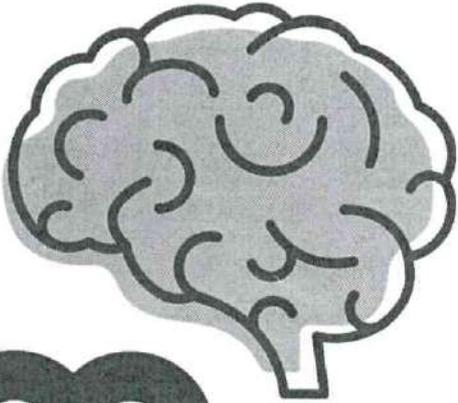


# Relatório do Plano de Atividades de 2022

**anem**  
associação nacional de  
esclerose múltipla





O presente relatório espelha o desempenho da associação durante o ano de 2022, identificando o grau de execução dos objetivos definidos no Plano de Atividades, bem como a avaliação de resultados e de recursos utilizados. Assim, tem como objetivo apresentar as atividades de caráter lúdico-pedagógicas, o funcionamento e o plano de ação anual e atividades diárias realizadas pela Associação Nacional de Esclerose Múltipla (ANEM).

O ano de 2022 ainda trouxe consigo algumas restrições relacionadas com a pandemia e a restituição/ substituição de algumas atividades devido a condicionantes no que concerne à propagação e infeção do vírus COVID-19. Foram adotadas medidas de prevenção e de segurança mesmo quando já não era imposição do Governo de Portugal.

No decorrer das nossas atividades, desenvolvemos estratégias de trabalho de aproximação com os utentes e seus cuidadores. A equipa técnica multidisciplinar, efetua um levantamento das necessidades em visitas domiciliares e no CAARPD, para delinear um plano de intervenção individual adaptado a cada um dos nossos associados e doentes. Paralelamente, promove sentimentos de pertença e autoestima. O foco e missão da ANEM assenta na reabilitação física, +psicologia e social tendo em vista a redução do estigma associado à doença e potencia as suas atividades. Atentos às novas terapias e ao mundo atual, apostamos na área digital, para potenciar e desenvolver diferentes capacidades nos nossos utentes. Criamos estratégias, apostamos em novas formas de reabilitação nos vários domínios, para promover a autonomia e reabilitar as capacidades de cada pessoa. Procuramos que os nossos utentes se sentissem integrados e ativos na sociedade. Assim, o nosso trabalho desenvolveu-se nesse sentido, isto é, dar-lhes acessibilidade a várias vertentes, fazendo com que eles beneficiassem de sessões de reabilitação específicas de acordo com a sua patologia e com os mecanismos que dispunham no domicílio e equipamentos técnicos e materiais, que a Associação disponibiliza.

Handwritten signature in blue ink.

### Plano de Ação Anual

#### **COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA PESSOA COM ESCLEROSE MÚLTIPLA E DO XXIII ANIVERSÁRIO DA ANEM**

Nos dias 30 e 31 de Maio assinalamos o dia Mundial da Esclerose Múltipla em duas modalidades: presencial e *online*. No dia 30 de Maio, durante o dia, através de transmissão em direto para o *facebook*, abordamos duas temáticas: Roda de Partilha na Esclerose Múltipla e Orientações para Cuidadores Informais, no cuidado no domicílio e no social. No dia 31, sinalizamos o dia na Fundação Manuel António da Mota, que teve como oradores convidados o Dr. Joaquim Pinheiro e a fisioterapeuta Larissa Dillon. Os temas abordados foram sobre a importância da relação médico- doente e sobre a gestão de surtos. A importância da reabilitação física na EM, também foi um dos temas versados nesta sessão. Proporcionamos aos nossos utentes um pequeno lanche no Mercado do Bom Sucesso após a sessão.

