

1. Dinamização e Actualização dos conteúdos do sítio da Internet da LANCE realizados sobretudo no primeiro trimestre.
  
2. Realização de uma Assembleia Geral Extraordinária, em 13 de Fevereiro, onde foram aprovados o relatório de contas de 2009 e discutido e aperfeiçoado o Plano de Actividades da Direcção para 2010.
  
3. Participação no Projecto “Limpar Portugal”, no dia 21 de Março, onde vários elementos dos corpos sociais da LANCE e sócios integraram as equipas que actuaram na freguesia de Couto de Esteves.
  
4. Festa da Primavera, realizada no dia 15 de Maio:

Manhã: caminhada pelo percurso Bouço-Velho, Chão do Rio, Forninho, Quintas do Vouga, Foz do Rio Gresso, Machurrão, Salseirinha e Quinta da Olga, onde decorreu almoço-piquenique com animado convívio.

Tarde e noite: no Salão de Festas do Restaurante “O Júnior”, onde foi reposta a Exposição Fotográfica LANCE “Um olhar sobre Couto de Esteves” e decorreu a palestra sobre “Revitalização do mundo rural” que teve como oradores o Prof. Doutor Fernando Pinto Amaral (Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa), Dr. Alberto Souto Miranda (Ex-presidente da Câmara Municipal de Aveiro) e vice-presidente da Anacom e Dr. Rui Simão (Coordenador geral da ADXTUR – Aldeias do Xisto) e animação musical a cargo do Grupo Coral “Canto e Encanto de Canas de Senhorim”.

5. Rastreio e Campanha de Prevenção da Cancro da Pele em Couto de Esteves. Esta actividade organizada pela LANCE em parceria com o Serviço de Dermatologia do I.P.O. de Coimbra e apoio da Junta de Freguesia de Couto de Esteves e Câmara Municipal de Sever do Vouga, desenvolveu-se ao longo de uma semana com distribuição de centenas de folhetos informativos sobre as principais medidas preventivas do Cancro da pele, campanha de sensibilização nos meios de comunicação social locais e regionais e culminou no dia 19 de Junho com a realização de um rastreio dirigido à população residente em Couto de Esteves, efectuado pelos dermatologistas Drs. Manuel Sereijo Silva, Bárbara Fernandes e Raquel Cardoso, apoiados pelas Enfermeiras Helena Braga, Ana Borges, Vanessa Silva e Adelaide Pires, em que foram observadas 83 pessoas, e se detectaram várias lesões pré-cancerosas e alguns cancros da pele, que foram referenciados para tratamento e seguimento no Serviço de Dermatologia do I.P.O. de Coimbra.

6. Apresentação Multimédia do livro “História Religiosa de Couto de Esteves” da autoria de Mário Silva, Fátima Soares Dias e Nelson Martins, promovido e editado pela LANCE, realizada na Igreja Matriz no dia 10-07-2010, com a actuação da Orquestra de Guitarras ALGO (Aveiro Little Guitar Orchestra) do Conservatório de Música de Aveiro e do Grupo Coral Infantil de Couto de Esteves da Escolinha de Música da ACSCE.

7. Realização da Exposição “Couto de Esteves na imprensa”, na Casa da Cultura, inaugurada no dia 10 de Julho e aberta ao público aos sábados e domingos do restante mês.

8. Participação na FICAVOUGA-2010 com painel de divulgação das actividades desenvolvidas pela LANCE.

9. Realização da animação “Conta-me uma história”, no dia 31 de Julho, às 18:30h, no Largo da Igreja Matriz de Couto de Esteves, com narração de histórias pelas contadoras de histórias Adélia Rodrigues e Dolores Tavares.

10. Lançamento do livro “História Religiosa de Couto de Esteves”, no dia 31 de Julho, na Igreja Matriz de Couto de Esteves, com a actuação do Grupo Coral Infantil de Couto de Esteves da Escolinha de Música da ACSCE e da violinista Ana Sofia Ferreira e seguida de sessão de autógrafos, porto de honra e venda de livros na Casa da Cultura.

11. Organização do concurso literário “Reflectindo Couto de Esteves”, que decorreu em Agosto, Setembro e Outubro, com prémios para os 3 primeiros classificados, nos valores de 250, 150 e 100 euros.

12. Atribuição do Prémio “Melhor Aluno do Secundário” dos anos 2008/9 e 2009/10.

13. Realização da Festa do Outono, no dia 27 de Novembro, com as seguintes actividades:

Manhã: Passeio Geológico à Serra da Freita, com visita à cascata da Mizarela e Pedras Parideiras, orientada pela Prof. Dr<sup>a</sup> Amélia Paula Marinho (U.A.)

Tarde e noite: Jornadas de Desenvolvimento “Couto de Esteves: que futuro?” Por que investir em Couto de Esteves”.

15:30h -Turismo rural e segunda residência”, tendo sido moderador e relator o Prof. Doutor Carlos Fernandes (IPVC) e como oradores participantes na mesa-redonda, José Rodrigues (proprietário de casas rurais / alojamento local), Maria José Santos (proprietária de casa de 2<sup>a</sup> habitação), Messias Cardoso (empresário e investidor num projecto de turismo em espaço rural).

17:00h – Novos desafios na agricultura”, tendo sido moderador e relator o Eng.º João Paulo Magalhães Crespo e oradores participantes na mesa-redonda, Adelino Teixeira (engenheiro agrónomo), João Duarte (jovem agricultor / mirtilos), Eng.ª Sónia Brásio (representante da Fundação Solidários) e Custódio Dias (representante da Cooperativa Agrícola do Vale do Vouga).

19:00h – Entrega dos Prémios do concurso literário “Reflectindo Couto de Esteves”, patrocinado pelos Drs. António Pereira Cancela e José Dias Marta, aos seguintes vencedores: Catarina Almeida Tavares, residente em Pessegueiro do Vouga (1º prémio); Patrícia Susana de Pinho Castanheira, residente na Praia da Barra (2º prémio) e Mário Daniel Graça e Silva (Couto de Cima) + entrega do Prémio “Melhor Aluno do Secundário”, patrocinado pelo Dr. Sereijo Silva, a Daniela Filipa Dias Martins, residente em Catives (Couto de Esteves).

21:30h – “Barragem de Couto de Esteves – Ribeiradio: impactos na vida da comunidade”, tendo sido moderador o Dr. Manuel Soares (Presidente da CMSV) e como oradores convidados o Eng.º Martins das Neves (EDP / Director do projecto Barragem de Couto de Esteves - Ribeiradio); Dr. Orlando Borges (Presidente do Instituto da Água - INAG); Claudino Soares (Presidente da Junta de Freguesia de Couto de Esteves); Sérgio Soares (representante da comunidade local) e o Prof. Doutor Carlos Fernandes (representante da comunidade no contacto / negociações com a EDP na construção da Barragem do Lindoso).