



Obrigado!

*Plano de Actividades  
e  
Orçamento 2019*



# PLANO DE ACTIVIDADES ORÇAMENTO 2019

## Índice

	Pág.
<b>Preâmbulo</b>	<b>2</b>
<b>Introdução</b>	<b>3 e 4</b>
<b>Objectivos</b>	<b>4 e 5</b>
<b>Estratégias</b>	<b>5 e 6</b>
<b>Atividade Desportiva</b>	<b>6 a 15</b>
<b>Atividade Social, Cultural e Recreativa</b>	<b>16</b>
<b>Atividade Administrativa</b>	<b>16 e 17</b>
<b>Atividade Diretiva</b>	<b>17 a 19</b>
<b>Orçamento 2019</b>	<b>19 a 21</b>



*“Assumir uma atitude responsável perante o futuro sem uma compreensão do passado é ter um objetivo sem conhecimento. Compreender o passado sem um comprometimento com o futuro é conhecimento sem objetivo.”*

## Preâmbulo

---

A boa gestão e mediação da Direção são fundamentais para se criar as condições necessárias para a execução e desenvolvimento do Plano de Atividades e consequentemente o cumprimento do Orçamento previsto para o ano de 2019, claro que nunca descuramos aquela que é a voz principal do Shotokai e que sempre o foi, a dos nossos Associados. É a Direção o órgão de gestão que garante a execução do Plano de Atividades e Orçamento, comprometendo-se a concretizá-lo, tendo sempre em vista a sustentabilidade do Shotokai, o nosso futuro e respetiva visão daquilo que pretendemos.

Temos enquanto Direção atuado nas diversas áreas: desportivas, culturais, sociais, tanto no âmbito da competição como da formação, intervindo de forma pedagógica nessas diversas áreas. Tal como as nossas equipas técnicas e os nossos associados temos ambições. Levando-nos essa ambição a agir para que o Shotokai seja mais participativo na comunidade e reconhecido por todos, em especial na comunidade envolvente, servindo maioritariamente Monte Abraão e Massamá.

Neste âmbito, o nosso trabalho vai continuar a ser árduo, mas como sempre contaremos com o apoio dos nossos associados, dos nossos parceiros, dos nossos funcionários e demais colaboradores.

## Introdução

A situação atual do Shotokai está patente naquele que é o seu foco mantendo e visando o cumprimento do nosso Orçamento. Em 2019, tal como nos anos anteriores iremos (Direção) exercer a nossa ação tendo por base conceitos e objetivos claros, que se refletem na concretização das diversas atividades explanadas no Plano de Atividades, propostos pelas diversas seções e equipas técnicas.

Procuraremos uma maior intervenção social, continuaremos a atuar nas dificuldades socioeconómicas dos associados e a facilitar o acesso às instalações às diversas Instituições.

Na análise cuidada que mantemos de cada uma das atividades desportivas (já mencionado no nosso relatório e contas), com especial atenção os seguintes pontos:

- A adequação da atividade desportiva com os nossos associados;
- A adequação com a calendarização Federativa ou Associativa;
- Adequação com o espaço físico do treino e tempo de treino;
- Constrangimentos detetados no planeamento e execução da atividade desenvolvida.
- Metodologia utilizada e mobilização de conhecimentos;
- Promoção de valores e atitudes e relacionamento interpessoal;
- Promoção e comunicação e divulgação da atividade desportiva;
- Envolvimento da comunidade e dos associados com a atividade desportiva;
- Relação custos/objetivos/atividade desportiva.

Tendo em consideração os dados obtidos nos anos anteriores, cabe-nos agora tirar as devidas conclusões que permitam avaliar o que pode ser alterado de maneira a corresponder às expectativas dos nossos associados e futuros associados.

Continuaremos a insistir e intervir junto das nossas equipas técnicas e das nossas seções, para uma maior intervenção e adesão da nossa representação em todos os eventos para os quais somos convidados, fortificando não só o desporto, como estamos certos que acrescentará uma melhor imagem do Shotokai. Proporcionando dessa forma um aumento da nossa visibilidade, conseguindo estabelecer novas parcerias com entidades e renovando outras, sempre com o foco de alcançar outro nível da nossa Instituição e no desporto no Concelho de Sintra. Pois não basta

sermos considerados um Clube eclético, temos que demonstrá-lo, e para isso contamos com as nossas equipas técnicas.

Estamos certos que 2019 será um ano frutífero, cheio de desafios e oportunidades e que surgem perante nós, por isso temos que estar preparados.

