

anem

Comunicação

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

Data: 16 / 03 / 2021

15
28
M.

Relatório do Plano de Atividades 2020

anem
associação nacional de esclerose múltipla

Comunicação

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

Data: 16 / 03 / 2021

O presente relatório 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) no decorrer do ano de 2020.

Com este Relatório, analisamos o grau de cumprimento dos objetivos delineados no **Plano de Atividades 2020** e sobre a **Adenda do mesmo**, as atividades e ações realizadas desenvolvidas.

Durante o decorrer do ano de 2020, e os sucessivos estados de emergência e medidas de contenção para a propagação do vírus da COVID-19 impostas pelo governo de Portugal, a ANEM foi adotando ao longo do ano medidas de prevenção e adaptação para evitar a disseminação do vírus.

Desenvolvemos e criamos estratégias de trabalho, mecanismos de resolução de problemas, dilemas e ocupação para doentes e cuidadores. A equipa técnica multidisciplinar, de acordo com o levantamento efetuado relativamente às necessidades e aos escassos equipamentos tecnológicos de cada doente, resolveu trabalhar as diversas áreas de atuação com uma panóplia de atividades, necessitando realizar alterações significativas ao plano de atividade anual. Por esse motivo decidimos **realizar uma adenda ao mesmo**.

A reabilitação cognitiva, social e física, para pessoas com estas patologias é algo imprescindível e redutor da estigmatização social de que são vítimas. Nesta situação, a nossa **Missão** foi a ampliação do trabalho desenvolvido no CAARPD numa área digital e de teleassistência e domiciliária. Criamos estratégias de assistência, com o objetivo de eliminar as barreiras existentes para os doentes, com limitações de reabilitação que se sucederam ao longo do ano e não lhes permitiu usufruir de tratamentos.

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 que a associação disponibiliza.

H. S.
A.

PLANO DE AÇÃO ANUAL

CELEBRAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA PESSOA COM ESCLEROSE MÚLTIPLA E DO XXI ANIVERSÁRIO DA ANEM

No dia 30 de Maio, realizamos o *webinar* "EM- Contexto Covid-19", para sinalizar e consciencializar doentes, cuidadores e população em geral para a importância deste tema. Este evento contou com a presença de oradores convidados, e o *webinar* foi envolto na temática da COVID-19 e a Esclerose Múltipla, partilhas de experiências, testemunhos dos doentes e uma aula online de terapia ocupacional.

Realizamos a **campanha "EM Máscara Segura"**, onde disponibilizamos máscaras que foram distribuídas aos nossos utentes e associados, com o intuito de sensibilizar para o uso da máscara e a importância da mesma. Para sinalizar a importância deste dia, em colaboração com o laboratório Merck, participamos numa ação conjunta com outras associações num concerto solidário com a cantora Carolina Deslandes.

DIA NACIONAL DA PESSOA COM ESCLEROSE MÚLTIPLA

Assinalamos o Dia Nacional da Pessoa com EM, com duas iniciativas distintas e com recurso às plataformas online. No dia 4 de Dezembro, realizamos um *webinar* acerca da temática da Incontinência Urinária, Dor Crónica e Espasticidade no doente com Esclerose Múltipla, com convidados especialistas nas áreas debatidas. Paralelamente, o Dr. Filipe Correia participou no Programa de televisão "Consultório", numa conversa acerca da EM.

Realizamos o XV Simpósio da ANEM através de um *webinar* "A Esclerose Múltipla em 2020" dinamizado pela Professora Doutora Ana Martins da Silva.

O primeiro painel denominou-se de Pandemia SARS COV-2, e foram abordados temas como as recomendações para os doentes, a importância da vacinação contra a gripe sazonal e pneumococos, assim como o tema doentes com EM e SARS COV-2. O Painel II foi relacionado com os Avanços no Tratamento da EM,

o que tivemos de novo no tratamento da EM 2020, os novos alvos terapêuticos na EM – o papel dos ensaios clínicos nos avanços da terapêutica.

“**BANCO DA EM**”: não foi possível assinalar o dia com esta atividade devido ao plano de emergência decretado pelo Governo Português.

LEVANTAMENTO DE 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.

WORKSHOPS “EM CONHECIMENTO” III

Atividade não realizada devido à imposição do estado de emergência e medidas preventivas contra a Covid-19, decretadas pelo Governo Português.

LINHA TELEFÓNICA DE APOIO COM PLATAFORMA INFORMÁTICA

A ANEM já dispõe da linha telefónica, mas por questões financeiras ainda não foi possível criar a plataforma informática. Expectamos a abertura de financiamentos para estas áreas.

ACOMPANHAMENTO HOSPITALAR NA CONSULTA DE NEUROLOGIA

Esta atividade foi realizada sempre que solicitada, com um aumento acrescido devido à pandemia COVID-19, através de transporte do doente e respetivo acompanhamento à unidade de consulta de neurologia e restantes especialidades bem como realização de exames, levantamento de medicação e compra de bens alimentares, com um colaborador da ANEM a realizar o transporte e acompanhamento do mesmo.

