



**PROPOSTA
PLANO DE ATIVIDADES
E
ORÇAMENTO
2019**

Preparado para:
Assembleia Geral de Associados
30 de novembro de 2018

MENSAGEM DA DIREÇÃO

Estamos a meio do mandato enquanto responsáveis pela orientação da APELA. Será então altura de vos dirigimos uma curtas palavras antes do Plano de Atividades.

Nelas queremos não só expressar o reconhecimento pela confiança em nós depositada como, igualmente, reforçar a nossa motivação em dar continuidade aos objetivos que, juntamente convosco, nos propusemos alcançar.

Este período de trabalho tem-nos trazido momentos de gratidão pelo reconhecimento lento, mas progressivo com que as perspetivas da APELA estão sendo implementadas, mas também de um acréscimo de preocupações pela consciência, cada vez mais objetiva, dos inúmeros caminhos que é urgente percorrer e do reconhecimento que, sem suporte financeiro constante e transversal, muito ficará aquém das nossas intenções e esforços.

Passar de 346 Associados Activos e 134 Doentes (2016) para 764 Associados Activos e 289 doentes (2018) e dar continuidade aos Projetos com a certeza que, as ações encetadas não poderão terminar com a conclusão desses Projetos, tem implicações.

Assim para o Ano de 2019 a palavra sustentabilidade será o mote para os dois próximos anos. Dar consistência às inúmeras iniciativas realizadas mantendo um suporte financeiro seguro, será a nossa linha a seguir no Plano que vos apresentamos. Para isso Todos seremos necessários e Todos teremos um papel. Contamos convosco.

Pequenos gestos, tais como conseguir-se mais um Associado ou falar da APELA junto dos vossos núcleos relacionais (trabalho e amigos), será um contributo importante

Vamos então a isto e ... aqui estamos para continuar a merecer a vossa confiança, suporte e colaboração.

A Direção

Índice

MENSAGEM DA DIREÇÃO.....	2
PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2019.....	4
<i>Categoria 1 - Organização interna</i>	4
<i>Categoria 2 - Promoção, divulgação da Missão APELA e das especificidades das necessidades das pessoas com ELA</i>	4
<i>Categoria 3 -Serviços, Formação, Projetos</i>	5
<i>Categoria 4 - Angariação de fundos e Protocolos</i>	6
Síntese.....	6
ORÇAMENTO PARA O ANO DE 2019.....	7

PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2019

Para uma mais fácil leitura organizamos as atividades a desenvolver, em 4 categorias de acordo com as principais incidências dessas ações tendo a noção que qualquer atividade tem influência em todas as outras

Categoria 1 - Organização interna

- Dar continuidade à melhoria de funcionamento interno da APELA - Considerando que uma Equipa coesa, interrelacionada e colaborativa é um trabalho de longo curso.
- Reorganizar os serviços da APELA Lisboa tendo em conta o novo espaço, com obras acabadas em Dezembro 18;
- Alargar Serviço de Fisioterapia, através da reorganização deste Serviço, no novo espaço a acabar de construir;
- Melhorar competências dos técnicos responsáveis pelos serviços existentes
- Favorecer a participação em cursos, congressos e ou reuniões da especialidade

Categoria 2 - Promoção, divulgação da Missão APELA e das especificidades das necessidades das pessoas com ELA

- Dar continuidade às múltiplas ações já iniciadas de divulgação da APELA e sua Missão junto dos próprios doentes e famílias e também das comunidades científicas, de saúde, de apoio social, comunidades empresariais e comunidade em geral
 - . Participação em congresso/simpósios/encontros técnicos
 - . Participação m divulgação de artigos e eventos relacionados com APELA em revistas, newsletter, agendas online
 - . Participação nos media (entrevistas rádio, jornais revistas, programas de TV, divulgação de vídeos...etc.)
 - . Atualização e reforço das informações e esclarecimentos sobre ELA e APELA no Site, Facebook e YouTube
 - . Campanha estruturada para “Consignação do IRS”
 - . Organização do Dia Mundial da ELA
- Dar continuidade aos contactos com empresas privadas e publicas
- Dar continuidade às reuniões com Administrações e corpo Clínico de Hospitais que intervém com pessoas com ELA.
- Reforçar ligação com Associações que trabalhem em áreas convergentes

- Manter e reforçar envolvimento com Estruturas de investigação e ou Associações relacionadas com a ELA (Projeto MinE, ALS Association, EUPALS (*European Organization for Professionals and Patients with ALS*),
- Levar a cabo a existência de pelo menos 3 eventos (Jantar Solidário, Dia Mundial da ELA e Concerto e/ou peça de Teatro)

Categoria 3 -Serviços, Formação, Projetos

Dar continuidade às seguintes iniciativas de:

Serviços

- Estabelecimento de Acordo Atípico com Segurança Social
- Manutenção do suporte financeiro dado pela FEDRA/INR
- Sensibilização/Consciencialização das entidades publicas do SNS e do Apoio Social sobre as necessidades e carências das pessoas diagnosticados com ELA e seus familiares (apoio domiciliário em valências terapêuticas, resposta às necessidades de internamentos em Cuidados Continuados e/ou Paliativos, necessidades de consultas multidisciplinares articuladas para acompanhamento destes doentes, entre outras)
- Reforçar as parcerias (algumas já protocoladas) com Empresas. Universidades e/ou Entidades publicas.