Da nossa parte, podem os nossos Associados estar cientes, tal como até aqui, que a nossa ambição de conseguirmos dar mais um passo para tornar o Centro Shotokai de Queluz cada vez maior e melhor, é igual ao primeiro dia em que nos propusemos a essa ambição.

### Objetivos

---

Na atualidade, por vezes as barreiras que nos são impostas e colocadas são cada vez maiores, não nos permitindo uma posição preponderante que tanto desejamos e que se coaduna com os nossos objetivos, de ser uma Instituição interventiva, no contexto desportivo no Concelho de Sintra.

Como sempre, os nossos objetivos pretendem reforçar a aposta no desenvolvimento de todas as nossas atividades desportivas, culturais e recreativas, procurando reforçar uma maior proximidade e um mais amplo acompanhamento nas várias exigências. Assim, devemos:

- Incentivar e desenvolver a prática do desporto;
- Aumentar as oportunidades da prática desportiva e da nossa participação desportiva federada e de recreação;
- Promover iniciativas com vista ao convívio entre os nossos associados nas áreas de lazer e recreação, se possível com passeios turísticos, e de cultura promovendo a participação em exposições e outros eventos;
- Dar continuidade à sensibilização e angariação de novos sócios através de contactos personalizados;
- Uma maior intervenção na divulgação da nossa atividade desenvolvida através da nossa página Web dando continuidade à divulgação das nossas modalidades;
- Apoio para a prática de desporto aos mais carenciados e às pessoas mais idosas, como até agora;

- Aumentar a nossa participação nos campeonatos desportivos organizados pelas diversas Associações e Federações, e a realização e promoção de Torneios e Estágios das nossas modalidades;
- Disponibilizar os nossos Técnicos para promoção de ações e campanhas desportivas e de solidariedade, e igualmente colocar à disposição dos nossos Técnicos e Organismos Públicos, os mecanismos necessários para a promoção da prática de Desporto;
- Dar continuidade aos Protocolos e Parcerias que assumimos;
- Substituir progressivamente o equipamento desportivo, que se encontra em estado avançado de degradação;
- Proceder às respetivas obras das infiltrações até ao montante de 2.500 euros, e efetuar a manutenção necessária nas instalações;
- Continuar com a aposta na imagem séria e credível do nosso Clube.

Cabendo, naturalmente à Direção, promover a prática desportiva nas atividades que realiza, e regular através do acompanhamento constante das equipas e atletas, assegurando que estes possuam as condições logísticas e burocráticas necessárias ao seu desenvolvimento quer em treino quer em competições. Incitando os associados e equipas técnicas (que assim, o possam fazer), a participar nas atividades desportivas organizadas por Associações ou Federações Desportivas, através de uma divulgação ativa.

### **Estratégias**

Como todos os anos, as nossas equipas técnicas formalizaram os Planos de Atividade das secções ou das modalidades que orientam. Procurando a Direção o seu enquadramento neste nosso Plano de Atividades previsto para 2019, procurando centralizar os recursos humanos e financeiros. Não abdicaremos é da transparência e na prestação de contas acerca do trabalho realizado, demonstrando não só o trabalho do Shotokai mas em grande parte o trabalho das nossas equipas técnicas, pois estes também gostam de ver o seu trabalho valorizado.

Continuaremos a divulgar as atividades realizadas ou a realizar, mas acima de tudo a dar a conhecer o que foi feito, servindo desse modo não só para uma responsabilização interna, mas igualmente permitindo aos nossos associados

acompanharem e julgarem todo o trabalho associativo realizado no dia-a-dia do Shotokai. A nível das nossas equipas de competição, prestaremos o auxílio necessário aos nossos atletas no seu percurso competitivo facilitando e mediando todas as situações que possam advir durante a competição. Iremos capacitar vários elementos da nossa estrutura com o curso de Suporte Básico de Vida – DAE, melhorando as competências dos nossos funcionários e técnicos, para uma melhor intervenção em caso necessário junto dos nossos associados e na comunidade envolvente.

### Atividade Desportiva



#### SECÇÃO DE FUTSAL

#### FUTSAL DE COMPETIÇÃO de FORMAÇÃO e SOCIAL - PROGRAMA

##### MISSÃO

A nossa Missão, passa por fomentar e apoiar a prática e a cultura desportiva, criando as condições materiais e humanas para que o futsal e o desporto sejam um meio de desenvolvimento sustentável da qualidade de vida em Monte Abraão das crianças e dos jovens.

