



Associação de Apoio aos Doentes
Depressivos e Bipolares
IPSS de utilidade pública com fins de Saúde

PROGRAMA DE AÇÃO E ORÇAMENTO PARA O ANO 2026





CONVOCATÓRIA

SÁBADO 22 DE NOVEMBRO DE 2025 - PORTO

Convocam-se todos os associados da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares, ADEB, com a quota em dia referente ao ano de 2025, a comparecer no dia **22 de novembro de 2025, a partir das 10:00 horas**, na Assembleia Geral Ordinária, ao abrigo do n.º 1 c) do artigo 28º dos Estatutos da ADEB, a **realizar-se presencialmente na Casa do Infante, na Rua da Alfândega 10, 4050-029 Porto**.

E online via zoom com acesso através do link <https://us06web.zoom.us/j/86902399299>

Com a seguinte ordem de trabalhos:

- I) Análise e aprovação do Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026;
- II) Colóquio com o tema “A Perturbação Bipolar e o seu tratamento” a cargo da Professora Doutora Lia Fernandes, Médica Psiquiatra e Professora Catedrática da Faculdade de Medicina do Porto. Fundadora da ADEB Porto
- III) Outros assuntos

Após a Assembleia Geral vai ter lugar um almoço convívio na zona da Ribeira, no Restaurante MUST FOOD & WINE seguido de um passeio pela zona da Ribeira.



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 Ação 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, sem fins lucrativos.

A ação da ADEB visa desenvolver a sua atividade em todo o território nacional, através das 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 serviço 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.

CERTIFICAÇÃO DE QUALIDADE ISO 9001:2015

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 2026, os seguintes:

- Assumir o elevado padrão de qualidade nas valências prestadas pela ADEB, mantendo ou superando os níveis de satisfação dos utentes atingidos em 2025;
- Integrar os dados globais do desempenho do Sistema de Gestão da Qualidade no Relatório da Direção e Contas de 2025, a apresentar no ano de 2026;
- 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.

OBJETIVOS PRINCIPAIS DA ADEB

Implementar respostas 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; 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;

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.;

Manter 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 ideias 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 expectativas, 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 e Bipolar;

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 Psicológico e Social ao Domiciliário - 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 doença Unipolar ou Bipolar, 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 e Bipolar;

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 associados ativos, entidades públicas e privadas e comunicação social;

- i) Inovação e atualização do Site www.adeb.pt, da página do Facebook e Instagram com temáticas alusivas à saúde mental, 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 da Depressão e Perturbação Bipolar;
- 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 mental.

INTERVENÇÃO EM GRUPO NA ADEB

O desenvolvimento dos Grupos de Ajuda Mútua ou de Auto Ajuda e dos Grupos Psicoeducativos são extremamente importantes. Os Grupos de Auto Ajuda visam a promoção de partilha entre pessoas com experiências semelhantes vividas de doença depressiva ou bipolar, ou como familiares, combatendo o isolamento e o estigma e normalizando sentimentos e pensamentos frequentemente presentes nas pessoas com estes diagnósticos, ou nos seus familiares. Os Grupos Psicoeducativos visam 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 e Bipolar.

Os Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade, visam mudar e reestruturar padrões de pensamento, aprender técnicas de relaxamento e promover técnicas de assertividade e de afirmação pessoal;

Os Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida, abordam este fenómeno complexo e multidimensional de ordem psicopatológica, antropológica, psicológica e social, visando proporcionar mais entendimento e estratégias para a gestão deste difícil sintoma presente, por vezes, nestas patologias.

METAS QUANTITATIVAS PARA O ANO 2026

Com base no trabalho desenvolvido no ano 2025, perspetivamos que no ano 2026 se venham a concretizar os seguintes objetivos e metas nas valências e serviços da ADEB:

Tabela 1.