16
A
F.

ATIVIDADES DE APOIO AO CUIDADOR

Demos continuidade às atividades direcionadas ao cuidador, disponibilizando não só o gabinete de apoio ao cuidador em atendimento presencial (por marcação), telefónico, videochamada e redes sociais.

Assim, tornar-se urgente reconhecer o papel do cuidador informal sendo que a intervenção de qualquer técnico de saúde deve inclui-lo no plano de intervenção. Esta intervenção teve como principal objetivo a prevenção de situações de desgaste extremo e promoção/ melhoria na sua qualidade de vida. Disponibilizamos esclarecimentos de dúvidas, aconselhamento personalizado, treino, criando um grupo restrito nas redes sociais (facebook) onde os cuidadores teriam de aderir. Para além de alguns conselhos a ser colocados semanalmente no grupo é também um local onde podem partilhar as suas histórias e dúvidas. Uma vez por mês seria realizado um direto (consoante o tema pode ser, o terapeuta a explicar como fazer transferências, um psicólogo, assistente social, neurologista, etc....) em que as pessoas durante o direto podem colocar questões. Paralelamente, iniciamos o nosso projeto "Oficinas de Cuidadores", cofinanciado pelo Portugal 2020 onde tivemos que elaborar algumas alterações devido à situação da pandemia em Portugal.

As atividades são estruturadas em torno das componentes seguintes:

- Sessões psicoeducativas online em grupos de discussão multifamiliar;
- Ocupação significativa da pessoa com EM com acompanhamento no domicílio e on-line;
- Serviço telefónico de mediação/suporte pós-intervenção;
- Fornecer estratégias para evitar a exaustão do cuidador;
- Trabalhar estratégias de *coping*;
- Como estimular e lidar com a pessoa com Esclerose Múltipla/Foro Neurológico;
- De que forma capacitar a pessoa, mantendo o foco nas suas capacidades (e não nas suas limitações);
- Treino de transferências e posicionamentos em segurança;

- Fornecer estratégias para a prevenção de quedas, proteção articular e conservação de energia;
- Como criar e implementar rotinas que permitam uma organização facilitada e estruturada da vida diária;
- Organização dos ambientes de desempenho (domicílio);
- Selecionar e adquirir adaptações e produtos de apoio úteis;
- Treino no uso de produtos de apoio;
- Elaboração de um manual do cuidador para uso

IMPRESSO DA EM

Por questões financeiras o boletim não foi realizado.

BROCHURAS INFORMATIVAS

Ao longo do ano mandamos imprimir folhetos informativos da ANEM que foram distribuídos.

DIÁRIO DO DOENTE

A produção deste diário ficou adiada por questões de falta de financiamento.

A MINHA VIDA EM LIVRO

Com esta atividade recolhemos testemunhos com a finalidade de **criar um livro de modos de vida do utente, dando relevância às experiências positivas do sujeito em relação às vivências em fase de pandemia, isto é como a COVID19 afetou a sua rotina e qualidade de vida: valorizando o percurso de vida, estimulando a memória autobiográfica e desenvolvendo o sentido da própria identidade.**

CRIAÇÃO DE CALENDÁRIO

Atividade realizada através da produção do calendário.

Handwritten initials and marks in the top right corner.

DIA DO FADO

Atividade adiada devido às restrições impostas pelo Governo de Portugal e normas da DGS com restrição de circulação e distanciamento social.

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. Esta atividade foi adiada, devido às medidas impostas pelo Governo Português.

EM MÓVEL

Não foi possível a concretização desta atividade devido às restrições impostas pelo Governo Português.

CRIAÇÃO DE GRUPO MUSICAL E/OU TEATRO

Não foi possível desenvolver e criar o grupo de teatro devido às restrições impostas pelo Governo Português.

ATELIER DE ARTES PLÁSTICAS E PINTURA - ATIVIDADES MANUAIS

Não foi possível desenvolver o atelier devido às restrições impostas pelo Governo Português e normas da DGS, cumprindo as normas de distanciamento social e partilha de objetos.

ATIVIDADES LÚDICAS NO PARQUE DE GRAMIDO

O desenvolvimento desta atividade foi adiada.

COLÓNIA DE FÉRIAS - ÉPOCA BALNEAR

Atividade desenvolvida durante o mês de Julho.

Handwritten initials or signature in the top left corner.

anem

Comunicação

Ofício n.º _____ / _____
 Fax n.º _____ / _____
 Declaração / Aviso
 Acordo de Cooperação
 Declaração Transporte

Data: 16 / 03 / 2021

FÉRIAS CULTURAIS PARA DESCANSO DO CUIDADOR

Atividade não realizada por falta de financiamento e devido à situação pandémica que vigora em Portugal. 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"

Realizamos pedidos ao longo do ano a editoras, marcas de desporto, vestuário, calçado, equipamentos digitais e informáticos adaptados. Com os bens adquiridos desenvolvemos um quiosque com bens utilitários para os doentes com necessidades de locomoção, escrita, entre outros. Atividade foi desenvolvida ao longo do ano com os bens que nos foram doados.

