

Recibo

12. abril 2013

1.º O Presidente da Mesa da AG
Parlamento



Aprovado por unanimidade.

12. abril 2013

1.º O Presidente da Mesa da AG,
Parlamento

**PLANO DE ACTIVIDADES DO
GRUPO DESPORTIVO PARLAMENTAR
2013**

Em 2013 o Grupo Desportivo Parlamentar completa 20 anos de existência.

Este evento marcará um pouco as atividades que se desenvolverão ao longo do ano, visando por um lado destacar os momentos felizes que o clube tem proporcionado aos participantes e por outro lado envolver a maior número de associados nas celebrações que se impõem.

As festividades enquadram-se, no entanto, numa fase de condicionantes financeiras que aconselha uma gestão mais modesta das atividades. Deste modo, propõe-se que o ano de 2013 vise a consolidação das contas da associação sem deixar de proporcionar aos sócios as modalidades desportivas que obtem adesão e que se revelam fundamentais para a saúde e bem-estar de quem as pratica.

Neste quadro, a Direção dará um enfoque especial à área dos protocolos procurando desenvolver as condições de adesão dos associados do GDP.

PLANO DESPORTIVO

1. ATLETISMO

Sendo o atletismo uma modalidade que, para além de reconhecidos benefícios para a saúde, tem em Portugal relevante número de praticantes, o GDP manterá o apoio à participação dos seus associados na meia e minimaratona de Lisboa, na corrida da Marginal à Noite e noutras.

2. BASQUETEBOL

Atividade regular perfeitamente consolidada. Assim, continuaremos a organizar os treinos semanais, sob a orientação do Sócio Luís Botelho, e daremos apoio aos encontros desportivos que se proporcionem.

3. CICLOTURISMO

Modalidade com crescente número de adeptos entre os associados do GDP, pelo que promoveremos a participação na prova *World Bike Tour* Lisboa 2013 e passeios de bicicleta aos fins de semana por percursos seleccionados, à imagem do evento experimental realizado em Novembro de 2012.

1.º O Presidente da Mesa da AG,
Parlamento

4. FUTSAL

No sentido de usufruirmos das infraestruturas desportivas mais próximas da Assembleia da República, manteremos os treinos semanais nas instalações do Complexo Desportivo da BES, em Santos, esperando que esta preparação permita a manutenção das condições físicas e técnicas dos praticantes interessados na modalidade.

5. GOLFE

Pretendemos prosseguir com o programa competitivo do Golfe, tendo delineado, em colaboração com o Ginásio Clube Português, uma programação que incluirá a realização de Torneios de Golfe abertos a jogadores internos e externos e a participação em Torneios organizados por outros clubes.

À semelhança do que sucedeu no passado, estaremos representados no XIX Torneio Interparlamentar de Golfe, este ano a realizar na República Checa.

6. KARTING

No sentido de continuar a proporcionar aos amantes da modalidade uma oportunidade para a realização de provas competitivas num ambiente de salutar convívio, prevê-se a organização do 7.º Campeonato Parlamentar de Karting, na vertente de provas individuais.

7. MERGULHO

Na sequência dos cursos promovidos anteriormente tencionamos organizar duas sessões de mergulho para os associados já certificados, por forma a manter os conhecimentos adquiridos, uma no primeiro semestre e outra no segundo semestre de 2013.

8. PASSEIO MOTARD

Depois de diversas tentativas, o GDP conta em 2013 poder organizar o primeiro passeio motARD da Assembleia até Óbidos, contando para o efeito com a colaboração de alguns associados mais dedicados a esta actividade.

9. SURF

Em face do sucesso dos cursos de Iniciação, continuaremos com conjuntos de aulas para iniciação e aperfeiçoamento, contando com o apoio da Surf Academia, em Carcavelos e na Praia Grande.

10. TÊNIS

Dar continuidade aos treinos de ténis semanais com vista ao incremento da *performance* dos desportistas. À semelhança dos anos anteriores, manteremos a representação da Assembleia da República no Torneio Interparlamentar de Ténis.

