



CAAL

CLUBE DE ACTIVIDADES DE AR LIVRE

Relatório Geral de Actividades de 2019

Associados

Em 31 de dezembro de 2019, o CAAL tinha **429 associados em actividade (223 femininos, 205 masculinos e uma associação)**. Consideram-se associados activos os que pagaram quotas até 2017. Relativamente a 2018 o número de associados cresceu - temos mais 27 femininos e 18 masculinos.

Neste período manteve-se uma estabilidade no número de sócios mais antigos.

A composição etária da nossa massa associativa manteve-se muito idêntica ao ano de 2018, não sendo influenciada pela entrada de novos associados. Com efeito, e limitando a análise aos associados em actividade, a sua **idade média é de 59 anos**.

Face aos dados expostos, é importante referir que continua a ser necessária a revitalização das camadas mais jovens, um objectivo que tem sido conseguido através do grupo de Escalada e das Multiactividades.

Caminhadas

Para 2019 tinha sido elaborado um calendário de caminhadas com **49 actividades** de pedestrianismo, dedicadas ao Grupo Geral.

Das inicialmente previstas, **não chegaram a realizar-se**: Portel (5 de maio), por falta de interesse por parte dos associados e Rotas de Cister (29 e 30 de junho), por nos ter falhado o alojamento devidamente marcado.

Este conjunto de **47 actividades realizadas** contou com um total de **2144 participantes**.

A **actividade mais participada** foi a **15ª Marcha dos Fortes** que, como marco que é do nosso calendário anual, contou com **358 participantes**.

Também as **actividades de Monsanto** continuam a merecer um interesse muito especial por parte da população de Lisboa, por ocuparem apenas a manhã de domingo, serem gratuitas e não ser necessário uma inscrição prévia. O CAAL acarinha muito estas actividades pois **sempre foi, e continua a ser, um grande objectivo do Clube - que cada vez mais lisboetas saiam de suas**

casas para desfrutar do grande ‘pulmão’ da cidade de Lisboa, sempre na boa companhia dos companheiros do CAAL. Para a Direção do Clube este é um momento privilegiado de divulgação das nossas actividades.

Actividades do Grupo Geral no ano de 2019: 2144 participantes

Janeiro - 199 participantes

- 6 - Parque Florestal de Monsanto – 106 participantes
- 13 - Sintra – 32 participantes
- 25/26 - IX Marcha Nacional de Montanha – 25 participantes
- 19 - Caminhos de Fátima 7 – 36 participantes

Fevereiro - 200 participantes

- 2 - Zonas Húmidas – 56 participantes
- 3 - Parque Florestal de Monsanto – 57 participantes
- 9 - Estremoz – 33 participantes
- 16 - Ovar – 25 participantes
- 24 - Antas de Loures – 29 participantes

Março - 233 participantes

- 9 - À beira Tejo – 48 participantes
- 16 - Caminhos do Oriente 1 – 31 participantes
- 23 - ‘Sabura’ no feminino – 35 participantes
- 24 - Parque Florestal de Monsanto (Dia da árvore e da poesia) – 98 participantes
- 30 - Caminhos do Oriente 2 – 21 participantes

Abril - 117 participantes

- 6 - Sevilha (Tábua) – 23 participantes
- 14 - Rota Santa Clara – 36 participantes
- 23/4 a 1/5 - Sardenha – 32 participantes
- 28 - Parque Florestal de Monsanto – 26 participantes

Mai - 221 participantes

- 4 - Da Adraga ao Cabo da Roca – 26 participantes
- 11 - Monsaraz – 66 participantes
- 18 - Alcácer do Sal – 17 participantes
- 19 - Parque Florestal de Monsanto – 28 participantes
- 19 - ‘Sabura’ e ‘Finka Pé’ – 28 participantes
- 25 - Dornes – 56 participantes

Junho - 155 participantes

- 1/2 - Por Terras da Beira – 27 participantes
- 8 a 16 - Provença – 50 participantes
- 15 - Quinta do Mocho – 16 participantes
- 22 - Fundão – 36 participantes
- 23 - Parque Florestal de Monsanto – 26 participantes