"EM FORMAÇÃO E EMPREGABILIDADE"

Continuação e dinamização de projetos e iniciativas com o objetivo de capacitar os doentes/cuidadores em diversas áreas, com o preceito de adquirir conhecimentos e possibilidade de criar o próprio emprego e vir a desenvolver atividades profissionais, de acordo com as suas limitações, de modo a proporcionar-lhes aumento dos níveis de motivação na procura de trabalho associado às novas tecnologias, métodos de explorar a oferta de emprego, aumentar a rede de relações sociais ligadas à empregabilidade e/ou criação do próprio negócio, a desmistificação da doença e novos métodos de comunicação para assim diminuir o isolamento social. Todas estas iniciativas foram realizadas e readaptadas numa vertente digital.

CRIAÇÃO DE NEGÓCIO SOCIAL E LANÇAMENTO DA MARCA SOCIAL ANEM

O principal objetivo por trás deste projeto é o de criar uma Marca que tenha a força e o intuito de agregar, ganhar representatividade e divulgar a patologia e a própria ANEM.

Encontramo-nos numa fase de apresentação da iniciativa de criação de uma oficina de sabonetes com materiais recicláveis que serão posteriormente vendidos no mercado social a preços muito atrativos e bastante abaixo do valor de mercado. Ao comprar, o cliente estará a contribuir para o financiamento das atividades da instituição e para distribuímos receitas financeiras pelos beneficiários. Esta atividade encontra-se em fase de desenvolvimento.

IDA AO TEATRO E-/OU CINEMA

Atividade desenvolvida na ANEM, com a visualização de um filme, respeitando todas as normas impostas pela DGS, como o distanciamento e higienização dos espaços.

"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 cancelada devido às normas impostas pelo governo português relativas à pandemia da Covid-19.

ATIVIDADES DE AUTOESTIMA E AUTOIMAGEM

Atividades desenvolvidas com transporte a consultas de podologia e outros serviços.

Handwritten initials and marks in the top left corner.

	Comunicação	<input type="checkbox"/> Ofício n.º _____ / _____ <input type="checkbox"/> Fax n.º _____ / _____ <input checked="" type="checkbox"/> Declaração / Aviso <input type="checkbox"/> Acordo de Cooperação <input type="checkbox"/> Declaração Transporte Data: 16 / 03 / 2021
---	--------------------	--

PASSEIO / ALMOÇO DE VERÃO

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

ESPETÁCULOS DE CARIZ SOCIAL - a aguardar indicações da DGS e tutela

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

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

Esta atividade foi desenvolvida mas sem resultados significativos.

LANÇAMENTO DE UMA CAMPANHA NACIONAL

Lançamento de uma campanha para a angariação e obtenção de fundos através de uma entidade televisiva e/ou rádio (esta atividade foi suspensa).

CAPTAÇÃO DE NOVOS PADRINHOS E MECENAS

Atividade em constante desenvolvimento.

DESENVOLVIMENTO DE UMA BASE DE DOADORES PARTICULARES

Criação de uma base de dados de mecenas em curso.

AÇÕES DE FORMAÇÃO - TÉCNICOS/DIREÇÃO

Atividades ao longo do ano participadas em ações formativas de entidades parceiras.

A
S
M.

PARTICIPAÇÃO NOS CONGRESSOS DE ECTRIMS

Participação nos diversos Congressos Ectrims anuais, que face à pandemia mundial foi realizado num evento online.

PARTICIPAÇÃO E COLOBRAÇÃO EM SEMINÁRIOS-/INVESTIGAÇÃO

Ao longo do ano participamos em ações e seminários realizados pela ANEM e por entidades parceiras que face ao estado pandémico, foram realizadas online.

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 publicação do jornal teve como objetivo fomentar a transmissão de informação sobre a EM, o trabalho desenvolvido e os serviços disponíveis na ANEM. A atividade foi realizada com a distribuição em suporte de papel e também digital.

CONSTANTE ATUALIZAÇÃO DO SITE DA ANEM

Mantem-se a 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 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.

15
13

anem

Comunicação

Ofício n.º _____ / _____
 Fax n.º _____ / _____
 Declaração / Aviso
 Acordo de Cooperação
 Declaração Transporte

Data: 16 / 03 / 2021

NOVO ESPAÇO PARA CAARPD

Realizamos uma candidatura a Fundação EDP Solidária - Programa EDP Solidária- Inclusão Social com o Projeto "Reabilitação Múltipla", com o propósito de alargar a nossa intervenção no Município de Vila Nova de Gaia, desenvolvendo a valência CAARPD num espaço cedido pela Autarquia, para concretização deste projeto. Continuamos a realizar obras de adaptação e remodelação do espaço criando infraestruturas para uma maior eficiência, de acordo com as exigências das Entidades competentes.

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.

CLINICA DE REABILITAÇÃO E LAR RESIDENCIAL

Constante atualização e instrução de processo de licenciamento e construção do Lar, aguardamos verba para iniciar a construção do mesmo. Estamos a aguardar resposta da candidatura ao programa de financiamento do Portugal 2020, Pares 3.0, que foi submetido em Dezembro.