11. VOLEIBOL

A modalidade revelou um impacto inicial importante que levou a Direção a organizar os treinos com caráter mais consistente. Assim, pretende-se a consolidação da atividade, com o aumento do número de associados inscritos. Além disso, promoveremos os encontros desportivos que se proporcionem, com vista à melhoria do desempenho dos praticantes.

12. YOGA

Depois de uma passagem pelo CNN, voltamos a organizar as sessões semanais, no espaço disponível na AR, com o apoio dos professores Luísa Barosa e Jean Pierre. Para além da prática regular, contamos organizar novos desafios nesta área, tais como o Yoga terapêutico, Yoga para enferrujados, Yoga para desportistas, entre outros.

12. MEDITAÇÃO

Continua a prática semanal da Meditação para Paz, sob a orientação da Sócia Anabela Jara, no espaço disponível na AR.

13. TIRO

Mantendo o propósito de dar a conhecer diferentes atividades, foi organizado em 2011 o Workshop de Tiro de Ar Comprimido, na Carreira de Tiro do Estádio Nacional, no Jamor. É nossa intenção promover um segundo *workshop* desta modalidade;

14. NOVAS ACTIVIDADES

À imagem do que tem sido a intervenção do GDP nos anos anteriores, a Direção mantém-se disponível para organizar ou participar na organização de eventos sejam de índole institucional ou experimentais, sob proposta dos associados.

No entanto, o GDP pretende especialmente continuar a colaborar na organização das "Jornadas da Saúde", que este ano se realizarão de 6 a 17 de maio, preparando três atividades:

- Um Workshop de sumos;
- Uma palestra subordinada ao tema alimentação e saúde;
- Uma aula de *yoga challenge*.

PLANO LÚDICO-CULTURAL

1. CORO

A grande finalidade é o aumento do número de coralistas e a promoção de mais apresentações por palcos nacionais e outros, nomeadamente através da realização de um Encontro de Coros da Administração Pública.

Para isso, continuaremos com os ensaios semanais do Coro sob a orientação especializada do maestro Afonso Granjo.

2. RITMOS LATINOS

Mexer-se faz bem à saúde! É sobre este lema que o GDP continuará a organizar as sessões de dança ao som dos ritmos latinos com a orientação da Prof^a. Tânia Lopes, numa atividade que melhora a circulação sanguínea e a flexibilidade corporal, fortalece a memória e desenvolve um espírito de alegria e descontração.

3. PASSEIOS PEDESTRES

Manteremos os passeios pedestres, com novos percursos e novas aventuras, numa atividade que, ao mesmo tempo, potencia o contacto com a natureza e o exercício físico. Prevemos um passeio na primavera e outro no regresso das férias de verão.

4. "PASSEIOS COM HISTÓRIA"

Para não deixar esquecido este projeto que pretende colocar os associados do GDP em contacto com as suas raízes e o passado que nos talha, este ano desafiaremos os associados a viajar no tempo através de um passeio no Comboio Histórico (locomotiva) que percorre o trajeto entre as estações da Régua e do Tua, num passeio que se prevê para um dos fins de semana do mês de setembro.

PLANO SOCIAL

PROTOCOLOS

Os protocolos constituem um mecanismo para facilitar o acesso, pelos nossos associados, a modalidades que o GDP não consegue abarcar. De igual modo, é um importante fator de redução de custos na aquisição de serviços ou bens.

Nesse sentido, daremos continuidade à celebração de protocolos em áreas importantes para os nossos associados tais como a saúde, visando a melhoria das condições dos associados bem como o aumento da sua diversidade.

Handwritten signatures and notes:
Flu...
S.P. CR...
17-9-06

Continuaremos a alargar o número de protocolos assinados e a renegociar os existentes, quer na área financeira, desportiva e do turismo e lazer, proporcionando com isso melhores condições para os associados.

SOLIDARIEDADE

As situações de carência existentes em certos pontos da nossa sociedade, numa altura particularmente difícil da situação económica e social do país, exigem uma participação importante dos cidadãos.

Por outro lado, sentimos o desejo de muitos associados de participar de modo altruísta em ações de carácter benéfico.

Entendendo que o GDP, como agente aglutinador de indivíduos conscientes, pode ter uma valiosa função nesse domínio, continuaremos a dedicar uma especial atenção ao apoio a projetos de solidariedade com os grupos sociais mais necessitados.