O nosso desenvolvimento desportivo, que se quer sustentado, exige de nós um conjunto de valores pelos quais devemos seguir, tendo a honrosa missão de defender sempre os princípios fundamentais da ética desportiva, promovendo e valorizando de forma exemplar o sentido de:

- Responsabilidade
- Disciplina
- Tolerância
- Espírito de equipa
- Respeito

Sendo assim, guiamo-nos por valores que promovem o acesso à prática desportiva de forma igualitária, promovendo uma maior e melhor qualidade de vida.

## VISÃO

Pretendemos ser uma referência e um Clube impulsor no desenvolvimento do futsal de formação, intervindo diretamente no desenvolvimento e valorização do futsal na sociedade.

Como Entidade Desportiva, cabe-nos, naturalmente, legítimas intenções e aspirações para que o futuro nos venha a venha a proporcionar:

- Melhores oportunidades competitivas e um maior apoio;
- Que os nossos atletas continuem a conseguir conciliar o desporto com a sua formação académica;
- Que os nossos jogadores tenham oportunidades de integrar as seleções distritais;
- Que melhorem os nossos resultados/classificações;
- Que consigamos ter uma equipa no campeonato nacional;
- E claro, que nos dê mais oportunidades para o desenvolvimento da prática do futsal.

Contudo, e devido às limitações “espaciais”, relacionadas com a falta de instalações e espaços não nos permite ampliar e desenvolver num futuro próximo a nossa estrutura desportiva com a criação de mais escalões etários (juniores e seniores), nem nos permite igualmente almejar e concretizar outro dos nossos sonhos, que passa pela criação de uma equipa feminina. Mas esse nosso sonho fica apenas “adormecido”.

## Objetivos estratégicos

Da análise e diagnóstico dos fatores desportivos, da missão e visão institucionais do Centro Shotokai de Queluz, promovemos quatro objetivos estratégicos:







## Aumentar a prática de futsal

Aumentar o número de praticantes, nomeadamente na nossa Escola de Futsal e Programa Escolhas. Mantendo naturalmente as nossas 5 equipas de benjamins (2), infantis, iniciados e juvenis em competição.



## Desenvolvimento da prática do Futsal

Garantir, orientar, promover e enquadrar os atletas com as condições necessárias para a implementação da prática desportiva de futsal nas várias etapas de formação dos atletas.



## Competição e Resultados

Criar as condições para a aproximação competitiva do Futsal do Shotokai com os restantes clubes de futsal, garantindo a participação assídua nos campeonatos distritais da I Divisão de Honra. Preparando o caminho para uma futura participação no campeonato nacional.



## Sustentar a atividade

Criar condições para que a atividade funcional da secção de futsal seja sustentável.

Além dos objetivos estratégicos atrás citados, e tendo em conta que atualmente o Shotokai não consegue manter os atletas em atividade a partir do escalão de Juniores, a estratégia passa por assegurar que cada atleta tem ao seu dispor a devida orientação e promoção de toda a estrutura de futsal do Shotokai, que lhe irá permitir ser encaminhado no desenvolvimento da prática de futsal de forma motivadora para outros Clubes e para esses escalões, evitando assim o abandono da prática da modalidade.

Esta orientação, contempla naturalmente a existência de diversos Clubes, definidos e conhecidos por todos, de modo a facilitar o acesso e a passagem para essas Instituições, seja por motivos de evolução na prática desportiva, seja na prevenção do abandono por falta de condições.

## Projeto RAIZES - 7.ª Geração do Programa Escolhas

O nosso plano estratégico contempla ainda a parceria de âmbito social no “Projeto Raízes” – 7.ª Geração do Programa Escolhas, em que o futsal é uma das atividades desportivas relevantes.

### Objetivos Específicos

As ações previstas, visam:

- ✚ Desenvolvimento pedagógico nas crianças, da não discriminação respeitando as diferenças, promovendo a socialização, a iniciativa e a autoestima, preparando-as através do desporto coletivo a enfrentar os mais variados desafios.
- ✚ Desenvolver e proporcionar atividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e em especial na União de Freguesias de Massamá e do Monte Abraão;
- ✚ Dinamizar e reforçar toda a estrutura da secção que conta já com uma Escola de Futsal, duas equipas de Benjamins, uma equipa de infantis, uma de iniciados e uma de juvenis, tentando dar seguimento e aproveitamento ao trabalho de base efetuado em épocas anteriores;
- ✚ Atingir boas classificações nos quadros competitivos em que participem as equipas, e se possível apurar as mesmas para as subidas de divisão na Associação de Futebol de Lisboa e se possível a nível nacional;
- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes;
- ✚ Colaboração na elaboração de projetos e parcerias de desenvolvimento desportivo;

## Quadro de Projetos / Ações

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Atividade Regular da Escola de Futsal (Treinos e jogos com outras Academias e Escolas)												
Atividade Regular Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis (Treinos, captações e jogos preparação e torneios)												
Participação no Quadro Lúdico de 2 equipas de Benjamins na A.F.L.												
Quadro Competitivo Iniciados na A.F.L.												
Quadro Competitivo Infantis e Juvenis na A.F.L.												