Julho - 131 participantes

- 6 - 3ª Caminhada Solidária (Arganil) – 48 participantes

7 - Parque Florestal de Monsanto – 35 participantes

14 a 23 - Escócia – 48 participantes

Setembro - 264 participantes

7 - Dia Ambiente do CAAL – 26 participantes

8 - Parque Florestal de Monsanto – 60 participantes

21/22 - 34º Aniversário – 127 participantes

28 - Alcanena – 28 participantes

29 - Monsanto de mapa na mão – 23 participantes

Outubro - 453 participantes

6 - Parque Florestal de Monsanto – 43 participantes

12 - 15ª Marcha dos Fortes – 358 participantes

19/20 - Castro Laboreiro – 35 participantes

26 - Serra de Alvelos – 17 participantes

Novembro - 103 participantes

9 - Montejunto – 9 participantes

10 - Parque Florestal de Monsanto – 61 participantes

16/17 - Rota dos Castanheiros – 17 participantes

30 - Por ares nunca dantes navegados – 16 participantes

Dezembro - 68 participantes

7 - Avieiros – 44 participantes

15 - Parque Florestal de Monsanto – 24 participantes

Formação no CAAL em 2019

Em 2019 o CAAL realizou acções de formação nas áreas da **escalada** e do **montanhismo**; a formação em **orientação na montanha** esteve incluída na formação em montanhismo.

No que respeita em particular ao **montanhismo**, realizaram-se as seguintes acções

- **Formação em Montanhismo - nível 1** (17 formandos e 6 formadores)

- **Formação em Montanhismo - nível 2** (10 formandos e 5 formadores)

- **Formação em Alpinismo - nível 2** (10 portugueses e 9 franceses) em Gavarnie, com o Clube Alpino Francês (CAF).

Estas acções de formação foram muito participadas; em todas o número de interessados foi superior ao número de vagas disponíveis. Através destas acções, muitos participantes tomaram contacto pela primeira vez com o CAAL, ou retomaram a sua ligação ao Clube.

Todas as acções tiveram um saldo financeiro positivo. No balanço financeiro foram consideradas duas contas - **fundo de formação e fundo de material** - que se julgam muito importantes para a boa gestão financeira das actividades de formação. As verbas atribuídas ao fundo de formação nas acções de formação em montanhismo foram posteriormente utilizadas na acção de formação em Alpinismo (deslocação a Gavarnie, França).

Realça-se que se julga ser do agrado geral dos participantes estas acções; existem aspectos a melhorar, designadamente na **organização dos meios audiovisuais de suporte à Formação** e no aproveitamento dos terrenos das sessões práticas.

Para 2020, prevê-se a execução de um plano de Formação semelhante ao de 2019, mas reforçado com a realização de um curso de iniciação à Orientação.

Coordenador Jorge Matos

GDAMO – Grupo Dinamizador de Atividades de Montanha

Actividades realizadas em 2019

No ano de 2019 o GDAMO, para além de ter efetuado **doze atividades**, participou na organização da **Formação de Iniciação ao Montanhismo e na Formação Avançada de Montanhismo-Alpinismo**, que foram efetuadas durante os meses de Fevereiro e Março. Participou ainda na **9ª Marcha Nacional de Montanha**, uma iniciativa do GMVR com o apoio da FPME, e na atividade dos **Históricos da Montanha**.

Realçamos a participação no **Estágio de Alpinismo**, promovido pelo CAF, que foi realizado em França, na zona de Gavarnie.

O GDAMO esteve ainda presente na organização da **15ª Marcha dos Fortes** e no **34º Aniversário do Clube** e participou no **Tour du Mont Blanc**, organizado por um associado. As **12 atividades** promovidas pelo GDAMO tiveram **uma participação de 167 companheiros**, mas este número foi bastante superior se considerarmos as 22 saídas em que o GDAMO esteve envolvido.

