

## **PLANO DE ACTIVIDADES PARA O ANO DE 2016**

### *I – INTRODUÇÃO*

Nos termos da alínea b) do Artigo 35.º dos Estatutos da ANEA, a Direcção desta associação apresenta o Programa de acção e Plano de Actividades para o Ano de 2016, discriminado pelas valências, projectos e respectivos objectivos.

### *II – OBJECTIVOS DA INSTITUIÇÃO*


Os principais objectivos para o ano de 2016, são os seguintes:

- ✓ 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 e de outros cidadãos que necessitem de tais cuidados, 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 outras doenças reumáticas;
- ✓ Desenvolvimento de actividades destinadas a promover a integração social, a melhoria da qualidade de vida e o envelhecimento activo de pessoas com idade superior a 65 anos;
- ✓ Prossecução de acções para incremento da actividade 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 acções realizadas por outras associações de doentes e instituições com vista a promover a informação e divulgação sobre a doença;
- ✓ Desenvolver acções 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 actividades desenvolvidas pela Anea, no sentido de

1. 2/16  
M  
K. Almeida

prosseguir as acções com intuito a melhorar a informação ao doente espondilítico e seus familiares, o diagnóstico atempado e a prevenção da evolução descontrolada da doença.

- ✓ Desenvolver actividades de parceria com entidades, com objectivo de melhorar a informação ao doente e criar condições de oferta de actividades e serviços complementares às actividades e serviços complementares desenvolvidas pela ANEA;
- ✓ Desenvolver actividades 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.
- ✓ Desenvolver acções que minimizem o impacto financeiro respeitante a gastos energéticos, essenciais para a manutenção da piscina terapêutica. A Direção incita os associados a participarem activamente na adopção de medidas que racionalizem os gastos e promovam economias que contribuam para a viabilização da continuidade das actividades da associação.
- ✓ Continuar as melhorias iniciadas em 2015 aos equipamentos técnicos da sede, repondo o sistema de Ar Condicionado a uma condição inicial, com o conselho de associados Engenheiros que a tal se prestaram, estando a ser estudadas alterações para melhor a sua eficiência e concomitantemente dispêndio energético. Continuação das melhorias aos equipamentos de piscina, no sentido de prevenir futuras avarias. Prever obras em Agosto de 2016 para renovar o pavimento da piscina terapêutica.
- ✓ Promover a formação contínua dos funcionários da ANEA para os dotar de capacidade acrescida para lidar com os desafios que a ANEA enfrenta.
- ✓ Promover formação dos Espondilíticos na Auto-gestão da doença (lidar com a dor, necessidades cirúrgicas, gerir a mobilidade, preparar o envelhecimento, entre outros), inicialmente em Lisboa, alargando-se depois à colaboração com os Núcleos. Estas formações destinam-se a dotar os espondilíticos de competências no sentido de poderem fazer escolhas e tomar decisões mais informadas.
- ✓ Reforço dos recursos humanos da ANEA, para apoio às acções a desenvolver.
- ✓ Cooperar com os associados que se prestaram a promover a construção do parque de estacionamento no lote adjacente ao do edifício da ANEA, com eles colaborando na angariação de fundos para o efeito.

*[Handwritten signatures and initials]*  
BT. 



Valência / Programa	Projectos / Actividades	Objectivos	Indicadores	Horizonte Temporal
<b>ENCONTROS, REUNIÕES E REPRESENTAÇÕES</b>	ENCONTRO NACIONAL DE ESPONDILITICOS E SEUS FAMILIARES	a) Informar, para promover um diagnóstico precoce da doença. b) Reconhecimento de problemas que dificultam o seguimento preventivo da doença. c) Actualização 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. Prevenção da depressão reactiva e de agressividade contra as Instituições.	Um encontro	Novembro
	REALIZAÇÃO das COMEMORAÇÕES DO 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	Maió
	ENCONTROS DAS ASSOCIAÇÕES IBÉRICAS DE ESPONDILITE ANQUILOSANTE	Troca de experiências, a nível social e profissional das pessoas com esta patologia. Jornadas desportivas.	Participação	Maió
	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 RELACIONADAS COM AS DOENÇAS REUMÁTICAS E A EA EM PARTICULAR	Melhoria da qualidade de vida do doente / deficiente com Espondilite Anquilosante	Número de participações	Anual
<b>PUBLICAÇÕES</b>	REUNIÃO DA DIRECÇÃO NACIONAL COM AS COMISSÕES PERMANENTES DOS NÚCLEOS	- Aprofundar e discutir os problemas existentes a nível regional de cada Núcleo. - Organizar e elaborar o plano de acção para cada região. - Identificar e prosseguir acções que promovam sinergias entre Núcleos e a Sede. - Prevenção da disfunção familiar. - Actualização 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
	ENCONTROS REGIONAIS	Informação, formação e sensibilização de doentes/familiares e população em geral sob a óptica da prevenção da deficiência e da própria reabilitação, da pessoa com esta patologia.	Quatro publicações	Anual
	BOLETIM INFORMATIVO	Informação e formação doente/familiar, médicos, fisioterapeutas, enfermeiros e população em geral	Actualizar a publicação	Anual
	CADERNOS ESPONDILITICOS			

