



Caros Associados,

Ao encerrarmos este ciclo de quatro anos de Direção da APELA, temos o prazer de vos apresentar uma proposta ao Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2025, com um profundo sentimento de gratidão que dirigimos a todos os associados, parceiros, voluntários e colaboradores.

Juntos, enfrentámos desafios e alcançámos avanços que reforçam o propósito desta associação: apoiar aqueles que vivem com ELA e suas famílias.

Durante este mandato, priorizámos a promoção da qualidade de vida dos nossos doentes, a sensibilização da sociedade para a Esclerose Lateral Amiotrófica, e o fortalecimento das bases institucionais da APELA. Estamos orgulhosos do trabalho realizado, mas conscientes de que há ainda muito a ser feito.

A sustentabilidade da APELA é essencial para assegurar que esta missão perdure no futuro, e confiamos que a próxima direção dará continuidade a este compromisso com responsabilidade e visão estratégica.

Desejamos que sejam capazes de consolidar os recursos da associação, fortalecer parcerias e inovar nas respostas aos desafios, sempre com o bem-estar dos associados como prioridade absoluta.

Deixamos os nossos votos de sucesso à nova direção, confiantes de que, com determinação e união, a APELA continuará a ser uma referência de apoio e esperança para todos que dela necessitam.

Com gratidão e esperança,

Pedro Ramos

O presente documento introduz uma Proposta de Plano de Atividades da **Associação Portuguesa de Esclerose Lateral Amiotrófica** para o ano de **2025**.

O ano de 2024, foi marcado pelo fechar do ciclo de objetivos e metas, propostos pela atual direção (2021-2024).

Com destaque nos quatro eixos estratégicos associativos:
Melhoria do Apoio Prestado, Divulgação, Gestão Interna e Sustentabilidade

Plano de Atividades e Orçamento 2025

Melhoria de Apoio e Serviços Prestados .1

Divulgação .2

Gestão Interna .3

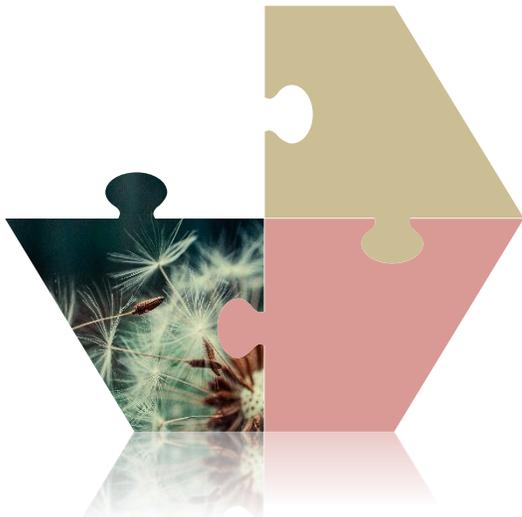
Sustentabilidade .4



Melhoria do Apoio e Serviços Prestados

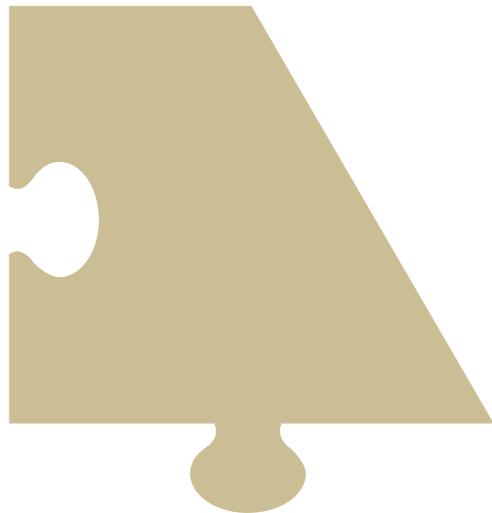
Durante os quatro anos de mandato da atual Direção, tivemos o foco e o compromisso de melhorar a capacidade de resposta à nossa comunidade: doentes, familiares, profissionais de saúde, associados.

Acreditamos que, no futuro próximo, será importante manter um esforço para a criação de respostas e recursos que possam **beneficiar os doentes-associados e seus familiares** que estão longe da nossas instalações, considerando sempre a nossa capacidade de investimento/sustentabilidade.