As atividades efetuadas pelo GDAMO tiveram por base um calendário apresentado no início do ano e foram basicamente as seguintes:

JANEIRO

Atividade na Serra da Estrela, volta circular no Maciço Central, com 9 participantes

Participação na **9ª Marcha Nacional de Montanha**

FEVEREIRO

Formação de Iniciação ao Montanhismo

MARÇO

Atividade realizada em Gredos durante 4 dias efetuada por 13 participantes

Formação Avançada de Montanhismo

ABRIL

Atividade de Alpinismo nos Pirinéus - ascensão do Balaitus, com a participação de 12 companheiros (ascensão não conseguida por condições adversas)

Estágio de Alpinismo em Gavarnie, promovido pelo CAF, com 10 participantes

MAIO

Atividade de travessia em autonomia na Serra da Arada, com 24 participantes

Atividade de travessia em autonomia na Serra da Lousã, com 10 participantes

JUNHO

Atividade nos Pirinéus, trekking na Alta Ruta de Los Perdidos, durante 5 dias, que incluiu as

ascensões do Monte Perdido e do Vignemale, com 18 participantes

Atividade no Parque Natural de Redes em que, durante 4 dias, efetuámos duas travessias, com 16 participantes

JULHO

Atividade no Gerês, na zona de Castro Laboreiro, com 7 participantes

AGOSTO / SETEMBRO

Participação no **Tour du Mont Blanc**

Participação no **34º Aniversário do CAAL**

OUTUBRO

Atividade na Serra da Estrela, no Trilho das Faias e no Trilho do Javali, com 10 participantes

Participação na organização da **15ª Marcha dos Fortes**

NOVEMBRO

Atividade em Espanha na zona do Chorro, com 8 participantes

Atividade de travessia na Serra de Montemuro e Rio Bestança com 20 participantes

DEZEMBRO

Atividade de travessia na Serra de Bejar, com 20 participantes

Participação no acampamento dos **Históricos da Montanha**, Serra da Estrela

Coordenador António Nunes

GDAE – Grupo Dinamizador de Actividades de Escalada

Introdução

Em 2019 o GDAE cumpriu o seu calendário das actividades de escalada, em período mensal, e manteve o número de participantes. Em setembro, no enquadramento do **34º Aniversário CAAL**, a actividade de escalada ocorreu na escola de escalada da Rocha da Pena e com 18 escaladores.

Relativamente ao programa de **Formação** para o tradicional mês de outubro, voltámos a realizar a **Formação de Escalada nível II**, na expectativa de granjear potenciais escaladores com interesse em avançar para uma futura formação de escalada nível III, para desafiantes futuros projectos de escalada.

Pelo exposto **a manutenção de participantes resulta do interesse dos nossos escaladores e da vertente das Multiatividades que mantém a chama acesa no gosto pela escalada**, enquanto **ambiente de treino e captação, proporcionado pelo nosso escalador residente, Sérgio Godinho, com trabalho de louvor.**

A vertente Multiatividades, desenvolvida às segundas e quartas-feiras no Muro de Escalada da Mata de S. Domingos de Benfica - Monsanto, continua a ser o **motor de divulgação das actividades de escalada, pela continuada adesão dos nossos associados e pelo excelente convívio que demonstra na captação de novos sócios e escaladores**, fazendo esta família de escaladores a demonstração do nosso cariz prazeroso de **Amigos, integrados dentro do CAAL.**

O GDAE conta já com um quadro de formadores de escalada desportiva, fruto da vontade dos novos escaladores que, por vontade própria, iniciaram o percurso formativo no CAAL, tendo desenvolvido um **apoio importante na promoção das actividades de escalada no CAAL**, no seu enquadramento e participando activamente nas acções de formação promovidas.

Em 2019 manteve-se a **Formação de Escalada Desportiva nível I**, em maio, com oito novos escaladores, no entanto no 2º período de formação de escalada, desafiámo-nos e levámos avante **os dois níveis, I e II, de Formação de Escalada Desportiva**, participaram oito novos escaladores, no nível I e quatro escaladores no nível II, tendo todos os formandos cumprido os objectivos correspondentes.

