

APOIAR - ASSOCIAÇÃO DE APOIO AOS EX-
COMBATENTES VÍTIMAS DO STRESS DE GUERRA

PLANO DE ACÇÃO
&
PROPOSTA DE ORÇAMENTO

2025



ASSOCIAÇÃO DE APOIO AOS EX-COMBATENTES
VÍTIMAS DO STRESS DE GUERRA

LINHAS GERAIS

Ao entrar no seu 31º ano de existência, o maior desafio da APOIAR reside principalmente em continuar a acompanhar os seus utentes, tendo a consciência que a maior parte deles já está a entrar numa idade em que necessitam de outro tipo de acompanhamento. O apoio clínico e psicossocial permanecem o principal eixo de acompanhamento dos seus associados mas a APOIAR tudo fará para que as outras necessidades que cada vez mais se começam a sentir sejam também supridas. A APOIAR, como associação pioneira na identificação, tratamento e acompanhamento de vítimas de stress pós traumático, tem uma responsabilidade acrescida perante a sociedade civil, pelo que irá também começar a abrir-se a outros sectores da sociedade, onde o flagelo do trauma se possa sentir, como é o caso das forças de segurança, protecção civil e população em geral.

REININDICAÇÕES LEGISLATIVAS

O Ano de 2024 encerra com incerteza política de não se saber com o que contar em termos de orçamento de estado. Independentemente disso, a APOIAR zelará sempre pelos interesses dos seus associados e da sua população alvo. As importantes conquistas que se alcançaram no reconhecimento dos antigos combatentes, os benefícios previstos no Estatuto que os Reconhece e a mais recente reivindicação atendida pelo actual governo de recuperar a comparticipação medicamentosa terá olhar atento da Associação para que as promessas não caiam em saco roto.

Nesse sentido APOIAR irá continuar a exigir ao novo Ministro da Defesa Nacional e aos seus Secretários de Estado, o funcionamento pleno, eficaz e eficiente das suas estruturas, assim como o reforço de pessoal e balcões, do único serviço de atendimento aos ex-combatentes disponível no país.

Não esquecerá os atrasos e as dificuldades processuais da qualificação como Deficiente das forças Armadas ou Pensionista de invalidez que ainda entopem os corredores do Ministério da Defesa Nacional.

Com o aumento da idade dos ex-combatentes crescem também uma série de novas necessidades não só na área da saúde, mas também de questões sociais com as quais a APOIAR se depara no dia a dia do seu atendimento e fará com que essas reivindicações sejam atendidas pelos responsáveis políticos.

RELAÇÕES INSTITUCIONAIS

- Manter a estrita colaboração com as tutelas dos Ministérios da Defesa Nacional, do Trabalho e da Segurança Social e da Saúde no sentido de reforçar a importância do trabalho da APOIAR com uma população cada vez mais desprotegida;
- 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;
- A partir do saber e experiência acumulada do seu trabalho especializado ao longo de três décadas, 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. Devido ao facto da anterior página de Facebook da APOIAR ter sido roubada, pediu-se financiamento para ajudar a recuperar o número de seguidores da página através de promoções pagas no facebook.

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

- **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;
- **Sessões de esclarecimento sobre saúde mental e trauma** dirigidas à população em geral e às forças de segurança e protecção civil na cidade de Lisboa;
- Manter as **campanhas de divulgação e distribuição de informação** nos eventos e através do contacto directo com as pessoas e com as instituições.

ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO APOIAR

Regresso à sede para a comemoração do 31º Aniversário da APOIAR.

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 asso-

ciados só relativamente aos assuntos inerentes aos processos da sua doença – problemas psicológicos crónicos 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

- 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 clinicamente 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.
- Fazer um esforço para que o **regresso dos utentes às consultas presenciais** seja feito da maneira mais rápida, segura e eficaz.
- 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 :

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

ACTIVIDADES LÚDICAS, LAZER E SAÚDE

- Passeios;
- Ateliers;
- Caminhadas.

COMEMORAÇÕES

- Dia Internacional da Mulher;
- 31º 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:
- Participação no Jornal.
- Eventos Associativos.

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

PROTOCOLOS E FINANCIAMENTO

O previsto fim do protocolo com a segurança social a APOIAR irá enveredar todos os esforços para criar novos protocolos e encontrar novas formas de financiamento para manter a Associação sustentável.

Para isso, pretendemos alargar as valências da APOIAR a uma população mais abrangente, garantindo que a experiência e o capital humano da Associação não se esgote dentro das suas paredes, procurando essa sustentabilidade futura.

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 2025

- Dia Internacional da Mulher - Março;
- Aniversário da APOIAR - Abril;
- Encontro Divulgação APOIAR - Novembro;
- Ciclo de sessões de esclarecimento sobre o Trauma em Lisboa
- Exposição dos Grupos de Ajuda Mútua. Dezembro
- Festa de Natal - Dezembro.
- Passeios/excursões.

Nota sobre os valores do orçamento previsto.

A Segurança Social declarou a intenção de terminar o protocolo que financiava parte das atividades da Associação pelo que esse valor deixou de estar previsto para 2025.

Existem outras candidaturas a protocolos com a Câmara Municipal de Lisboa com o valor de 10.000€, que ainda não têm resposta, por isso não apresentamos esses valores na previsão orçamental.

CÓDIGO DE CONTAS	DESPESAS	EUROS
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS	83 695,27 €
11	Electricidade	1 100,00 €
13	Água	320,00 €
15	Ferramentas e Utensílios de Desgaste Rápido	50,00 €
16	Livros e documentação técnica	-
17	Material de Escritório	300,00 €
19	Rendas e Alugueres de Instalações	1 335,00 €
33	Outros Serviços (Farmácia; Água; Café)	1 325,00 €
3830	Comunicações	3 744,00 €
23	Seguros	600,00 €
17	Propaganda e divulgação (inclui Jornal e leasing má-	4 280,00 €
1512	Deslocações, estadias e transportes	1 600,00 €
60341	Honorários (inclui retenções)	61 086,27 €
30	Trabalhos especializados*	1 100,00 €
27	Limpeza, Higiene e Conforto	3 150,00 €
62	Segurança e Vigilância	590,00 €
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)	64 763,00 €
65	OUTROS CUSTOS E PERDAS OPERACIONAIS	130,00 €
66	AMORTIZAÇÕES	
68	CUSTOS E PERDAS FINANCEIRAS	500,00 €
69	CUSTOS E PERDAS EXTRAORDINÁRIAS	500,00 €
TOTAL DE DES-		149 588,27 €

CÓDIGO DE CONTAS	PROVEITOS	EUROS
74	SUBSIDIOS À EXPLORAÇÃO	118 000,00 €
11	Comparticipação protocolada do MDN	118 000,00 €
13	Comparticipação Segurança Social	
76	OUTROS PROVEITOS OPERACIONAIS	13 203,50 €
	Quotizações	9 000,00 €
	Proveitos fiscais	3 000,00 €
	Donativos	1 200,00 €
	Juros e Aplicações	3,50 €

TOTAL DE PRO- 131 203,50 €

88 RESULTADO LÍQUIDO PREVISÍVEL - 18 384,77 €

SALDO DO EXERCÍCIO - 18 384,77 €