



PLANO DE ACTIVIDADES 2026

**Associação Nacional da Espondilite Anquilosante
Instituição Particular de Solidariedade Social**



PLANO DE ACTIVIDADES PARA O ANO DE 2026

I – INTRODUÇÃO

Nos termos da alínea b) do Artigo 35.º dos Estatutos da ANEA, a Direcção desta associação apresenta o Programa de ação e Plano de Atividades para o Ano de 2026, discriminado pelas valências, projetos e respetivos objetivos.

II – OBJECTIVOS DA INSTITUIÇÃO

Os principais objetivos para o ano de 2026, são os seguintes:

- ✓ O ano de 2026 representará a confirmação de que a ANEA conseguiu vencer a grave situação financeira com que se confrontaram os atuais Órgãos Sociais, cuja posse ocorreu em Outubro de 2023, para o que foi indispensável o apoio da Câmara Municipal de Cascais, de vários membros dos referidos Órgãos Sociais e do trabalho dedicados dos colaboradores.
- ✓ Prosseguir a prestação de cuidados de saúde especialmente destinados a doentes portadores de EA, incluindo a promoção de classes terapêuticas para a prática de exercícios adaptados às necessidades destes doentes, bem como de outros cidadãos que necessitem de cuidados de saúde, na sede da Associação e nos núcleos regionais.
- ✓ Focalização da unidade de cuidados de saúde da sede e dos núcleos em programas que fomentem a reintegração e a capacitação laboral e social de pessoas com deficiência e dos portadores de EA e de outras doenças reumáticas.
- ✓ Desenvolvimento de atividades destinadas a promover a integração social, a melhoria da qualidade de vida e o envelhecimento ativo de pessoas com idade superior a 65 anos.
- ✓ Prossecução de ações para incremento da atividade da valência de Medicina Física e de Reabilitação da Unidade Prestadora de Cuidados de Saúde.



- ✓ Comemoração do Dia Mundial da EA, e promoção de reuniões e encontros de doentes, incluindo um encontro anual de espondilíticos e seus familiares, participar em ações realizadas por outras associações de doentes e instituições com vista a promover a informação e divulgação sobre a doença.
- ✓ Desenvolver ações tendentes a facilitar o acesso aos cuidados de saúde aos Associados.
- ✓ Promover a sensibilização junto das comunidades médicas, das empresas e da comunidade, para divulgação das atividades desenvolvidas pela Anea, no sentido de prosseguir as ações com intuito de melhorar a informação ao doente espondilítico e seus familiares, o diagnóstico atempado e a prevenção da evolução descontrolada da doença.
- ✓ Desenvolver atividades de parceria com entidades, com objetivo de melhorar a informação ao doente e criar condições de oferta de atividades e serviços complementares às atividades e serviços complementares desenvolvidas pela ANEA.
- ✓ Desenvolver atividades de apoio ao doente espondilítico, nomeadamente através do GADE (Gabinete de apoio ao doente espondilítico), integrando atitudes que fomentem a inclusão, a igualdade de género e a auto-representação de doentes.
- ✓ Continuar a desenvolver ações que minimizem o impacto financeiro respeitante a gastos energéticos, essenciais para a manutenção da piscina terapêutica.
- ✓ Procurar realizar parcerias com seguradoras de saúde.
- ✓ Formar os colaboradores, face às necessidades dos serviços.
- ✓ Realizar intervenções pontuais na casa das máquinas da piscina, como forma de manter os equipamentos em plenas condições de funcionamento.
- ✓ Realizar intervenções pontuais nos sistemas informáticos.
- ✓ Realizar intervenções no restante património da ANEA, por forma a mantê-lo em pleno funcionamento.