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 por via digital, necessitando para o desenvolvimento da mesma a aquisição de testes e instrumentos de avaliação psicológica, jogos pedagógicos, livros, jornais e equipamentos informáticos e digitais para distribuir aos utentes.

SETEMBRO AMARELO – A REALIZAR DURANTE O MÊS DE SETEMBRO

Durante o mês de setembro realizamos atividades digitais alusivas ao “Mês da Prevenção do Suicídio” com o objetivo de esclarecer e sensibilizar para esta temática que tem apresentado altas taxas de prevalência em doentes com EM.

CELEBRAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL – 10 DE OUTUBRO

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

CELEBRAÇÃO 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.

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

Elaboração e seleção de um conjunto de atividades para estimulação/reabilitação da atenção, da concentração, das dificuldades no raciocínio, do planeamento de atividades e da resolução de problemas através de exercícios que foram distribuídos aos utentes no domicílio.

FORMAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS PARA COLABORADORES/ CUIDADORES

Esta atividade foi desenvolvida.

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 e hoteleiro na zona de Gondomar e da Aguda.

ATIVIDADES EXTRA

MOVIMENTO CUIDAR DOS CUIDADORES INFORMAIS

Em colaboração com os laboratórios Roche, 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.

PARES 3.0

Candidatura no âmbito do programa PARES 3.0 promovido pela Segurança Social para financiamento das obras da Construção do Lar Residencial/ CAO de Vila Nova de Gaia. Esta candidatura encontra-se em fase de avaliação.



ADAPTAR SOCIAL+

Fomos apoiados no âmbito do programa Adaptar Social +, promovido pela Segurança Social, para apoio nos custos de aquisição de proteção individual para utentes e colaboradores, desinfeção dos espaços e alterações no layout das instalações.

PRÉMIO BPI "LA CAIXA" CAPACITAR 2019

A ANEM como entidade vencedora da edição do Prémio BPI "la Caixa" Capacitar 2019, com o projeto EMI Reabilitação adquiriu uma viatura adaptada para o transporte diário dos nossos utentes bem como equipamentos de reabilitação.

WEBINARES E CONFERÊNCIAS ONLINE

Ao longo do ano, a ANEM participou em diversos *webinars*/conferências com temáticas relacionadas com a Covid-19 e a Esclerose Múltipla, promovidas pelos laboratórios farmacêuticos e outras entidades parceiras.

HERÓIS DA ESCLEROSE MÚLTIPLA – VENCER DESAFIOS E CONQUISTAR SONHOS

A ANEM foi uma das entidades convidadas pelo laboratório Sanofi, na estreia do documentário sobre a EM, abordando histórias de superação e resiliência dos doentes com esta patologia.

THINK – TANK – CONSENSO NACIONAL PARA A ESCLEROSE MÚLTIPLA

A ANEM, em conjunto com as outras associações de doentes com EM, o Grupo de Estudos da Esclerose Múltipla (GEEM) e vários especialistas na área, participou na elaboração do Consenso Nacional para a EM que sugere a criação de um Registo Nacional da Esclerose Múltipla, a criação de Centros de Referência, o uso de linhas terapêuticas que sejam mais eficazes na fase inicial da EM de acordo com recomendações clínicas. O documento realça ainda a importância do cuidador e o papel crucial das associações doentes.



anem

Comunicação

Ofício n.º _____ / _____
 Fax n.º _____ / _____
 Declaração / Aviso
 Acordo de Cooperação
 Declaração Transporte

Data: 16 / 03 / 2021

ATIVIDADES DIÁRIAS

Desde o dia 16 de Março e por período indeterminado (até estar contido o surto e que haja indicações da DGS e tutela), foi suspenso o atendimento presencial na Associação e as Atividades diárias do CAARPD – (reabilitação psicossocial), sendo que todos os serviços de Atendimentos e/ou Acompanhamentos nas diversas áreas em que atuamos se encontram em funcionamento exclusivamente por correio eletrónico, por telefone, videochamada, via CTT ou então presencialmente através de marcação.

VISITAS DOMICILIÁRIAS

A ANEM desenvolveu ao longo do ano visitas domiciliárias de carácter excecional e de acordo com todos os procedimentos de proteção individual, com a Equipa Multidisciplinar aos doentes de EM e do Foro Neurológico. Visitas estas que pretendem dar continuidade tendo em conta as necessidades da população.

O nosso Serviço de transporte esteve ao dispor dos doentes para levar refeições, realizar compras, levantamento de medicação, transporte e acompanhamento a consultas médicas e também realização de exames. Houve um aumento significativo destes pedidos face ao problema da pandemia da Covid-19.

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.

Handwritten initials/signature in the top right corner.

- 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.

SESSÃO DE FISIOTERAPIA

Sessões de fisioterapia favorecendo a mobilidade e qualidade de vida dos nossos utentes do CAARPD, atividade desenvolvida numa área digital e de teleassistência e domiciliária.