#### **DIA NACIONAL DA PESSOA COM ESCLEROSE MÚLTIPLA (4 Dezembro)**

Assinalámos o Dia Nacional da Pessoa com EM e o *XVII Simposium*, com a colaboração da equipa do Centro Hospitalar e Universitário de Santo António. Este evento abordou temas como a relação entre o vírus *Epstein Barr* e a esclerose múltipla, novos dados sobre a monitorização da doença através de ferramentas cognitivas e sobre novas terapêuticas para o tratamento da esclerose múltipla através das suas indicações e formulações. Esta sessão foi dinamizada no Auditório Alexandre Moreira e contou com um coffee brack, num momento de convívio entre os oradores e os participantes. Ainda ano âmbito da sinalização do dia, no dia 3 de Dezembro, dinamizados um evento online sobre umas pequenas orientações para os cuidadores no domicílio.

### LEVANTAMENTO DOS DOENTES COM EM

Continuidade do levantamento das necessidades dos utentes com EM a nível nacional, com vista à caracterização não só dos doentes, mas também dos seus familiares/cuidadores, por meios de comunicação online. Realizamos um inquérito online acerca das necessidades das pessoas com esclerose múltipla.

### V WORKSHOPS “EM CONHECIMENTO”

Atividade promovida em formato *online*, no dia 28 de Junho, cujo tema foi “Viajar com Esclerose Múltipla” e contou com a dinamização da Dra. Maria João Gonçalves.

### LINHA TELEFÓNICA DE APOIO COM PLATAFORMA INFORMÁTICA

Dadas as condições económicas, ainda não foi possível implementar o projeto, através da criação da plataforma, apesar de a mesma já existir. É expectável que exista a abertura de financiamentos para estas áreas de atuação.

### ACOMPANHAMENTO HOSPITALAR NA CONSULTA DE NEUROLOGIA

Através da sinalização e solicitação prévia, a ANEM efetua o acompanhamento e respetivo transporte de doentes à consulta de neurologia e restantes especialidades, bem como levantamento de medicação, compra de bens alimentares e consultas médicas. Para isso, disponibiliza o transporte e acompanhamento do mesmo.

### ATIVIDADES DE APOIO AO CUIDADOR

Atentos cada vez mais na temática do cuidador informal, continuamos a desenvolver atividades em prol da saúde e bem-estar, disponibilizando para isso, o gabinete de apoio ao cuidador (atendimento presencial), mas estamos em proximidade através de atendimento telefónico, videochamadas e redes sociais.

A importância do reconhecimento do papel do cuidador informal, as suas dificuldades e desafios conduzem a equipa técnica à participação em iniciativas dinamizadas por vários organismos e entidades de forma a aumentar o conhecimento e adquirir novas competências.

Disponibilizamos o esclarecimento de dúvidas, aconselhamento personalizado, treino de mobilização e transferências através de grupos criados pelas plataformas digitais.

Handwritten signature in blue ink.

Demos continuidade ao nosso projeto vocacionado para cuidadores, "Oficinas de Cuidadores", projeto cofinanciado pelo Portugal 2020. Continuamos a participar nas iniciativas do Movimento de Cuidadores Informais do qual somos membros, participando e compartilhando as suas iniciativas.

### **IMPRESSO DA EM**

Por questões financeiras o boletim não foi realizado.

### **BROCHURAS INFORMATIVAS**

Durante o ano imprimimos folhetos informativos da ANEM que foram distribuídos em eventos e iniciativas.

### **DIÁRIO DO DOENTE**

Por questões de financiamento a produção deste folheto ficou adiado.

### **A MINHA VIDA EM LIVRO**

Por questões de financiamento e de logística, não foi possível a concretização da recolha de toda a informação para a criação do livro.

### **CRIAÇÃO DE CALENDÁRIO**

Atividade realizada através da produção do calendário.

### **DIA DA MÚSICA**

Atividade dinamizada no caarpd, dedicado a estilos musicais diversos com atividades lúdicas e cognitivas.

### **HORTA À PORTA**

Criação de uma plantação de horta vertical de ervas aromáticas, promovendo o desenvolvimento de trabalhos básicos de jardinagem e a reação a estímulos sensoriais nas instalações da Aguda. Atividade adiada devido às condições económico- financeiras.

