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

Associação de Apoio aos Ex-combatentes
Vítimas do Stress de Guerra

Proposta de Actividades e Orçamento 2027

Assembleia Geral de
18 de Novembro de 2026

www.apoiar-stressdeguerra.com

LINHAS GERAIS

Em 2027, a APOIAR assinalará o seu 33.º ano de actividade ao serviço dos ex-combatentes vítimas de stress de guerra. Continuará a ser prioridade o acompanhamento clínico, psicológico e social dos associados, numa fase em que o envelhecimento acentua necessidades de saúde, apoio domiciliário e combate ao isolamento. A APOIAR reconhece que os associados e as suas famílias enfrentam desafios que ultrapassam as respostas da Associação, pelo que continuará a diligenciar junto das entidades competentes por respostas adequadas e atempadas.

A Associação manterá a disponibilidade para partilhar o seu conhecimento de mais de três décadas com outras populações expostas a situações traumáticas, como forças de segurança, protecção civil, profissionais de emergência e cidadãos em geral.

REIVINDICAÇÕES LEGISLATIVAS

A APOIAR continuará a defender activamente os direitos dos antigos combatentes, acompanhando as medidas já conquistadas e promovendo o aperfeiçoamento dos mecanismos de protecção.

Durante o ano de 2027, a Associação dedicará especial atenção aos seguintes assuntos:

- Resolução dos atrasos ainda verificados nos processos de qualificação como Deficiente das Forças Armadas (DFA) e de atribuição de pensões por invalidez;
- Reforço dos recursos humanos afectos aos serviços de atendimento aos ex-combatentes, garantindo uma resposta mais célere e eficaz por parte do Ministério da Defesa Nacional;
- Acompanhamento rigoroso da aplicação do protocolo celebrado entre o Ministério da Defesa Nacional e a Ordem dos Advogados, assegurando o efectivo acesso dos ex-combatentes ao apoio jurídico previsto;
- Sensibilização dos decisores políticos para o agravamento das necessidades de saúde física, mental e apoio social decorrentes do envelhecimento dos antigos combatentes;
- Insistência na revisão e actualização do protocolo da Rede Nacional de Apoio, cujos valores de comparticipação permanecem inalterados há cerca de vinte e cinco anos, situação que se tem vindo a tornar progressivamente insustentável para as entidades que asseguram diariamente o apoio especializado aos ex-combatentes.

RELAÇÕES INSTITUCIONAIS

A Associação continuará a fortalecer o relacionamento com os Ministérios da Defesa Nacional, da Saúde e do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social. Será preservada a independência da APOIAR face às restantes organizações de antigos combatentes, sem prejuízo da cooperação quando vantajosa.

Prosseguirão os contactos com entidades das forças de segurança, protecção civil, saúde mental e intervenção psicossocial.

JORNAL E COMUNICAÇÃO

O Jornal APOIAR continuará a ser distribuído aos associados com quotas regularizadas e a entidades parceiras.

A comunicação digital permanecerá como instrumento central de divulgação, mantendo-se as redes sociais e a presença na Internet.

Manter-se-á a divulgação regular de comunicados e tomadas de posição aos órgãos de comunicação social.

DIVULGAÇÃO E EVENTOS

Realização de iniciativas de reflexão e debate sobre stress de guerra, memória colectiva e impacto social dos conflitos armados;

Promoção de sessões de esclarecimento sobre trauma psicológico, saúde mental e envelhecimento, dirigidas quer à população em geral quer a profissionais de sectores particularmente expostos a situações traumáticas;

Continuação das acções de divulgação institucional e reforço do contacto com entidades parceiras e potenciais colaboradores.

ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO APOIAR

Comemoração do 33.º aniversário da APOIAR, assinalando mais de três décadas de defesa dos ex-combatentes e das suas famílias.

ASSOCIAÇÃO, SEDE E FUNCIONAMENTO

Prosseguimento das acções de regularização de quotas, com contacto directo com os associados. Continuação dos melhoramentos e da manutenção da sede.

APOIO JURÍDICO

Manutenção do apoio jurídico aos associados, em especial nos processos de qualificação como Deficiente das Forças Armadas.

APOIO MÉDICO, SOCIAL E PSICOLÓGICO

A APOIAR continuará a assegurar acompanhamento clínico, psicológico e social aos associados e familiares abrangidos pelos regulamentos internos.

Será mantida a articulação com cuidados de saúde primários, hospitais e outras entidades de saúde mental.

As respostas sociais continuarão a ser desenvolvidas através de:

- Banco de Voluntariado;
- Banco de Alimentos e Vestuário;
- Sessões psicoeducativas;
- Acções de esclarecimento em colaboração com entidades parceiras.

ACTIVIDADES LÚDICAS, LAZER E SAÚDE

- Passeios e visitas culturais;
- Ateliers ocupacionais e actividades culturais;
- Caminhadas e iniciativas de promoção do bem-estar físico e psicológico.

COMEMORAÇÕES

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

GRUPOS DE AJUDA MÚTUA (GAM)

Orientação da Actividade

No âmbito do presente Plano de Actividades, a APOIAR pretende dar continuidade à sua missão de apoio às pessoas afectadas pelo stress de guerra, promovendo o seu bem-estar, a inclusão social e a melhoria da qualidade de vida.

