ADEB

Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares

IPSS de utilidade pública com fins de saúde e sociais

Programa de Ação e Orçamento para o Ano de 2025

ADEB, desde 1991, na promoção, educação e prevenção da doença Unipolar e Bipolar em Portugal

Índice

Página

I.	INTRODUÇÃO	3
	01. A Pobreza e Exclusão Social em Portugal	3
II.	SOBRE A ADEB	5
	01. Breve História da ADEB	5
	02. Sistema de Gestão da Qualidade	5
III.	VALÊNCIAS E ATIVIDADES	5
	01. Objetivos Principais e Secundários	6
	02. Candidatura a Unidade Sócio Ocupacional	7
	03. Desenvolvimento de Grupos Psicoterapêuticos	7
	04. Apoio e Orientação Profissional	7
	05. Desenvolvimento de Atividades Sócio-Ocupacionais	7
	06. Metas Quantitativas a atingir no ano de 2025	8
IV.	PROGRAMA DE AÇÃO PARA O ANO 2025	9
	01. Ministério da Saúde e Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social	9
	Metas Evolutivas a Atingir, por Trimestre, durante o Ano de 2025 (Euros)	10
	(cont.) Metas Evolutivas a Atingir, por Trimestre, durante o Ano de 2025 (Euros)	11
	02. Parcerias	12
	03. Metas para a Promoção da Saúde Mental – 2025	12
V.	INTRODUÇÃO AO ORÇAMENTO PREVISIONAL PARA O ANO 2025	13
	01. Acordos e Programas – Aprovados	13
	02. Receita de Quotas de Associados	14
	03. Receita de Jóias e Quotas, ao abrigo da alínea a) do artigo 40º dos Estatutos da ADEB	14
	04. Quadro de Pessoal da ADEB	15
	05. Admissão e inserção de Quadros Especializados ou licenciados em Estágio Profissional	15
VI.	CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL PARA O ANO 2025	16
	01. Demonstração de Resultados Previsionais e Memória Justificativa (euros)	16
	01. (cont.) Demonstração de Resultados Previsionais e Memória Justificativa (Euros)	17
	01. (cont.) Demonstração de Resultados Previsionais e Memória Justificativa (Euros)	17
VII.	PARECER DO CONSELHO FISCAL	18
VIII.	CONTACTOS	19
	01. Sede Nacional da ADEB	19
	02. Delegação da Região Norte da ADEB	19
	03. Delegação da Região Centro da ADEB	19

I - Introdução

A POBREZA E EXCLUSÃO SOCIAL EM PORTUGAL

De acordo com o Relatório Pobreza e Exclusão Social em Portugal – 2024 oferece uma análise detalhada da situação de risco de pobreza ou exclusão social (PES), com base nos dados do Inquérito às Condições de Vida e Rendimento (ICOR) de 2023.

Em 2023, a taxa de risco de pobreza ou exclusão social mantém o valor face a 2022 (20,1%), mas é acompanhada do aumento efetivo de 20 mil pessoas em situação de risco de pobreza ou exclusão social face ao ano anterior, cifrando-se em 2,104 mil pessoas.

Portanto, em 2023, este indicador parece apontar para uma dinâmica de estagnação, no que concerne à sua taxa face ao ano precedente, e para um potencial aumento, no que respeita ao número de pessoas em risco pobreza ou exclusão social.

Os grupos mais vulneráveis mantêm-se ano após ano. O risco de pobreza e exclusão é maior entre as mulheres (22,4%) do que entre homens; entre jovens adultos (26,1%) maior do que entre adultos mais velhos; entre pessoas com baixo nível de educação (34,5%) maior do que entre pessoas com educação média ou superior.

Portugal tem 2,1 milhões de pobres.
A pobreza em Portugal é um fenômeno complexo, influenciado por diversas causas e fatores. Aqui estão alguns dos principais:

1. **Desemprego**: Altas taxas de desemprego, especialmente entre os jovens e em regiões mais desfavorecidas, contribuem significativamente para a pobreza.
2. **Baixos salários**: Muitas pessoas trabalham em empregos mal remunerados, que não cobrem adequadamente o custo de vida, resultando em dificuldades financeiras.
3. **Educação**: A falta de acesso a uma educação de qualidade pode limitar as oportunidades de emprego e o avanço na carreira, perpetuando ciclos de pobreza.
4. **Desigualdade social**: A disparidade entre diferentes grupos sociais e regiões pode acentuar a pobreza. Regiões do interior, por exemplo, enfrentam mais dificuldades em comparação com áreas urbanas.
5. **Envelhecimento da população**: O aumento da proporção de idosos pode criar uma pressão adicional sobre os sistemas de segurança social e serviços de saúde, aumentando a vulnerabilidade entre os mais velhos.
6. **Crises económicas**: Crises financeiras, como a que ocorreu em 2008, tiveram um impacto profundo na economia portuguesa, resultando em cortes de emprego e redução de benefícios sociais.
7. **Acesso a serviços**: A dificuldade de acesso a serviços básicos, como saúde, habitação e transporte, pode agravar a situação de pobreza.
8. **Políticas públicas**: A eficácia das políticas de combate à pobreza e de inclusão social é crucial. Lacunas em programas de apoio podem deixar muitos sem a assistência necessária.

   Esses fatores interagem de maneiras complexas, criando um cenário desafiador para muitos portugueses. A abordagem da pobreza requer uma visão integrada, que considere as diversas dimensões sociais e económicas.

Delfim Augusto d`Oliveira
Sócio nº 8
Presidente da Direção da ADEB

Convocatória

Assembleia Geral Ordinária
14 de Dezembro de 2024 | 10h30

Faça a sua inscrição aqui

Convocam-se todos os associados da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares- ADEB, ao abrigo da alínea c) do nº 1) do artigo 28º dos Estatutos da ADEB, a comparecer na Assembleia Geral Ordinária, no dia **14 de dezembro de 2024**, às 10:30. horas, presencial e online, na Sede Nacional, no Fórum Florbela Espanca, Av. de Ceuta, nº 53, lojas de F a J, 1300-125 Lisboa, subordinada à seguinte ordem de trabalhos:

PONTO 1
Das 10.30 às 11:30 horas - Apreciação e Aprovação do Programa de Ação e Orçamento para 2025

PONTO II
Das 11.30 às 12:30 horas - Doença Bipolar: velhice e cuidadores a cargo do Psiquiatra Prof. Doutor António Sampaio

PONTO III
Das 12.30 às 13:00 horas - Debate subordinado ao tema em apreço.

Compareça e Participe!

Lisboa, 10 novembro de 2024
Presidente da Assembleia Geral da A.D.E.B.
Rogério Pedro Saldanha

II - Sobre a ADEB

"Se o nosso empenho não estivesse neste projeto, se a nossa procura não consistisse em consolidar o que já existe, se a nossa razão não fosse levar a bom porto um trabalho social e de saúde mental, os doentes Unipolares e Bipolares estariam mais desprotegidos em Portugal", D.A.O.

01. Breve História da ADEB

A Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares, (ADEB) foi fundada, em 5 de junho de 1991, por um grupo de doentes, familiares, médicos e técnicos de saúde mental, tendo a escritura notarial sido lavrada em 21 de agosto de 1991. Foi registada na Direção Geral de Acão Social, com o n.º 18/93, em 19 de fevereiro de 1993, como Instituição Particular de Solidariedade Social, de utilidade pública, com fins de saúde e sociais.

