

ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DE NOGUEIRA DA REGEDOURA

PLANO DE ATIVIDADES PARA 2026



ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DE NOGUEIRA DA REGEDOURA (ADNR)

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES PARA 2026

Nota introdutória

A presente proposta, e à semelhança dos anos anteriores, foi elaborada atendendo às rotinas de trabalho diário, que já estão instaladas nesta associação, mas também tendo a preocupação em adequar as necessidades de desenvolvimento local à tipologia de ofertas por parte da associação.

Uma vez mais, este plano tem um especial enfoque na dimensão sociocomunitária, destacando-se a importância do Gabinete de Apoio Psicológico, bem como da agilização de percursos de formação profissional certificada, gratuita, e subsidiada, em parceria com o Gabinete de Inserção Profissional. Este enfoque social estende-se também a acções como as aulas de dança e artes marciais, na medida em que praticamos, desde sempre, preços de mensalidades que se consideram *low-cost*. Mais uma vez, parece-nos importante proporcionar às famílias em crise, a possibilidade de ingressar neste tipo de actividades, sem grande prejuízo no orçamento familiar.

Uma outra importante rubrica deste plano, e na continuidade dos anos anteriores, consiste na prestação de apoio técnico e logístico e/ou cedência de espaços a outras entidades ou pessoas individuais para a implementação de projetos ou acções pontuais da e para a comunidade. Estas acções, de mais diversa natureza e que não são possíveis de discriminar a esta data e neste espaço, cumprem a dupla função de permitir a esta associação a rentabilização dos seus meios, bem como contribuir para a dinâmica comunitária.

Finalmente, parece-nos importante reafirmar a participação crescente da ADNR nas iniciativas culturais e recreativas, locais, que permitem apoiar a dinamização da agenda cultural e recreativa local, estimular o contacto com a comunidade, bem como a angariação de fundos, de forma pontual.

Nogueira da Regedoura, 23 de Outubro 2025

A Direcção

Plano de Atividades ADNR 2026

Designação	Calendarização	Destinatários	Objectivos	Parcerias	Recursos Humanos
GAP (Gabinete de Apoio Psicológico)	Ao longo do ano	Pessoas em situação de desemprego ou outras	Avaliar e intervir em situações vulneráveis do ponto de vista da saúde mental, de forma gratuita ou a custo social mínimo	Junta de Freguesia de Nogueira da Regedoura, Agrupamento de Escolas de Argoncilhe e USFSF e Unidade de Saúde Familiar Sem Fronteiras	Recursos humanos da ADNR
Ações temáticas de âmbito educativo levadas a efeito nas escolas básicas e pré-primárias da freguesia	Ao longo do ano	Alunos do pré-escolar e 1º ciclo do ensino básico das escolas da freguesia	Informar e sensibilizar a comunidade escolar para as temáticas abordadas	Agrupamento Escolas de Argoncilhe, Associação de Pais do JI e EB do Souto, Associação de Pais de Pousadela	Recursos humanos da ADNR
Apoio ao Gabinete de Inserção Profissional de Nogueira da Regedoura (GIP)	Ao longo do ano	Pessoas em situação de desemprego ou outras	Apoiar, a nível logístico e administrativo, o funcionamento do GIP	IEFP e Junta de Freguesia de Nogueira da Regedoura	Recursos humanos da ADNR
Cursos de formação certificada, gratuita e subsidiada	Ao longo do ano	Pessoas em situação de desemprego	Ocupar, formar e apoiar pessoas em situação de desemprego	GIP, IEFP, Tecla, entre outros	Recursos humanos da ADNR e colaboradores dos centros parceiros

Plano de Atividades ADNR 2026

Designação	Calendarização	Destinatários	Objectivos	Parcerias	Recursos Humanos
PROJETO SALTARE (Dança na ADNR)	Ao longo do ano	Público em geral	Promover a integração em actividades de enriquecimento cultural e físico, de qualidade e a baixo custo, utilizando a dança como veículo.	Sem parceira	Recursos humanos da ADNR e colaboradores Projeto Saltare
Academia Tigre Branco (Artes Marciais na ADNR)	Ao longo do ano	Público em geral	Aquisição de destrezas e competências físicas e mentais, a preços sociais.	Federação Portuguesa de Artes Marciais e Vietnamitas	Recursos humanos da ADNR e colaboradores Academia Tigre Branco
Apoio técnico e logístico e cedência de espaços a outras entidades ou pessoas individuais para a implementação de projetos ou acções pontuais da e para a comunidade	Ao longo do ano	Público e instituições em geral	Facilitar e dinamizar a concretização de projetos ou acções pontuais da e para a comunidade	Junta de Freguesia, outros	Colaboradores ADNR e dos parceiros envolvidos
Participação em eventos comunitários	Ao longo do ano	Público em geral	Apoiar a dinamização da agenda cultural e recreativa local; estimular o contacto com a comunidade; angariar fundos	Junta de Freguesia, outras associações	Recursos humanos da ADNR
Apoio à Junta de Freguesia de Nogueira da Regedoura	Ao longo do ano	Público em geral	Apoiar na organização e gestão de eventos e acções promovidos pela Junta de Freguesia	Junta de Freguesia	Recursos humanos da ADNR

