



Associação Recreativa e Esportiva Everton Rodrigues Bastos



RELATÓRIO DE ATIVIDADES PROJETOS SOCIAIS

TIJUCAS – SC
2025

INTRODUÇÃO

Este relatório descreve as ações, avanços e resultados dos projetos Beach Tennis, Guerreiro da Paz e Trilhando para o Futuro, práticas esportivas entre policiais militares do vale do rio Tijucas, juntamente com os empresários, amigos da comunidade e vizinhos da associação. mês a mês, desde agosto de 2024 até agosto de 2025, demonstrando ações de formação, lazer, saúde, cidadania e integração comunitária promovidas pela associação para crianças, adolescentes e toda a comunidade

Nossa associação desempenha um papel fundamental para a comunidade, policiais e amigos no desenvolvimento integral das pessoas, promovendo não apenas saúde física, mas também bem-estar mental e fortalecimento dos laços sociais. Ao incentivar as pessoas a participarem de atividades esportivas e de lazer, propicia-se um ambiente mais saudável, onde doenças são prevenidas e o estresse do cotidiano é aliviado, contribuindo, assim, para uma melhor qualidade de vida.

Além disso, o esporte e o lazer promovem a inclusão social ao reunir indivíduos de diferentes faixas etárias, gêneros e condições sociais em torno de objetivos e interesses comuns. Essa prática favorece a convivência harmoniosa entre vizinhos, reduz a vulnerabilidade dos jovens a situações de risco, como a violência e o uso de drogas, e oferece alternativas educativas que ensinam valores como respeito, disciplina e trabalho em equipe.

Na perspectiva comunitária, essas práticas são ainda mais relevantes por proporcionarem espaços de integração e pertencimento. Por meio de torneios, eventos culturais, atividades recreativas e projetos sociais, é possível perceber o fortalecimento das relações interpessoais e o desenvolvimento de um senso de coletividade. Tais iniciativas valorizam a cultura local, respeitam as diferenças e contribuem para a construção de uma identidade coletiva baseada no respeito e na solidariedade.

O acesso ao esporte e ao lazer deve ser entendido como um direito de todos, fundamental para a promoção da cidadania e para o desenvolvimento de sociedades mais justas, seguras e solidárias. Investir e incentivar essas práticas é investir na saúde, na educação e na construção de uma comunidade mais integrada, capaz de enfrentar desafios coletivos e celebrar conquistas de forma conjunta.

Por fim, conclui-se que esporte e lazer, quando articulados de maneira acessível e inclusiva, têm o potencial de transformar realidades, aproximar pessoas e fortalecer a comunidade em seus aspectos mais essenciais, promovendo uma convivência pautada em respeito, cooperação e qualidade de vida para todos.

BENEFÍCIOS DO BEACH TENNIS PARA AS CRIANÇAS E ADOLESCENTES

- Desenvolvimento Motor: Melhora a coordenação motora, equilíbrio e agilidade.
- Socialização: desenvolve habilidades sociais, como trabalho em equipe e comunicação.
- Saúde Física: Contribui para o fortalecimento muscular, melhora da capacidade cardiorrespiratória e combate ao sedentarismo.
- Diversão ao Ar Livre: Promove contato com a natureza, excelente para o bem-estar emocional.

BENEFÍCIOS DO JIU-JTISU E KICKBOXING PARA A COMUNIDADE

- Saúde Física: Melhora a força, resistência, flexibilidade, coordenação motora e condicionamento cardiovascular.
- Emagrecimento e prevenção de doenças: Ajuda na perda de peso saudável e previne doenças crônicas.
- Bem-estar Mental: Reduz o estresse, aumenta a autoestima e desenvolve a resiliência emocional.
- Autodefesa: Ensina técnicas eficientes para a proteção pessoal, aumentando a segurança e a autonomia.
- Desenvolvimento de Valores: Promove respeito, disciplina, autocontrole e perseverança.
- Inclusão Social: O ambiente das academias favorece a integração, construindo amizades e redes de apoio.
- Acessibilidade: Pode ser praticado por pessoas de todas as idades, gêneros e condições físicas.