Ações de Continuidade em 2025

- Assegurar o Plano Formativo Anual
- Desenvolver conteúdos online (in)formativos, a serem disponibilizados no website da APELA
- Dinamizar a resposta pelo Serviços de Psicologia pela realização de Grupos de Apoio/ Workshops destinados aos Cuidadores
- Aumentar a Capacidade de Resposta no Apoio aos Doentes e Cuidadores em Território Nacional
- Procurar estabelecer parcerias, em locais estratégicos, com diferentes parceiros, para potenciar a capacidade de resposta e alcance de atuação da APELA
- Oficializar a criação e gestão de uma bolsa de cuidadores formais e/ou assistentes pessoais, com formação teórica e prática especializada realizada na APELA, para prestação dos cuidados necessário à pessoa com ELA
- Desenvolver e Aplicar um Plano de Voluntariado Estruturado



Divulgação

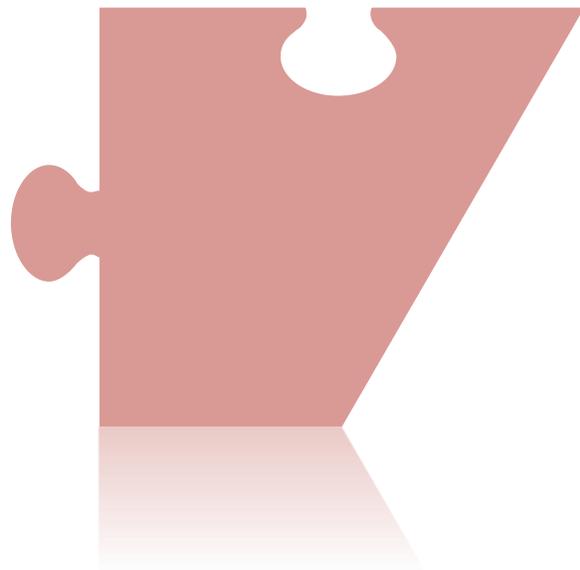
Na APELA a divulgação representa um eixo de ação prioritário, sendo fundamental para **advogar os direitos dos nossos doentes**.

Promover uma maior **literacia** sobre a E.L.A., junto da sociedade civil e dos profissionais de saúde, no sentido da melhoria dos cuidados e da qualidade de vida dos doentes e dos seus cuidadores, será o foco de um trabalho de continuidade.



Ações de Continuidade em 2025

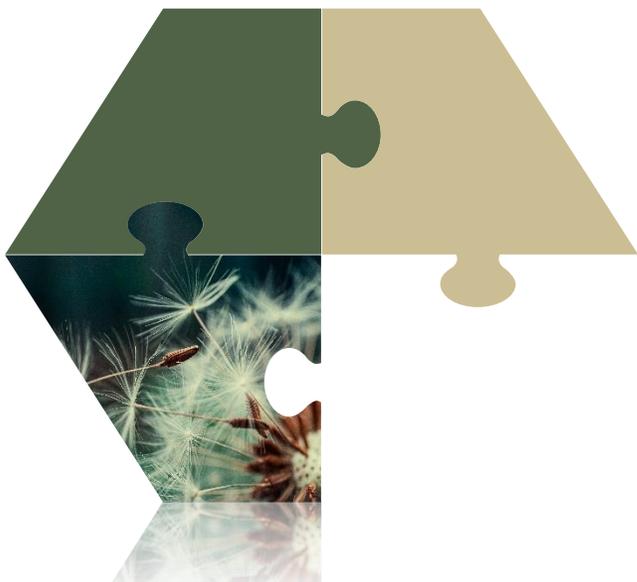
- Melhorar a Comunicação com os Associados e Parceiros, em diferentes áreas desde comunicação direta: e-mail, área do associado, a indireta: website, newsletter, e ações dirigidas à Comunidade
- Manter estratégias chave de divulgação da APELA e captação de financiamento (particularmente na Campanha de Consignação do IRS)
- Promover a Divulgação da APELA na comunidade Nacional e Internacional
- Promover o apadrinhamento da APELA por uma figura pública de referência
- Melhorar a capacidade de recurso aos diferentes meios de Comunicação Social, para resposta às diferentes necessidades da apela, incluindo aproximação com a comunidade e eficiência e eficácia na angariação de fundos
- Otimizar o contacto existente e comunicação com as diferentes equipas multidisciplinares intra e extra-hospitalares, bem como outras redes de apoio



Gestão Interna

Dois mil e vinte e quatro marca o ano em que os atuais Órgãos Sociais terminam o seu mandato. Nestes quatro anos o trabalho desenvolvido procurou otimizar a área da Gestão e Organização Interna da APELA, para melhor conseguir responder ao crescimento quer da procura: n.º de associados doentes e cuidadores, quer do próprio crescimento de serviços.