VALÊNCIAS E SERVIÇOS		METAS
Número de novos associados		90
SOS SENTIR ADEB Contactos via telefone – Número de pessoas apoiadas		370
Avaliação Primária Social e Clínica – (primeira consulta de triagem utentes)		150
Avaliação Primária Social e Clínica – (primeira consulta de triagem familiares)		30
Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica - Número de Associados abrangidos		310
Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica - Número de Atendimentos realizados		2300
Apoio a Adolescentes - Número de associados		10
Apoio a Adolescentes - Número de Sessões		30
Serviço de Apoio Psicológico e Social ao Domicílio número de consultas		40
Grupos Psicoeducativos e Psicoterapêuticos		10
Apoio e Orientação Profissional - Número de Pessoas apoiadas		50
Fórum Sócio Ocupacional - Número de Utentes Delegação da Região Centro Coimbra		40
Atividades Sócio Culturais e Desportivas Número de Sessões		80
Grupos de Ajuda Mútua	Sede Nacional	75

Número de Sócios abrangidos	Delegação da Região Norte	50
Grupos de Ajuda Mútua de Familiares - Número de Presenças		80
Sessões Psicopedagógicas	LISBOA	5
	PORTO	2
	COIMBRA	2
	ÉVORA	1
	FARO	1
	AVEIRO	1
	BRAGA	1
	SETÚBAL	1
Número de Colóquios		2
Materiais Psicopedagógicos distribuídos		2000
Aconselhamento Jurídico - Número de Sessões		30

AÇÕES A DESENVOLVER COMPLEMENTARMENTE AOS SERVIÇOS E VALÊNCIAS INSTITUIDOS NA ADEB

A ADEB tem vindo, ano após ano, a ter um papel relevante na área da Saúde Mental, devido à implementação, junto da comunidade e dos associados, dos seus objetivos estatutários, no desenvolvimento das valências e programação das atividades sociais e de saúde mental contempladas neste Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026.

Neste âmbito, no ano 2026, a ADEB pretende:

- ❖ Editar e publicar a Revista Bipolar 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 patologias Unipolar e Bipolar e 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.
- ❖ Comemorar o Dia Mundial da Perturbação Bipolar, a 30 de março de 2026;
- ❖ Celebrar o 35º Aniversário em junho de 2026;
- ❖ 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 (caminhadas, Pilates, relaxamento, dança, visita a museus);
- ❖ Participar em programas de esclarecimento público, sobre a saúde mental, nos órgãos de comunicação social;
- ❖ Dinamizar workshops de pintura e expressão criativa;
- ❖ Realizar um concurso de fotografia;
- ❖ “Palco Aberto” - Dinamizar uma peça de teatro, escrita e interpretada por associados da ADEB;
- ❖ Publicação de um livro de testemunhos sobre a experiência de lidar com um diagnóstico de Depressão ou doença Bipolar;
- ❖ Criar uma rede de associados, familiares, estudantes e pessoas na comunidade para participar em projetos da ADEB, promovendo a sua integração;
- ❖ Dinamizar um podcast “Altos e Baixos”;
- ❖ Ações de sensibilização sobre saúde mental dirigidas especificamente a grupos profissionais como professores, administrativos, auxiliares hospitalares, enfermeiros, forças de segurança e bombeiros;
- ❖ Campanhas digitais sobre temas de saúde mental;
- ❖ Tardes de cinema sobre Saúde Mental na Cinemateca seguidas de debate.

ACORDOS DE COOPERAÇÃO NO ANO 2026

- ❖ Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Lisboa, Atípico, na Sede Nacional da ADEB A vigorar desde 30 de dezembro de 1998, alvo de renovação no 2º semestre de 2004, passando a abranger 75 associados, em Grupos de Autoajuda (GAA).
- ❖ Acordo Cooperação celebrado com o CRSS do Porto, Atípico, na Delegação Regional Norte da ADEB. A vigorar desde 1 de outubro de 2004, abrangendo 50 associados, em Grupos de Ajuda Mútua (GAM);
- ❖ Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Coimbra, Atípico, na Delegação Regional Cento da ADEB. A vigorar desde 1 de outubro de 2006, contemplando 40 associados, em Fórum Sócio Ocupacional (FSO).

Estes Acordos de Cooperação em Lisboa e Porto estão em fase de análise para possível transição para Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência e Incapacidade (CAARPD) no ano 2026.