A ação da ADEB visa desenvolver a sua atividade em todo o território nacional, por via da criação de Delegações ou Núcleos Distritais ou de estabelecimento de acordos de cooperação com entidades terceiras, abrangendo pessoas com o Diagnóstico de Depressão (Unipolar), Perturbação Bipolar, Ansiosas e outras comorbilidades associadas, familiares, cuidadores, médicos, psicólogos, enfermeiros, técnicos de ser viço social e outros profissionais da área da saúde mental. A ADEB é, atualmente, a maior Associação comunitária, na área da saúde mental e a única, a nível nacional, que presta especificamente apoio à comunidade na promoção, educação e prevenção das perturbações Unipolar, Bipolar e Ansiosa.

02. Sistema de Gestão da Qualidade

A ADEB encontra-se certificada pelo referencial ISO 9001:2015 desde 2010. Em consonância com o compromisso assumido na Política da Qualidade, complementando os objetivos estatutários, a ADEB considera como objetivos estratégicos para 2025, os seguintes:

- Assumir o elevado padrão de qualidade nas valências prestadas pela ADEB, mantendo ou superando os níveis de satisfação dos utentes atingidos em 2024;
- Integrar os dados globais do desempenho do Sistema de Gestão da Qualidade no Relatório da Direção e Contas de 2024, a apresentar no ano de 2025;
- Garantir maior envolvimento e maior eficácia na monitorização da implementação das ações do Sistema de Gestão da Qualidade provenientes das diretivas emanadas pela Direção.

Acima do apreço dos dados quantitativos, a ADEB valoriza a eficiência e a eficácia dos processos do seu Sistema de Gestão da Qualidade. É neste sentido que assumem particular importância na obtenção de ganhos de saúde, os resultados qualitativos que a ADEB visa atingir e que se expressam seguidamente ao longo do presente documento.

III - Valências e Atividades

A ADEB propõe dar continuidade aos objetivos principais, previstos no artigo 4º, e desenvolver os objetivos secundários, em conformidade com o artigo 5º dos Estatutos da ADEB, de modo a manter as seguintes valências e atividades: Reabilitação Psicossocial, (RPS), Unidade Sócio Ocupacional (USO), Desenvolvimento de Grupos Psicoterapêuticos (GPT), Apoio e Orientação Profissional (AOP) e Atividades Sócio Ocupacionais (ASO), tendo em vista a prevenção e tratamento das perturbações de humor Unipolar, Bipolar e Ansiosas.

01. Objetivos Principais e Secundários

A ação da ADEB visa desenvolver a sua atividade em todo o território nacional, por via da criação de Delegações ou Núcleos Distritais ou de estabelecimento de acordos de cooperação com entidades terceiras, abrangendo pessoas com o diagnóstico de Depressão (Unipolar), Perturbação Bipolar, Perturbações Ansiosas, e outras comorbilidades associadas, familiares, cuidadores, médicos, psicólogos, enfermeiros, técnicos de serviço social e outros profissionais da área da saúde mental.

A ADEB tem como objetivos principais:

01.1 Implementar respostas de cuidados continuados integrados de saúde mental destinadas a pessoas com o diagnóstico da doença Unipolar e Bipolar e outras comorbilidades associadas, de que resulte incapacidade psicossocial e que se encontrem em situação de dependência, cujas respostas estão previstas na Lei;

01.2 Promover, educar e formar, de forma especializada, na área da Saúde Mental, tendo em vista divulgar e elevar o conhecimento das pessoas com o diagnóstico das perturbações do humor Unipolar, Bipolar e Ansiosas e seus familiares ou cuidadores para a prevenção e (re)habilitação;

01.3 Apoiar e orientar os jovens e adultos associados da ADEB em situação de desemprego, no percurso de inserção ou reinserção no mercado de trabalho em cooperação com as unidades locais do IEFP, I.P.;

01.4 Desenvolver o Fórum Sócio Ocupacional, com base na legislação em vigor aplicável.

Secundariamente, a ADEB propõe-se desenvolver designadamente os seguintes objetivos:

a) **SOS_Sentir ADEB** - Meio de apoio à distância mais acessível e prático, para que as pessoas, em estado de angústia, ansiedade e ideações suicidas, obtenham informações sobre a doença Unipolar e Bipolar, tendo em vista ajudar a atenuar o sofrimento. Este serviço engloba a resposta a apelações que chegam diariamente à ADEB por diferentes meios: telefone, correio eletrónico e postal;

b) **Avaliação Primária Social e Clínica (APSC)** - Quando o utente, pela primeira vez, tem um contacto presencial com a ADEB, sendo-lhe proporcionado especialmente um apoio psicossocial, de acordo com o diagnóstico médico, tendo em conta as suas necessidades e expetativas, nas vertentes sociofamiliar, profissional, social e psicológica, a fim de ser integrado nas valências instituídas e atividades programadas;

c) **Psicoterapia Cognitivo-Comportamental** - Linha da psicoterapia que promove uma diversidade de abordagens, com vista ao desenvolvimento de estratégias e instrumentos para lidar com situações problemáticas, dificuldades pessoais e promover pensamentos adaptativos no quadro das doenças Unipolar, Bipolar e Ansiosas;

d) **Apoio a Adolescentes** - Para adolescentes com perturbações de humor, em consonância com o diagnóstico do médico de família, psiquiatra ou pedopsiquiatra, visando uma avaliação e acompanhamento em psicologia clínica, de modo a prevenir e cuidar, possibilitando mais ganhos de saúde e qualidade de vida;

e) **Implementar o Serviço de Apoio Domiciliário - (SAD) -** Resposta social e clínica que consiste na prestação de apoio psicossocial individualizado e personalizado no domicílio a associados e/ou às suas famílias que, por motivo de doenças Unipolar, Bipolar ou Ansiosas, ou outro impedimento de força maior, não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das necessidades de apoio psicossocial nas instalações da sede nacional e delegações da ADEB;

f) **Realização de colóquios, encontros, sessões psicopedagógicas e workshops** - Em parceria com os hospitais, autarquias, estabelecimentos de ensino e outras entidades a fim de informar, sensibilizar e elevar o conhecimento dos associados e comunidade em geral acerca de temáticas em torno das patologias Unipolar, Bipolar e Ansiosas;

g) **Edição e divulgação de documentação técnica e pedagógica subordinada a várias temáticas em torno da saúde mental** - Especialmente no que respeita à doença Unipolar e Bipolar e sobre a Família;

h) **Edição e publicação da Revista Bipolar, órgão informativo da ADEB** e respetivo envio para os associ- ados ativos, entidades públicas e privadas e comunicação social;

i) Inovação e atualização do Site www.adeb.pt e da página do Facebook com temáticas alusivas à saúde men- tal, bem como as atividades institucionais programadas e desenvolvidas;

j) **Aconselhamento e orientação jurídica aos associados em todos os ramos do Direito;**

k) **Realização de ações de formação de competências profissionais no campo da inovação nas áreas da saúde e social**, destinadas aos recursos humanos da Instituição a fim de existir visão estratégica, capacidade de comunicação, proatividade e assertividade;

l) **Promover e fomentar a investigação e a publicação de trabalhos relevantes no domínio Depressão, Perturbação Bipolar e das Perturbações Ansiosas;**

m) **Intercâmbio e cooperação com associações nacionais e internacionais;**

n) Acordos de cooperação técnica e financeira com o Estado e outras entidades, tendo como objetivo o desenvolvimento e manutenção das atividades na área da saúde.