As instalações desportivas utilizadas para a atividade desta modalidade são o Complexo Desportivo João Carlos Cifuentes em Monte Abraão.

## PROGRAMA – PROMOÇÃO, PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

### Objectivos Específicos

As ações previstas neste Programa, visam:

- ✚ Promover, organizar e participar em eventos que promovam e divulguem a prática do Futsal e a Ética Desportiva;
- ✚ Promover o Futsal nas escolas da região, proporcionando a todos a oportunidade de experimentar a modalidade;
- ✚ Continuidade na cooperação com a União de Freguesias de Massamá e do Monte Abraão, com vista ao alargamento na nossa participação quer na educação e formação dos jovens da Freguesia de Monte Abraão, através da prática desportiva;
- ✚ Dinamizar o Projeto Social de Futsal, inserido como parceiro do Programa Raízes E7g, junto da União de Freguesias de Massamá e do Monte Abraão. O **Raízes** é um projeto de inclusão social, ao abrigo da 7.ª geração do Programa Escolhas, sediado no Bairro 1º de Maio em Monte Abraão, intervindo junto de crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e 30 anos.

# Plano de Atividades e Orçamento 2019

- ✚ Fomentar igualmente acordos para o desenvolvimento da modalidade e disponibilidade para parcerias em outros Programas com Organismos Públicos.

## Quadro de Projetos / Ações

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Convívio de Escolas de Futsal – Organização do Shotokai												
Participação Férias Desportivas Páscoa 2019 - CMS												
Elaboração e Dinamização do 1.º Torneio de Fair Play												
Realização do Workshop “O Fair Play no Desporto”												
Treinos de Captação de atletas, junto das Escolas												
Participação em Torneios e jogos de treino												

## PROGRAMA – FORMAÇÃO TÉCNICA

### Objectivos Específicos

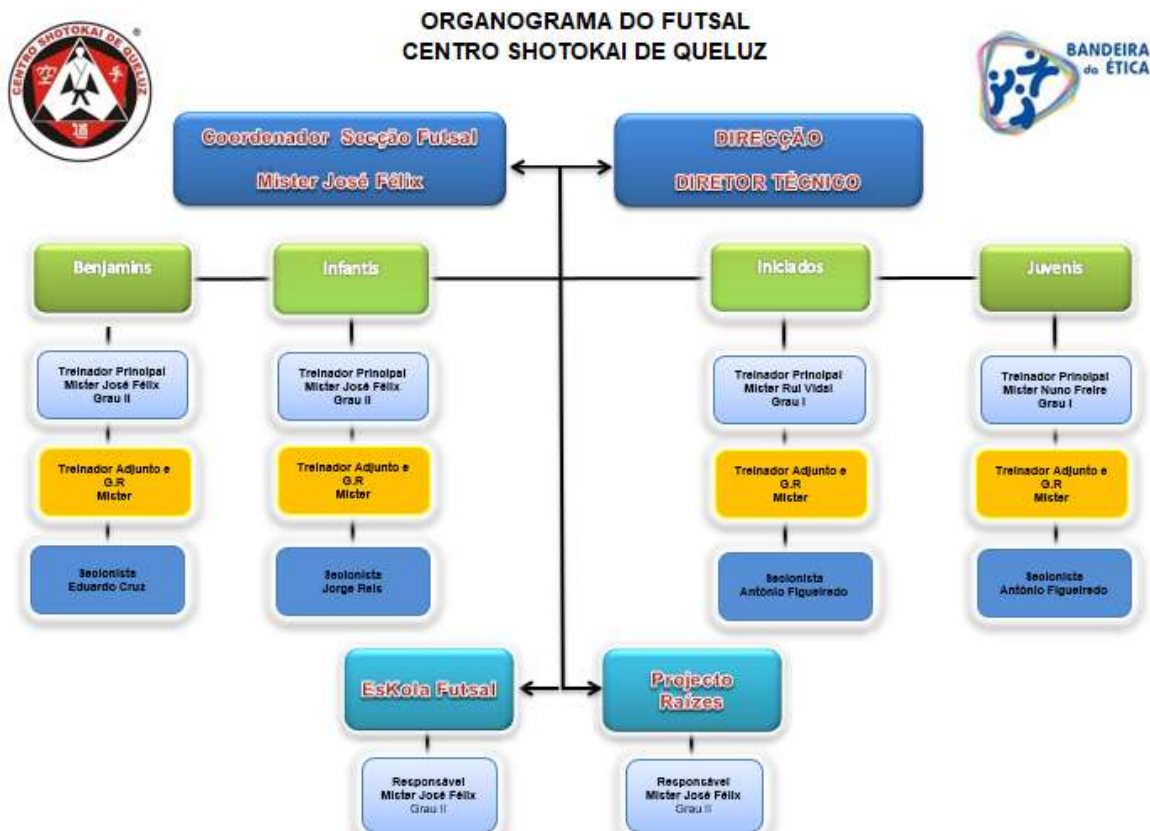
As ações previstas neste Programa, visam:

- ✚ Proporcionar momentos de formação especializada que permitam a atualização das qualificações dos Treinadores de Futsal.

## Quadro de Projetos / Ações

PROJECTO / ACÇÃO	CALENDARIZAÇÃO											
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Diversas Ações Formação												

Serão consideradas ainda outras ações que normalmente se efetuam de forma não regular.



**SECÇÃO DE AERÓBICA - AERÓBICA, FITMIX, STEP e STRETCHING**

**SECÇÃO DE DANÇA - BALLET, DANÇA JAZZ e DANCE KIDS**

**SECÇÃO DE GINÁSTICA - GINÁSTICA ACROBÁTICA, GINÁSTICA INFANTIL, GINÁSTICA GERAL, GINÁSTICA LOCALIZADA, GINÁSTICA DE MANUTENÇÃO e YOGA**

**SECÇÃO DE ARTES MARCIAIS - AIKIDO, KARATÉ, JUDO, ARTES MARCIAIS FILIPINAS**

**SECÇÃO DE DESPORTES DE COMBATE – KICKBOXING**

**SALA DE EXERCÍCIO e WRESTLING**

**Objetivos Específicos transversais a todas as Secções**

- ✚ Desenvolver e proporcionar atividades de formação, orientação e especialização desportiva de carácter formal que permitam uma continuidade lógica e de qualidade no crescimento do nível competitivo da modalidade dentro do Clube e em especial na União de Freguesias de Massamá e do

Monte Abraão;

- ✚ Promoção do Centro Shotokai de Queluz nas Entidades Oficiais e igualmente junto de outros Clubes.
- ✚ Colaboração na elaboração de projetos de desenvolvimento desportivo;
- ✚ Atingir boas classificações nos quadros competitivos em que participem os nossos atletas;

Destacando-se individualmente o seguinte:

## PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – AIKIDO

- ✚ Participação nos encontros técnicos e estágios nacionais da associação, apelando à participação dos atletas;
- ✚ Promoção e intercâmbio de atletas entre os dojos registados na Associação, com o intuito de poderem praticar com outros aikidocas;
- ✚ Promoção e desenvolvimento técnico ao ponto da subida de graduação;
- ✚ Realização de exame quando atingido o grau técnico/carga horária;
- ✚ Desenvolver a velocidade e resistência física adequada do atleta;
- ✚ Cumprimento do regulamento técnico associativo;
- ✚ Assimilação da etiqueta e princípios éticos da modalidade e do dojo.

Seguindo as linhas de orientação em que se pretende:

- ✚ Motivar em cada treino os atletas para a modalidade, através do espírito de grupo, pertença e espírito marcial;
- ✚ Respeitar a individualidade de cada atleta e adequar o treino à capacidade física e mental

## PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – GINÁSTICA ACROBÁTIA E INFANTIL

- ✚ Participação no Gym for Life, promovido pela FPGP;
- ✚ Sarau Primavera do Clube Desportivo do Agrupamento Escolas Amadora

Este;

- ✚ Sarau de Ginástica Lions de Solidariedade
- ✚ Participação no Festival GYMNASTICA BÜRSTADT – na Alemanha

Tendo como principal objetivo:

- ✚ O desenvolvimento das capacidades físicas dos atletas, em prol das necessidades técnicas;
- ✚ Promoção e aumento do gosto, a coragem e a confiança pela disciplina gímnica e pelo trabalho em equipa.

## PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – KickBoxing

- ✚ Participação no campeonato regional;
- ✚ Participação eventualmente no campeonato nacional;
- ✚ Implementação do Projeto Social de KickBoxing.

## PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – Karaté e Artes Marciais Filipinas

(atividades a realizar nas instalações do Shotokai)

- ✚ Realização de Estágio associativo de Karaté;
- ✚ Participação em Estágios de Karaté;
- ✚ Seminário das *FMA-P (Filipino Martial Arts – Portugal)* sobre "Pré-confronto";
- ✚ Encontro entre jogadores de armas de impacto;
- ✚ Encontros das FMA – P (delegação de Sintra)

## PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – DANÇA JAZZ

- ✚ Montagens das várias coreografias para apresentação dos grupos;
- ✚ Gym For Life (FPGP) - Com o grupo FourteenDance;
- ✚ Concurso Dança de Casal de Cambra com as turmas Dance kids infantil, juvenil e Júnior;
- ✚ Mostra de Dança Sintra - Com o grupo Dance junior;
- ✚ Festival Show Time Jovem 2019 – Com o grupo Dance junior e FourteenDance;
- ✚ XIX Sarau de Ginástica Lions;

- ✚ Festival de Dança de Lisboa – GCP – Momentus;
- ✚ Festival Kids - colegio S. João de Brito 17h – Dance Kids Juvenil;
- ✚ Festival Corpo Dance Kids infantil e juvenil;
- ✚ Participação Férias Desportivas Páscoa 2019 - CMS
- ✚ Outros espetáculos, em que possam surgir convites para atuação dos grupos;
- ✚ Festa interna de Carnaval, para todos os grupos para fomentar o convívio;
- ✚ Festa interna do Dia do Pai – Dance Kids infantil para valorizar a importância da figura paternal;
- ✚ Festa interna do Dia da Mãe para sensibilizar para a relação mãe/filha e valorizar a importância da figura maternal;
- ✚ Participação no Festival GYMNASTICA BÜRSTADT – na Alemanha com FourteenDance e Dance Junior;
- ✚ Participação no Sarau do Shotokai
- ✚ Realização do Encontro anual de Dança, com vários grupos e escolas de dança do concelho de Sintra, para o qual solicitamos à Câmara Municipal de Sintra a utilização do Auditório Jorge Sampaio do Centro Cultural Olga Cadaval.

### PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – FITMIX

- ✚ Participação no Festival GYMNASTICA BÜRSTADT – na Alemanha;

### PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – YOGA

- ✚ Participação Férias Desportivas Páscoa 2019 - CMS;

### PROJETOS E ATIVIDADES PARA 2019 – WRESTLING

- ✚ Vários espetáculos agendados para 2019 a realizar nas instalações;



## Atividade Social, Cultural e Recreativa

O desenvolvimento da nossa atividade na área social passa muito por procurar responder às necessidades da comunidade envolvente identificando falhas, para assim percebermos a pertinência dos nossos projetos e ações.

Destacamos desde logo a nossa responsabilidade social em aproximar o Shotokai ao Programa Raízes E7g, junto da União de Freguesias de Massamá e do Monte Abraão. Sabendo que o Raízes é um projeto de inclusão social, sediado no Bairro 1º de Maio em Monte Abraão, intervindo junto de crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e 30 anos. Em que na 7.ª geração do Programa Escolhas, participarão as modalidades de Futsal e de Dança.

Assumimos também com elevada importância a nossa participação como Instituição e a participação dos nossos associados, sempre que nos é solicitado, nas mais diversas e variadas campanhas de solidariedade ou de apoio de social.

São igualmente importantes os projetos culturais, de intercâmbio, de curta duração dos quais não abdicamos, dando a conhecer o trabalho de alguns dos nossos associados.

## Atividade Administrativa

### PROGRAMA

#### **Objetivos Específicos**

Naturalmente, a parte administrativa tem a ver com toda a atividade regular do dia-a-dia, para o bom funcionamento do nosso Clube.

Temos programado para 2019, para além de todas as obrigações normais, quer estatutárias quer fiscais, e no que diz respeito a toda a secção Administrativa previsto o seguinte:

- ✚ Melhoria da comunicação interna e externa, divulgando o que fazemos e onde pretendemos chegar, essencial para aumento da notoriedade do

Shotokai;

- ✚ Continuidade na padronização da imagem do nosso Clube;
- ✚ Planificação e desenvolvimento de ações de publicidade, flyers, edições, publicações e *mailings* promocionais.