INSTITUTO NACIONAL PARA A REABILITAÇÃO INR

A ADEB candidatou-se ao Programa de Financiamento a Projetos INR 2026 com dois projetos: ManifestAR-TE e SensibilizAR-TE, pendentes ainda de aprovação por altura da realização desta Assembleia Geral Ordinária de 22 de novembro de 2025. Vai ser também realizada uma candidatura ao Apoio ao Funcionamento do INR, a ser concluída até ao final do ano 2025, com vigência para o ano 2026.

QUOTA ANUAL E JOIA DA ADEB

Foi decidido em reunião de Direção da ADEB, do dia 7 de novembro de 2025, manter a Joia no valor de €20.00 (vinte euros) quando o utente é atendido no âmbito da Avaliação Primária Social e Clínica, (APSC) ou no ato de inscrição como associado.

Foi ainda decidido manter o valor da quota anual em €50.00 (cinquenta euros), anuidade, aquando da inscrição como associado. Os novos associados inscritos como associados no 1º semestre 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 2º semestre, ou seja, a partir de 1 de julho, pagam a quota de 25.00€ (Vinte e cinco euros) correspondente ao ano civil a que respeita.

Tabela 2.

Joia e Quota de Associado	Periodicidade	valor
Joia	Pagamento único	20 €
Quota de associado	Pagamento anual	50 €

REGULAMENTO DAS COMPARTICIPAÇÕES DOS ASSOCIADOS NAS VALÊNCIAS DA ADEB

Em baixo constam os valores da Tabela I e da Tabela II que constam do Regulamento das Comparticipações dos Associados nas Valências da ADEB, calculados de acordo com Portaria nº218-D/2019 de 15 de julho, indexada à Retribuição Mensal Mínima Garantida (RMMG). Foi mantida sem alterações a tabela I e atualizada a Tabela II na Reunião da Direção da ADEB, do dia 7 de novembro de 2025, com entrada em vigor a partir de 1 de janeiro do ano 2026.

Tabela 3.

Escalões de Rendimento com base na Retribuição Mensal Mínima Garantida (RMMG) (%)			TABELA I - Comparticipação mensal dos Associados inseridos em Grupos de Ajuda Mútua, GAM, FSO, USO e CAARPD	TABELA II - Comparticipação dos Associados por atendimento e acompanhamento individual na área e especialidades de Psicologia Clínica, Terapia Cognitivo Comportamental e Neuropsicologia
De	A			
0%	30%	1º	4€ (quatro euros)	6€ (seis euros)
30%	50%	2º	6€ (seis euros)	12€ (doze euros)
50%	70%	3º	9€ (nove euros)	18€ (dezoito euros)
70%	100%	4º	13€ (treze euros)	23€ (vinte e três euros)
100%	150%	5º	21€ (vinte e um euros)	29€ (vinte e nove euros)
150%	-	6º	26€ (vinte e seis euros)	34€ (trinta e quatro euros)

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, previsto para o ano 2026:

Tabela 4.

Local	Categoria profissional	N.º	Horário	Regime contratual
Sede nacional	Diretora de serviços clínicos*	1	Full time	Sem termo
	Psicólogo clínico	2	Full time	Sem termo
	Psicólogo clínico	2	Full time	Com termo
	Assistente social	1	Full time	Sem termo
	Administrativo	1	Full time	Com termo
Delegação Norte	Psicólogo	2	Full time	Sem termo
	Psicólogo	1	Part time	Avença
	Assistente social**	1	Full time	Sem termo
Delegação Centro	Psicóloga	1	Full time	Sem termo
	Assistente social	1	Full time	Com termo
	Animadora sócio educativa	1	Full time	Sem termo
Nacional	Advogado	1	Part time	Avença

*Acumula funções de psicóloga

**Acumula funções de administrativa

No ano 2025 a ADEB contratou um estagiário profissional da área de psicologia clínica na sede nacional, planeando contratar outro para a Delegação Norte em 2026, contando que estes profissionais possam, caso assim a Direção o entenda, vir a ser enquadrados nos quadros da ADEB em 2026. A Animadora Sócio Educativa da Delegação Centro encontra-se em 2025 em part time, estimando-se que passe a full time em 2026.