02. Dinamização da Unidade Sócio Ocupacional

Tendo por base o Despacho Conjunto, nº407/98, este deve ser aplicado e dinamizado tendo por base as valências e serviços a seguir estabelecidos:

02.1. Apoio e Reabilitação Psicossocial e nas atividades de vida diária, com vista a desenvolver e preservar o equilíbrio da pessoa com doença mental;

02.2. Apoio sócio ocupacional, incluindo convívio e lazer;

02.3. Supervisão na gestão da medicação;

02.4. Apoio aos familiares e outros cuidadores com vista à reintegração familiar;

02.5. Apoio de grupos de auto- ajuda;

02.6. Apoio e encaminhamento para serviços de formação e de integração profissional;

02.7. Promoção de atividades sócio- culturais e desportivas em articulação com as autarquias, associações culturais, desportivas e recreativas ou outras estruturas da comunidade.

03. Desenvolvimento de Grupos Psicoterapêuticos

03.1. Grupos Psicoeducativos (GPE), de forma a melhorar a adesão à terapêutica farmacológica; reconhecer os sintomas de recaídas precedentes e prevenir as futuras; promover a consciencialização e proporcionar aos associados, familiares e cuidadores, aptidões para lidar com as perturbações de humor Unipolar, Bipolar e Ansiosas.

03.2. Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade (GTSA), tendo por objetivo mudar e reestruturar padrões de pensamento, aprender técnicas de relaxamento e promover técnicas de assertividade e de afirmação pessoal;

03.3. Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida (GPICS), abordam este fenómeno complexo e multidimensional de ordem psicopatológica, antropológica, psicológica e social.

04. Apoio e Orientação Profissional

A que estabelece a criação dos Gabinetes de Inserção Profissional (GIP) integra-se no conjunto destas medidas, pois a existência de estruturas de apoio ao emprego - com elevada flexibilidade, capacidade de atuação em proximidade aos territórios e às populações e em estreita articulação com a rede de centros de emprego e formação do IEFP, são um elemento central para uma inserção mais rápida e mais sustentada no mercado de emprego.
Os GIP, embora não tenham sido oficialmente aprovados pela tutela, a sua instalação na ADEB bem como os seus objetivos, são a base para a implementação destas valências de **Apoio, Orientação e Inserção Profissional e Apoio Social**, que desenvolve as seguintes atividades:

04.1. Ações de apoio à procura ativa de emprego;

04.2. Captação e divulgação de ofertas de emprego e apoio à colocação;

04.3. Divulgação de medidas de apoio ao emprego e formação profissional e apoio ao encaminhamento de candidatos;

04.4. Encaminhamento para ações promotoras de empregabilidade;

04.5. Apoio à inscrição on-line dos candidatos a emprego;

04.6. Informação sobre o conteúdo e abrangência de alguns serviços e apoios em matéria de segurança social;

04.7. Dinamização do GEPE ADEB- Grupo de Entreajuda para a Procura de Emprego.

05. Desenvolvimento de Atividades Sócio-Ocupacionais

Desenvolver o Espaço d'Arte através de atividades de âmbito sócio ocupacional, destinadas aos associados da ADEB, tendo em vista proporcionar, entre outros benefícios, o desenvolvimento pessoal, nas seguintes vertentes:

05.1. Área da saúde;

05.2. Vida diária e familiar;

05.3. Tempos livres;

05.4. Orientação vocacional e profissional;

05.5. Vida em Sociedade

06. Metas Quantitativas a atingir no ano de 2025

De acordo com os resultados obtidos nos últimos cinco anos, a Direção da ADEB elaborou e projetou metas quantitativas para serem concretizadas e avaliadas durante o ano de 2025, tendo em vista uma avaliação qualitativa, trimestral, do trabalho desenvolvido.

Metas **evolutivas** a **atingir**, por **trimestre, durante o** ano de **2025**		2025				
		1º trimestre	2.º trimestre	3.º trimestre	4.º trimestre	Total Previsional
Evolução dos Dados Associativos						
Nº de Associados	Sede Nacional	25	25	20	20	90
	Delegação da Região Norte	12	11	12	10	45
	Delegação da Região Centro	11	11	5	13	40
Valências em Reabilitação Social (RPS)						
SOS Sentir **ADEB Telefónico**	Sede **Nacional**	65	54	36	52	207
	Delegação da Região **Norte**	22	31	20	30	103
	Delegação da Região **Centro**	25	30	15	30	100
SOS: Sentir ADEB - E-mails recebidos e **enviados**	Sede **Nacional**	87	94	122	101	404
	Delegação da Região **Norte**	65	50	25	60	200
	Delegação da Região **Centro**	64	40	35	30	169
Avaliação Primária Social **e** Clínica- **APSC** (N.º Pessoas: 1.ª **vez)**	Sede **Nacional**	45	40	25	40	150
	Delegação da Região **Norte**	13	8	9	7	37
	Delegação da Região **Centro**	6	9	5	5	25
Avaliação Primária Social **e** Clínica- APSC **Familiares**	Sede **Nacional**	5	5	10	5	25
	Delegação da Região **Norte**	1	2	3	2	8
	Delegação da Região **Centro**	2	2	2	1	7
Cuidados **Continuados** Integrados em Saúde Mental **no** campo da **Reabilitação** Psicossocial - N.º **Pessoas**	Sede **Nacional**	110	109	102	104	425
	Delegação da Região **Norte**	33	40	29	33	135
	Delegação da Região **Centro**	37	40	15	30	122
Cuidados **Continuados** Integrados em Saúde Mental **no** campo da **Reabilitação** Psicossocial - N.º **Atendimentos**	Sede **Nacional**	**436**	**508**	**436**	**456**	**1836**
	Delegação da Região **Norte**	**172**	**240**	**232**	**216**	**860**
	Delegação da Região **Centro**	**164**	**140**	**136**	**148**	**588**
Psicoterapia **Cognitivo-**Comportamental - N.º **Pessoas**	Sede **Nacional**	**9**	**9**	**9**	**9**	**36**
	Delegação da Região **Norte**	**3**	**3**	**3**	**2**	**11**
	Delegação da Região **Centro**	**2**	**2**	**2**	**1**	**7**
Apoio a Adolescentes - N.º **de Pessoas**	Sede **Nacional**	2	1	1	2	6
	Delegação da Região **Norte**	1	1	1	1	4
	Delegação da Região **Centro**	1	1	0	1	3
Apoio a Adolescentes - N.º **de Atendimentos**	Sede **Nacional**	12	13	8	15	48
	Delegação da Região **Norte**	9	9	6	8	32
	Delegação da Região **Centro**	8	7	3	6	24
Serviço de Apoio **Domiciliário** - SAD - N.º de **Pessoas**	Sede **Nacional**	2	2	1	1	6
	Delegação da Região **Norte**	1	1	0	1	3
	Delegação da Região **Centro**	1	1	0	0	2
Grupos Psicoeducativos - **N.º Grupos***	Sede **Nacional**	**1**	**2**	**1**	**1**	**5**
	Delegação da Região **Norte**	**1**	**1**	**0**	**0**	**2**
	Delegação da Região **Centro**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
Grupos Terapêuticos de Stress **e** Ansiedade - N.º **Grupos***	Sede **Nacional**	**1**	**1**	**0**	**1**	**3**
	Delegação da Região **Norte**	**0**	**1**	**0**	**1**	**2**
	Delegação da Região **Centro**	**0**	**1**	**0**	**1**	**2**
Grupos de Prevenção da **Ideação** e Comportamento Suicida - **N.º Grupos***	Sede **Nacional**	**0**	**1**	**0**	**1**	**2**
	Delegação da Região **Norte**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**
	Delegação da Região **Centro**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**