SESSÕES DE HIDROGINÁSTICA

Atividade não realizada devido às imposições devido à pandemia da Covid-19 em Portugal.

SESSÕES DE HIPOTERAPIA

Atividade não realizada devido às imposições devido à pandemia da Covid-19 em Portugal.

SESSÕES DE TERAPIA DA FALA

Atividade não realizada devido às imposições devido à pandemia da Covid-19 em Portugal.

Comunicação

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

Data: 16 / 03 / 2021

SESSÕES DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA TAI CHI E QIGONG

Atividade desenvolvida através da criação de vídeos e aulas online.

SESSÕES DE INFORMÁTICA

Atividade desenvolvida através de contacto telefónico ou por video chamada, no sentido de capacitar os doentes com conhecimentos informáticos para se conseguirem manter socialmente incluídos e ativos.

O grande constrangimento prende-se pela falta de equipamentos digitais e informáticos.

CONSULTAS DE NUTRIÇÃO

Foram efetuadas por telefone, videochamada, 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.

Este serviço realizou uma intervenção mais ativa ao nível do domicílio, e em situações de crise que seja necessário apoio imediato- Consultas de psicologia ao doente e/ou familiares via telefone ou rede sociais; 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.

Desenvolvemos uma intervenção mais ativa ao nível do domicílio, neste período.

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.

O número de pedidos de apoio subiu drasticamente, tendo para o efeito sido solicitada inserção de novas famílias ao B.A, para usufruírem do apoio.

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 temporariamente desmantelado.



Comunicação

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

Data: 16 / 03 / 2021

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 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. Agora mais do que nunca existiu uma grande necessidade pois com o estado de emergência as necessidades das pessoas que apoiamos multiplicaram-se.

ATIVIDADES COMEMORATIVAS

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 realizada através de videochamada compartilhada de "palavras de energia, coelhinhos de amizade e muitas amêndoas de esperança".

FESTA DE SÃO JOÃO

Como não pode haver Festejos de São João nem dos restantes Santos Populares com sardinhas e animação, elaboramos um desafio de quadras onde o vencedor, cuja quadra foi publicada nas nossas redes sociais, como prémio recebeu um cabaz de alimentos alusivos à quadra para festejar em casa.

MAGUSTO

Criamos um desafio, onde o vencedor recebeu um cesto de castanhas, para celebrar em casa.

FESTA DE NATAL

Atividade a realizada nas redes sociais através de um grupo de troca de "mensagens presente". Todos os participantes receberam um miminho natalício da instituição.

A Direção:



Presidente *Hugo Paulo Soares*

Vice-Presidente *Fátima Maria de Jesus Almeida*

Secretário (a) _____

Tesoureiro (a) *Luís Almeida*

Vogal _____

25/10
M.

DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

DO PERÍODO

DE 2020

=====

BALANÇO EM 31/12/2020

Rubricas	NOTAS	DATAS	
		31-12-2020	31-12-2019
Activo			
Activo não corrente			
Activos fixos tangíveis		94.979,27	61.089,77
Activos intangíveis			
Accionistas/sócios			
Outros Activos Financeiros			
Activos por impostos diferidos			
		94.979,27	61.089,77
Activo Corrente			
Inventários		53,39	55,25
Clientes		172,00	398,00
Adiantamentos a fornecedores			
Estado e outros entes públicos			
Accionistas/sócios			
Outras contas a receber		54.535,03	44.432,98
Diferimentos		145,16	211,98
Outros activos financeiros		378,66	
Caixa e depósitos bancários		71.810,77	4.556,03
		127.095,01	49.654,24
Total do activo		222.074,28	110.744,01
CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO			
Fundo Patrimonial		16.220,45	16.220,45
Capital realizado			
Outras reservas			
Resultados transitados		-21.570,65	-21.728,32
Outras variações no capital próprio		58.499,00	59.866,00
		53.148,80	54.358,13
Resultado Líquido do Período		2.017,97	157,67
Total do capital próprio		55.166,77	54.515,80
Passivo			
Passivo não corrente		80.000,00	
Provisões			
Financiamentos obtidos			
Responsabilidades por benefícios pós-emprego			
Passivos por impostos diferidos			
Outras contas a pagar			
		80.000,00	0,00
Passivo corrente			
Fornecedores		60.078,53	24.896,54
Adiantamentos de Clientes			
Estado e outros entes públicos		3.301,55	2.362,39
Accionistas/sócios			
Financiamentos obtidos		9.150,00	16.589,03
Outras contas a pagar		14.377,43	12.380,25
Diferimentos			
Outros passivos financeiros			
		86.907,51	56.228,21
Total do passivo		166.907,51	56.228,21
Total do capital próprio e do passivo		222.074,28	110.744,01

DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2020

Rendimentos e Gastos	NOTAS	PERÍODOS	
		2020	2019
Vendas e serviços prestados		8.392,16	15.353,02
Subsídios, doações e legados à exploração		202.711,44	70.231,25
Variação nos inventários da produção			
Trabalhos para a própria entidade			
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		-24.018,47	-6.564,02
Fornecimentos e serviços externos		-72.614,79	-41.952,34
Gastos com o pessoal		-104.314,03	101.818,47
Ajustamentos de Inventários (perdas/reversões)			
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)			
Provisões (aumentos/reduções)			
Provisões específicas (aumentos/reduções)			
Outras imparidades (perdas/reversões)			
Aumentos/reduções de justo valor			
Outros rendimentos e ganhos		22.490,01	79.968,17
Outros gastos e perdas		-16.252,48	-12.644,62
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		16.393,84	2.572,99
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		-14.242,54	-2.191,82
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		2.151,30	381,17
Juros e rendimentos similares obtidos			
Juros e gastos similares suportados		-133,33	-223,50
Resultado antes de impostos		2.017,97	157,67
Imposto sobre o rendimento do período			
Resultado líquido do período		2.017,97	157,67

**Demonstração dos Fluxos de Caixa
para o exercício findo em 31 de Dezembro de 2020**

Método directo

RUBRICAS	NOTAS	Periodos	
		2020	2019
FLUXOS DE CAIXA DAS ACTIVIDADES OPERACIONAIS			
Recebimentos de clientes		8.618,16	15.902,32
Pagamentos a fornecedores		-61.449,41	-48.193,46
Pagamentos ao pessoal		-99.953,76	-104.334,24
CAIXA GERADA PELAS OPERAÇÕES		-152.785,01	-136.625,38
Pagamento / Recebimento do imposto sobre o rendimento			
Outros recebimentos/pagamentos		192.762,43	136.673,96
FLUXOS DE CAIXA DAS ACTIVIDADES OPERACIONAIS (1)		39.977,4	48,6
FLUXO DE CAIXA DAS ACTIVIDADES DE INVESTIMENTO			
PAGAMENTOS RESPEITANTES A:			
Activos fixos tangíveis		-48.132,04	0,00
Activos intangíveis			
Investimentos financeiros		-232,31	
Outros activos			
RECEBIMENTOS PROVENIENTES DE:			
Activos fixos tangíveis			
Activos intangíveis			
Investimentos financeiros			
Subsídios ao investimento		125,00	125,00
Juros e rendimentos similares			
Dividendos			
FLUXOS DE CAIXA DAS ACTIVIDADES DE INVESTIMENTO (2)		-48.239,35	125,00
FLUXOS DE CAIXA DAS ACTIVIDADES DE FINANCIAMENTO			
RECEBIMENTOS PROVENIENTES DE:			
Financiamentos obtidos		80.000,00	
Realizações de capital e de outros instrumentos de capital próprio			
Cobertura de prejuízos			
Doações			
Outras operações de financiamento			
PAGAMENTOS RESPEITANTES A:			
Financiamentos obtidos		-4.350,00	
Juros e gastos similares		-133,33	-223,50
Dividendos			
Reduções de capital e de outros instrumentos de capital próprio			
Outras operações de financiamento			
FLUXOS DE CAIXA DAS ACTIVIDADES DE FINANCIAMENTO (3)		75.516,67	-223,50
Variações de caixa e seus equivalentes [4]=-(1)+(2)+(3)		67.254,74	-49,92
Efeito das diferenças de câmbio			
Caixa e seus equivalentes no início do período		4.556,03	4.605,95
Caixa e seus equivalentes no fim do período		71.810,77	4.556,03

ANEXO ESNL

1 - Identificação da Entidade:

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE ESCLEROSE MULTIPLA

Rua de Júlio Dinis, 247 - Valbom

4420 – 481 Gondomar

NIF: 504 467 042

1.2 - Natureza da atividade:

A entidade tem por finalidade apoiar os doentes com esclerose múltipla, nas vertentes do apoio social e psicológico.

2 - Referencial contabilístico de preparação das demonstrações financeiras:

2.1 - As demonstrações financeiras foram preparadas de acordo com o disposto na Norma Contabilística e de Relato Financeiro para as Entidades do Sector Não Lucrativo - NCRF-ESNL de acordo com o Decreto-Lei nº 36-A/2011 de 9 de Março, que integra o Sistema de Normalização Contabilística (SNC) aprovado pelo Decreto-Lei nº 158/2009 de 13 de Julho. As demonstrações financeiras foram preparadas no pressuposto da continuidade e do acréscimo tendo como principal base de mensuração o custo histórico.

2.2 - Indicação e justificação das disposições do ESNL que, em casos excepcionais, tenham sido derogadas e dos respetivos efeitos nas demonstrações financeiras, tendo em vista a necessidade de estas darem uma imagem verdadeira e apropriada do ativo, do passivo e dos resultados da entidade.

Não se verificaram no decorrer do período a que respeitam as demonstrações financeiras, quaisquer casos excepcionais que implicassem a derrogação de qualquer disposição prevista na NCRF-ESNL.

2.3 - Indicação e comentário das contas do balanço e da demonstração dos resultados cujos conteúdos não sejam comparáveis com os do exercício anterior.