Tendo em vista a **revalidação da certificação UIAA**, do modelo formativo dos monitores de escalada CAAL, atendendo que a estrutura técnica que esteve na base da certificação UIAA se encontra em reestruturação desde 2015, **continuamos ainda a granjear competências técnicas para submeter novamente o pedido de revalidação da certificação UIAA**, em próximo contacto para convidar o responsável do pelouro da escalada na UIAA, com visita a auditar a manutenção dos procedimentos em uso no modelo formativo a revalidar.

Dados os factos apresentados, está demonstrado o 'pulso' do GDAE (Grupo de Dinamização de Actividades de Escalada), particularmente visível no aumento do número de novos escaladores e formandos

Em 2019 a actividade mais participada ocorreu na escola de escalada do **El Chorro / Malaga - Espanha**, em dezembro, e contou com 22 participantes.

Actividades de 2019

As actividades do GDAE estão relacionadas com o desejo dos escaladores, quanto ao tipo de rocha e envolventes paisagísticas do agrado dos participantes, **desenvolvem-se em ambiente de agradável convívio** e cujos habitantes locais, já reconhecem o nosso grupo.

Assim, em:

26 de janeiro - Escola de Escalada da **Fenda / Portinho da Arrábida** (inauguração do ano de escalada) – 15 Escaladores

16 de fevereiro - Escola de Escalada da **Guia - Cascais** - 12 Escaladores

10 de março - Escola de Escalada da **Azóia / Sesimbra** – 17 Escaladores

13 de abril - Escola de Escalada do **Montejunto** – 11 Escaladores

04 de maio - Escola de Escalada **Penedo d'Amizade / Sintra** (enquadramento da **Formação de Escalada Desportiva nível I**) - 8 Formandos, 4 Monitores e 2 Escaladores

05 de maio - **Rocódromo de Alfragide** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 8 Formandos, 3 Monitores e 4 Escaladores

11 de maio - **Rocódromo Vertigo** (enquadramento da formação de escalada desportiva nível I) – 8 Formandos, 3 Monitores e 1 Escalador

12 de maio - Escola de Escalada da **Fenda / Portinho da Arrábida** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 8 Formandos, 4 Monitores e 3 Escaladores

18 e 19 de maio - Escola de Escalada de **Alange / Mérida** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 7 Formandos, 5 Monitores e 11 Escaladores

29 e 30 de junho - Escola de Escalada de **Penha Garcia / Idanha-a-Nova** – 16 Escaladores

27 de julho - Escola de Escalada das **Fragas do Cercal / Figueiró dos Vinhos** – 15 Escaladores

21 e 22 de setembro - Escola de Escalada da **Rocha da Pena / Salir** (enquadramento no 34^a Aniversário do CAAL) – 18 Escaladores

28 de setembro - Escola de Escalada **Penedo d'Amizade / Sintra** (enquadramento da formação de escalada desportiva nível I) - 8 Formandos 4 Monitores e 2 Escaladores

29 de setembro - **Rocódromo de Alfragide** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 8 Formandos, 3 Monitores e 2 Escaladores

05 de outubro - **Rocódromo Vertigo** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 8 Formandos, 3 Monitores e 1 Escalador

05 de outubro - Escola de Escalada **Penedo d'Amizade / Sintra** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível II) - 4 Formandos e 3 Monitores

06 de outubro - Escola de Escalada da **Fenda / Portinho da Arrábida** (enquadramento da **Formação de Escalada Desportiva nível I**) – 8 Formandos, 4 Monitores e 3 Escaladores

06 de outubro - Escola de Escalada **Espinhaço - Azoia / Cabo da Roca** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível II) - 4 Formandos e 3 Monitores

19 e 20 de outubro - Escola de Escalada de **Penha Garcia / Idanha-a-Nova** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível I) – 8 Formandos, 4 Monitores e 9 Escaladores

19 e 20 de outubro - Escola de Escalada de **Penha Garcia / Idanha-a-Nova** (enquadramento da Formação de Escalada Desportiva nível II) – 4 Formandos

01 e 04 novembro - Escola de Escalada do **El Chorro / Valle de Abdalajis e Torcal de Antequera** - 22 Escaladores

14 e 15 dezembro - Escola de Escalada **Cerro Del Hierro / Sevilha** – 16 Escaladores