Metas **evolutivas** a **atingir,** por **trimestre, durante o** ano de **2025**		2025				
		1º trimestre	2.º trimestre	3.º trimestre	4.º trimestre	Total Previsional
Apoio e **Orientação Profissional** - N.º **Pessoas**	Sede **Nacional**	12	9	11	11	43
	Delegação da Região **Norte**	3	11	6	7	27
	Delegação da Região **Centro**	4	5	2	3	14
Workshops **Empregabilidade**	Sede **Nacional**	0	0	0	1	1
	Delegação da Região **Norte**	0	0	1	0	1
	Delegação da Região **Centro**	0	1	0	0	1
Fórum Sócio – **Ocupacional** N.º **Utentes**	Delegação da Região **Centro**	40	40	40	40	40
Atividades Culturais **e** Recreativas - N.º **Presenças**	Sede **Nacional**	12	40	3	19	74
	Delegação da Região **Norte**	7	51	3	0	61
	Delegação da Região **Centro**	10	43	0	18	71
Atividades Culturais **e** Recreativas - N.º de Sessões	Sede **Nacional**	6	7	3	4	20
	Delegação da Região **Norte**	8	8	2	4	22
	Delegação da Região **Centro**	9	9	3	4	25
Grupos de Ajuda Mútua – **N.º Pessoas**	Sede **Nacional**	75	75	75	75	75
	Delegação da Região **Norte**	50	50	50	50	50
AJ – Apoio **Jurídico**	Sede **Nacional**	1	0	4	2	7

IV - Programa de Ação para o ano 2025

A ADEB tem vindo, ano após ano, a ter um papel relevante na área da Saúde Mental, devido à implementação, junto da comunidade, dos objetivos estatutários, no desenvolvimento das valências, programação das atividades sociais e de saúde mental contempladas neste Programa de Acão e Orçamento para o ano 2025.
A ADEB programa, ainda, em consonância com os objetivos e fins estatutários, continuar a colocar em prática valências e serviços que facilitem às pessoas que nos procuram obterem apoio e ajuda no campo da reabilitação psicossocial das perturbações de humor Unipolar, Bipolar e Ansiosas.

01. Ministério da Saúde e Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social

01.1 Instituto Nacional de Reabilitação - INR, Programa de Financiamento a Projetos 2025 - A ADEB faz parte de um conjunto de associações, de âmbito nacional, a quem, através da candidatura ao Programa de Financiamento a Projetos 2025, o Instituto Nacional de Reabilitação (INR) presta apoio financeiro para o desenvolvimento de atividades na área da saúde mental, contempladas neste Programa de Ação, nas seguintes delegações e núcleos: Lisboa; Porto; Coimbra; Aveiro; Évora e Faro e Setúbal.

01.2 Instituto Nacional de Reabilitação - INR: Apoio ao Funcionamento - , de acordo com o n.º 1 do artigo 9.º do Decreto-Lei n.º 106/2013, de 30 de julho, estabelece apoio financeiro ao funcionamento das ONG's para o ano de 2025.

01.3 Direção Geral da Saúde - À semelhança do ano de 2024, a ADEB pretende apresentar candidatura(a) a projeto(s) no ano de 2025 à Direção Geral da Saúde, mediante avisos de abertura, na área de saúde mental.

01.4 Unidade Sócio Ocupacional - A estabelecer Contratos-Programa com as tutelas- Ministério da Saúde e Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, ao abrigo da Portaria nº 134-A/2022 de 30 de março, cujo sumário, aprova o Regulamento de Apoios Financeiros para a Concretização dos Investimentos na Rede de Cuidados Continuados Integrados (…) previstos no Plano de Recuperação e Resiliência aquando da abertura de candidaturas, com o objetivo de criar e instalar uma Unidade Sócio – Ocupacional na ADEB.

01.5 SAD Serviço de Apoio Domiciliário - formalizar candidatura no âmbito da Portaria nº 134-A/202 de 30 de março, (Unipolar) doença Bipolar com incapacidade moderada ou grave psicossocial.

01.6 Instituto de Emprego e Formação Profissional: Candidatura à medida Cheque- Formação durante o ano de 2025. Esta medida foi criada pela Portaria n.º 229/2015, de 3 de agosto e visa reforçar a qualificação e a empregabilidade, através da concessão do financiamento direto às empresas, aos trabalhadores e aos desempregados, que frequentem ações de formação ajustadas às necessidades das empresas e do mercado de trabalho.

Metas Evolutivas a atingir, por timestre, durante o ano de 2025			Domicílios	2025				
				1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre	4º Trimestre	Total Previsional
Educação para a Saúde Mental								
03.1 Edição da Revista Bipolar	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	1000	0	0	1000	2000
03.3 Edição de Guias -nº	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	1000	0	0	1000	2000
03.3 Edição Desdobráveis - nº	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	0	5000	0	2500	7500
03.4 Colóquios, Encontros, Workshops	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	0	1	0	1	2
	Delegação da Região Norte		Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO	0	0	0	1	1
	Delegação da Região Centro		Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	0	0	1	1
03.5 Grupos Psicoeducativos (GPE)	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	1	1	0	1	3
	Delegação da Região Norte		Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO	0	1	1	1	3
	Delegação da Região Centro		Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	1	0	1	2
03.7 Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida (GPICS)	Sede Nacional		Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	0	0	0	1	1
	Delegação da Região Norte		Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO	0	0	0	1	1
	Delegação da Região Centro		Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	0	0	0	0
Projeto D´Arte (INR)	**1. Atividades Fisicas e Desportivas (Formato hibrido - Grupo de exercicio Fisico e Relaxamento; Caminhadas; Clube de Dança)**	Nivel Nacional	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	1	2	7	5	15
		Nº Participantes		11 Pessoas				36 Presenças
	2. Sessões Temáticas/ Oficinas (Formato hibrido - Ações de Informação e Sensibilização, Tertúlias)	Nivel Nacional (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	4	7	8	8	27
		Nº Participantes		25 pessoas				97 Presenças
	3. Atividades Culturais e Recreativas (GRC)	Sede Nacional (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	1	0	1	1	3
		Delegação da Região Norte (nº de sessões)	Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO	0	1	1	0	2
		Delegação da Região Centro (nº de sessões)	Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	0	0	1	1
		Nº Participantes		7 pessoas				7 Presenças
	4. Grupo de Cantares (Formato hibrido)	Nivel Nacional (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	0	2	3	3	8
		Nº Participantes		6 pessoas				8 Presenças
	5. Exposição de Desenho, Pintura e Fotografia	Nacional (Publicação em Canal de Youtube)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	1	1	1	3
	6. Jogos Recreativos (Formato hibrido)	Nivel Nacional	Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	1	1	1	3
	7. Edição de Antologia Poética prosa - conto	Nivel Nacional	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	0	0	1	1
Projeto + Cidadania (INR)	**1. SOS Sentir ADEB (Linha de Apoio à distância)**	Nivel Nacional, nº pessoas - Linha Telefónica	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	50	50	50	63	213
		Nivel Nacional, nº pessoas - Via email	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	51	50	40	48	189
	2. Ações de Informação e Sensibilização (Formato Hibrido)	Nivel Nacional (Lisboa, Porto, Coimbra, Aveiro Setúbal, Évora, Faro) - (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA .Av. Artur Ravara 35, 3810-164 AVEIRO Rua Camilo Castelo Branco, Apartado 140 - 2910-446 SETÚBAL Departamento de Psiquiatria de Hospital de Évora - Largo do Sr. da Pobreza, 7000-811 ÉVORA Rua Leão Penedo - 8000-386 FARO	1	1	4	2	8
		Nº Participantes		94 Pessoas				156 Presenças
	3. Aconselhamento Juridico (Formato Hibrido)	Nivel Nacional (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA	2	1	3	3	9
	4. Distribuição da Convenção (Formato Hibrido)	Nivel Nacional (nº de exemplares distribuidos)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	10	10	12	10	42