Formação

Dar continuidade às iniciativas já encetadas no presente ano com formações apoiadas por candidatura a entidades publicas e privadas, visando:

- Equipas de Saúde em UCCI e Paliativos, Hospitais, residências assistidas ou outras, que intervenham com pessoas com ELA em diferentes regiões do país
- Cuidadores (formais e informais)
- Dar inicio a Formações pagas pelos formandos, visando as seguintes áreas:
 - Fisioterapia e à Terapia da Fala
- Credenciar a APELA como entidade Formadora
- Credenciar os técnicos da APELA com o estatuto de Formadores

Projetos

Este campo será uma área a que a APELA estará atenta a fim de submeter candidaturas às diferentes iniciativas que sejam criadas pela sociedade civil e que permitiram fazer face às necessidades das pessoas com ELA que vão sendo consciencializadas por nós assim como possibilitarem a sustentabilidade das diferentes iniciativas que se forem desenvolvendo.

Projeto aos quais já apresentámos candidaturas e das quais estamos esperando resposta:

- Projeto CAVI (Centro de Apoio à Vida Independente) a acontecer no Porto
- Candidatura ao INR19; BPI_Capacitar19; Grupo Fidelidade; Fundação La Caixa
- Dar continuidade ao Projeto Norte a Sul através de uma parceria com União das Misericórdias (a estabelecer) que nos possibilite ir chegando, progressivamente, às pessoas do interior ou ilhas ou a quem, longe dos grandes centros, carece de informação e de intervenção multidisciplinar;
- Dar continuidade a uma iniciativa da delegação do Porto no âmbito das Hidroterapia, transformando-a numa atividade mais alargada e sustentada

Categoria 4 - Angariação de fundos e Protocolos

- Dar continuidade às iniciativas encetadas no presente ano
- Procurar novas fontes de apoio privado e publico: Apoio financeiro, apoio em mobiliário e apoio em financiamento de serviços
- Aumentar o numero de Associados (doentes, famílias e/ou amigos)
- Manter protocolos de parceria com entidades Publicas e Privadas (Fundação PT, ANDITEC, ACP, APPCP, ESSAlcoitão, União das Misericórdias, entre outras)

Síntese

Em síntese diremos que o presente Plano de Atividades para 2019 tem, como preocupação central, dar continuidade às inúmeras iniciativas tidas e dotar a APELA de uma estrutura preparada para dar resposta à sua Missão mantendo, transversalmente, a sua sustentabilidade financeira.

Orçamento para o ano de 2019

Proveitos

Quotas	15,000.00€
Donativos (Mecenas; Patrocinadores; Eventos)	215,000.00€
INR	25,000.00€
Consignação 0,5 IRS	65,000.00€
Comparticipação de Utentes	10,000.00€

Total de Proveitos	330,000.00€
---------------------------	--------------------

Custos

GERAIS	53,652.50€
---------------	-------------------

Associações	300.00€
Contabilidade (TOC)	2,730.60€
Eventos e Publicidade	2,500.00€
Estudo Científico (Nutrição) FMH	2,400.00€
Recursos Humanos (Coordenação; Comunicação)	45,721.90€

SEDE	118,290.24€
-------------	--------------------

Rendas	1,370.64€
Serviços (Água; Luz; Comunicações; Bancos)	3,240.00€
Vigilância/Segurança (Securitas)	1,440.00€
Recursos Humanos (Administrativo; Fisioterapeutas; Psicólogo; Terapeuta da fala)	108,239.60€
Limpeza (pro bono)	- €
Material de Escritório + CTT	2,000.00€
Licenças de Software	- €
Transportes /Deslocações	2,000.00€

PORTO	108,992.36€
--------------	--------------------

Serviços (Água; Luz; Comunicações)	1,200.00€
Vigilância/Segurança (Securitas)	- €
Recursos Humanos (Administrativo; Fisioterapeuta; Psicólogo; Terapeuta da fala; Assistente Social)	104,507.20€
Limpeza	1,085.16€
Material de Escritório	1,000.00€
Transportes /Deslocações	1,200.00€

Total de Custos	280,935.10€
------------------------	--------------------