15/02/23



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 Declaração / Aviso  
 Acordo de Cooperação  
 Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

### EM MÓVEL

Não foi possível a concretização desta atividade devido à falta de financiamento.

### CRIAÇÃO DE GRUPO MUSICAL E/OU TEATRO

Não foi possível desenvolver e criar o grupo de teatro devido às restrições impostas pela pandemia.

### ATELIER DE ARTES PLÁSTICAS E PINTURA - ATIVIDADES MANUAIS

Estas atividades foram desenvolvidas ao longo do ano, relacionadas com atividades lúdico-pedagógicas com as devidas precauções de distanciamento social.

### ATIVIDADES LÚDICAS NO PARQUE DE GRAMIDO

Atividade desenvolvida durante o mês de Junho e Julho, com atividades terapêutica e passeios.

### COLÓNIA DE FÉRIAS - ÉPOCA BALNEAR

Por escolha dos nossos utentes, esta atividade não se concretizou.

### FÉRIAS CULTURAIS PARA DESCANSO DO CUIDADOR

Atividade não realizada por falta de financiamento. No entanto, foi realizado no domicílio o apoio ao cuidador.

### O MELHOR AMIGO DO HOMEM COMO TERAPIA

Atividade não desenvolvida por falta de financiamento e ajuda devido às questões relacionadas com a pandemia.

### CONCRETIZAÇÃO DE SONHOS COM A BOLSA "EM SOCIAL"

Atividade encontra-se em negociação para possíveis financiamentos.

### KIOSKE "EM UTILITÁRIO"

Ao longo do ano efetuamos pedidos de material de economato, editoras, equipamentos informáticos. Devido às limitações da pandemia e por salvaguarda da

Handwritten initials and a signature in blue ink.

saúde dos nossos utentes e associados, distribuámos o material angariado a associados e utentes.

### **“EM FORMAÇÃO E EMPREGABILIDADE”**

Demos continuidade à capacitação de doentes e cuidadores com o objetivo da empregabilidade através de projetos desenvolvidos ao longo do ano. Os objetivos passaram pela aquisição de conhecimentos, possibilidade de criação do seu próprio emprego, capacitação e aprendizagem em novas áreas de formação, métodos de procura de emprego e preparação para entrevistas, aumento do conhecimento das redes de comunicação ligadas à empregabilidade.

### **CRIAÇÃO DE NEGOCIO SOCIAL E LANÇAMENTO DA MARCA SOCIAL ANEM**

Atividade em desenvolvimento, através da criação de uma oficina de sabonetes com materiais recicláveis. Encontra-se em estudo outros materiais passíveis de serem criados e que possam conferir a marca social da ANEM.

### **OFICINA DE ENGOMADORIA**

Atividade encontra-se suspensa por falta de recursos e financiamento.

### **IDA AO TEATRO E/ OU CINEMA**

Concretizamos esta atividade adaptada ao caarpd, inserida nas nossas atividades diárias.

### **“EM COZINHAR!”**

Atividade não realizada devido às normas impostas pelo Governo Português relativas à pandemia da Covid-19.

### **AULA SOLIDÁRIA DE IOGA / PILATES/ CROSSFIT OU CAMINHADA**

Atividade não realizada devido à segurança e saúde dos nossos utentes, que ainda carece de medidas preventivas.

Handwritten initials in blue ink.



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Declaração / Aviso
- Acordo de Cooperação
- Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

### **ATIVIDADES DE AUTOESTIMA E AUTOIMAGEM**

Atividade realizada com ida ao cabeleireiro, podologia, manicura e pédicure.

### **PASSEIO / ALMOÇO DE VERÃO**

Concretização da atividade através de um piquenique de verão dinamizado no parque de merendas.

### **ESPETÁCULOS DE CARIZ SOCIAL**

Fomos a um circo de Natal com os nossos utentes.

### **CONSULTADORIA DE MARKETING COMUNICAÇÃO E ANGARIAÇÃO DE FUNDOS**

Atividade desenvolvida através da capacitação e reforço dos conhecimentos da Equipa da ANEM nas áreas de comunicação, marketing e angariação de fundos.

