1. Caminhada / Passeio temático, a realizar, eventualmente, em parceria com outras associações, em março ou abril, sob orientação de especialista, com almoço convívio, seguido de palestra sobre um tema relacionado, a realizar na Casa da Cultura ou em outro local apropriado.
2. Festa da Primavera da LANCE 2019, a realizar em maio ou junho, com a tradicional “Feira de Artesanato e de Trocas e Baldrocas” que terá animação musical, caminhada, eventualmente almoço ou jantar convívio e palestra sobre tema com atualidade e impacto social.
3. III Concurso “Janelas, Varandas e Jardins Floridos em Couto de Esteves”, a realizar e Junho e Julho, com prémios de 100 euros para os vencedores de cada uma das 3 modalidades.
4. Concurso Exposição LANCE ARTE 2019, com tema de inspiração a designar e obedecendo ao formato dos anos anteriores, aberto a todas as modalidades, desde o artesanato à pintura, escultura, fotografia e literatura, talentos de todas as idades, residentes ou não residentes na freguesia de Couto de Esteves. A fase de concurso deverá decorrer em maio e junho e a fase da exposição de 13 a 28 de Julho. Será atribuído um prémio de 100 euros ao melhor trabalho, a ser escolhido por um júri constituído pela direção da LANCE e eventualmente por outras pessoas da área artística e cultural.
5. Worshop “Uso da flora silvestre na culinária com prova final”.
6. Serenata ao Luar e Sardinhada, a realizar no Largo das Traseiras da Casa da Fonte, Couto de Baixo, em finais de Julho ou em Agosto.
7. Organização de uma Caminhada Aquática ao longo do rio Gresso (rio Branco) ou do rio Lordelo e ou Canoagem na Albufeira da Barragem de Ribeiradio-Couto de Esteves, em colaboração com uma empresa de desportos de aventura do concelho, durante os meses de julho ou agosto.
8. Atribuição do Prémio LANCE Melhor Iniciativa 2018/2019.
9. Festa do Outono da LANCE, a realizar em outubro ou novembro, com atividades que estimulem o desenvolvimento socioeconómico da freguesia de Couto de Esteves e valorizem os costumes, tradições e usos locais. Deverá incluir uma caminhada com almoço-convívio e, se possível, uma tarde com jogos tradicionais e jantar com animação musical por grupo local.
10. Colaboração com outras associações e instituições locais e regionais, na promoção e realização de outras iniciativas que contribuam para o convívio e valorização cultural dos sócios e para o desenvolvimento integrado de Couto de Esteves e da área envolvente.
11. Manutenção e atualização do sítio da internet e página do Facebook da LANCE para divulgação dos nossos eventos e de outras entidades da freguesia e do concelho de Sever do Vouga.
12. Publicação de livro sobre “ Moinhos d´água da freguesia de Couto de Esteves”, sob a coordenação do Prof. Mário Silva.