PARECER DA DIREÇÃO DA ADEB

Tendo em conta a fundamentação do Programa de Ação e Orçamento para o ano de 2026, os Corpos Gerentes (Assembleia Geral, Direção e Conselho Fiscal), eleitos na Assembleia Geral Eleitoral Extraordinária de 18 de outubro de 2025, consideram que o mesmo se enquadra nos objetivos estatutários e valências instituídas na ADEB.

Desta forma, é objetivo desta Direção da ADEB planear e gerir com responsabilidade, sustentabilidade e rigor o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026.

Por estes motivos, se apresenta o projeto de Programa de Ação e Orçamento Previsional, para o ano 2026, nesta Assembleia Geral Ordinária, a fim de ser analisado e aprovado pelos associados da ADEB.

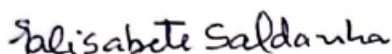
Porto, 22 de novembro de 2025

Presidente da Direção



Renata Frazão

Vice-Presidente da Direção



Elisabete Saldanha

Tesoureiro



Rogério Saldanha

CONTA DE EXPLORAÇÃO PREVISIONAL PARA O ANO 2026

Na elaboração deste Orçamento previsional da ADEB para o ano 2026, foram tidas em conta as seguintes circunstâncias:

- ❖ Incerteza gerada pelo conflito armado que ainda decorre na Europa e impacto das alterações tarifárias;
- ❖ Atualização prevista de 2.2% no nível médio dos preços;
- ❖ Revisão/atualização dos ordenados e, exceto no que a lei determine, um aumento em janeiro de 2026 de 3% no vencimento base dos colaboradores;
- ❖ No capítulo das remunerações foi considerado como RMMG para 2026 o valor de 920€;
- ❖ Aumento no valor a pagar pelos associados nas Comparticipação tabeladas por atendimento e acompanhamento individual na área e especialidades de Psicologia Clínica, Terapia Cognitivo Comportamental e Neuropsicologia, (Tabela 3.);
- ❖ Manutenção dos atuais colaboradores e perspetiva de aumento da equipa (Tabela 4);
- ❖ Previsão de manutenção da estrutura das valências e serviços da ADEB.

Daqui decorre a previsão de saldo global positivo de 9078,54 euros no ano 2026.

DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS PREVISIONAIS PARA O ANO 2026

   DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026					
CLASSE 7		RENDIMENTOS			
CONTA	RUBRICA	TOTAL	3102-Grupo de Autoajuda - Sede	3102-Grupo de Autoajuda - Deleg.Norte	2401-Fórum Sócio Ocupacional - Deleg.Centro
71	VENDAS	0,00			
72	PRESTAÇÕES SERVIÇOS	34 675,00	26 200,00	5 535,00	2 940,00
721	QUOTAS UTILIZADORES (MATRÍCULAS/MENSALIDADES)	1 635,00	1 500,00	135,00	0,00
722/728	OUTROS SERVIÇOS	33 040,00	24 700,00	5 400,00	2 940,00
73	VARIAÇÃO NOS INVENTÁRIOS DA PRODUÇÃO	0,00			
74	TRABALHOS PARA A PRÓPRIA ENTIDADE	0,00			
75	SUBSÍDIOS, DOAÇÕES E LEGADOS À EXPLORAÇÃO	331 464,52	172 967,52	82 324,48	76 172,52
751	SUBSÍDIOS ESTADO E OUTROS ENTES PÚBLICOS	283 964,52	135 467,52	78 324,48	70 172,52
7511	ISS, IP	247 214,52	98 717,52	78 324,48	70 172,52
7512	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS	36 750,00	36 750,00		
752	SUBSÍDIOS DE OUTRAS ENTIDADES	0,00			
753	DOAÇÕES E HERANÇAS	47 500,00	37 500,00	4 000,00	6 000,00
754	LEGADOS	0,00			
76	REVERSÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
761	DE DEPRECIAÇÕES E AMORTIZAÇÕES	0,00			
762	DE PERDAS POR IMPARIDADE	0,00			
763	DE PROVISÕES	0,00			
764	DE PROVISÕES ESPECÍFICAS	0,00			
77	GANHOS POR AUMENTOS DE JUSTO VALOR	0,00			
78	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	3 950,00	3 300,00	450,00	200,00
781	RENDIMENTOS SUPLEMENTARES	2 650,00	2 000,00	450,00	200,00
782 / 787	OUTROS RENDIMENTOS EM ATIVOS	0,00			
788	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	1 300,00	1 300,00	0,00	0,00
7881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	0,00			
7883	IMPUTAÇÃO DE SUBSÍDIOS DE INVESTIMENTO	0,00			
7882-7884/7	RENDIMENTOS E GANHOS EM ATIVOS	0,00			
7888	OUTROS NÃO ESPECIFICADOS	1 300,00	1 300,00		
79	JUROS, DIVIDENDOS E OUTROS RENDIMENTOS SIMILARES	0,00	0,00		
TOTAL RENDIMENTOS		370 089,52	202 467,52	88 309,48	79 312,52

   DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026					
CLASSE 6		GASTOS			
CONTA	RUBRICA	TOTAL	3102-Grupo de Autoajuda - Sede	3102-Grupo de Autoajuda - Deleg.Norte	2401-Fórum Sócio Ocupacional- Deleg.Centro
61	CUSTO MERCADORIAS E MATÉRIAS CONSUMIDAS	0,00			
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	66 860,00	39 900,00	12 315,00	14 645,00
621	SUBCONTRATOS	0,00			
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	30 710,00	24 000,00	3 915,00	2 795,00
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	20 800,00	16 000,00	2 400,00	2 400,00
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	0,00			
6223	VIGILÂNCIA E SEGURANÇA	2 280,00	1 250,00	1 000,00	30,00
6224	HONORÁRIOS	2 000,00	2 000,00		
6225	COMISSÕES	0,00			
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	4 450,00	3 600,00	500,00	350,00
6227	SERVIÇOS BANCÁRIOS	1 180,00	1 150,00	15,00	15,00
6228	OUTROS	0,00			
623	MATERIAIS	3 700,00	3 250,00	300,00	150,00
6231	FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS DE DESGASTE RÁPIDO	600,00	500,00	50,00	50,00
6232	LIVROS E DOCUMENTAÇÃO TÉCNICA	0,00			
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	2 850,00	2 500,00	250,00	100,00
6234	ARTIGOS PARA OFERTA	0,00			
6235	MATERIAL DE DIDÁTICO	0,00			
6236	ROUPARIA	0,00			
6237	VESTUÁRIO E CALÇADO UTENTES	0,00			
6238	OUTROS	250,00	250,00		
624	ENERGIA E FLUIDOS	6 550,00	3 400,00	1 750,00	1 400,00
6241	ELETRICIDADE	4 250,00	1 600,00	1 400,00	1 250,00
6242	COMBUSTÍVEIS	1 000,00	1 000,00		
6243	ÁGUA	1 300,00	800,00	350,00	150,00
6248	OUTROS	0,00			
625	DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	5 600,00	3 250,00	1 550,00	800,00
6251	DESLOCAÇÕES E ESTADAS	5 100,00	3 200,00	1 300,00	600,00
6252	TRANSPORTES DE PESSOAL	500,00	50,00	250,00	200,00
6253	TRANSPORTES DE MERCADORIAS	0,00			
6258	OUTROS	0,00			
626	SERVIÇOS DIVERSOS	20 300,00	6 000,00	4 800,00	9 500,00
6261	RENDAS E ALUGUERES	11 190,00	1 600,00	1 550,00	8 040,00
6262	COMUNICAÇÃO	4 400,00	3 100,00	1 200,00	100,00
6263	SEGUROS	760,00	700,00		60,00
6264	ROYALTIES	0,00			
6265	CONTENCIOSO E NOTARIADO	0,00			
6266	DESPEAS DE REPRESENTAÇÃO	0,00			
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	3 600,00	500,00	1 900,00	1 200,00
6268/9	OUTROS SERVIÇOS	350,00	100,00	150,00	100,00

   DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS PREVISIONAIS 2026					
63	GASTOS COM PESSOAL	292 163,59	158 771,83	59 418,42	73 973,34
631	REMUNERAÇÕES DOS ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	240 810,41	132 177,77	48 514,12	60 118,52
6321	REMUNERAÇÕES CERTAS	218 512,31	119 364,31	45 400,48	53 747,54
6322	REMUNERAÇÕES ADICIONAIS	22 298,10	12 813,46	3 113,66	6 370,98
633	BENEFÍCIOS PÓS-EMPREGO	0,00	0,00	0,00	0,00
6332	PESSOAL	0,00			
634	INDEMNIZAÇÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
6342	PESSOAL	0,00			
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	47 623,18	24 574,06	10 124,30	12 924,82
6352	PESSOAL	47 623,18	24 574,06	10 124,30	12 924,82
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS	3 130,00	1 720,00	630,00	780,00
6362	PESSOAL	3 130,00	1 720,00	630,00	780,00
637	GASTOS DE AÇÃO SOCIAL	0,00	0,00	0,00	0,00
6372	PESSOAL	0,00			
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	600,00	300,00	150,00	150,00
6382	PESSOAL	600,00	300,00	150,00	150,00
64	GASTOS DE DEPRECIAÇÃO E AMORTIZAÇÃO	1 452,39	932,19	29,34	490,86
641	PROPRIEDADES DE INVESTIMENTO	0,00			
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	1 452,39	932,19	29,34	490,86
643	ATIVOS INTANGÍVEIS	0,00			
65	PERDAS POR IMPARIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
651	DE DÍVIDAS A RECEBER	0,00			
652	DE INVENTÁRIOS	0,00			
653/658	PERDAS EM OUTROS ATIVOS	0,00			
66	PERDAS POR REDUÇÃO DE JUSTO VALOR	0,00			
67	PROVISÕES DO PERÍODO	0,00			
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	535,00	535,00	0,00	0,00
681	IMPOSTOS	265,00	265,00		
682/687	OUTROS GASTOS E PERDAS EM ATIVOS	0,00			
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	270,00	270,00	0,00	0,00
6881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	0,00			
6882	DONATIVOS	0,00			
6883	QUOTIZAÇÕES	270,00	270,00		
6884/8	OUTROS GASTOS E PERDAS	0,00			
689	CUSTOS C/ APOIOS FIN. CONCEDIDOS A ASS. OU UTENTES	0,00			
69	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	0,00			
	TOTAL GASTOS	361 010,98	200 139,02	71 782,76	89 109,20
CLASSE 8 RESULTADOS					
85	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	9 078,54	2 328,50	16 546,72	-9 796,68
86	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	0,00			
88	RESULTADO LÍQUIDO	9 078,54	2 328,50	16 546,72	-9 796,68

 FONTES DE FINANCIAMENTO					
1 FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE EXPLORAÇÃO					
ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	RECISTO CONTABILÍSTICO 75 - EXPLORAÇÃO			
ISS, IP	ACORDOS DE COOPERAÇÃO				
	2303-Unidade de Apoio Integrado				
	2401-Forum Socio ocupacional		70 172,52		
	2402-Unidade de Vida Protegida				
	3101-Academico/Acompanhamento Social				
	3102-Grupo de Autoajuda		177 042,00		
	3103-Centro Comunitario				
	3402-Casa de Abrigo				
	4101-Apolo Domiciliario para Guarda de Crianças				
	0000-Residência Autônoma				
	Outros acordos				
	PROTOCOLOS				
	Sensibilizar, Envolver, Renovar, Esperança, Mais (SERE +)				
	Rendimento Social de Inserção (RSI)				
	Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI)				
	Linha Nacional Emergência Social (LINES)				
	Outros protocolos				
	PROGRAMAS				
	Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF)				
	Contratos Locais de Desenvolvimento Social (CLDS)				
	Medida de Apoio à Segurança dos Equipamentos Sociais (MASES)				
	Programa Conforto Habitacional Para Pessoas Idosas (PCHI)				
	Outros programas				
	FUNDOS				
	Reequilíbrio Financeiro				
	Compensação Sócioeconómica				
	Outros fundos				
	IEFP, IP	Acordos de Cooperação			
		Protocolos			
		Programas		5 750,00	
Fundos					
Outros					
Autarquias	Acordos de Cooperação				
	Protocolos				
	Programas				
	Fundos				
	Outros		1 000,00		
Ministério da Saúde	Acordos de Cooperação				
	Protocolos				
	Programas				
	Fundos				
	Outros				
Outras Entidades Públicas	Acordos de Cooperação				
	Protocolos				
	Programas				
	Fundos				
	Outros		30 000,00		
TOTAL			283 964,52		
2 FINANCIAMENTO PÚBLICO - COMPONENTE INVESTIMENTO					
ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	RECISTO CONTABILÍSTICO 50 - INVESTIMENTO	FLUXO FINANCEIRO		
ISS	PROGRAMAS		0,00	0,00	
	PIBAC				
	Outros				
	FUNDOS		0,00	0,00	
	FSS				
Autarquias	OUTROS		0,00	0,00	
	Outros				
	Programas				
	Fundos				
	Outros				
Outras Entidades Públicas	Programas				
	Fundos				
	Outros				
TOTAL			0,00	0,00	
3 FINANCIAMENTO PRIVADO					
ENTIDADES FINANCIADORAS	RUBRICA FINANCIAMENTO	RECISTO CONTABILÍSTICO		FLUXO FINANCEIRO	
		75 - EXPLORAÇÃO	50 - INVESTIMENTO		
Diversos	Doações e legados à exploração	47 500,00			