Metas Evolutivas a atingir, por timestre, durante o ano de 2025			Domicílios	2025				
				1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre	4º Trimestre	Total Previsional
Educação para a Saúde Mental								
Projeto Capacitar para Empregar (INR)	1. Avaliação e Acompanhamento Psicossocial (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra (nº de pessoas)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	19	25	19	21	84
	2. Apoio e Orientação Profissional (AOP) (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra (nº de pessoas)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	19	25	19	21	84
	3. GEPE - Grupo de Interajuda na Procura de Emprego (Formato Híbrido)	Nivel Nacional (nº de sessões)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	1	3	0	2	6
	4. GTSA - Grupos Terapeuticos de Stress e Ansiedade (Formato Híbrido)	Nivel Nacional	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO	0	1	1	1	3
	5. Porgrama de Promoção de Competências Pessoais e Sociais (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra (n º de dinamizações)	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	6	0	0	6
	6. Whorkshops " Técnicas de Procura Ativa de Emprego" (Formato Híbrido)	Nivel Nacional	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	1	0	1	2
	7. Ação de Sensibilização "Promoção da Empregabilidade" (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra, , Aveiro Setúbal, Évora, Faro	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA Av. Artur Ravara 35, 3810-164 AVEIRO Rua Camilo Castelo Branco, Apartado 140 - 2910-446 SETÚBAL Departamento de Psiquiatria de Hospital de Évora - Largo do Sr. da Pobreza, 7000-811 ÉVORA Rua Leão Penedo - 8000-386 FARO	1	1	4	2	8
	8. Ações de Mentoria e Promoção da Empregabilidade (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	0	1	0	0	1
	9. Planeamento e desenvolvimento de atividades (Formato Híbrido)	Lisboa, Porto, Coimbra	Qta do Cabrinha, AV de Ceuta, 53-Ljs E a J, 1300-125 LISBOA Urb. de Sta. Luzia, R. Aurélio da Paz dos Reis 357, Torre 5, r/c, Paranhos, 4250-068 PORTO Edf.Mondego, Av Fernão Magalhães, 619, 1º-Escritório 1.06 e 1.07, 3000-178 COIMBRA	1	1	1	1	4

02. Parcerias

02.1 Parcerias estabelecidas com Entidades Públicas

02.1.1	Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa (H.J.M.)
02.1.2	Centro Hospitalar de Lisboa Norte, E.P.E. (H.S.M.)
02.1.3	Centro Hospitalar de Lisboa, Ocidental, E.P.E.
02.1.4	Hospital Fernando Fonseca (Amadora)
02.1.5	Hospital São Francisco Xavier (Lisboa)
02.1.6	Hospital de São João, E.P.E. (Porto)
02.1.7	Hospital Magalhães de Lemos (Porto)
02.1.8	Hospital Sobral Cid (Coimbra)
02.1.9	Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra
02.1.10	Hospital do Espírito Santo, E. P.E (Évora)
02.1.11	Centro Hospitalar de Setúbal, E.P.E.
02.1.12	Centro Hospitalar do Algarve
02.1.13	Centro Hospitalar do Baixo Vouga (Aveiro)
02.1.14	Centro Hospitalar Tâmega e Sousa, E.P.E. (Penafiel)
02.1.15	Centro Hospitalar de Entre o Douro e Vouga, E.P.E.
02.1.16	Unidade Local de Saúde de Matosinhos

02.2 Parcerias a estabelecer com Entidades Públicas

02.2.1	Hospital Beatriz Ângelo (Loures)
02.2.2	Hospital Garcia de Horta, E.P.E. (Almada)
02.2.3	Hospital de Braga
02.2.4	Hospital de Vila Real

02.3 Parcerias a renovar com Entidades Privadas

02.3.1	Lilly Portugal, Lda.
02.3.2	Sanofi Aventis
02.3.3	AstraZeneca
02.3.4	Jansen Cilag
02.3.5	Bristol-Myers Squibb
02.3.6	GSK- GlaxoSmithKline

02.4 Parcerias estabelecidas com Autarquias e outras Entidades:

02.4.1	**Câmaras Municipais**: Lisboa; Sintra; Loures; Coimbra; Cantanhede; Matosinhos, Vila Nova de Gaia, Beja e Vila Nova de Poiares. **Junta de Freguesia:** Alcântara (Lisboa); Junta de Freguesia de Stª Mª dos Olivais (Lisboa); Junta de Freguesia de Paranhos (Porto).
02.4.2	**Redes Sociais:** Lisboa; Coimbra e Porto.
02.4.3	Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra, IPAV- Instituto Padre António Vieira, RARP-AMP- Rede de Apoio à Reabilitação Psicossocial da Área Metropolitana do Porto e Maiêutica - Instituto Universitário da Maia.

03. Metas para a Promoção da Saúde Mental - 2025

- Editar e publicar a Revista Bipolar em suporte digital, tendo em vista divulgar temas inovadores, científicos e técnicos, e testemunhos sobre as perturbações do humor Unipolar, Bipolar e Ansiosas.
- Realizar colóquios sobre temas relacionados com as doenças unipolar, bipolar e ansiosas com convívios conjugados com as Assembleias-Gerais da ADEB;
- Promover Sessões Psicopedagógicas, subordinadas a temas relacionados com a saúde mental em parcerias com os Hospitais, Autarquias e Escolas Secundárias.
- Reeditar e renovar o stock de materiais psicopedagógicos para satisfazer as crescentes solicitações dacomunidade;
- Comemorar o Dia Mundial da Perturbação Bipolar, a 30 de março de 2025;
- Planear, preparar, e festejar o 34º aniversário em 5 de Junho de 2025;
- Comemorar o Dia Mundial da Saúde Mental, a 10 de outubro de 2025, através da atualização e reedição do livro Depressão e Mania na primeira pessoa";
- Comemorar o Dia Europeu da Depressão, a 17 de outubro de 2025;
- Incentivar e promover o desenvolvimento das potencialidades criativas no campo das artes e das letras dos associados da ADEB;
- Organizar e realizar atividades culturais e recreativas;
- Participar em programas de esclarecimento público, sobre a saúde mental, nos órgãos de comunicação social;