A intervenção assenta numa abordagem integrada e multidisciplinar, valorizando o acompanhamento social, clínico e psicológico e os grupos de Ajuda Mútua. Pretende-se reforçar a autonomia dos utentes, prevenir situações de isolamento social, promover a partilha de experiências e facilitar o acesso aos recursos e às respostas de apoio disponíveis.

A Associação continuará igualmente a procurar fortalecer a articulação com entidades públicas e privadas, bem como a consolidar as respostas existentes, de forma a assegurar um acompanhamento adequado às necessidades dos seus associados e utentes.

ACTIVIDADES PREVISTAS PARA 2027

- Convívio e comemorações
- Passeios e visitas culturais
- Teatro e expressão corporal
- Sessões psico-educativas e de partilha

PARCERIAS E PROTOCOLOS

Manutenção e desenvolvimento das parcerias existentes. A Associação procurará identificar novas parcerias para reforçar as respostas aos associados e às suas famílias.

RESPONSABILIDADE SOCIAL

A APOIAR continuará a contactar empresas, fundações e outras entidades interessadas em apoiar a missão através de donativos, serviços, cedência de bens ou projectos.

INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Sempre que adequado, a APOIAR manterá a colaboração com instituições de ensino superior e centros de investigação nas áreas do stress de guerra, trauma psicológico e envelhecimento.

EVENTOS APOIAR 2027

- Março - Dia Internacional da Mulher;
- Abril - 33.º Aniversário da APOIAR;
- Junho - Participação nas comemorações do Dia de Homenagem ao Combatente;
- Novembro - Encontro de Divulgação APOIAR;
- Dezembro - Exposição dos Grupos de Ajuda Mútua;
- Dezembro - Festa de Natal.

Ao longo do ano:

- Ciclo de sessões psicoeducativas;
- Ciclo de sessões dedicadas ao trauma psicológico e às patologias associadas ao envelhecimento;
- Passeios, visitas e actividades de promoção da saúde e do convívio.

PROPOSTA DE ORÇAMENTO PARA 2027

DESPESAS PREVISTAS

CODIGO DE CONTAS	DESPESAS	EUROS
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS	87 721,27 €
11	Electricidade	1 350,00 €
13	Água	320,00 €
15	Ferramentas e Utensílios de Desgaste Rápido	50,00 €
16	Livros e documentação técnica	- €
17	Material de Escritório	600,00 €
19	Rendas e Alugueres de Instalações	1 335,00 €
33	Outros Serviços (Farmácia; Água; Café)	1 325,00 €
3830	Comunicações	4 100,00 €
23	Seguros	600,00 €
17	Propaganda e divulgação (inclui Jornal e leasing	4 500,00 €
1512	Deslocações, estadias e transportes	1 600,00 €
60341	Honorários (inclui retenções)	61 086,27 €
30	Trabalhos especializados*	3 500,00 €
27	Limpeza, Higiene e Conforto	3 150,00 €
62	Segurança e Vigilância	590,00 €
34	Manutenção Informática e licenças de software	3 000,00 €
650	Taxas (ERS e ERC)	615,00 €
	*manutenção ar condicionado, central e extintores/obras extra	
64	DESPESAS COM PESSOAL (Inclui TSU)	68 700,00 €
65	OUTROS CUSTOS E PERDAS OPERACIONAI	200,00 €
66	AMORTIZAÇÕES	
68	CUSTOS E PERDAS FINANCEIRAS	300,00 €
69	CUSTOS E PERDAS EXTRAORDINÁRIAS	300,00 €
TOTAL DE DESPESAS		**157 221,27 €**

RECEITAS PREVISTAS

CODIGO DE CONTAS	PROVEITOS	EUROS
74	SUBSIDIOS À EXPLORAÇÃO	138 821,00 €
11	Comparticipação protocolada do MDN	118 000,00 €
13	Comparticipação Segurança Social	20 821,00 €
76	OUTROS PROVEITOS OPERACIONAIS	18 803,50 €
	Quotizações	8 500,00 €
	Proveitos fiscais	6 500,00 €
	Donativos	3 800,00 €
	Juros e Aplicações	3,50 €
TOTAL DE PROVEITOS		**157 624,50 €**

88	**RESULTADO LÍQUIDO PREVISÍVEL**	**403,23 €**

SALDO DO EXERCÍCIO **403,23 €**

PROPOSTA ORÇAMENTO GRUPOS DE AJUDA MÚTUA

Conta	Receitas	Proposta 2027 (€)
7512	Segurança Social	20 821,00
7521	Quotas	480,00
	Total de receitas	**21 301,00**

Conta	Despesas	Proposta 2027 (€)
6224	Psicóloga	2 316,60
6241	Electricidade	143,00
6243	Água	30,00
6261	Renda	136,45
6263	Seguro	170,00
6267	Limpeza	609,00
6321	Ordenados	20 263,00
6879	Serviço Social	4 201,00
	Total de despesas	**27 869,05**

	Resultado previsto	**- (6 568,05)**