Garantir a continuidade do trabalho realizado, será essencial para assegurar a eficácia destas respostas e **excelência dos cuidados** e apoio à Comunidade



Ações de Continuidade em 2025

- Alicerçar e Integrar Ferramentas de Apoio e Implementação dos Sistemas de Gestão na Relação com o Cliente e Registo Clínico
- Estreitar Laços entre a APELA e o seu Conselho e Comunidade Científica
- Rever e atualizar os planos de: higiene, segurança e emergência nas instalações da APELA
- Desenvolver um Manual de Conduta às Boas Práticas: Ética e Profissional, de acordo com a Cultura de Qualidade Organizacional da APELA
- Contribuir para a Melhoria do Perfil de Competências dos Colaboradores, pela continuidade ao apoio e incentivo à Formação formal dos colaboradores
- Incentivar o desenvolvimento de competências através dos objetivos específicos e oportunidades desejáveis de melhoria individualizadas

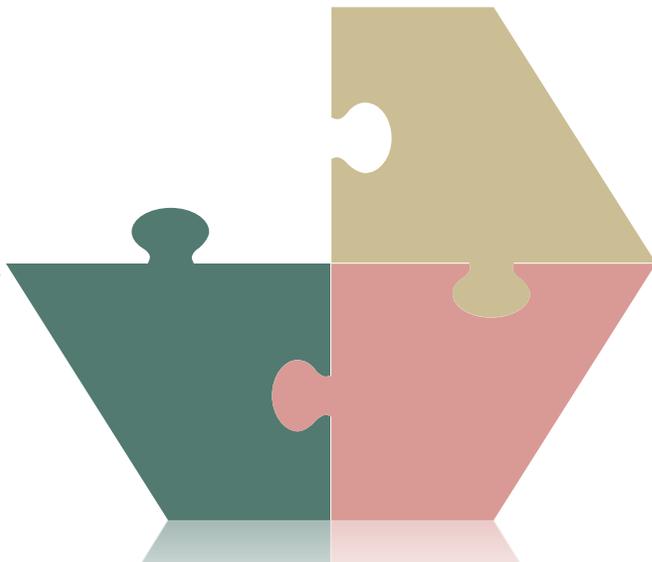


Sustentabilidade

O eixo final, mas não por isso mantem-se no assegurar a sustentabilidade da APELA e seu legado Financeiro.

A prática sem fins lucrativos da APELA só consegue sobreviver com um árduo trabalho na capacitação de receitas, que inclui a angariação fundos, apoios externos, aliado ao controlo de despesas, para uma estabilidade orçamental.

A curto prazo isto permite-nos continuar a exercer as nossas atividades, a suportar o nosso core técnico especializado e a garantir o atendimento ao associado, por outro permite que a APELA consiga planear as sua ações e trabalhar para expandir a sua atuação e iniciativas, com **maior impacto social**.



Ações de Continuidade em 2025

- Otimizar a eficácia e eficiência da área administrativa e rever o modelo de cobrança de quotas associativa
- Aumentar o financiamento por particulares e empresas
- Criar uma cota anual para empresas, possibilitando um apoio financeiro regular
- Aumentar em 30%*o número de associados com uma antiguidade superior a 3 anos, até ao final 2024, aumentando o perfil de fidelização
- Estabelecer protocolos/parcerias que providenciem benefícios aos associados
- Criar um sistema de apoio financeiro destinado ao pagamento dos custos suportados pela APELA em serviços especializados, disponibilizados gratuitamente, aos doentes associados, dinamizado via Website institucional
- Realizar duas campanhas/ano de sensibilização e angariação de fundos destinados ao apoio do funcionamento da APELA

Orçamento 2025

Proveitos

Donativos (1)	214 000,00 €
Venda de produtos	42 000,00 €
Prestação de Serviços	80 000,00 €
Programas e Projetos	75 000,00 €
INR Apoio ao Funcionamento	14 963, 96 €
Quotas anuais	55 000,00 €

Total Proveitos

480 963,96 €

Custos

Recursos Humanos	342 500,00€
Fornecimentos e Serviços Externos (2)	36 500,00€
Custo com Venda de Produtos	35 700,00€
Instalações (3)	27 000,00€
Outros (4)	10 800,00€

Total de Custos

452 500,00€

- (1) IRS; Mecenias e Patrocinadores
- (2) Contabilidade; Psicologia; Serviços Informáticos-CRM; Comunicação
- (3) Conservação e Reparação; Rendas; Agua; Luz; Telefone; Segurança; Limpeza; Economato
- (4) Despesas Bancárias; IRS; Quotas Associativas

A ELA NÃO PÁRA
NÓS TAMBÉM NÃO!



www.apela.pt

DELEGAÇÃO DE LISBOA
Rua Al Berto, Lote 18, Lojas A e B, Olaias
1900-918 Lisboa

218 491 756 | 968 356 350
geral@apela.pt

DELEGAÇÃO DO PORTO
Centro Hospitalar Conde de Ferreira
Rua de Costa Cabral, nº1659
4200-227 Porto

225 491 122 | 927 609 218
geral@apela.pt

REDES SOCIAIS



[instagram.com/apela.ela/](https://www.instagram.com/apela.ela/)



[linkedin.com/company/apela](https://www.linkedin.com/company/apela)



[facebook.com/apela.ela.portugal](https://www.facebook.com/apela.ela.portugal)