Tendo em consideração a entrada em vigor do Regime da Normalização Contabilística para as Entidades do Sector Não Lucrativo (RNC-ESNL) no ano anterior, não existem conteúdos que não

sejam comparáveis com os do período anterior, bem como alterações dos critérios de mensuração nas situações aplicáveis.

3 - Principais políticas contabilísticas:

As principais políticas contabilísticas aplicadas na elaboração das demonstrações financeiras da entidade são as que abaixo se descrevem, tendo sido consistentemente aplicadas aos exercícios apresentados salvo indicação contrária.

3.1 - Bases de mensuração usadas na preparação das demonstrações financeiras:

As demonstrações financeiras foram preparadas tendo por base o modelo do custo e os seguintes pressupostos:

- Continuidade;
- Regime de acréscimo (periodização económica);
- Consistência na apresentação;
- Materialidade e agregação;
- Não compensação; e
- Informação comparável.

3.2 - Outras políticas contabilísticas:

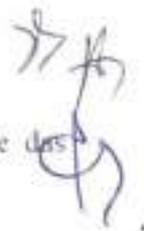
As políticas contabilísticas apresentadas foram aplicadas de forma consistente com o previsto na NCRF-ESNL. Em cada data de balanço é efetuada uma avaliação da existência de evidência objetiva de imparidade nomeadamente da qual resulte um impacto adverso nos fluxos de caixa futuros estimados sempre que possa ser medido de forma fiável.

3.2.1 - Ativos fixos tangíveis

Os ativos fixos tangíveis são inicialmente registados ao custo de aquisição, deduzido das respetivas depreciações acumuladas e perdas por imparidade, o qual inclui o custo de compra e quaisquer outros custos diretamente atribuíveis para os colocar na localização e condição necessária para funcionarem da forma pretendida.

As depreciações são calculadas, após o momento em que o bem se encontra em condições de ser utilizado de acordo com o modelo da linha reta (quotas constantes), em conformidade com o período de vida útil estimado para cada grupo de bens.

3.2.2 - Ativos e passivos financeiros



Os ativos e os passivos financeiros são reconhecidos no balanço quando a entidade se torna parte das correspondentes disposições contratuais.

Um ativo financeiro é qualquer ativo que seja dinheiro ou um direito contratual de receber dinheiro.

Um passivo financeiro é qualquer passivo que se consubstancia numa obrigação contratual de entregar dinheiro.

Os ativos e os passivos financeiros são mensurados:

- a) Ao custo, deduzido de qualquer perda por imparidade
- b) Ao justo valor com as alterações reconhecidas na demonstração dos resultados.

3.2.3 - Rédito

O rédito é mensurado pelo justo valor da contraprestação recebida ou a receber. O rédito a reconhecer é deduzido do montante estimado de devoluções, descontos e outros abatimentos.

3.3 - Principais pressupostos relativos ao futuro:

As demonstrações financeiras foram preparadas no pressuposto da continuidade das operações a partir dos livros e registos contabilísticos da entidade.

As perspetivas existentes para o futuro e para a continuidade das operações baseiam-se no conhecimento e acontecimentos passados. Não se prevê num horizonte temporal de curto e médio prazo qualquer alteração, legislativa ou relacionada com a atividade exercida, que possa pôr em causa a validade dos pressupostos atuais e portanto não é exetável que se verifiquem ajustamentos materialmente relevantes nas quantias escrituradas dos ativos e passivos no próximo período de relato.

3.4 – Principais fontes de incerteza das estimativas:

As estimativas com impacto nas demonstrações financeiras da entidade são continuamente avaliadas, representando à data de cada relato a melhor estimativa tendo em conta o desempenho histórico, a experiência acumulada o enquadramento atual e as expectativas sobre eventos futuros que, nas circunstâncias em causa se acredita serem razoáveis.

Os eventos futuros podem vir a alterar as estimativas efetuadas, pelo que nesse momento as mesmas serão alteradas de forma prospetiva.

4 – Caixa e equivalentes:

4.1 - Comentário da gerência sobre a quantia dos saldos significativos de caixa e seus equivalentes que não estão disponíveis para uso

Todos os saldos de caixa e seus equivalentes estão disponíveis para uso.

4.2 - Desagregação dos valores inscritos na rubrica de caixa e em depósitos bancários

Em 31 de Dezembro de 2020 e em 31 de Dezembro de 2019, o saldo de caixa e seus equivalentes que inclui numerário e depósitos bancários detalha-se como segue:

Descrição	31-12-2020	31-12-2019
Caixa	255.46	664.65
Depósitos Bancários	71 555.31	3 564.98
Outros Ativos Financ.**		326.40
Caixa e seus equivalentes	71 810.77	4 556.03

**O valor referente fundo compensação trabalho anteriormente contabilizado na conta 1431 passou a ser considerado (novamente) na conta 415 – Invest. Financeiros

5 – Políticas Contabilísticas, alterações nas estimativas contabilísticas e erros:

5.1 - Quando a aplicação de uma disposição desta Norma tiver efeitos no período corrente ou em qualquer período anterior, salvo se for impraticável determinar a quantia do ajustamento, ou puder ter efeitos em períodos futuros, uma entidade deve divulgar apenas nas demonstrações financeiras do período corrente.

a) A natureza da alteração na política contabilística;

As políticas contabilísticas não foram alteradas.

b) A natureza do erro material de período anterior e seus impactos nas demonstrações financeiras desses períodos;

Não se verificaram.