VISITA CULTURAL E DESPORTIVA 2013

Desde 2007 que a Direção do GDP tem desafiado os seus associados a participar numa iniciativa o mais ampla possível que visa contribuir para reforçar os laços de amizade que unem os membros e os funcionários das diversas assembleias, através do convívio/competição desportiva, elevar o espírito dos seus associados e motivá-los para a prática desportiva e um estilo de vida saudável, levá-los a conhecer regiões ou países com os quais temos afinidades históricas e culturais e, ainda, fomentar a convivência descontraindo entre colegas da AR.

Foi com esses propósitos que se realizaram as viagens a Cabo Verde (2007), aos Açores (2009) e à Madeira (2011).

Para 2013, o GDP esperava poder propor idêntico desafio aos associados inscritos nas atividades com carácter regular do GDP.

Apesar destas considerações, o GDP entendeu que este ano seria um ano particularmente difícil para todos os associados e que a realização de um evento desta natureza implicaria muitos esforços pessoais e profissionais que não pudemos deixar de considerar.

Para além disso, e apesar de o GDP tudo fazer para elevar o espírito dos seus associados, motivá-los para a prática desportiva e um estilo de vida saudável, propor-lhes novos desafios desportivos e culturais e apresentar-lhes propostas e vantagens interessantes a diversos níveis, entendemos que o ambiente

externo à Assembleia poderia promover alguma incompreensão para com esses objetivos do Grupo Desportivo e, consequentemente, coartar gravemente a atividade futura desta associação.

Assim, durante 2013, propomo-nos iniciar o processo que nos vai levar ao contato com diversas entidades públicas e privadas com interesse em investir ou em reforçar a sua implantação nos dois destinos pré-selecionados pela Direção do GDP, para que, em Setembro de 2014, o GDP possa concretizar mais uma deslocação desportiva e cultural, em moldes vantajosos para os associados inscritos nas atividades e para todos aqueles que os pretendam acompanhar e apoiar.

ANIVERSÁRIO DO GDP

O GDP faz vinte anos a 14 de maio de 2013. Vinte anos dedicados à Assembleia e a todos os seus associados. Um sonho que nasceu de um grupo de associados que, com arrojo, coragem e competência, souberam concretizar a ideia. Uma ideia que foi crescendo até se tornar na instituição dinâmica e respetada que é hoje.

A Direção pretende assinalar a data com a organização de um evento abrangente com multiactividades por forma a proporcionar aos seus associados um dia divertido, descontraído e de partilha de experiências – algumas novas, com certeza.

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO INTERNA

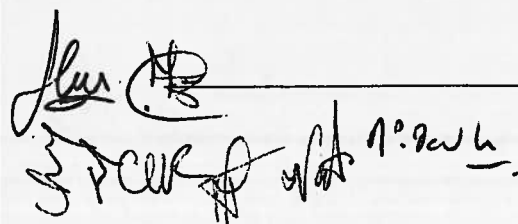
AQUISIÇÃO DE UMA BASE DE DADOS PARA GESTÃO DOS ASSOCIADOS

O GDP pretende a aquisição de um *software* que permita gerir e controlar todo o tipo de Sócios e suas quotizações, uma base de dados especialmente dedicada à gestão da atividade do GDP, esperando que esse propósito se possa concretizar em 2013.

PLANO DE COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO

Procuraremos manter atualizados os seguintes canais de comunicação com os nossos associados:

- a) Sítio do GDP na Internet, cuja atualização passou a contar também com fotografias das atividades realizadas;
- b) Correio eletrónico, como meio preferencial para alertar os associados para cada nova atividade organizada pelo GDP;



- c) "Notici@s", a newsletter cuja edição pretende manter os associados ao corrente das últimas atividades e das iniciativas em marcha;
- d) Facebook, onde se difundiram as atividades do Coro, através da criação do seu próprio perfil no Facebook e, genericamente, de todas as iniciativas promovidas pelo GDP.

Leandro Lopes
Almo Loureiro
Cristina de Sousa
Carla Cristina
Maria do Rosário
M.ª Ana Paula
Maria Paula
Teresa Silva