Coordenador Álvaro Lourenço

GDAO – Grupo Dinamizador de Actividades de Orientação

Relatório de Atividades do GDAO - 2019

Introdução

Em 2019, e tendo em conta os relevantes compromissos previamente assumidos para o ano de 2020, o GDAO centrou muito da sua atenção nas **actividades de Ori-Rogaine, sempre em colaboração com a Federação Portuguesa de Orientação (FPO).**

Desta forma, um grupo de 11 sócios voluntários participou em junho num **Curso Oficial de Formação de Quadros Técnicos de Orientação**, ministrado exclusivamente para o CAAL, e da maior relevância para a organização das iniciativas agendadas – o **1º Ori-Rogaine do CAAL** (janeiro de 2020) e o **Campeonato Ibérico de Rogaine de 2020** (novembro).

Independentemente de todo o entusiasmo (e do stress) decorrente destes compromissos inéditos, este curso constituiu por si só um **marco histórico para todo o Clube** - pela primeira vez em cerca de duas décadas, **o CAAL passou a dispor de novos quadros técnicos reconhecidos oficialmente pelo estado Português** (algo que não acontecia desde os tempos remotos, e nada saudosos, da federação de campismo...).

O esforço desenvolvido refletiu-se posteriormente na **vitória da nossa candidatura** à organização de uma das provas do calendário oficial da **Taça de Portugal de Ori-Rogaine de 2021**, nas ‘nossas Linhas’ de Torres, que garante a continuidade do rumo escolhido.

Como consequência indireta desta sua forte aposta, o GDAO reforçou a sua **participação competitiva em provas oficiais de Ori-Rogaine**, com resultados desportivos meritorios nos escalões etários mais altos, mas **sem nunca esquecer as suas habituais actividades de orientação pedestre.**

Nada mal, para uma modalidade que esteve inactiva durante anos, e cujo relançamento era à partida uma das maiores prioridades desta Direção.

Actividades

Janeiro

26 e 27 - IX MARCHA NACIONAL DE MONTANHA - TRAVESSIA INVERNAL 2019 (8 participantes)

Fevereiro

6 a 24 - Curso de Formação em **MONTANHISMO - Nível 1 (Iniciação) – O GDAO foi responsável pelo módulo de Orientação desta Formação com destaque para o formador José Veloso** (Participantes - atividade conjunta)

Março

22 - **Ribeira do Mogo** - Alcobaça (13 participantes)

30 - **Ori - Rogaine de Monsaraz** – Uma participação desportiva sem precedentes na história do Clube, com **2 vitórias** (veteranos femininos e super-veteranos femininos) e 4 equipas do CAAL no pódio! (12 participantes)

Abril

25 - **Ori- Rogaine da Azóia** / Sesimbra (6 participantes)

Junho

1 e 2 - **5ª Edição das Olisipíadas** / Lisboa – O CAAL foi mais uma vez o clube responsável pelo stand da modalidade de Orientação desta grande festa do desporto popular de Lisboa, (participantes – iniciativa aberta à população da cidade)

1 e 2 - **Curso de Formação de Quadros Técnicos** – Organização de provas Orientação no CAAL, ministrado pela FPO (11 participantes)

Setembro

7 - **III Ori-Rogaine da Costa Alentejana** - Relvas Verdes (Santiago do Cacém). Prova disputada em condições meteorológicas extremas. A equipa do CAAL subiu ao pódio (2 participantes).

Outubro

12 - Forte participação na organização da 15ª Marcha dos Fortes, tendo ao longo do ano o GDAO trabalhado na preparação deste grande evento, (Participantes - atividade conjunta).

Novembro

1 - **Ori - Rogaine da UCDA (V. N. da Barquinha)** – 1 subida ao pódio (2 participantes)

9 - **Ori - Rogaine da Figueira da Foz** (4 participantes)

16 - **Campeonato Nacional de Ori - Rogaine** – Miuzela (Almeida) – O CAAL subiu ao pódio no escalão de veteranos mistos da prova rainha do calendário nacional! (2 participantes)

23 - **Ourém**. Fantástica atividade pelas margens da **Ribeira da Beselga** (8 participantes)

30 - **Ori Trail Rogaine da Serra de Grândola** – Vitória do CAAL no escalão de Super-veteranos femininos (10 participantes).

