

# PROGRAMA DE ACÇÃO E PROPOSTA DE ORÇAMENTO 2021



## LINHAS GERAIS

Durante o ano de 2020 tiveram de ser feitas alterações profundas ao funcionamento da APOIAR. Os eventos foram cancelados e adiados, as consultas presenciais reduzidas ao mínimo, os encontros em grupo e actividades como passeios e festas foram anuladas.

O ano de 2020 foi um ano em que estivemos mais longe uns dos outros mas não isolados. A APOIAR viu-se forçada a adaptar-se para que o seu principal objectivo se mantivesse. Ajudar os ex-combatentes com stress de guerra e as suas famílias a terem um apoio permanente.

Com tudo adiado em 2020 enfrentamos 2021 ainda com mais vontade de retomar a actividade normal. Na expectativa que possamos voltar em força é com essa esperança que apresentamos um plano de acção que retome a actividade normal da Associação.

Este plano de acção retoma o que não foi conseguido fazer em 2020, com algumas novidades e novas ideias e é essencialmente o espelho a vontade de regressar em força e de fazer voltar os associados a esta casa.

## REINVINDICAÇÕES LEGISLATIVAS

No anto que entram em vigor os benefícios do Estatuto do Antigo Combatente, muitos deles sendo uma resposta a muitas das reivindicações da APOIAR, um dos principais objectivos da Associação é pugnar pelo efectivo cumprimento por parte das tutelas desses direitos.

Reforçar os pontos e reivindicações que não foram cumpridas e manter o esforço para que se coloquem esses direitos na legislação.

## RELAÇÕES INSTITUCIONAIS

1. Manter a estrita colaboração com as tutelas dos Ministérios da Defesa Nacional e de Trabalho e da Segurança Social no sentido de reforçar a importância do trabalho da APOIAR com uma população cada vez mais desprotegida;
2. Manter a independência e equidistância entre todas as Associações de Ex-combatentes, ao mesmo tempo que pugna pela defesa dos superiores interesses dos ex-combatentes procurando sempre o apoio e a colaboração de todos os envolvidos nesta causa;
3. A partir do saber e experiência acumulada do seu trabalho especializado ao longo de duas décadas e meia, procurar contactos, parcerias e protocolos com associações e organizações das restantes forças de segurança e protecção civil no âmbito da perturbação pós stress traumático.

## JORNAL E COMUNICAÇÃO

A distribuição do Jornal APOIAR continuará a ser feita, prioritariamente, **aos associados com a situação regularizada**, bibliotecas, autarquias da área de actuação e entidades públicas e governamentais, privilegiando a divulgação nacional e internacional através da internet.

**O site oficial e a página de facebook** da associação, em conjugação com as redes sociais onde a APOIAR tem presença, passará cada vez mais a ser o principal veículo de comunicação com a comunidade, visto ter uma abrangência nacional e internacional muito maior e com um acesso direto e permanente tanto às pessoas como às entidades.

As relações com a **comunicação social** serão feitas de um modo criterioso, anunciando através de press releases todas as actividades da associação e

sempre que se revelar importante e relevante, mantendo de uma maneira regular a comunicação social informada acerca dos problemas, questões e demais novidades sobre o stress de guerra e os ex-combatentes e seus familiares.

## DIVULGAÇÃO E EVENTOS

1. **Encontro sobre stress de guerra e representações culturais.** Pretendemos fazer um encontro que debata as várias representações dos efeitos da guerra colonial na memória colectiva dos portugueses assim como as representações do trauma dos soldados em literatura, música, cinema e demais expressões culturais e artísticas;
2. **Sessões de esclarecimento sobre saúde.** Pretendemos fazer uma sessão de esclarecimento sobre nutrição e medicamentos;
3. Manter as **campanhas de divulgação e distribuição de informação** nos eventos e através do contacto directo com as pessoas e com as instituições.

## ASSOCIAÇÃO, SEDE E FUNCIONAMENTO

Dar-se-á continuidade ao processo de pedido de **regularização da quotização dos associados, notificando-os pessoalmente e por carta**, facilitando o pagamento das quotas em atraso.

Assim que seja possível o regresso em pleno dos associados à sede, fazer melhoramentos no espaço da associação para que se **voltem a sentir em casa outra vez.**

## APOIO JURÍDICO

1. Continuaremos a dar o apoio jurídico necessário aos associados só relativamente aos assuntos inerentes aos processos da sua doença – problemas psicológicos adquiridos no âmbito da prestação do serviço militar, nomeadamente com o requerimento para início de processo DFA por stress de guerra.

## APOIO MÉDICO, SOCIAL E PSICOLÓGICO

1. Assim como está previsto nos estatutos e nos protocolos assinados, a Associação continuará a fazer da sua principal actividade o apoio Médico, Psicológico e Social a associados e familiares que necessitem e sejam clínica-

mente elegíveis e devidamente encaminhados para esse apoio, de acordo com o seu objecto, de modo a poder gerir os seus recursos de maneira a que todos os seus utentes e associados possam ser devidamente atendidos.