Manutenção do horário de funcionamento do Clube

**Horário de Funcionamento do Clube:**

Segunda a Sexta das 9h às 22h30m

Sábados das 9h às 19h30m

**Horário de Funcionamento da Secretaria:**

Segunda a Sexta das 9h às 20h30m

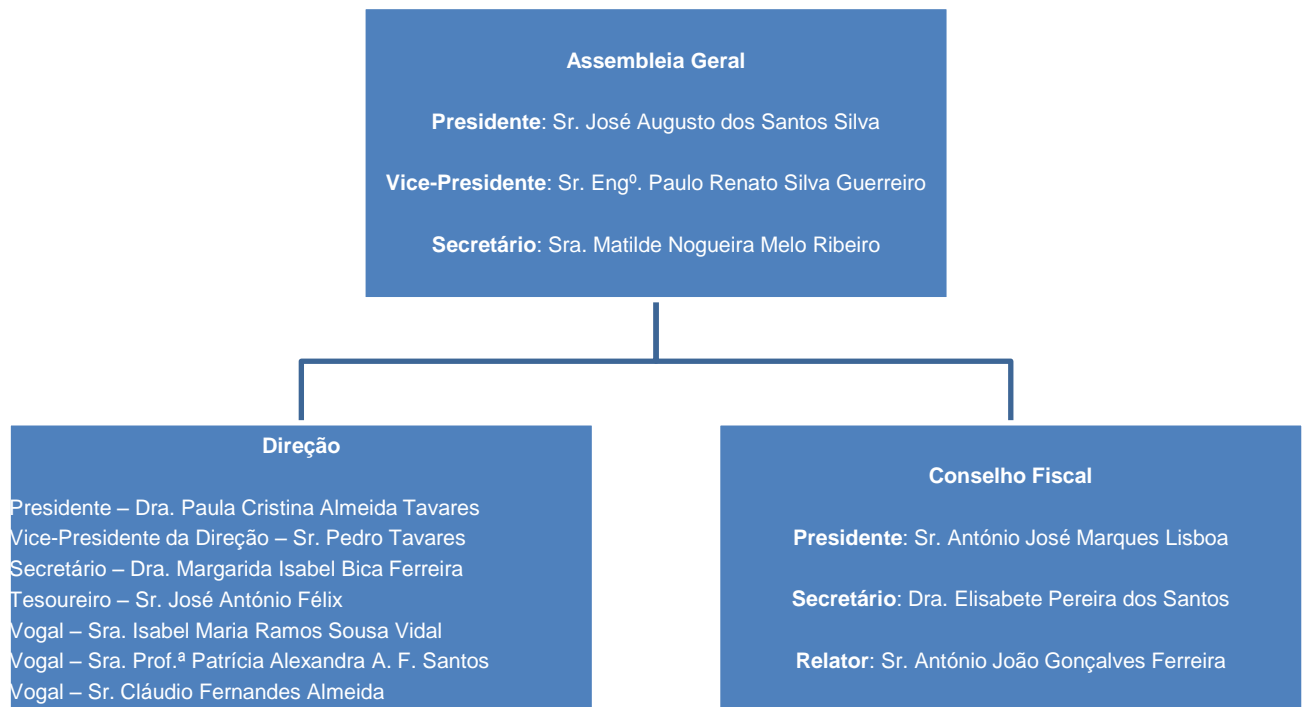
Sábados das 10h às 12h30m

Tendo como responsável técnico:

**Diretor Técnico** – Prof<sup>a</sup>. Rita Antunes

## Atividade Diretiva

Em termos gerais, além do desenvolvimento do programa diretivo, nomeadamente no que diz respeito a reuniões de direcção, reuniões com equipas técnicas e funcionários, a parte diretiva e no que diz respeito aos Órgãos Sociais, os mesmos são compostos por:



- ✚ Elaborar o relatório e contas relativo a 2018, Orçamento de 2019 e Plano de Atividades para 2019;
- ✚ Elaborar processo do Relatório e Contas e Orçamento e Plano de Atividades, para envio à Secretaria do Conselho de Ministros;
- ✚ Assinatura Protocolo de utilização das Instalações Camarárias;
- ✚ Assinatura do Protocolo com a CMS, para apoio no desenvolvimento desportivo;
- ✚ Elaborar processo para revalidação da Bandeira da Ética Desportiva;
- ✚ Elaborar os diversos mapas fiscais para serem presentes junto da Administração Fiscal e Segurança Social, ao longo do ano;
- ✚ Apresentação junto da Câmara Municipal de Sintra, da nossa proposta para continuidade do Protocolo e na manutenção dos nossos horários para a prática de Futsal, no Complexo Desportivo e Municipal João Carlos Cifuentes;
- ✚ Apresentação de proposta ao abrigo do Programa de Reabilitação de Instalações Desportivas (PRID) 2019, para substituição do piso da sala de exercício;