III – PROGRAMAS A DESENVOLVER

Encontros, Reuniões e Representações

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Encontro Nacional de Espondilíticos e seus Familiares	a) Informar, para promover um diagnóstico precoce da doença. b) Reconhecimento de problemas que dificultam o seguimento preventivo da doença. c) Atualização de conhecimentos referentes à luta pessoal contra a doença e incapacidade. d) Estimulação à ajuda interpessoal de modo a reforçar o espírito de corpo solidário. e) Prevenção da depressão reativa e de agressividade contra as Instituições.	Um encontro	Novembro
Dia Mundial da Espondilite Anquilosante	Troca de experiências, a nível social e profissional das pessoas com esta patologia. Divulgação de temas relacionados com a doença.	Participação e Realização	Maio
Encontro das Associações Ibéricas de Espondilite Anquilosante	Troca de experiências, a nível social e profissional das pessoas com esta patologia. Jornadas desportivas.	Participação	Abril / Junho
Reuniões e Contactos com o Instituto Nacional para a Reabilitação I.P. e outros Órgãos Governamentais, Autarquias locais onde a ANEA está implantada e com outras entidades	Melhoria da qualidade de vida do doente / deficiente portador de Espondilite Anquilosante.	Número de reuniões	Anual
Participação em congressos e jornadas relacionados com as doenças reumáticas e a EA em particular	Melhoria da qualidade de vida do doente / deficiente com Espondilite Anquilosante.	Número de participações	Anual
Reunião da Direção da ANEA com as Comissões Permanentes do Núcleos Regionais	Aprofundar e discutir os problemas existentes a nível regional de cada Núcleo. Identificar e realizar ações que promovam sinergias entre os Núcleos e a Sede. Apoio aos Núcleos que se encontram sem atividade afim de solucionarmos tal situação. Prevenção da disfunção familiar.	Número de reuniões	Anual
Encontros Regionais	Atualização de conhecimentos referentes à luta pessoal contra a doença e incapacidade. Estimulação à ajuda interpessoal de modo a reforçar o espírito de corpo solidário.	Número de reuniões	Anual



ANEA - ASSOCIAÇÃO NACIONAL DA ESPONDILITE ANQUILOSANTE

Publicações

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Boletim Informativo	Informação, formação e sensibilização de doentes/familiares e população em geral sob a ótica da prevenção da deficiência e da própria reabilitação, da pessoa com esta patologia.	Quatro publicações	É desejável que se retorne em 2027

Apoio a Associados e Doentes com Espondilite Anquilosante

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Atendimento, informação e esclarecimento a associados, doentes e outros profissionais de saúde	Intercâmbios com associados e doentes, profissionais de saúde nacionais e de países de expressão portuguesa.	Número de contactos: a) Telefónicos b) Pessoais c) Via Internet d) Correspondência	Anual
Manutenção e atualização do site da ANEA e Página de Facebook	Atualização dos conhecimentos desta patologia e informação/formação dos quadros técnicos de saúde, informação dirigida ao público em geral e a doentes.	N.º intervenções Nº de acessos à página	Anual
Manutenção de um Centro Documental sobre Espondilite Anquilosante	Informação e formação sobre a Espondilite Anquilosante.	N.º de consultas biblioteca	Anual
Workshop - Doentes e Familiares	Melhoria do conhecimento sobre técnicas a aplicar ao tratamento da Espondilite Anquilosante.	Workshop	Anual



Desporto, Cultura e Lazer

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Incentivar a participação dos Espondilíticos nas atividades da UPCS	Incrementar a utilização da UPCS através da criação de uma valência reabilitação curta duração.	Número de utentes de outros núcleos participantes	Anual
Intervenções que visem a divulgação das atividades da UPCS	Melhoria das condições sociais e de saúde dos associados	Participações em órgãos de comunicação social	Anual

Atividade da Unidade de Prestação de Cuidados de Saúde

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Equipamento	Melhoria das condições de funcionamento e atendimento.		Anual



Prestação de Cuidados de Saúde

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Consultas Tratamentos de Fisioterapia Classes de Ginástica/Máquinas Classes de Natação Prestação de outros serviço médicos	Prestação de cuidados personalizados a doentes com Espondilite Anquilosante de todo o País. Prestação de cuidados de saúde à população em geral. Prestação de serviços de análises clínicas e outros meios auxiliares de diagnóstico	N.º consultas N.º tratamentos N.º classes N.º classes N.º atos clínicos	Anual
Projeto Seniores em Movimento	Melhoria da qualidade de vida, socialização da população inserida nos centros de dia.	N.º de utentes sénior	Anual

Parcerias com Autarquias Locais

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Desenvolvimento do Programa Mobilidade Sénior	Promover a integração social, a melhoria da qualidade de vida e o envelhecimento ativo de pessoas com idade superior a 65 anos de Cascais e Oeiras.	N.º utentes hidros./nat. sénior e psicomotricidade sénior	Anual

Formação de Colaboradores

Projetos / Atividades	Objetivos	Indicadores	Horizonte Temporal
Participação em Ações de Formação	Melhoria de desempenho dos funcionários	Participações, horas de formação	Anual



IV – PLANO DE INVESTIMENTO

O Plano de Investimentos para 2026

Em 2026 será feita a recuperação e ampliação dos balneários da ANEA, que conta com o apoio do Orçamento Participativo da Câmara de Cascais, no montante de 350.000,00 € e cujo processo se encontra em fase adiantada de aprovação.