### **CAMPANHA DE ANGARIAÇÃO DE FUNDOS**

Participação em campanhas anuais para angariação de fundos para o desenvolvimento das atividades do caarpd e para a construção do lar residencial para doentes com EM.

### **LANÇAMENTO DE UMA CAMPANHA NACIONAL**

Lançamento de uma campanha para a angariação e obtenção de fundos através de uma entidade televisiva e/ou rádio, que não foi financiada.

### **CAPTAÇÃO DE NOVOS PADRINHOS E MECENAS**

Atividade em desenvolvimento.

### **DESENVOLVIMENTO DE UMA BASE DE DOADORES PARTICULARES**

Atividade em constante desenvolvimento.

### **O "BANCO DA EM"**

Atividade encontra-se em negociação com parceiros.

### **AÇÕES DE FORMAÇÃO / TÉCNICOS/DIREÇÃO**

Participação em ações de formação científica/ não científica de técnicos e membros da direção ao longo do ano.

### **PARTICIPAÇÃO E COLOBORAÇÃO EM SEMINÁRIOS / INVESTIGAÇÃO**

Ao longo do ano participámos em várias ações e seminários realizados pela ANEM e por entidades parceiras.

### **PUBLICAÇÃO DO JORNAL ANEM**

Edição do jornal informativo semestral, com criação de novas colunas de interesse, inserção de novos anúncios publicitários relacionados com as áreas Social e da Saúde e participação de personalidades convidadas. A atividade foi realizada com a distribuição em suporte de papel e também digital.

### **CONSTANTE ATUALIZAÇÃO DO SITE DA ANEM**

Atualização constante do site da ANEM com a qual obtivemos um maior desenvolvimento ao nível da quantidade e qualidade da informação disponível. Fazemos uma atualização sempre que necessária, com notícias novas, questões frequentes, dicas, apresentação da calendarização das atividades a desenvolver, de forma a facilitar a melhor navegação no nosso site.

### **ATUALIZAÇÃO DO FACEBOOK, INSTAGRAM, TWITTER E BLOG DA ANEM**

Manteve-se a reformulação e atualização constante do Facebook da Associação, de forma a melhorar e desenvolver o nível da quantidade de "amigos" e qualidade de informação disponível. Apresentamos a calendarização das atividades a desenvolver, sempre com a ideia de interagir e pedir opinião acerca das mesmas, promovendo a interação entre sócios, utentes e pessoas que se identificam com a causa.

### **NOVO ESPAÇO PARA CAARPD**

Continuamos a realizar obras de adaptação e remodelação do espaço concebendo infraestruturas para uma maior eficiência, de acordo com as exigências das Entidades competentes e com o propósito de alargar a nossa intervenção no Município de Vila

Handwritten initials in blue ink.



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Declaração / Aviso
- Acordo de Cooperação
- Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

Nova de Gaia, desenvolvendo a valência CAARPD num espaço cedido pela Autarquia, para concretização deste projeto.

### **ABERTURA DE DELEGAÇÕES**

Continuação do processo de abertura de delegações tais como no espaço nas Caldas da Rainha de forma a desenvolver um trabalho de proximidade com os doentes do Centro do País.

### **LAR RESIDENCIAL E CACI**

Constante atualização e instrução de processo de licenciamento e construção do Lar Residencial e CACI, embora tenhamos assinado o Contrato de Participação Financeira no valor de 767.880€ e continuamos a aguardar a possibilidade de candidatura para PRR pois não temos financiamento suficiente.

### **PROMOÇÃO DE ATIVIDADES DE ESTIMULAÇÃO/REABILITAÇÃO COGNITIVA**

Promoção de atividades de estimulação cognitiva com vista ao aumento da atividade cerebral, redução do impacto dos défices cognitivos resultantes da doença; fomentar a coordenação e o relacionamento interpessoal. A atividade foi realizada no caarpd, no domicílio e via digital, com novos jogos didáticos que foram adquiridos ao longo do ano. Foi executada com sucesso.