- ✚ Apresentação de proposta ao abrigo do Programa de Apoio ao Apetrechamento da Federação Portuguesa de Ginástica, para diverso material de ginástica;
- ✚ Continuidade na aquisição de material para a sala de exercício;
- ✚ Elaboração e entrega do processo de certificação de Entidades Formadoras na Federação Portuguesa de Futebol, para certificar o Shotokai e o Futsal como Entidade Formadora;
- ✚ Realização do **XXXVII SARAU DO SHOTOKAI**: Festa de Encerramento da época desportiva, com realização no Pavilhão Henrique Miranda, em Queluz, no dia 16 de junho de 2019;
- ✚ Aquisição e elaboração do processo junto da Cruz Vermelha Portuguesa, para a instalação de um desfibrilhador nas Instalações Desportivas, e respetivas formações de Suporte Básico de Vida-DAE;

As relações institucionais entre o nosso Clube e as diversas Entidades Públicas e Privadas continuarão a ser aprofundadas, procurando sempre que possível, ações conjuntas e concertadas.

### Orçamento 2019

---

Será nossa preocupação no exercício de 2019, continuar a manter o equilíbrio entre as receitas e as despesas. Contudo este será um ano de adaptação a uma nova realidade, que teremos de ultrapassar, pois em 2019 vamos ter que suportar uma renda mensal a ser paga à Câmara Municipal de Sintra, pelas instalações no montante de 650 euros, ao qual foi solicitado antecipadamente 1 € mensal a cada associado, para fazer face a este acréscimo de custos no montante em 2019 de 6.315€.

Pretendemos manter a aquisição de diverso material desportivo, de equipamento sonoro e do beneficiamento e reestruturação da Sala de Exercício.

Por isso, torna-se premente a necessidade de manter como sempre, uma postura interventiva, com especial acompanhamento diário da gestão financeira.

Conscientes da responsabilidade e rigor que 2019 irá exigir, cabe-nos assumir um compromisso de futuro que permita o desenvolvimento de toda a nossa

## Plano de Atividades e Orçamento 2019

atividade, comprometendo-nos a um ano muito rigoroso, procurando o cumprimento do orçamento que agora definimos.

RECEBIMENTOS		PAGAMENTOS	
	2017		2017
<b>1. Recebimentos da atividade</b>		<b>1. Pagamento de funcionamento</b>	
Jóias e quotas	6.000	Pessoal	28.000
Atividades	105.000	Seguros	4.000
Doações		Rendas	10.000
Subsídios	7.300	Manutenção	1.500
...		Água, eletricidade e gás	5.500
Outros	4.000	Representação e deslocações	6.500
	122.300	Comunicações	1.300
<b>2. Recebimentos comerciais</b>		Material de escritório	1.500
...		Higiene, segurança e conforto	13.500
Outros		Despesas específicas das atividades	44.000
	0	...	
<b>3. Recebimentos de capitais</b>		Outras	2.500
...			118.300
Outros		<b>2. Pagamentos de investimento</b>	
	0	Aquisição de equipamentos	4.000
<b>4. Recebimentos prediais</b>		Aquisição ou construção de instalações	
...		...	
Outros		Outras	
	0		4.000
<b>Total de Recebimentos</b>	122.300	<b>Total de Pagamentos</b>	122.300

Relativamente ao Orçamento agora apresentado, é crucial e fundamental a necessidade de obter **7.300** euros para o equilíbrio das contas através de subsídios, em virtude do aumento do valor da rubrica das Rendas, pelos motivos já anteriormente citados.

## Plano de Atividades e Orçamento 2019

---

Posto isto, resta-nos propor à Assembleia Geral a aprovação do:

- Plano de Atividades, para o exercício compreendido entre 01 de janeiro de 2019 a 31 de dezembro de 2019.
- Orçamento de 2019

Entretanto colocamo-nos ao inteiro dispor de V.Exas. para qualquer esclarecimento julgado conveniente.

Monte Abraão, 31 de março de 2018

### **A Direção do Centro Shotokai de Queluz**

Dra. Paula Cristina Almeida Tavares	
Sr. Pedro Manuel G. Soares Tavares	
Sr. José António Félix	
Dra. Margarida Isabel Bica Ferreira	
Sra. Isabel Maria Ramos Sousa Vidal	
Sra. Patrícia Alexandra Afonso Forte Santos	
Sr. Cláudio Fernandes Almeida	