

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.PO. 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^a 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^a 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 (1^o prémio); Patrícia Susana de Pinho Castanheira, residente na Praia da Barra (2^o 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).