### **SETEMBRO AMARELO – A REALIZAR DURANTE O MÊS DE SETEMBRO**

Realização de atividades no caarpd alusiva à temática da prevenção do suicídio.

### **COMEMORAÇÃO DO “MÊS DA SAÚDE MENTAL NA ANEM”**

Atividade de promoção da saúde mental através de campanha de sensibilização nas redes digitais.

### **COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO- 16 DE OUTUBRO**

Atividade realizada através da promoção de hábitos de vida saudável com publicações nas redes sociais, com informação sobre a importância de uma alimentação regrada, e assim dar oportunidade aos doentes de refletirem sobre a temática.

|  |                      |   |
|--|----------------------|---|
|  <p><b>anem</b><br/>associação nacional de<br/>esclerose múltipla</p> | <h2>Comunicação</h2> | <p> <input type="checkbox"/> Ofício n.º _____ / ____<br/> <input type="checkbox"/> Fax n.º _____ / ____<br/> <input checked="" type="checkbox"/> Declaração / Aviso<br/> <input type="checkbox"/> Acordo de Cooperação<br/> <input type="checkbox"/> Declaração Transporte         </p> <p>Data: 28 / 02 / 2023</p> |
|--|----------------------|---|

Handwritten signature and initials in blue ink.

### **ELABORAÇÃO DE UM MANUAL INTERNO COM ATIVIDADES DE ESTIMULAÇÃO E REABILITAÇÃO COGNITIVA**

Atualização das atividades de estimulação/reabilitação da atenção, da concentração, das dificuldades no raciocínio, do planeamento de atividades e da resolução de problemas através de exercícios, com a seleção de exercícios para trabalhar cada uma das áreas. Este manual foi distribuído pelos utentes e associados que requisitaram.

### **FORMAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS PARA COLABORADORES/ CUIDADORES**

Esta atividade encontra-se em desenvolvimento.

### **ESTABELECEMOS PROTOCOLOS DE COLABORAÇÃO COM INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR**

Continuamos a criar protocolos com universidades e alunos universitários para desenvolver atividades como a musicoterapia, educação/reabilitação física para deficiência, sensibilização de temáticas virtuais e estilismo.

### **CRIAÇÃO DE UM BANCO DE VOLUNTÁRIOS**

Continuamos a criar possíveis parcerias com outros bancos de voluntariado para execução de atividades.

### **ESTABELECEMOS PARCERIAS PARA RECOLHA DE TAMPINHAS**

Atividade desenvolvida através do estabelecimento de novas parcerias com os espaços de comércio local, hoteleiro, escolas e colégios.

### **ESTABELECEMOS PARCERIAS COM UNIDADES SAÚDE LOCAL**

Atividade encontra-se em desenvolvimento.

### **SESSÕES DE CINEMA**

Atividade desenvolvida enquadrada nas nossas atividades diárias.



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_
- Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_
- Declaração / Aviso
- Acordo de Cooperação
- Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

### **ATIVIDADES LUDICO- PEDAGÓGICAS**

Atividade desenvolvida com recurso a jogos adquiridos.

### **ATIVIDADES GRUPAIS**

Atividade desenvolvida através de tertúlias e debates de temas da atualidade e outros por iniciativa dos utentes.

### **ATIVIDADES DIÁRIAS**

#### **VISITAS DOMICILIÁRIAS**

Tal como ficou incrementado nos anos anteriores, a ANEM continuou a deslocar-se ao domicílio de utentes, associados e população integrantes de projetos para um maior acompanhamento pormenorizado e individualizado das dificuldades e problemas.

Os atendimentos também se decorreram por correio eletrónico, por telefone, videochamada, via CTT ou então presencialmente através de marcação.

#### **TERAPIA OCUPACIONAL**

Atividade desenvolvida através da reestruturação e adaptação das atividades ao longo do ano.