PLANO DE DESENVOLVIMENTO

AGOSTO 2024

O Projeto Guerreiro da Paz consiste em participar e desenvolver as técnicas e a prática de lutas corporais, sendo uma ferramenta valiosa para o desenvolvimento integral das crianças, oferecendo benefícios físicos, emocionais e sociais. Destarte, a Associação Recreativa e Esportiva Everton Rodrigues de Bastos busca incentivar tais atividades lúdicas instituindo o projeto Guerreiro da Paz desde 2019 na cidade de Tijucas (Figura 1).

Figura 1. Alunos do Guerreiros da Paz durante as atividades.



Fonte: Acervo Próprio.

SETEMBRO 2024

O Projeto trilhando para o Futuro têm como objetivo propiciar, respectivamente, a crianças e adolescentes regularmente matriculadas no ensino fundamental e a comunidade em geral de Tijucas/SC a iniciação esportiva de atividades de lazer, vivências culturais, em seu sentido mais amplo, que englobam os diferentes interesses humanos, as diversas linguagens e manifestações que podem ser realizadas no tempo livre das obrigações profissionais, familiares, domésticas e religiosas. Paralelamente prover-se-ão eventos onde serão desenvolvidas ações de cidadania, saúde, higiene, educação ambiente e palestras antidrogas (Figura 2).

Figura 2. Jovens que participam do Projeto Social.



Fonte: Acervo Próprio.

OUTUBRO 2024

As Olimpíadas da AREERB, reúne mais de cem policiais militares de mais de dez cidades do Vale do Rio Tijucas e região, têm grande relevância para a integração e o bem-estar da categoria. O evento, com modalidades como vôlei, tênis de mesa, beachtennis, dominó e truco, promove o fortalecimento do espírito de equipe, a saúde física e mental e a convivência saudável entre os participantes (Figura 3).

Principais pontos positivos:

- Integração dos policiais de diferentes cidades, fortalecendo laços de amizade e companheirismo.
- Estímulo ao trabalho em equipe, à cooperação, disciplina e ao raciocínio lógico.
- Valorização do policial como ser humano, promovendo qualidade de vida e união regional.
- Fortalecimento da imagem positiva da associação e incentivo à integração social.

Figura 3. Policiais Militares que participaram das Olimpíadas AREERB.



Fonte: Acervo Próprio.

NOVEMBRO 2024

A prática do futebol entre a Polícia Militar, empresários e amigos da comunidade é uma poderosa ferramenta de integração social. Por meio do esporte, há maior aproximação entre os policiais e a população, promovendo respeito, confiança e cooperação. Além disso, o envolvimento de empresários incentiva parcerias e investimentos em projetos sociais, enquanto a participação da comunidade gera um ambiente de amizade e solidariedade. Esses encontros esportivos ajudam a quebrar barreiras, fortalecer laços e criar uma rede de apoio mútua, contribuindo para a paz e o desenvolvimento local (Figura 4).

Figura 4. Integração entre os Policiais Militares associados à AREERB com a comunidade por meio do esporte.



Fonte: Acervo Próprio.

DEZEMBRO 2024

O Natal Solidário promovido pela Associação em parceria com a Polícia Militar de Tijucas é fundamental para as crianças carentes dos projetos sociais porque leva alegria, esperança e valorização a quem mais precisa. Essa ação proporciona momentos de lazer, inclusão e autoestima, além de fortalecer os laços entre a comunidade e as instituições, combatendo a exclusão social. O evento também estimula a solidariedade, o desenvolvimento emocional das crianças e inspira a continuidade de projetos sociais ao longo do ano, tornando o Natal um momento especial de transformação e cidadania (Figura 5).

Figura 5. Crianças e Adolescentes durante o Evento do Natal Solidário 2024.



Fonte: Acervo Próprio.