Coordenadora Julieta Marques

Multiatividades

- Treinos de escalada

Em 2019 foram realizados **78 treinos de escalada** na torre do **Monsanto**, todas as segundas e quartas, com uma afluência média de 8 participantes, contando com um mínimo de 3 no inverno e 14 na primavera e outono.

Foram complementados com **32 treinos livres** no rocódromo do **Pavilhão Municipal do Casal Vistoso**.

- Caminhadas seniores

Foram realizadas **42 caminhadas seniores no Monsanto**, numa parceria com a **Junta de Freguesia de São Domingos de Benfica**.

- Verão Ar Livre

Nas férias da Páscoa participaram **9 crianças** no ‘Primavera Ar Livre’; nas férias de verão, ‘Verão Ar Livre’, participaram 35 crianças, nas três semanas de atividades em julho; **14 crianças**, de inverno, no ‘Natal Ar Livre’ em dezembro.

Monitor Sérgio Godinho

Assessoria do Ambiente

O grupo de trabalho **Assessoria do Ambiente** foi criado em 2008 pela Direcção do CAAL com o objectivo de **dinamizar acções no âmbito da defesa do Ambiente** e da formação nas diversas especialidades que o CAAL desenvolve.

Em 2019 organizou as seguintes actividades:

24 de março - À semelhança de anos anteriores a Assessoria do Ambiente organiza uma actividade no Parque Florestal de Monsanto **comemorando a Primavera e os Dias Mundiais da Árvore e da Poesia**.

Como março é também o **mês da Mulher**, e em solidariedade para com as mulheres vítimas de violência, o tema escolhido para este ano foi **'Poesia de mulheres poetas de língua portuguesa'**, tendo como pano de fundo a natureza.

Aproveitámos também para celebrar os 100 anos do nascimento da poetisa **Sophia de Mello Breyner Andresen**.

7 de setembro - Dia do Ambiente do CAAL

O Dia do Ambiente do CAAL 2019 centrou-se em **2 áreas com interesse ambiental**, próximas mas com características distintas, situadas no Médio Tejo, em territórios das freguesias de Santa Margarida da Coutada (Constância sul) e do Tramagal (Abrantes sul). A primeira área é a ribeira de Alcolobre, onde realizámos um percurso pedestre de observação e interpretação ambiental do território e da interação Homem-Natureza; a segunda área é o **Parque Ambiental de Santa Margarida**, onde fizemos uma visita generalista de reconhecimento das estruturas construídas e naturais deste parque, e uma visita guiada ao seu **Borboletário Tropical**.

O grupo de trabalho **Assessoria do Ambiente** foi criado em 2008 pela Direcção do CAAL com o objectivo de **dinamizar acções no âmbito da defesa do Ambiente** e da formação nas diversas especialidades que o CAAL desenvolve. Este grupo tem-se revelado bastante dinâmico, recebendo sistematicamente novos associados com vontade de trabalhar e de inovar.

Coordenador Luís Bandeira Ferreira

Divulgação

1 - Boletim Informativo

A publicação do Boletim Informativo continuou em 2019, como sempre, com a edição **de 6 números regulares e 2 números especiais**: 304 (Provença) e 310 (Madagáscar). A edição deste boletim continua a cargo da Presidente Maria João Martins.

A distribuição do boletim em papel continua a assumir grande importância, embora seja cada vez maior o nº de sócios que optam por receber o Boletim Informativo exclusivamente por correio eletrónico.

2 - Internet

O site do CAAL (www.clubearlivre.org) continua a desempenhar um papel fulcral na divulgação do nosso Clube, tanto entre os associados como para o exterior. **O sócio nº 38, e antigo Presidente do CAAL, José Veloso**, continua a actualizar o nosso site com rapidez e dedicação. Muito obrigada!

3 - Facebook

O facebook do CAAL (www.facebook.com/ClubeActividadesdeArLivre) funciona como uma via de comunicação imediata, atingindo também não-sócios e gente mais jovem. O facebook do CAAL é 'alimentado' com perspicácia pela **nossa antiga Presidente, Luísa Pinto Ferreira**. Obrigada, Luísa!