PARECER DO CONSELHO FISCAL

Ao sexto dia do mês de novembro do ano dois mil e vinte e cinco, reuniu o Conselho Fiscal da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares, ADEB, via zoom, a fim de analisar e aprovar o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026.

Estiveram presentes a Vice-Presidente Marta Gomes, a Vogal Teresa Lopes e a Vogal Nadine Santos, as quais emitiram o seguinte parecer:

Analisado o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026, constata-se que o mapa contabilístico de rendimentos derivados dos Acordos de Cooperação Atípicos com o Instituto de Segurança Social, assim como o financiamento de projetos e ao funcionamento, previstos para o ano que vem, pelo Instituto Nacional de Reabilitação (INR), com as quotas e donativos, permitem à ADEB manter um funcionamento regular, no cumprimento dos seus compromissos legais e financeiros.

Realça-se que o aumento de elementos da equipa a nível nacional, o investimento contínuo na formação dos mesmos, a mudança de alguns dos fornecedores mais antigos e a substituição, há muito necessária, de alguns equipamentos informáticos, assim como as obras na sede nacional, e nas delegações, foram investimentos necessários para a continuação do trabalho da ADEB e também, para um aumento de perspetiva do seu crescimento.

Espera-se, com base no esforço financeiro efetuado, que a ADEB venha a aumentar a sua capacidade de resposta, progressivamente, e que isso se traduza num aumento de abrangência, quer de respostas providenciadas, quer de associados abrangidos.

A Direção da ADEB propõe-se continuar a fazer uma gestão responsável e equilibrada no ano 2026, a fim de satisfazer os compromissos com os colaboradores da ADEB, entidades públicas e privadas, seguros e fornecedores.

A Vice-Presidente do Conselho Fiscal colocou o Programa de Ação e Orçamento para o ano 2026 à votação, tendo sido aprovado por unanimidade, e para constar se lavrou a presente Ata, a qual vai ser assinada por

Vice-Presidente



Marta Gomes

Vogal



Teresa Lopes

Vogal



Nadine Santos

CONTACTOS DA ADEB

1. SEDE NACIONAL (LISBOA)

Av. de Ceuta, n.º 53, Lojas E/D/F/G/H/I e J

1300-125 Lisboa

Tel.: 21 854 07 40/5

Tlm: 92 411 23 44 / 96 616 57 43

Email: adeb@adeb.pt

2. DELEGAÇÃO NORTE (PORTO)

Urbanização de Santa Luzia, Rua Aurélio da Paz dos Reis, nº357, Torre5. R/C Paranhos,

4250-068 Porto

Tel.: 22 606 64 14/ 22 833 14 42

Tlm: 93 271 32 47 / 93 857 69 00

Email: regiao_norte@adeb.pt

3. DELEGAÇÃO CENTRO (COIMBRA)

Edifício Mondego- Av. Fernão de Magalhães, nº 619. 1º, Escritórios 1.06 e 1.07,

3000-178 Coimbra

Tel./Fax: 23 981 25 74

Tlm: 919 271 769 / 96 898 21 17

Email: regiao_centro@adeb.pt

CERTIFIED
ISO 9001

