

Como se associar?

Quais os documentos necessários para me associar e os valores a pagar?

- Fotocópia do cartão de cidadão ou do B.I., cartão de contribuinte, cartão de beneficiário e cartão de utente;
- Declaração passada pelo Médico de Família ou Psiquiatra onde conste o diagnóstico da patologia Unipolar (Depressão) ou Bipolar;
- Uma fotografia tipo passe;
- Número de Identificação Bancária (NIB).

Jóia e Quota de Associado	Periodicidade	Valor
Jóia	Pagamento único	15 € (Quinze Euros)
Quota de Associado	Annual	40 € (Quarenta Euros)

De acordo com o Regulamento anexo à portaria 196-A/2015 de 1 de Julho, publicada pelo Ministério da Solidariedade, Emprego e Segurança Social, é obrigatório rever as comparticipações familiares devidas pela utilização dos serviços e equipamentos onde se desenvolvem respostas sociais. Deste modo, no ato de inscrição, efetua-se uma avaliação económica e social a todos os associados, no segundo semestre de cada ano civil, tendo por base os rendimentos e despesas do ano anterior, com vista à determinação das comparticipações a pagar pelo usufruto das valências e serviços prestados pela ADEB, conforme tabela e escalões abaixo estabelecidos:

Escala de rendimento com base em percentagens do Ordenado Mínimo Nacional (%)		Comparticipações do Associado (€)
de	a	
0%	30%	2 € (Dois Euro)
30%	50%	4 € (Quatro Euros)
50%	70%	7 € (Sete Euros)
70%	100%	10 € (Dez Euros)
100%	150%	15 € (Quinze Euros)
150%	-	20 € (Vinte Euros)

Para tal, deve fazer-se acompanhar da seguinte documentação:

- Demonstração líquida de IRS do agregado familiar (Nota de liquidação);
- Despesas fixas do agregado familiar dos últimos 3 meses, relativas a renda de casa ou prestação devida pela aquisição de habitação, desde que inferiores a um Índice de Apoios Sociais (419.22€);
- Despesas com transportes dos últimos 3 meses até ao valor máximo da tarifa de transporte da zona de residência;
- Despesas com medicação psiquiátrica dos últimos 3 meses.



Sede Nacional da ADEB

Quinta do Cabrinha, Avenida Ceuta,

Nº 53-lj F-J
1300-125 LISBOA

Telefone: 21 854 07 40/8
Fax: 21 854 07 49
Telemóvel: 96 898 21 50

Delegação da Região Norte

Rua Aurélio P Reis 357-r/c, Porto
4250-068 PORTO

Telefone: 22 606 64 14 / 22 833 14 42
Fax: 22 833 14 43
Telemóvel: 96 898 21 42
Email: regio_norte@adeb.pt

Delegação da Região Centro

Rua Central, nº 82, Mesura-Santa Clara
3040-197 Coimbra

Telefone: 23 981 25 74
Fax: 23 981 25 74
Telemóvel: 96 898 21 17
Email: regio_centro@adeb.pt



www.facebook.com/adeb.pt

Nº. de Contribuinte: 502610760
www.adeb.pt



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



SEDE NACIONAL
ATIVIDADES
PROGRAMADAS
1º SEMESTRE DE 2016

Sessões Psicopedagógicas (SPP)
Grupos de Ajuda-Mútua (GAM)
Comunicação aos Associados ADEB

CARO (A) ASSOCIADO (A)

A Direção da ADEB vem pelo presente levar ao conhecimento dos seus associados a programação para o 1º semestre de 2016, tendo como meta desenvolver um dos objetivos da ADEB, que visa promover a informação, o esclarecimento e o combate ao estigma, através da realização de Sessões Psicopedagógicas regulares junto dos seus associados com o diagnóstico de Depressão e perturbação Bipolar e seus familiares.

Assim, as Sessão Psicopedagógicas a realizar neste semestre, compreendem os seguintes temas:

⇒ Cuidado, Reabilitação e Habilitação na Doença Unipolar e Bipolar

Oradora: Renata Frazão, Psicóloga Clínica da Sede Nacional da ADEB

Uma reflexão sobre a Reabilitação Psicossocial, e sobre as diferentes abordagens da intervenção na doença Unipolar e Bipolar, na perspectiva da responsabilização, capacitação e participação activa das pessoas com estas doenças no seu processo de recuperação.

⇒ A Depressão na Infância e na Adolescência

Oradora: Rute Brites, Psicóloga Clínica, Docente Universitária e Investigadora — Universidade Autónoma de Lisboa

Esta sessão pretende dar a conhecer como se manifestam os episódios depressivos nas crianças e nos adolescentes, de forma a melhor compreender o seu impacto, quer ao nível do ambiente escolar quer no funcionamento social e familiar.

Mais uma vez salientamos a importância da sua presença, pela relevância dos temas e pela excelente qualificação dos oradores bem como pela oportunidade de participar e prestar o seu contributo de uma forma eficaz e positiva em prol de maior qualidade na área da saúde mental.

Contamos consigo!
Saudações Fratrnais,

Presidente da Direção da ADEB

Delfim Augusto Oliveira

SESSÃO PSICOPEDAGÓGICA

Cuidado, Reabilitação e Habilitação na Doença Unipolar e Bipolar

DATA: 27 de Fevereiro de 2016 das 10h30m – 13h

ORADOR:

Renata Frazão,
Psicóloga Clínica

Local: Sede Nacional da ADEB (Fórum)
Quinta do Cabrinha, Av. de Ceuta, nº 53, Loja E
1300-125 LISBOA

A Depressão na Infância e na Adolescência

DATA: 21 de Maio de 2016 das 10h30m – 13h

ORADOR:

Rute Brites,
Psicóloga Clínica, Docente Universitária e Investigadora
Universidade Autónoma de Lisboa

Local: Sede Nacional da ADEB (Fórum)
Quinta do Cabrinha, Av. de Ceuta, nº 53, Loja E
1300-125 LISBOA

GRUPOS DE AJUDA MÚTUA

SEXTA-FEIRA

Reviver/Renacer
16:00 horas

Azul em Chamas
16:00 horas

Sombra e Sol
14:30 horas

Espiral
14:00 horas

8 e 22 Janeiro

15 e 29 Janeiro

5 e 19 de Fevereiro

12 e 26 de Fevereiro

4 e 18 Março

11 Março

8 e 22 Abril

15 e 29 Abril

13 e 27 Maio

6 e 20 Maio

3 e 17 Junho

3 e 24 Junho

8 e 22 Julho

1 e 15 Julho

SÁBADO

Arco-Íris
10:30 horas

Familiares
10:30 horas

9 e 23 Janeiro

23 Janeiro

6 e 20 Fevereiro

20 Fevereiro

5 e 19 Março

19 Março

9 e 30 Abril

30 Abril

14 e 28 Maio

28 Maio

4 e 25 Junho

25 Junho

A Participação nos GAM implica uma avaliação primária, social e clínica (APSC) e inscrição como associado da ADEB com as quotas em dia.

Visite o nosso site em:
WWW.ADEB.PT



Projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P