JANEIRO 2025

No mês de janeiro priorizamos as atividades prática da natação, pois oferece inúmeras vantagens para crianças e adolescentes, especialmente no período de férias escolares. Como atividade física completa, a natação contribui para o desenvolvimento muscular, melhora da coordenação motora e fortalecimento do sistema cardiorrespiratório, além de ser uma opção refrescante e segura para os dias quentes de verão.

No aspecto emocional, nadar ajuda a reduzir o estresse, incentivar o relaxamento e aumentar a confiança das crianças. Nas aulas e treinos, os jovens ainda aprendem sobre disciplina, respeito às regras e convivência em grupo, formando laços de amizade e fortalecendo a socialização.

Durante as férias, a natação também é importante para prevenir o sedentarismo e o uso excessivo de eletrônicos, mantendo as crianças ativas e protegidas de riscos aquáticos, já que aprendem noções de segurança na água (Figura 6).

Figura 6. Crianças e Adolescentes se divertindo na piscina da AREERB.



Fonte: Acervo Próprio.

FEVEREIRO 2025

Os Alunos estão avançando nos projetos e nas participações de lutas e campeonatos, esse desenvolvimento está ligado ao treinamento de movimentos fundamentais, como posições, deslocamentos e técnicas, treinamento de condicionamento físico (Figura 7):

Exercícios para melhorar a resistência, força e flexibilidade:

- Prática de sparing;
- Treinamento de luta controlada para aplicar as técnicas aprendidas;
- Alguns alunos fazem preparação física e treinamento específico para campeonatos;
- Preparação Copa Open SC CBKB;
- Preparação para copa KARATE combat FKISC;
- Estratégia de combate sparring, Sequencias de dois a dois e padwork, Estratégia de Pontuação, Aprimoramento de socos e chutes com esquivas.

Figura 7. Alunos vencedores de campeonatos junto de seu instrutor.



Fonte: Acervo Próprio.

MARÇO 2025

O projeto de Beach Tennis para crianças iniciantes é uma oportunidade de ensinar habilidades esportivas e valores importantes, como disciplina, trabalho em equipe e respeito. Com uma abordagem lúdica e adaptada, criamos uma experiência enriquecedora e divertida para todos alunos.

O projeto para as crianças e adolescentes está sendo um sucesso, alcançando seus objetivos e proporcionando uma experiência enriquecedora para os participantes. Com a continuidade e expansão do projeto, podemos continuar a impactar positivamente a vida de mais jovens, promovendo a prática esportiva, a socialização e o desenvolvimento pessoal (Figura 8).

Figura 8. Crianças e Adolescentes contemplados pelo projeto de Beach Tennis da AREERB.



Fonte: Acervo Próprio.

ABRIL 2025

Nosso projeto conta um Instrutor bacharel em educação física, que foca no desenvolvimento físico e motor dos jovens, criando programas de treinamento que sejam seguros e eficazes. Nossa missão é ajudar as crianças a desenvolver habilidades motoras, força e resistência para a vida e pensando no bem estar físico e emocional, mas também preparam para as lutas e competições (Figura 9).

Figura 9. Jovens realizando exercícios físicos.



Fonte: Acervo Próprio.

MAIO 2025

A promoção na carreira de um Policial Militar é um marco de grande importância, pois simboliza o reconhecimento pelo empenho, dedicação e competência demonstrados ao longo do tempo na instituição. Esse avanço profissional não só traz crescimento pessoal e valorização dentro da corporação, como também aumenta a motivação e inspira colegas a buscar excelência no serviço prestado à sociedade.

Comemorar essa conquista ao lado dos amigos torna o momento ainda mais especial. É uma forma de dividir a alegria com aqueles que estiveram presentes na caminhada, oferecendo apoio, incentivo e amizade. A celebração reforça os laços de companheirismo e mostra que, apesar dos desafios individuais, o sucesso é mais significativo quando compartilhado. Assim, celebrar a promoção junto com os amigos valoriza cada etapa da jornada e renova as energias para os próximos desafios. Neste sentido a sede da AREERB serve como palco para este momento especial (Figura 10).

Figura 10. Policias Militares com amigos e familiares.