- Realizamos o acompanhamento de “reabilitação Home” online.
- Criamos “vídeos aula” com exercícios de reabilitação no domicílio que foram publicados nas redes sociais e enviados para quem solicitou.
- Desenvolvemos “oficinas digitais” de reabilitação e estimulação cognitiva/funcional potenciando capacidades intelectuais como: o aumento da concentração; raciocínio lógico e capacidade para resolução de problemas; melhoria do foco e da atenção; desenvolvimento da capacidade comunicação. Com os cuidadores o objetivo foi dotar de competências e conhecimentos na área do saber-saber, o saber-fazer e o saber-ser.
- Procedemos frequentemente à distribuição de uma compilação de trabalhos terapêuticos e de estimulação cognitiva em suporte papel, bem como de equipamentos de reabilitação física, fazendo-os chegar ao domicílio dos utentes.
- Desenvolvemos atividades de estimulação cognitiva e dos domínios psicomotores nas sessões do caarpd.

Handwritten signature or initials in blue ink.

**SESSÃO DE FISIOTERAPIA** – Sessões de fisioterapia favorecendo a mobilidade e qualidade de vida dos nossos utentes do CAARPD, e ainda via digital, teleassistência e domiciliária.

**SESSÕES DE HIDROGINÁSTICA**- Atividade não realizada devido às imposições devido à pandemia da Covid-19 em Portugal, que ainda se encontram suspensas.

**SESSÕES DE HIPOTERAPIA**- Atividade não realizada devido às imposições devido à pandemia da Covid-19 em Portugal, encontra-se ainda suspensa.

**SESSÕES DE TERAPIA DA FALA**- Atividade não realizada devido às imposições à falta de financiamento.

**SESSÕES DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA TAI CHI E QIGONG** – Atividade efetuada online e por vídeo- aulas.

**SESSÕES DE INFORMÁTICA**- Atividade desenvolvida através de contacto telefónico ou por vídeo chamada, no sentido de capacitar os doentes com conhecimentos informáticos para se conseguirem manter socialmente incluídos e ativos. Acompanhamento no domicílio e via meios digitais sempre que necessário.

### CONSULTAS DE NUTRIÇÃO

Por telefone e videochamada, foram efetuadas sessões de Nutrição com um Nutricionista que forneceu o apoio necessário para um aconselhamento nutricional personalizado, sempre que solicitado.

### APOIO PSICOLÓGICO

Consultas de Psicologia, Terapia de Grupo e Técnicas de Relaxamento destinadas a doentes, familiares e cuidadores. Este acompanhamento psicológico ajudou-os a aceitar a doença e a criar competências para se adaptarem à EM e à sua realidade.

AA  
JA



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_  
 Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_  
 Declaração / Aviso  
 Acordo de Cooperação  
 Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

Este serviço realizou uma intervenção mais ativa ao nível do domicílio, e em situações de crise que foi necessário apoio imediato; Consultas de psicologia ao doente e/ou familiares via telefone, redes sociais e no domicílio; Sessões de terapia em grupo digitais: teve como objetivo a promoção de um equilíbrio emocional dos doentes.

### APOIO SOCIAL

Consultas de Serviço Social a todos os associados, com especial incidência no apoio aos doentes de EM. Este serviço desenvolveu-se sobretudo nos problemas socioeconómicos apresentados pelos sócios, através do atendimento/acompanhamento social, da prestação de apoio psicossocial, do encaminhamento de situações para os serviços competentes e da articulação com entidades parceiras. Paralelamente, este serviço assume um carácter informativo relativamente a direitos sociais, deveres e normas processuais dos organismos oficiais.

-Criamos um atendimento e acompanhamento diário psicossocial via telefone, email e rede sociais.

- Deslocamo-nos ao domicílio dos utentes e associados para a resolução imediata do problema.

### APOIO NA DISTRIBUIÇÃO DE BENS ALIMENTARES

Parceria estabelecida com Banco Alimentar Porto na distribuição de cabazes alimentares mensais pelas famílias previamente sinalizadas e inscritas na plataforma do B.A.

### LOJA SOCIAL

Face ao estado de Emergência decretado pelo Governo Português, e de acordo com o nosso plano de contingência que exigiu que fosse alargado o espaço das nossas instalações para conferir uma maior segurança a todos os nossos utentes e colaboradores, o espaço dedicado à nossa loja social foi reestruturado.