Continuamos a difundir **lembretes**, através da 'mailing list' do CAAL, sobre notícias de última hora ou alterações de datas de actividades.

Autarquias

Em 2019 o CAAL recebeu o habitual apoio da **Câmara Municipal de Lisboa** para ajudar a manter a sua actividade desportiva regular.

Diferentes municípios da região Oeste (**Câmaras Municipais de Loures, Mafra, Arruda dos Vinhos, Sobral de Monte Agraço**) continuaram a manter uma colaboração com o CAAL, nomeadamente tendo em vista a realização da 15ª Marcha dos Fortes, em que fomos fortemente apoiados pela **Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos**.

Também se manteve a colaboração regular com o pelouro do desporto da Junta de Freguesia de S. Domingos de Benfica.

Associações e Clubes

2019 foi um ano particularmente rico no que toca a intercâmbios internacionais com outras associações de pedestrianismo.

Retribuindo a hospitalidade recebida em ocasiões anteriores, O CAAL organizou e enquadrou, na primavera de 2019, a estadia em Portugal (na grande Lisboa e na região Oeste) de dois grandes grupos de caminheiros de associações amigas filiadas na nossa Federação Europeia ERA (European Ramblers Association): um de **Itália** e outro de **Malta**.

Ambos estiveram uma semana inteira entre nós, desfrutando de um programa intenso de caminhadas e visitas culturais, **sempre acompanhadas por voluntários do Clube**. Foi um

desafio considerável que envolveu a colaboração de muitos associados, proporcionando momentos muito gratificantes e contribuindo para o reforço da boa imagem internacional do nosso Clube.

A mesma lógica de intercâmbio possibilitou a realização da nossa bela actividade da Provença, em que usufruímos da hospitalidade dos nossos amigos **Randonneurs Sanaryens** (que, em devido tempo, teremos que retribuir).

Em termos internacionais, e como habitualmente, o CAAL esteve também presente na assembleia geral que assinalou o **cinquentenário da ERA**, realizada no outono, em Bad Urach (Alemanha).

A nível interno, em 2019 os sócios do CAAL foram de novo muito bem recebidos pelo **Grupo de Montanhismo de Vila Real (GMVR)**, que promoveu a IX Marcha Nacional de Montanha - Travessia Invernal 2019, no âmbito do calendário de actividades de Montanha da **Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada - FPME**.

Com a **Associação dos Amigos da Serra da Estrela (ASE)** continuamos a ter uma relação excelente (unidos por longos anos de amizade).

Federações

FPME - Federação Promotora de Montanhismo e Escalada

O CAAL continua a encarar como importante a sua filiação nesta federação, por entender que a mesma constitui a única representação legítima dos interesses e aspirações dos montanheiros portugueses. **A FPME tem sido um parceiro constante do CAAL** na realização da Marcha dos Fortes®, e essa circunstância repetiu-se em 2019.

Os sócios do CAAL tinham, no final de 2019, 91 Licenças Federativas.

O pedido de utilidade pública desportiva da FPME continua a aguardar resposta da tutela, o que condiciona muito a atividade da FPME.

FPO - Federação Portuguesa de Orientação

Em virtude do seu envolvimento no ensino e na prática da disciplina de Orientação e navegação terrestre, o CAAL mantém-se filiado na FPO. As relações com esta Federação estreitaram-se no final de 2018, tendo-se realizado em 2019 uma Formação para sócios do CAAL, assim como a organização por parte do CAAL de um Campeonato Ibérico de Ori-Rogaine em 2020.

ERA - European Ramblers Association

O CAAL, o mais antigo representante português na ERA, continuou em 2019 a assegurar a sua presença nesta federação europeia, a fim de melhor salvaguardar os interesses dos caminheiros portugueses, no acompanhamento da problemática da constituição da rede de caminhos europeus, bem como da questão do reconhecimento internacional dos formadores e líderes de pedestrianismo.

UIAA – Union Internationale des Associations d’Alpinisme

O CAAL manteve em 2019 o seu estatuto de membro - observador da UIAA.