Os restantes investimentos a realizar na recuperação gradual do património da ANEA, dependerão das disponibilidades financeiras que a ANEA conseguir libertar.

V – CONCLUSÃO

O ano de 2026 será um ano de aumento e consolidação do número de utilizadores da ANEA, e para isso, os principais objetivos da ANEA, serão a manutenção da estabilidade financeira conseguida em 2025, a continuidade e melhoria do serviço prestados aos espondilíticos, familiares, população em geral, Associados e Utentes, quer na Sede, quer nos Núcleos Regionais. A sua concretização só será possível com a continuidade dos apoios prestados por parte do INR, I.P., das autarquias locais e outras entidades que reconhecem o mérito deste projeto e o seu impacto na melhoria da qualidade de vida dos doentes portadores de EA, mas também de muitos outros utentes dos seus serviços.

São Domingos de Rana, 7 de Novembro de 2025

A Direcção da ANEA



Orçamento de Exploração para 2026

	Orçamento 2026	Previsão Fecho 2025	Orçamento 2025	Real 2024
Rendimentos				
Prestações de serviços:				
Quotas e jóias	21 600,00	21 000,00	21 600,00	20 235,33
Serviços	360 000,00	350 645,00	260 603,09	238 648,82
	381 600,00	371 645,00	282 203,09	258 884,15
Apoios Financeiros e Subsídios à Exploração:				
Autarquias e Juntas de Freguesia	5 850,00	16 694,36	5 850,00	57 737,94
Outras Entidades	5 000,00	3 863,80	5 000,00	1 299,00
	10 850,00	20 558,16	10 850,00	59 036,94
Outros Rendimentos e Ganhos:				
Rendas	2 530,00	2 210,20	2 530,00	1 467,28
Apoio Financeiro INR	3 100,00	3 097,64	32 405,00	3 069,02
Outros Rendimentos	0,00	584,97	0,00	0,00
Donativos	54 000,00	33 655,08	27 700,00	31 476,93
Imputação de subsídios para investimentos	45 388,89	49 335,75	20 934,96	53 340,30
Outros	500,00		500,00	18 178,02
	105 518,89	88 883,64	84 069,96	107 531,55
Sub-total (B)	497 968,89	481 086,80	377 123,05	425 452,64
Juros e ganhos similares				0,00
Sub-total (D)	497 968,89	481 086,80	377 123,05	425 452,64
Total (F)	497 968,89	481 086,80	377 123,05	425 452,64
Gastos				
Fornecimentos e serviços externos				
Serviços Especializados	30 073,49	31 018,88	8 968,89	25 233,66
Honorários	58 844,00	57 225,89	47 525,00	49 779,87
Conservação e Reparação	16 780,68	13 166,93	5 310,44	6 158,57
Diversos	15 624,00	1 999,37	13 980,00	1 328,98
Materiais	5 389,00	3 148,59	4 054,50	4 545,23
Eletricidade	20 800,00	18 785,59	20 800,00	19 068,98
Combustíveis	38 500,00	38 263,19	35 200,00	20 154,05
Água	6 684,00	3 912,68	3 600,00	3 164,62
Deslocações, Estadas e Transportes	0,00	0,00	0,00	15,55
Rendas e Alugueres	16 005,84	17 666,92	15 905,84	11 116,52
Comunicações	3 034,16	2 086,62	3 034,16	2 567,85
Seguros	3 909,31	3 331,57	3 888,89	2 429,88
Despesas com Encontro Nacional	600,00	0,00	600,00	0,00
Limpeza, Higiene e Conforto	36 031,93	33 187,91	33 960,30	25 173,75
Outros Serviços	2 490,00	883,45	2 157,00	205,14
	254 766,41	224 677,59	198 985,02	170 942,65
Gastos com o pessoal	163 025,93	147 544,00	121 781,90	113 288,25
Amortizações do imobilizado	69 435,55	69 435,55	41 848,13	67 808,03
Outros gastos e perdas	3 150,00	1 407,01	3 150,00	16 627,67
Sub-total (A)	490 377,89	443 064,15	365 765,05	368 666,60
Juros e gastos similares	7 591,00	9 555,48	11 358,00	14 181,65
Sub-total (C)	497 968,89	452 619,63	377 123,05	382 848,25
Total (E)	497 968,89	452 619,63	377 123,05	382 848,25
Resultado líquido	0,00	28 467,17	0,00	42 604,39



Orçamento de Exploração para 2026 - INR (Regulamento n.º 1026/2020, Art.º 8)