2. Fazer um esforço para que **o regresso dos utentes às consultas presenciais** seja feito da maneira mais rápida, segura e eficaz
3. Dar-se-á continuidade às relações estreitas com os centros de saúde e os departamentos de psiquiatria e saúde mental dos hospitais, de modo a dar o melhor encaminhamento aos utentes que desejem ser acompanhados clinicamente e/ou ver o seu Modelo 2 preenchido.

Reforçaremos os nossos apoios com a contribuição dos :

1. Banco de Voluntariado;
2. Banco de Alimentos e Vestuário;
3. Sessões Psico-educativas;
4. Dinamização de sessões de esclarecimento por parte das instituições (Polícia, Bombeiros, Outras associações).

### **ACTIVIDADES LÚDICAS, LAZER E SAÚDE**

Assim que possível e segura a prioridade da APOIAR para 2021 é a de voltar em força com:

- Passeios;
- Ateliers;
- Caminhadas;
- Rastreios.

### **COMEMORAÇÕES**

- Dia Internacional da Mulher;
- 27º Aniversário da APOIAR;
- Festa de Natal.

### **GRUPOS DE AJUDA MÚTUA**

Os GAM de homens e mulheres continuarão a desenvolver as suas atividades uma vez que são os principais dinamizadores da Associação com participação activa em:

- NATALIS, Feira de Natal de Lisboa (Venda de produtos de produção própria);
- Participação no Jornal.

### **PARCERIAS E PROTOCOLOS**

No âmbito dos protocolos celebrados, continuaremos a colaborar com:

- APDPk - Associação Portuguesa dos Doentes de Parkinson;
- APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima;
- Santa Casa da Misericórdia de Lisboa;
- Grupo de farmácias GAP;
- Grupo de Farmácias Progresso
- Grupo Comunitário promovido pela JF Campolide e Fundação Aga Khan.

### **PROTOCOLOS**

Continuaremos a procurar novas parcerias com empresas de modo a facilitar e oferecer condições vantajosas de acesso a vários serviços.

### **RESPONSABILIDADE SOCIAL**

A Associação APOIAR tem, ao longo dos anos, tido a colaboração de várias empresas que, ofereceram e doaram um sem número de bens e serviços que têm sido fundamentais para o funcionamento. Continuar-se-á a procurar **novas parcerias e apoios no âmbito da responsabilidade social.**

### **INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA**

Sempre que solicitado, a APOIAR continuará, tal como no passado, e sempre que se justifique, a dar todas as condições à investigação científica na área do Stress de Guerra.

### **EVENTOS DA APOIAR PARA 2021**

- Dia Internacional da Mulher - Março;
- Aniversário da APOIAR - Abril;
- Encontro Divulgação APOIAR - Outubro;
- Natalis - Dezembro;
- Festa de Natal - Dezembro;
- Passeios/excursões.

CÓDIGO DE CONTAS	DESPESAS	EUROS
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS	81 860,88 €
11	Electricidade	950,00 €
13	Água	600,00 €
15	Ferramentas e Utensílios de Desgaste Rápido	300,00 €
16	Livros e documentação técnica	25,00 €
17	Material de Escritório	400,00 €
19	Rendas e Alugueres de Instalações	1 700,00 €
33	Outros Serviços (Farmácia; Água; Café)	1 250,00 €
3830	Comunicações	3 800,00 €
23	Seguros	567,61 €
17	Propaganda e divulgação (inclui Jornal e leasing máquina)	4 800,00 €
1512	Deslocações, estadias e transportes	1 600,00 €
29	Honorários (inclui retenções)	58 113,27 €
30	Trabalhos especializados*	1 000,00 €
27	Limpeza, Higiene e Conforto	3 100,00 €
62	Segurança e Vigilância	540,00 €
34	Manutenção Informática e licenças de software	2 500,00 €
650	Taxas (ERS e ERC)	615,00 €
*manutenção ar condicionado e extintores/obras extra		
64	DESPESAS COM PESSOAL (Inclui TSU)	58 862,71 €
65	OUTROS CUSTOS E PERDAS OPERACIONAIS	120,00 €
66	AMORTIZAÇÕES	2 500,00 €
68	CUSTOS E PERDAS FINANCEIRAS	500,00 €
69	CUSTOS E PERDAS EXTRAORDINÁRIAS	500,00 €
<b>TOTAL DE DESPESAS</b>		<b>144 343,59 €</b>

CÓDIGO DE CONTAS	PROVEITOS	EUROS
74	SUBSIDIOS À EXPLORAÇÃO	133 480,00 €
11	Comparticipação protocolada do MDN	118 000,00 €
13	Comparticipação Segurança Social	15 480,00 €
76	OUTROS PROVEITOS OPERACIONAIS	10 420,00 €
	Quotizações	8 000,00 €
	Alienação de imobilizado	50,00 €
	Proveitos fiscais	1 800,00 €
	Donativos	350,00 €
	Juros e Aplicações	120,00 €
	Vendas Várias	100,00 €

<b>TOTAL DE PROVEITOS</b>	<b>143 900,00 €</b>
---------------------------	---------------------

<b>88 RESULTADO LÍQUIDO PREVISÍVEL</b>	<b>- 443,59 €</b>
--	-------------------

**SALDO DO EXERCÍCIO** - **443,59 €**