio de 2021



4.3. O 1.º de Maio de 2024 (3.º aniversário da ADRR)



Como pontapé de saída dos festejos do aniversário foi organizada uma atividade em conjunto com o MRH – Movimento Referendo para Habitação, um dos nossos companheiros na luta diária contra a especulação e os despejos. Na sede do Grupo dos 9, realizou-se um *quiz* com prémios e à meia-noite ouvia-se alto e bom som os parabéns ao Relâmpago. No dia seguinte, todos prontos para as celebrações oficiais no habitual ponto de encontro: a antiga sede do Relâmpago Foot-Ball Club, na Rua Domingos Barreiro. Este ano, para além da animação habitual, tivemos a possibilidade de almoçar no restaurante que substituiu a antiga sede do Relâmpago FC, sediada nas traseiras de uma mercearia; essas antigas traseiras são agora o salão de almoço do dito restaurante, um momento simbólico e muito sentido pelos presentes. A seguir, como sempre, juntámo-nos ao desfile até à



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Alameda e concluímos o dia de festa com a nossa habitual festa de arromba nas instalações do Centro de Cultura Popular de Santa Engracia.





Fundado em 1 de maio de 2021

5. Sustentabilidade da Organização

2024 foi um grande ano de expansão para o clube: 7 modalidades, mais de 70 atletas a competir oficialmente todas as semanas, inscrições e seguros, centenas de outros praticantes a treinar, horas e horas de alugueres de campos, ringues e pavilhões.

2024, grande ano, sim, mas muito duro a nível financeiro. O avolumar das atividades aumenta as despesas fixas e já começa a ser difícil contar só com as receitas mínimas que criamos. Tivemos o apoio dos nossos pequenos patrocinadores, que ajudaram de novo nas despesas do futsal e entrou um novo patrocinador, a Regiset, que apoiou a secção de atletismo.

Os arraiais, este ano, foram um dos momentos mais importantes de entradas financeiras – arraiais esses que podiam ter sido ainda mais proveitosos, mas que ajudaram claramente a manter as nossas contas equilibradas –; fechámos um ano sem dívidas, com pouco dinheiro na conta mas sem dever nada a ninguém, graças ao grande esforço, sacrifício e companheirismo dos associados e dos amigos. E não esquecemos o grande contributo financeiro que é a venda do nosso *merchandising*.

Urge realmente encontrar uma sede que, para além de aumentar o volume e a qualidade das nossas atividades, seria uma grande fonte de rendimento (desde um bar, salas a alugar, formações, etc.).

Claramente, é preciso ir pensando em estratégias de angariação de fundos e de aproveitamentos de subsídios estatais, aos quais ainda não conseguimos aceder. Em julho de 2024, foi feita uma nova candidatura, à qual tivemos até resposta positiva mas, para já, ainda não recebemos essa quantia atribuída e prometida. Apesar de não ser um valor que resolvesse todos os nossos problemas, é um primeiro passo. Realçamos, como última reflexão, que continuamos firmes em encontrar sempre fontes de receita alternativas à dependência de um subsídio estatal.



Fundado em 1 de maio de 2021

6. Resumo de Contas 2024: Despesas e Receitas

DESPESAS

DESCRIÇÃO	DESPESAS
ENCARGO PESSOAL	
Pessoal Interno	0
Pessoal Externo	0
SUB-TOTAL	0
FORMAÇÃO	
Formação treinadores	580
SUB-TOTAL	580
DESLOCAÇÕES E ESTADIAS	
Alimentação	4553,17
Viagens, bilhetes, portagens, carrinhas	0
Combustível	260,39
SUB-TOTAL	4813,56
COMUNICAÇÃO / PUBLICIDADE	
Página / redes sociais	68
Cartazes, material de divulgação,	0
Faixas, bandeiras, camisolas, pins	0
SUB-TOTAL	68
ENCARGOS GERAIS DE FUNCIONAMENTO	
Comunicação + internet	0
TV	0
Aluguer do espaço da sede	0
Água	0
Luz	0
Aluguer instalações	4897,30
Quotizações	201
Inscrições torneios e provas	3184
Despesas administrativas	3,8
Despesas bancárias	0
Seguros e visitas médicas	1706,50
Fotocópias, impressões	155,24
Medalhas e taças	413,84
Outras despesas	2028,57
SUB-TOTAL	12590,25
EQUIPAMENTO	



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



Fundado em 1 de maio de 2021

Material desportivo	1004,89
Material de desgaste/consumíveis/escritório	78,99
Material informático	0
Mobiliário	0

SUB-TOTAL	1083,88
-----------	---------

TOTAL DESPESA	19135,69
----------------------	-----------------

RECEITAS

SALDO CONTABILÍSTICO 2024

1417,34 DINHEIRO NA CONTA EM 31/12/23

DESCRIÇÃO	RECEITAS
QUOTAS	
Quotas	3097
Amigos da ADRR	0
SUB-TOTAL	3097

DONATIVOS	
De tipo A	1629,50
De tipo B	4610,77
De tipo C	5720,00
De tipo D	3020,50

SUB-TOTAL	14980,77
-----------	----------

SUBSÍDIOS	
Entidades Públicas	0
Entidades privadas/fundações	0

SUB-TOTAL	0
-----------	---

TOTAL RECEITAS	19495,11
-----------------------	-----------------

SALDO TOTAL	359,42€
--------------------	----------------