Handwritten signature or initials in blue ink.

### SERVIÇO DE EMPRÉSTIMO DE AJUDAS TÉCNICAS

Este serviço continuou a ser disponibilizado para todos os associados e comunidade em geral, através do empréstimo de material ortopédico obtido pela campanha de recolha de "Tampinhas". O objetivo consiste em disponibilizar o material ortopédico adequado às limitações que apresentam, proporcionando assim uma melhoria da qualidade de vida dos doentes e apoio ao cuidador.

### APOIO JURÍDICO

Este serviço continuou tendo como objetivo informar e orientar os associados relativamente a questões gerais de ordem jurídica e sobre direitos e/ou deveres do cidadão com deficiência. Atendimentos realizados presencialmente, via telefone, email e redes sociais.

### PROTOCOLOS DE COLABORAÇÃO

Celebração de Protocolos de Colaboração com diversas entidades públicas e privadas, com o objetivo de disponibilizar novos serviços a favor da instituição para dar respostas diversas e adequadas às necessidades e interesses de todos os associados.

### ATIVIDADES EXTRA

#### MOVIMENTO CUIDAR DOS CUIDADORES INFORMAIS

Em colaboração com os laboratórios Merck, ao longo do ano, participamos neste do Movimento sobre os cuidadores informais em Portugal. A ANEM é um dos membros fundadores e apoiantes desta iniciativa onde desenvolve e participa no grupo de comunicação deste movimento.

#### WEBINARES, CONFERÊNCIAS E ENVENTOS

Ao longo do ano, a ANEM participou em diversos *webinars*/conferências com temáticas relacionadas com a EM. Promovemos *webinars online* a participamos em conferências e workshops dinamizados pelas entidades parcerias. Participamos em eventos como convidados para divulgação das nossas iniciativas e atividades.

Handwritten initials in blue ink.



## Comunicação

- Ofício n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Fax n.º \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_
- Declaração / Aviso
- Acordo de Cooperação
- Declaração Transporte

Data: 28 / 02 / 2023

### **DIA MUNDIAL DO CÉREBRO**

Sinalizámos o dia Mundial do Cérebro com uma atividade no caarpd.

### **DIA MUNDIAL DA FISIOTERAPIA**

Desenvolvemos uma atividade com os nossos utentes e fisioterapeutas, alusivos à importância do papel do fisioterapeuta na recuperação/ reabilitação dos doentes com EM.

### **APP CLEO**

Colaborámos com o laboratório Biogen na produção de conteúdos para a APP Cleo.

### **CONGRESSO DA SAÚDE – MAIA**

Estivemos presentes no Fórum Maia, onde apresentamos uma sessão para cuidadores informais.

### **FEIRA DA SAUDE – AVEIRO**

Estivemos presentes no Mercado Manuel Firmino em Aveiro para a divulgação e sensibilização da EM.

### **INR – PROJETOS**

Dinamizamos os projetos: Form@r EM e Inform@ S@ude, cofinanciados pelo Instituto Nacional de Reabilitação.

## **ATIVIDADES COMEMORATIVAS**

### **ANIVERSÁRIOS**

Comemoração dos aniversários com um bolo comemorativo ao almoço.

### **FESTA DO DIA DOS REIS**

Comemoração do dia com almoço convívio.

### **FESTA DE CARNAVAL**

Atividade realizada no nosso espaço de reabilitação com decoração alusiva, com almoço comemorativo, desfile de máscaras e com prémio para as três melhores.

### FESTA DA PÁSCOA

Atividade dinamizada num almoço convivo com a distribuição de ovos de chocolate.

### FESTA DE SÃO JOÃO

Atividade realizada com um almoço convivo com sardinhas no espaço da anem.

### FESTA DE HALLOWEEN

Atividade desenvolvida com um almoço e uma decoração temática alusiva ao dia.

### MAGUSTO

Comemoramos o dia com um almoço de Magusto acompanhado de Castanhas em que os cartuchos foram elaborados pelos utentes do CAARPD.