Fonte: Acervo Próprio.

JUNHO 2025

Em celebração ao Mês Mundial do Meio Ambiente, nossa associação, ciente da importância de um ecossistema equilibrado, promoveu ações de plantio de árvores. A iniciativa foi realizada em parceria com as crianças do projeto "Trilhando para o Futuro", com o objetivo principal de despertar nos jovens, de forma prática e participativa, a consciência ambiental e o senso de responsabilidade com o nosso planeta. A ação de plantio foi um sucesso, cumprindo seu papel de celebrar o Mês do Meio Ambiente de forma significativa e, principalmente, de deixar um legado positivo para a comunidade e para as futuras gerações (Figura 11).

A nossa Associação reafirma seu compromisso com a causa ambiental e continuará a desenvolver projetos que promovam a educação e a ação em prol de um planeta mais verde e saudável para todos.

Figura 11. Crianças e Adolescentes realizando plantio de árvores.



Fonte: Acervo Próprio.

JULHO 2025

Nossa associação recebeu uma doação do poder Judiciário de Tijuca para aquisição de carrinhos de ensino sobre trânsito onde fora realizada uma parceria com a Polícia Militar para desenvolver práticas divertidas sobre educação no trânsito para crianças. O objetivo é ensinar as regras de trânsito desde cedo para formar cidadãos mais conscientes, prevenir acidentes e aproximar a polícia da comunidade, construindo um futuro mais seguro para todos (Figura 12).

Figura 12. Jovens durante a instrução de trânsito.



Fonte: Acervo Próprio.

CONCLUSÃO

A AREERB, uma associação sem fins lucrativos, desempenha um papel essencial no fortalecimento dos laços entre a segurança pública e a sociedade civil. Muito além de sua atuação institucional tradicional, essa organização amplia sua missão ao promover ações sociais voltadas à educação, ao esporte, à prevenção contra as drogas e à construção de uma convivência comunitária mais harmoniosa e segura.

No campo da educação, a Associação se torna uma aliada poderosa na formação de crianças e jovens. Por meio de projetos educativos, palestras, cursos e oficinas, elas contribuem para o desenvolvimento da consciência cidadã, do respeito às leis e da valorização da ética e da responsabilidade social. Iniciativas como essas ajudam a reduzir a evasão escolar e oferecem oportunidades de aprendizado que muitas vezes não estão disponíveis nas redes formais de ensino.

No esporte, a AREERB promove atividades físicas e recreativas que servem como ferramentas de inclusão social e desenvolvimento pessoal. A prática esportiva, além de melhorar a saúde e o bem-estar dos participantes, ensina valores como disciplina, trabalho em equipe, superação e respeito ao próximo.

Outro eixo fundamental de atuação é a prevenção ao uso de drogas, um dos maiores desafios sociais enfrentados atualmente. Por meio de programas educativos e campanhas de conscientização, a AREERB atua na base do problema, informando e orientando jovens e famílias sobre os perigos do uso de substâncias ilícitas. Muitas vezes, essa abordagem preventiva tem mais impacto do que ações repressivas, pois atua na raiz das vulnerabilidades sociais.

A interação com a comunidade é outro diferencial importante. Ao promover eventos comunitários, rodas de conversa, ações sociais e apoio a famílias em situação de vulnerabilidade, a associação fortalece o sentimento de confiança mútua entre a população e os agentes de segurança. Esse elo é fundamental para a construção de uma cultura de paz, cooperação e respeito mútuo.

Além disso, essas iniciativas contribuem para a valorização da imagem da polícia, mostrando que sua missão vai além da repressão ao crime, e inclui também o cuidado com a sociedade e o compromisso com o bem-estar coletivo. Em suma, uma associação tal qual a AREERB é um instrumento poderoso de transformação social. Ela aproxima o cidadão da segurança pública, promove inclusão, previne a violência e abre portas para um futuro mais justo, seguro e humano.

TIAGO PLATEN
PRESIDENTE AREERB

RODRIGO LEONILDO CORDEIRO
DIRETOR ESPORTIVO