  
 14/11/2014  
 HS

Valência / Programa	Projectos / Actividades	Objectivos	Indicadores	Horizonte Temporal
APOIO A ASSOCIADOS E DOENTES COM ESPONDILITE ANQUILOSANTE	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
	POTENCIAR O DESENVOLVIMENTO DE ACTIVIDADES PARA OS JOVENS ESPONDILITICOS E SEUS FAMILIARES	Criação de um grupo de apoio ao jovem espondilítico	N.º Actividades	Anual
	MANUTENÇÃO E ACTUALIZAÇÃO DO SITE na INTERNET E PAGINA DE FACEBOOK	Actualização 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 de biblioteca	Anual
	FOLHETOS INFORMATIVOS	Divulgação das actividades da ANEA e da Espondilite Anquilosante.	Folhetos	Anual
DESPORTO, CULTURA E LAZER	CURSOS DE FORMAÇÃO PARA FISIOTERAPEUTAS	Melhoria do conhecimento sobre técnicas a aplicar ao tratamento da Espondilite Anquilosante e de outras patologias.	Cursos Número de horas de formação recebida e ministrada	Anual
	WORKSHOP - DOENTES E FAMILIARES	Melhoria do conhecimento sobre técnicas a aplicar ao tratamento da Espondilite Anquilosante	WORKSHOP	Anual
ACTIVIDADE DA UNIDADE DE PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE	INCENTIVAR A PARTICIPAÇÃO DOS ESPONDILITICOS NAS ACTIVIDADES 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 ACTIVIDADES DA UPCS	Melhoria das condições sociais e de saúde dos associados	Participações em órgãos de comunicação social	Anual
REVITALIZAÇÃO DOS NÚCLEOS REGIONAIS	criação de novos núcleos regionais	Dinamização das estruturas locais para a melhoria da qualidade de vida dos doentes de E.A.	N.º Consultas das várias valências	Anual
	EQUIPAMENTO	Melhoria das condições de funcionamento e atendimento		Anual
PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE	CONSULTAS	Prestação de cuidados personalizados a doentes com Espondilite Anquilosante de todo o País. Prestação de cuidados de saúde à população em geral.		
	CONSULTAS + TRATAMENTOS DE M. T.C.			
	TRATAMENTOS DE FISIOTERAPIA		N.º Tratamentos	Anual
	CLASSES DE GINÁSTICA/MÁQUINAS		N.º Classes	Anual
	CLASSES DE NATAÇÃO		N.º Classes	Anual
PARCERIAS COM	GABINETE DE PSICOLOGIA CLÍNICA	Prestação de serviços de análises clínicas e outros meios auxiliares de diagnóstico	N.º Consultas	Anual
	PRESTAÇÃO DE OUTROS SERVIÇOS MÉDICOS GABINETE DE PSICOLOGIA CLÍNICA		Actos clínicos	Anual



Valência / Programa	Projectos / Actividades	Objectivos	Indicadores	Horizonte Temporal
AUTARQUIAS LOCAIS	PROJECTO SENIORES EM MOVIMENTO	Melhoria da qualidade de vida, socialização da população inserida nos centros de dia.	N.º de utentes sénior	Anual
MOBILIDADE SENIOR (A QUE FOI ATRIBUÍDA MENÇÃO HONROSA NO PROGRAMA BPI SENIORES)	DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA MOBILIDADE SENIOR	Promover a integração social, a melhoria da qualidade de vida e o envelhecimento activo de pessoas com idade superior a 65 anos de Cascais e Oeiras	N.º utentes idosos/nat. sénior e psicomotricidade sénior	Anual
FORMAÇÃO DE COLABORADORES	PARTICIPAÇÃO EM ACÇÕES DE FORMAÇÃO	Melhoria de desempenho dos funcionários	Participações; horas de formação	Anual

#### IV – CONCLUSÃO

As dificuldades e restrições permanecerão durante o próximo ano, espelhando a realidade económica nacional já observada em 2015.

Os principais objectivos da ANEA para 2016, serão a continuidade e melhoria do serviço prestados aos espondilíticos, familiares e população em geral, Associados e Utentes. A sua concretização só poderá ser realizada com a continuidade dos apoios prestados por parte do INR, I.P., autarquias locais e outras entidades que reconhecem o mérito deste projecto e o seu impacto na melhoria da qualidade de vida dos doentes portadores de EA mas também de muitos outros utentes dos seus serviços.