### FESTA DE NATAL

Atividade feita com almoço de Natal e troca de presentes no amigo oculto e distribuição de miminho de Natal oferecido pela Associação.

### A Direção:

Presidente *Helena Paula Soares*

Vice-Presidente *Lúcia Paiva de Jesus dos Santos*

Secretário (a) \_\_\_\_\_

Tesoureiro (a) *Luís Almeida*

Vogal \_\_\_\_\_

| SNC   | DESCRIÇÃO                              | TOTAL             | C. Convívio       | Poise            |
|-------|--|-------------------|-------------------|------------------|
| 612   | Mat. Primas - Generos Alimentares      | 2.805,00          | 2.805,00          |                  |
| 6221  | Trabalhos especializados               | 11.269,00         | 11.269,00         |                  |
| 6223  | Vigilância e Segurança                 | 270,00            | 270,00            |                  |
| 6224  | Honorários                             | 3.395,00          | 3.395,00          |                  |
| 6226  | Conservação Reparação                  | 3.500,00          | 3.500,00          |                  |
| 6227  | Serv Bancarios                         | 320,00            | 320,00            |                  |
| 6228  | Outros (projetos)                      | 0,00              | 0,00              |                  |
| 6231  | Ferramentas utens.desg.rapido          | 1.209,00          | 1.209,00          |                  |
| 6233  | Material escritório                    | 235,00            | 235,00            |                  |
| 6235  | Material Didatico                      | 2.733,00          | 150,00            | 2.583,00         |
| 6238  | Outro material                         | 1.423,00          | 500,00            | 923,00           |
| 6241  | Eletricidade                           | 1.827,00          | 1.827,00          |                  |
| 6242  | Combustiveis                           | 8.373,00          | 6.173,00          | 2.200,00         |
| 6243  | Agua                                   | 937,00            | 937,00            |                  |
| 6251  | Deslocações e estadas                  | 3.297,00          | 2.441,00          | 856,00           |
| 6261  | Rendas e Alugueres                     | 16.470,00         | 5.400,00          | 11.070,00        |
| 6262  | Comunicação                            | 1.363,00          | 1.363,00          |                  |
| 6263  | Seguros                                | 2.028,00          | 2.028,00          |                  |
| 6266  | Despesa de representação               | 500,00            | 500,00            |                  |
| 6267  | Limpeza, conforto e decoração          | 461,00            | 461,00            |                  |
| 6268  | Outros servicos                        | 150,00            | 150,00            |                  |
| 6321  | Remunerações do Pessoal                | 86.932,00         | 52.693,00         | 34.239,00        |
| 635   | Encargos s/remunerações                | 19.059,00         | 11.701,00         | 7.358,00         |
| 636   | Seguros Ac. Trabalho e D. Prof.        | 869,00            | 527,00            | 342,00           |
| 638   | Outros custos c/ pessoal               | 180,00            | 126,00            | 54,00            |
| 642   | Ativos fixos Tangíveis                 | 600,00            | 600,00            |                  |
|       | <b>TOTAL DE GASTOS</b>                 | <b>170.205,00</b> | <b>110.580,00</b> | <b>59.625,00</b> |
| 721/2 | Quotas e mensalidades utentes          | 9.500,00          | 9.500,00          |                  |
| 7511  | Acordo cooperação                      | 61.758,00         | 61.758,00         |                  |
| 7514  | Poise                                  | 59.625,00         | 0,00              | 59.625,00        |
| 753   | Doações                                | 20.000,00         | 20.000,00         |                  |
| 7885  | Restituição Impostos e consignação IRS | 15.000,00         | 15.000,00         |                  |
| 7888  | Outros                                 | 5.000,00          | 5.000,00          |                  |
|       | <b>TOTAL DE RENDIMENTOS</b>            | <b>170.883,00</b> | <b>111.258,00</b> | <b>59.625,00</b> |
|       | <b>RESULTADO LIQUIDO PERIODO</b>       | <b>678,00</b>     | <b>678,00</b>     | <b>0,00</b>      |

Porto, 9 de Novembro de 2022

A Direção

Contabilista Certificada