Colaboradores

A nossa colaboradora do secretariado **desempenha há vários anos as suas funções com um extraordinário brio**. Sem o seu contributo não seria possível à Direcção garantir uma resposta atempada e adequada às inúmeras solicitações diárias que são dirigidas ao Clube.

O nosso sócio **Sérgio Godinho** mantém com o CAAL uma colaboração de algumas horas semanais, que permitem que continue a assegurar o programa de Multiactividades em Monsanto, continuando a trazer oportunidades e novas ideias, assim como novos sócios para o Clube.

Calendário de Actividades para 2020

O calendário de percursos guiados para 2020 foi apresentado aos sócios no fim do ano de 2019.

Devido à situação extraordinária que se tem vivido, só foi possível realizar as actividades programadas até meados de março. Desde então a Direcção tem optado por saídas que não impliquem o aluguer de autocarro, deslocando-se os associados nas suas próprias viaturas.

Os Grupos de Dinamização também fizeram os seus calendários anuais para 2020, como é hábito ocorrer no GDAMO e no GDAE, ou com uma calendarização mais a curto prazo no GDAO. Também estes grupos tiveram de se adaptar à nova ‘normalidade’.

A Formação ficou suspensa até haver condições para a pôr de novo em prática.

Análise de contas

A par de um conjunto de actividades com saldo negativo, de que fazem parte a actividade de Aniversário e a Marcha dos Fortes, que a Direcção assumiu que se deveriam realizar por uma questão de prestígio do CAAL, apesar do reduzido número de inscritos, **as actividades tiveram maioritariamente saldos positivos ou pouco negativos**. Destacam-se ainda as actividades de férias, globalmente com saldos positivos. Estas actividades, por envolverem um maior risco de planeamento, prestam-se, quando não há imprevistos e decorrem nas condições ideais, a terem saldos mais positivos. O saldo das actividades de pedestrianismo de 2019 foi inferior ao do ano de 2018, em virtude de se terem realizado menos actividades no estrangeiro, contribuindo da mesma maneira para um resultado positivo.

As despesas gerais mantêm-se dentro de parâmetros aceitáveis, no sentido de se preservar actividades com a mesma qualidade, se tivermos mais sócios a contribuírem para as receitas gerais ou com um número de participantes mais elevado em cada actividade.

Obrigações Legais

Ao longo de 2019 foram asseguradas todas as obrigações legais referentes ao Clube, inerentes à nossa actividade económica, à nossa responsabilidade enquanto empregadores e ao nosso estatuto de **Organização Não Governamental de Ambiente**.

Foi-nos atribuído o estatuto de **Associação de Utilidade Pública**, que há vários anos lutávamos por adquirir.

Conclusões

Algumas das fraquezas identificadas por esta Direcção e por Direcções anteriores têm sido o problema de, nos últimos anos, o CAAL não ter conseguido **gerar receitas**, sendo as actividades de férias a contribuir para os seus custos, a **dificuldade em mobilizar e fidelizar os associados mais recentes** e o **envelhecimento da massa associativa**.

Tem sido feito um esforço de diversificação de actividades para tentar promover o rejuvenescimento da massa associativa do CAAL. Neste sentido, tanto os programas de **actividades de verão para os mais novos** como as **actividades de inscrição no local** tentam tornar mais atractivas as nossas actividades.

Agradecimentos

Não podia terminar este relatório sem agradecer novamente aos antigos **Presidentes Luísa Pinto Ferreira e José Veloso** por estarem sempre disponíveis para assegurar a **actualização do facebook e do site do CAAL**, respetivamente.

Não posso esquecer todos os Organizadores das Actividades, sem os quais não havia Clube. Obrigada pelo carinho que põem na sua preparação, tentando proporcionar sempre o melhor 'cenário' em todos os sentidos, para que cada actividade seja uma aventura digna de ficar na memória.

Por último quero agradecer à minha equipa da **Direcção**, dedicada, atenta e sempre pronta para ultrapassar os muitos desafios que nos são apresentados constantemente.

A Presidente da Direcção

Maria João Martins