A ANEA continuará a esforçar-se por alertar o público em geral para os sintomas mais evidentes da EA, através de campanhas de sensibilização, independentes ou em colaboração com os seus parceiros. Pretende também sensibilizar investigadores, profissionais de saúde e decisores de saúde para a dimensão dos problemas individuais resultantes da EA.

S. Domingos de Rana, 28 de Outubro de 2015.

A Direcção da Anea

## PLANO DE INVESTIMENTOS/AÇÃO

O Plano de Investimentos para 2015 inclui:

Atendendo às restrições financeiras que muito afectam as IPSS e os Associados, a Direcção entende não dever propor investimentos significativos, sem no entanto deixar de considerar os que se vierem a revelar essenciais e nomeadamente:

- Reparações aos equipamentos técnicos piscina e ar condicionado. 13.000€
- Estudar a aquisição de Seringa automatizada para desenvolvimento da valência de Mesoterapia Médica 3.000€

A Direcção da ANEA



Handwritten signature and initials, including the name 'Luis' and the acronym 'ANEA'.

ANEA - ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE ESPONDILITE ANQUILOSANTE

Rua de Platao, 147 Zambujal  
2785-698 SÃO DOMINGOS DE RANA

NºIdentificação Fiscal 501 830 995  
Fundo Associativo 8 246.62 €

ORÇAMENTO DE EXPLORAÇÃO PARA 2016

RUBRICAS	ORÇAMENTO 2016	PREVISÃO FECHO 2015	ORÇAMENTO 2015
<b>RENDIMENTOS</b>			
Prestações de serviços	290 306,52	275.583,46	250.000,00
Subsídios, doações e legados à exploração			
Do sector público administrativo	81 292,48	104 458,19	67 000,00
De outros sectores e entidades	36 000,00	35 802,45	29 000,00
	<b>117 292,48</b>	<b>140 260,64</b>	<b>96 000,00</b>
Outros rendimentos e ganhos	65 354,69	67 097,31	74 700,00
Quotas e joias	16 500,00	14 670,00	20 000,00
Imputação de subsídios para investimentos	43 254,69	45 629,27	45 000,00
Outros	5 600,00	6 798,04	9 700,00
<b>Sub-total (B)</b>	<b>472 953,69</b>	<b>482 941,41</b>	<b>420 700,00</b>
Juros e ganhos similares	300,00	305,20	300,00
<b>Sub-total (D)</b>	<b>473.253,69</b>	<b>483.246,61</b>	<b>421.000,00</b>
<b>Total (F)</b>	<b>473.253,69</b>	<b>483.246,61</b>	<b>421.000,00</b>
<b>GASTOS</b>			
Fornecimentos e serviços externos			
Subcontratos	0,00	0,00	0,00
Electricidade	38 000,00	37 000,06	38 500,00
Combustíveis	370,00	368,84	350,00
Água gás e Outros Fluidos	49 400,00	47 561,78	38 000,00
Ferramentas e utensílios de desg. rápido	9 500,00	11 126,65	8 000,00
Material de escritório	2 500,00	2 966,31	2 450,00
Despesas de Representação	1 100,00	1 124,25	100,00
Comunicações	2 400,00	3 395,60	4 500,00
Seguros	3 000,00	3 211,23	5 000,00
Deslocações e estadas	4 600,00	5 676,13	4 000,00
Honorários	35 700,00	35 703,01	30 000,00
Conservação e reparação	15 000,00	27 069,81	12 000,00
Publicidade e Propaganda	2 150,00	2 151,18	1 100,00
Limpeza, higiene e conforto	21 720,00	20 859,58	24 000,00
Vigilância e segurança	7 680,00	7 296,74	9 000,00
Trabalhos especializados e serviços de apoio	24 500,00	28 476,28	23 000,00
Rendas e Alugueres	11 900,00	11 860,98	9 000,00
Diversos	1 500,00	1 525,59	1 000,00
	<b>231 020,00</b>	<b>247 374,02</b>	<b>210 000,00</b>
Impostos	0,00	3,21	0,00
Gastos com o pessoal	194 032,95	174 810,42	161 000,00
Amortizações do imobilizado	47 120,60	51 945,85	50 000,00
Outros gastos e perdas	350,00	365,08	0,00
<b>Sub-total (A)</b>	<b>472 523,55</b>	<b>474 498,58</b>	<b>421 000,00</b>
Juros e gastos similares	0,00	0,00	0,00
<b>Sub-total (C)</b>	<b>472 523,55</b>	<b>474 498,58</b>	<b>421 000,00</b>
<b>Total (E)</b>	<b>472 523,55</b>	<b>474 498,58</b>	<b>421 000,00</b>
<b>Resultado líquido</b>	<b>730,14</b>	<b>8 748,03</b>	<b>0,00</b>

Ana C. L.  
Júlia M. Filipe

Teresa P. Araújo  
F. G. L. L. L.

*[Handwritten signature]*  
Luis