	Orçamento 2026	INR Funcionamento	ANEA
Rendimentos			
Prestações de serviços:			
Quotas e jóias	21 600,00	0,00	21 600,00
Serviços	360 000,00	0,00	360 000,00
	381 600,00	0,00	381 600,00
Apoios Financeiros e Subsídios à Exploração:			
Autarquias e Juntas de Freguesia	5 850,00	0,00	5 850,00
Outras Entidades	5 000,00	0,00	5 000,00
	10 850,00	0,00	10 850,00
Outros Rendimentos e Ganhos:			
Rendas	2 530,00	0,00	2 530,00
Apoio Financeiro INR	3 100,00	3 100,00	0,00
Outros Rendimentos	0,00	0,00	0,00
Donativos	54 000,00	0,00	54 000,00
Imputação de subsídios para investimentos	45 388,89	0,00	45 388,89
Outros	500,00	0,00	500,00
	105 518,89	3 100,00	102 418,89
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Sub-total (B)			
Juros e ganhos similares	0,00	0,00	0,00
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Sub-total (D)			
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Total (F)			
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Gastos			
Fornecimentos e serviços externos			
Serviços Especializados	30 073,49	300,00	29 773,49
Honorários	58 844,00	0,00	58 844,00
Conservação e Reparação	16 780,68	0,00	16 780,68
Diversos	15 624,00	0,00	15 624,00
Materiais	5 389,00	170,00	5 219,00
Eletricidade	20 800,00	750,00	20 050,00
Combustíveis	38 500,00	0,00	38 500,00
Água	6 684,00	300,00	6 384,00
Deslocações, Estadas e Transportes	0,00	0,00	0,00
Rendas e Alugueres	16 005,84	0,00	16 005,84
Comunicações	3 034,16	300,00	2 734,16
Seguros	3 909,31	0,00	3 909,31
Despesas Representação	600,00	0,00	600,00
Limpeza, Higiene e Conforto	36 031,93	0,00	36 031,93
Outros Serviços	2 490,00	0,00	2 490,00
	254 766,41	1 820,00	252 946,41
Gastos com o pessoal	163 025,93	1 280,00	161 745,93
Amortizações do imobilizado	69 435,55	0,00	69 435,55
Outros gastos e perdas	3 150,00	0,00	3 150,00
	490 377,89	3 100,00	487 277,89
Juros e gastos similares	7 591,00	0,00	7 591,00
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Sub-total (A)			
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Sub-total (C)			
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Total (E)			
	497 968,89	3 100,00	494 868,89
Resultado líquido			
	0,00	0,00	0,00



ASSOCIAÇÃO NACIONAL DA ESPONDILITE ANQUILOSANTE NIF: 501 830 995
Agraciada com a medalha Municipal de Solidariedade pela Câmara Municipal de Cascais em 2003

Rua do Platão, N.º 147 – Zambujal – 2785 – 698 SÃO DOMINGOS DE RANA Apartado 69 – 2646 – 901
ALCABIDECHE

Tel. 214 549 200 Fax. 214 549 208 E-mail: anea@anea.org.pt >E-mail: secretaria@anea.org.pt

**PARECER DO CONSELHO FISCAL
SOBRE O PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO
ANO DE 2026**

A Direção da ANEA submeteu á apreciação do Conselho fiscal o Plano de atividade para o ano de 2026 assim como o orçamento para esse ano.

Para levar a efeito a sua verificação e análise, o Conselho fiscal reuniu com o Sr, Presidente da direção, de quem obteve todos os esclarecimentos solicitados sobre as circunstâncias e metodologias subjacentes à preparação do plano de atividades e quantificação dos valores inscritos no orçamento.

A ANEA é uma associação de doentes de âmbito nacional, com múltiplos núcleos regionais, no total de 11 núcleos, de expressão nacional (do Minho ao Algarve), assegurando aos doentes espondílicos, familiares e pessoas portadoras de patologias músculo-esqueléticas e noutras, apoio associativo e tratamentos apropriados e, sempre que possível, exercícios adaptados às suas necessidades.

No núcleo de Lisboa e Sede, as atividades de exercícios e tratamentos em piscina terapêutica, que representa parte importante dos tratamentos disponibilizados aos associados e doentes nesse núcleo, têm verificado uma muito significativa adesão por parte dos associados.

O relatório que integra o Plano de atividades exprime bem os serviços prestados e a melhoria a prosseguir, assim como o equilíbrio financeiro conseguido, o qual nos permite exprimir uma justificada confiança na solidez do caminho seguido.

O orçamento para o ano de 2026 reflete as atividades que se desenvolvem na Associação,