Metas evolutivas a atingir, por trimestre, durante o ano de **2025**		2025				
		1º trimestre	2.º trimestre	3.º trimestre	4.º trimestre	Total Previsional
Educação para a Saúde **Mental**						
03.1.Edição da Revista Bipolar	Sede Nacional	1000	0	0	1000	2000
03.2.Edição de Guias, nº	Sede Nacional	1000	0	0	1000	2000
03.3.Edição Desdobráveis - n.º	Sede Nacional	0	5000	0	2500	7500
03.4.Colóquios; Encontros, Workshops,	Sede Nacional	0	1	0	1	2
	Delegação da Região Norte	0	0	0	1	1
	Delegação da Região Centro	0	0	0	1	1
03.5.Grupos Psicoeducativos, (GPE)	Sede Nacional	1	1		1	3
03.6.Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade,(GTSA)	GPE	1	2	1	1	5
03.7,Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida, (GPICS)	GTSA	1	1		1	3
03.8.Grupo Entreajuda para Procura de Emprego, (GEPE)	GPICS		1		1	2
03.9.Grupos Culturais e Recreativos, (GCR)	GEPE	1	1		1	3
03.10.Sessões de Promoção da Literacia em Saúde, (GPLS)	GCR		1	1	1	3
	Delegação da Região Norte:					
	GPE	1	1	0	0	2
	GTSA	0	1	0	1	2
	GIPS	0	0	1	0	1
	GEPE		1		1	2
	GCR		1		1	2
	Delegação da Região Centro:					
	GPE	0	0	0	0	0
	GTSA	0	1	0	1	2
	GPICS	0	0	0	0	0
	GEPE		1		1	2
	GCR		1		1	2
	Núcleo Distrito de Aveiro:					
	SPP		1			1
	Núcleo Distrito Évora:				1	1
	SPP		1		1	2
	Núcleo Distrito Faro:					
	SPP		1		1	2
	Núcleo Distrito Setúbal:					
	SPP		1		1	2

V - Introdução ao Orçamento Previsional para o ano 2025

A Direção da ADEB, tendo em conta os acordos e programas estabelecidos com as tutelas e entidades públicas, abaixo identificadas, compromete-se a manter e desenvolver as valências neles previstas e programadas, com o objetivo de promover mais e melhor saúde mental em Portugal.

01. Acordos e Programas Aprovados

01.1 Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Lisboa, Atípico, na Sede Nacional da ADEB a vigorar desde 30 de dezembro de 1998, o qual foi alvo de renovação no 2º semestre de 2004, passando a abranger 75 associados, em Grupos de Autoajuda (GAA).

01.2 Acordo Cooperação celebrado com o CRSS do Porto, Atípico, na D. R. Norte da ADEB a vigorar desde 1 de outubro de 2004, abrangendo 50 associados, em Grupos de Ajuda Mútua (GAM).

01.3 Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Coimbra, Atípico, na D. R. Cento da ADEB a vigorar desde 1 de outubro de 2006, contemplando 40 associados, em Fórum Sócio Ocupacional (FSO).

02. Receita de Quotas de Associados

Conforme estabelece o artigo n.º 10, nº 2, alínea a), dos Estatutos da ADEB, é dever dos associados: "***pagar pontualmente a anuidade tratando-se de associados efetivos***". por sua vez, o artigo n.º 14, n.º 1, alínea b), dos Estatutos da ADEB, determina que perdem a qualidade de associado: "os que deixarem de pagar as suas quotas (anuidade) durante doze meses consecutivos ou interpolados".

03. Receita de Joias e Quotas, ao abrigo da alínea a) do artigo 40º dos Estatutos da ADEB

Considerando que desde 2013, ou seja, durante 10 anos, não foram atualizadas as receitas e donativos estatutários previstos no artigo 40º, alínea a) foi decidido em reunião de Corpos Gerentes da ADEB, do dia 25 de novembro de 2023, aumentar a Joia para o valor de €20.00 (vinte euros) quando o utente é atendido formalmente e pessoalmente no âmbito da Avaliação Primária Social e Clínica, (APSC) bem como no ato de inscrição como associado.
Assim, foi ainda decidido na reunião, RCG, atualizar e aumentar o valor da quota para €50.00 (cinquenta euros) (anuidade) aquando da inscrição como associado, sendo a mesma liquidada em numerário, cheque ou vale de correio, na condição obrigatória do pagamento da anuidade do ano seguinte ser por Débito Direto.
Nesta sequência, tendo como referencial aquele princípio e regra, os novos associados inscritos a fim de serem admitidos como associados no 1ºsemestre pagam o valor da quota "anuidade", correspondente ao ano civil a que respeita, por inteiro ou seja 50.00€ (Cinquenta euros).
Os associados inscritos para serem admitidos no 2ºsemestre, ou seja, a partir de 1 de julho, passam a pagar a quota de 25.00€ (Vinte e cinco euros) correspondente ao ano civil a que respeita.
Foi, ainda, aprovado continuar a conceder a exceção do pagamento da anuidade por cheque, numerário ou vale correio e transferência bancária, condicionado a uma pré-avaliação social e económica pelo técnico que acolhe a inscrição como associado da ADEB.

Jóia e Quota de Associado	Periodicidade	Valor
Jóias	**Pagamento único**	**20 €** Vinte Euros)
Quota	**Anual**	**50 €** (Cinquenta Euros)

Apraz salientar que os Corpos Gerentes da ADEB, deliberaram em reunião, do dia 25 de novembro de 2023, reafirmar e manter a Tabela I e Tabela II, de comparticipações de acordo com a Portaria n.º 218-D/2019 de 15 de julho, e tendo por base fundamentos e normas previstas na alínea a) do artigo 23.º e artigo 40.º dos Estatutos da ADEB, analisadas e (re)aprovadas em Assembleia Geral Ordinária (AGO) da ADEB, realizada em 27 de novembro de 2023, a fim de continuar em vigor desde 1 de janeiro de 2025.

Tabela de **Comparticipações** dos **Associados** nas valências da **ADEB**

Escalões de **Rendimento** com Base **em percentagens** do **Ordenado Mínimo Nacional**		**Comparticipações** de **Associado** Tabela **I**	**Comparticipações** de **Associado** Tabela **II**
de	**a**		
0%	**30%**	4€ **(Quatro Euros)**	6€ (Seis **Euros)**
30%	**50%**	6€ (Seis **Euros)**	11€ **(Onze Euros)**
50%	**70%**	9€ (Nove **Euros)**	16€ **(Dezasseis Euros)**
70%	**100%**	13€ **(Treze Euros)**	21€ **(Vinte e Um Euros)**
100%	**150%**	21€ **(Vinte e Um Euros)**	26€ **(Vinte e Seis Euros)**
150%	-	26€ **(Vinte e Seis Euros)**	31€ **(Trinta e Um Euros)**

04. Quadro de Pessoal da ADEB

No quadro de pessoal da ADEB, a seguir identificado, constam as categorias profissionais e regime contratual, regulados pelo Contrato Coletivo de Trabalho acordado entre a CNIS e a Federação Nacional dos Sindicatos dos Trabalhadores em Funções Públicas e Sociais, publicado no BTE nº 47 de 22/12/2022.A Direção conseguiu estabelecer um quadro de recursos humanos, especializados e administrativos, com o objetivo de responder às solicitações da comunidade, e especialmente às pessoas com a doença Unipolar, Bipolar e Ansiosas que procuram, no dia-a-dia, um espaço que lhes proporcione uma maior consciência da doença, autoestima, autoconfiança, estabilidade emocional e ganhos de saúde.

Categoria **Profissional**	Local **/Delegação**	**N.º**	Regime de **Horário**	Regime **Contratual**
Psicólogos **Clínicos**	Sede **Nacional**	**2**	Full - **time**	Contrato sem **termo**
Psicólogos **Clínicos**	Sede **Nacional**	**1**	Full - **time**	Contrato com **termo**
Neuropsicólogo	Sede **Nacional**	**1**	Full - **time**	Contrato sem **termo**
Secretária **/Administrativa(o)**	Sede **Nacional**	**1**	Full - **time**	Contrato com **termo**
Psicóloga **Clínica**	Delegação Região **Norte**	**1**	**Full-Time**	Contrato sem **termo**
Assistente **Social**	Delegação Região **Norte**	**1**	**Full-Time**	Contrato sem **termo**
Psicóloga **Clínico**	Delegação Região **Centro**	**1**	**Full-Time**	Contrato sem **termo**
Assistente **Social**	Delegação Região **Centro**	**1**	**Full-Time**	Contrato com **termo**
Advogado	Sede **Nacional**	**1**	Part - **time**	Regime de **avença**

05. Admissão e inserção de Quadros Especializados ou licenciados em Estágio Profissional

A contratar, eventualmente, trabalhador(es) especializado(s) nas áreas das ciências sociais ou humanas durante o ano de 2025, em conformidade com as necessidades decorrentes da implementação e gestão de valências programadas pela ADEB, assim como poderão ser inseridos recém-licenciados, naquelas áreas, em Estágio Académico ou Profissional.

LEGISLAÇÃO PUBLICADA PELO CONSELHO MINISTROS E TUTELAS:

Assim, tendo em conta a inovação e fundamentação do Programa de Ação e Orçamento para o ano de 2025, os Corpos Gerentes (Assembleia Geral, Direção e Conselho Fiscal), eleitos na Assembleia Eleitoral,3 de dezembro de 2022, para o quadriénio 2022/2026, consideram que o mesmo se enquadra nos objetivos estatutários e valências instituídas na ADEB, tendo como objetivo primordial promover ganhos de saúde, qualidade de vida e autonomia às pessoas com as perturbações Unipolar, Bipolar e Ansiosas, e seus familiares e cuidadores.

Cumpre salientar, a publicação da Nova Lei a Saúde Mental, Lei nº 35/2023, de 28 de agosto, a qual consta como suplemento na revista Bipolar, nº 68, assim como uma apreciação jurídica sobre as essenciais alterações e inovações as quais não foram ao cerne das reivindicações dos utentes da saúde mental e seus familiares.

Assim, é preocupação desta Direção planear e gerir com responsabilidade, sustentabilidade e rigor o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2025.

Deste modo, se apresenta em pleno o Programa de Ação e Orçamento Provisional, para o ano 2025, a esta Assembleia Geral Ordinária, a fim de ser analisado e aprovado pelos associados.

Lisboa, 30 de Outubro de 2024

Vice-Presidente

Elisabete Teresa Saldanha

Direção Nacional da ADEB

Presidente

Delfim Augusto de Oliveira

Tesoureiro

Diana Ribeiro Couto

VI - Conta de Exploração Previsional para o ano 2025

01. Demonstração de Resultados Previsionais e Memória Justificativa (Euros)

Foram considerados, na elaboração da conta de exploração previsional a atualização de cerca de 3,5% na tabela de custos salariais para o ano de 2025. Não se prevê qualquer alteração à estrutura das valências da ADEB.

DEM.DE RESULTADOS PREVISIONAIS ANO 2025			RENDIMENTOS						
CÓDIGO		DEFINIÇÃO DA CONTA	SEDE NACIONAL REGIÃO DE LISBOA E VALE DO TEJO		DELEGAÇÃO REGIÃO NORTE		DELEGAÇÃO REGIÃO CENTRO		TOTAL
CTA	S/CONTA		PARCIAIS	SUB TOTAL	PARCIAIS	SUB TOTAL	PARCIAIS	SUB TOTAL	
72		**PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS**							
	721	Joias	3 500,00		890,00		640,00		
	722	Quotas	20 750,00		3 200,00		1 600,00		
	7271	Matrículas e Mensalidades	1 500,00		135,00		0,00		
				25 750,00	0,00	4 225,00	0,00	2 240,00	32 215,00
75		**SUBS.,DOAÇÕES E LEGADOS À EXPLORAÇÃO**							
	751	Subsíd. do Estado e outros entes públicos							
	7511	ISS, IP	95 746,00		75 967,00		68 060,00		
	7512	ISS, IP - Outros subsídios							
	7515	Autarquias	950,00						
	7516	IEFP	7 000,00						
	7517	Ministério da Saúde	30 000,00						
	7518	I.N. Reabilitação							
	75181	Apoio ao funcionamento	15 000,00						
	75182	Financiamento a Projetos	15 000,00						
	752	Subsídios de outras entidades	5 000,00						
	753	Doações e heranças	30 000,00		5 100,00		5 100,00		
			0,00	198 696,00	0,00	81 067,00	0,00	73 160,00	352 923,00
78		**OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS**							
	7816	Livros	2 472,00		348,00		204,00		
	7883	Imputação de subsídios para investimento							
	7888	Outros não especificados	1 368,00						
			0,00	3 840,00	0,00	348,00	0,00	204,00	4 392,00
79		**JUROS. DIVID.OUTROS REND.SIMILARES**							
	7911	Juros obtidos de depósitos	0,00						
	798	Outros rendimentos similares	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Total dos Rendimentos		**228 286,00**		**85 640,00**		**75 604,00**	**389 530,00**
		RESULTADO LIQUIDO DO EXERCÍCIO		*18 015,34*		*6 473,73*		*-9 396,75*	*15 092,32*
		T O T A L		**210 270,66**		**79 166,27**		**85 000,75**	**374 437,68**

01. (Cont.) Demonstração de Resultados Previsionais e Memória Justificativa (Euros)

DEM.DE RESULTADOS PREVISIONAIS ANO 2025			GASTOS						
CÓDIGO		DEFINIÇÃO DA CONTA	SEDE NACIONAL REGIÃO DE LISBOA E VALE DO TEJO		DELEGAÇÃO REGIÃO NORTE		DELEGAÇÃO REGIÃO CENTRO		TOTAL
CTA	S/CONTA		PARCIAIS	SUB TOTAL	PARCIAIS	SUB TOTAL	PARCIAIS	SUB TOTAL	
61		**CMVMC**							
	61211	Géneros alimentares							
62		**FORNECIMENTOS DE SERVIÇOS EXTERNOS**							
	622	**SERVIÇOS ESPECIALIZADOS**							
	6221	Trabalhos especializados	20 000,00		3 130,00		3 130,00		
	6223	Vigilância e segurança	240,00		500,00		50,00		
	6224	Honorários	2 500,00						
	62261	Cons. e reparação em equip.próprios	2 000,00		300,00				
	62262	Rep.,cons.adap.,equip.,edif.,alug.e.cedidos	2 000,00		500,00		500,00		
	6227	Serviços bancários	1 000,00						
	623	**MATERIAIS**							
	6231	Ferramentas e utens.desgaste rápido	1 500,00		150,00		150,00		
	6232	Livros e documentação técnica							
	6233	Material de escritório	2 700,00		350,00		300,00		
	62381	Artigos saúde utentes							
	62382	Jornais e revistas	800,00						
	624	**ENERGIA E FLUIDOS**							
	6241	Electricidade	1 900,00		1 450,00		1 215,00		
	6242	Combustiveis	1 000,00						
	6243	Água	800,00		350,00		150,00		
	625	**DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES**							
	6251	Deslocações e estadas	3 500,00		1 250,00		700,00		
	6252	Transportes de pessoal	600,00						
	626	**SERVIÇOS DIVERSOS**							
	6261	Rendas e alugueres	1 650,00		1 450,00		7 200,00		
	6262	Comunicação	3 100,00		1 250,00		300,00		
	6263	Seguros	450,00						
	6265	Contencioso e notariado							
	6266	Despesas de representação							
	6267	Limpeza, higiene e conforto	850,00		1 800,00		1 000,00		
	6268	Outros fornecimentos e serviços	100,00		150,00		100,00		
63		**CUSTOS COM O PESSOAL**							
	632	Remunerações certas	114 191,28		50 424,64		53 833,64		
	632	Remunerações adicionais	21 312,39		4 044,76		3 218,33		
	635	Encargos sobre remunerações	22 713,09		10 824,05		11 584,25		
	636	Seguros de acidentes de trabalho	2 170,00		870,00		910,00		
	6381	Saúde, Higiene Segurança	300,00		200,00		200,00		
	6383	Formação profissional	500,00	161 186,76	150,00	66 513,45	100,00	69 846,22	297 546,43
64		**GASTOS DEPRECIAÇÃO E AMORTIZAÇÃO**							
	642	Activos fixos tangíveis	1 858,90		22,82		359,53		
	643	Activos fixos intangíveis							
			0,00	1 858,90	0,00	22,82	0,00	359,53	2 241,25
68		**OUTROS GASTOS E PERDAS**							
	6811	Impostos diretos							
	6812	Impostos indiretos							
	6813	Taxas / ERS/ ERC	265,00						
	6882	Donativos							
	6883	Quotizações	270,00	535,00	0,00	0,00	0,00	0,00	535,00
69		**GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO**							
	691	Juros suportados	0,00						
			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		TOTAL		**210 270,66**		**79 166,27**		**85 000,75**	**374 437,68**

VII - Parecer do Conselho Fiscal

Ao vigésimo terceiro dia do mês de novembro do ano dois mil e vinte e quatro, reuniu o Conselho Fiscal da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares – ADEB, no Fórum Florbela Espanca da Sede Nacional, Av. de Ceuta, n.º 53, Lojas F/G, H/I e J,1300-125 Lisboa, a fim de analisar e aprovar o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2025. Estiveram presentes o Presidente, Vice-Presidente e Vogal do Conselho Fiscal, os quais emitiram o seguinte parecer:

1. Em primeiro lugar gostaríamos de referir que a elaboração do Plano de Actividades e Orçamento para 2025 foi iniciado pelo nosso presidente e sócio fundador da ADEB, Delfim Augusto Oliveira, que infelizmente no passado dia 10 de Novembro de 2024 nos deixou. Queremos deixar aqui um voto de pesar pelo seu falecimento, uma homenagem ao grande homem que ele foi para a ADEB e um agradecimento à sua enorme dedicação a esta associação e à causa da saúde mental em geral.

2. Foi publicada a Lei nº 35/2023, nova Lei da Saúde Mental, a qual se encontra publicada como Suplemento na revista Bipolar, nº 67. Encontram-se também publicadas duas apreciações à respetiva Lei, uma a nível jurídico e outra sobre um comentário de opinião de uma reputada Psiquiatra, publicado na revista Visão. Tendo em conta que, a Nova Lei de Saúde Mental, ainda vai ser sujeita a uma Portaria Regulamentar, a Direção da ADEB, emitirá a sua opinião e avaliação quando a mesma começar a ser posta em prática no terreno.

3. Mais uma vez salientamos, que foi atribuída pelo Governo a quantia de 88 milhões de euros, provenientes do PRR,à saúde mental, destinados a infraestruturas, sem que a ADEB tenha sido oscultada e contemplada.

4. Os Corpos Gerentes da ADEB informados e conscientes da dificuldade de concretização das metas traçadas, cumpre-lhes tomar medidas, definir objetivos, reorganizar as valências e os serviços prestados, assim como definir planos de atividades por delegações e traçar metas individuais no quadro e no âmbito do Programa de Ação e Orçamento para o ano 2025.

5. Analisado o Programa de Ação e Orçamento para 2025, constata-se que o mapa contabilístico de rendimentos derivados dos Acordos de Cooperação Atípicos com o Instituto de Segurança Social, o apoio financeiro e o apoio ao funcionamento pelo Instituto Nacional de Reabilitação (INR), as quotas e donativos, são demostrativos da suficiência de receitas para suportar os custos para uma gestão equilibrada, económica e financeira do exercício do ano de 2025.

6. Tendo em consideração as valências infra definidas, às mesmas deve ser dado especial relevo e serem concretizadas prioritariamente: a Admissão e Avaliação Primária Social e Clínica (APSC); o Acolhimento e Admissão de Novos Associados (AANA); o Acompanhamento em Reabilitação Social (ARPS); a PsicoterapiaCognitiva Comportamental (PCC); o Apoio aos Adolescentes (AA); o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD); os Grupos Psicoterapêuticos: Grupos Psicoeducativos (GPE); Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade (GTSA); Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida (GPICS); Grupos de Ajuda Mútua (GAM) e Fórum Sócio Ocupacional (FSO).

7. Assim, a todos os colaboradores da ADEB, trabalhadores e corpos sociais, se apela a terem uma atitude profissional, sentido da responsabilidade institucional, a promoverem a assertividade e produtividade, de modo a ser mantido o interesse, a vinculação e valorização dos serviços prestados, enquadrados nos objetivos e valências da ADEB.

8. A Direção da ADEB tendo em conta o plano orçamental para o ano 2025, deverá continuar a fazer uma administração responsável e equilibrada, a fim de satisfazer os compromissos para com os trabalhadores da ADEB, entidades públicas e privadas, seguros e fornecedores.

A Presidente do Conselho Fiscal colocou o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2025 à votação, tendo sido aprovado por unanimidade, e para constar se lavrou a presente Ata, a qual vai ser assinada pelos presentes

Presidente do Conselho Fiscal
da ADEB
Jocelina Isabel Basílio

Vice-Presidente do Conselho fiscal
da ADEB
Joana Margarida Plácido

Vogal do Conselho Fiscal
da ADEB
Monica Teresa Oliveira

VIII - Contactos

01. Sede Nacional da ADEB

Quinta do Cabrinha
Av. de Ceuta, n.º 53,
Lojas E/D/F/G/H/I e J
1300-125 LISBOA
Tel: 21 854 07 40 / 44 / 45
Fax: 21 854 07 49
Tlm: 96 898 21 50
adeb@adeb.pt

02. Delegação da Região Norte da ADEB

Urbanização de Santa Luzia
R. Aurélio da Paz dos Reis, n.º 357 Torre 5 - r/c, Paranhos
Tel: 22 606 64 14
Fax: 22 833 14 43
Tlm: 93 857 69 00 / 93 271 32 47
regiao_norte@adeb.pt

03. Delegação da Região Centro da ADEB

Edifício Mondego- Av. Fernão Magalhães, n.º619, 1.º Escritórios 1.06 e 1.07
3000-178 Coimbra
Tel: 23 981 25 74
Fax: 23 981 25 74
Tlm: 96 898 21 17
regiao_centro@adeb.pt

ADEB

Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares

IPSS de utilidade pública com fins de saúde e sociais

ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification
Nº 001476