6 - Ativos fixos tangíveis:

6.1 - As demonstrações financeiras devem divulgar:

a) Os critérios de mensuração usados para determinar a quantia escriturada bruta;

Os ativos fixos tangíveis são inicialmente registados ao custo de aquisição deduzido das respetivas depreciações acumuladas e perdas por imparidade o qual inclui o custo de compra e quaisquer outros custos diretamente atribuíveis para os colocar na localização e condição necessária para funcionarem da forma pretendida.

b) Os métodos de depreciação usados;

As depreciações dos ativos tangíveis são calculadas numa base sistemática segundo o método da linha reta.

As depreciações são calculadas, após o momento em que o bem se encontra em condições de ser utilizado, de acordo com o modelo da linha reta (quotas constantes), em conformidade com o período de vida útil estimado para cada grupo de bens.

e) As vidas úteis ou as taxas de depreciação usadas;

Os ativos fixos tangíveis são depreciados de acordo com os seguintes períodos de vida útil esperada dos bens:

Ativos Fixos Tangíveis	Números de Anos
Edifícios e Outras Construções	50
Equipamento Básico	6
Equipamento Transporte	4
Equipamento Administrativo	3/6

d) A quantia escriturada bruta e a depreciação acumulada (agregada com perdas por Imparidade acumuladas) no início e no fim do período; e

Descrição	Início Período		Fim Período	
	Quantia Escriturada Bruta	Depreciações Acumuladas	Quantia Escriturada Bruta	Depreciações Acumuladas
Edifícios e O. Constr.	157.025,79	97.123,82	157.025,76	98.461,15
Equipamento Básico	50.565,19	50.064,70	55.256,09	51.737,35
Equipamento Transporte	52.935,00	52.935,00	90.841,14	62.411,54
Equipamento Administrativo	7.840,12	7.152,78	13.375,12	8.908,80
Outros AFT	1.526,75	1.526,75	1.526,75	1.526,75
TOTAL	269.892,85	208.803,05	318.024,86	223.045,59

7 – Rédito

7.1 - Uma entidade deve divulgar:

a) As contabilísticas adotadas para o reconhecimento do rédito incluindo os métodos adotados para determinar a fase de acabamento de transações que envolvam a prestação de serviços;

O rédito é mensurado pelo justo valor da contraprestação recebida ou a receber. O rédito a reconhecer é deduzido do montante estimado de devoluções, descontos e outros abatimentos. O rédito de juros é reconhecido utilizando o método do juro efetivo.

b) A quantia de cada categoria significativa deve ser reconhecida durante o período

Descrição	31-12-2020	31-12-2019
Prestação de Serviços	8 392.16	15 353.02

8 - Subsídios do Governo e apoios do Governo:

8.1 - Devem ser divulgados os assuntos seguintes:

a) A política contabilística adotada para os subsídios do Governo, incluindo os métodos de apresentação adotados nas demonstrações financeiras;

Os subsídios relacionados com rendimentos imputam-se ao rendimento do período, salvo se se destinarem a financiar déficits de exploração de exercícios futuros, caso em que se imputam aos referidos exercícios. Estes subsídios são apresentados separadamente como "Subsídios a exploração" na demonstração dos resultados. No presente período não existiram subsídios Governo.

b) A natureza e extensão dos subsídios do Governo reconhecidos nas demonstrações financeiras e indicação de outras formas de apoio do Governo de que a entidade tenha diretamente beneficiado;

Subsídios do Governo

Descrição	31-12-2020	31-12-2019
ISS - CAD	59.611,68	59.611,68
ISS - Adaptar Social +	7.992,00	0,00
IEFP	2.961,97	2.456,08
Município Gondomar	5.426,66	1.279,97
POISE	45.789,62	6.883,52
Total	121.781,93	70.231,25

9 - Instrumentos financeiros:

9.1 - Uma entidade deve divulgar as bases de mensuração, bem como as políticas contabilísticas utilizadas para a contabilização de instrumentos financeiros, que sejam relevantes para a compreensão das demonstrações financeiras.

A entidade reconhece um ativo financeiro ou um passivo financeiro apenas quando se torne uma parte das disposições contratuais do instrumento.

Os ativos e os passivos financeiros são mensurados:

- a) Ao custo deduzido de qualquer perda por imparidade;
- b) Ao justo valor com as alterações reconhecidas na demonstração dos resultados se estivermos perante instrumentos financeiros negociados em mercado líquido e regulamentado.

9.2 - Para todos os instrumentos financeiros mensurados ao justo valor, a entidade deve divulgar a respetiva cotação de mercado.

À data de 31 de Dezembro de 2020 a entidade detinha o seguinte ativo financeiro mensurado e o justo valor: 378.66 FCT

10 - Benefícios dos empregados:

10.1 - As entidades devem divulgar o número médio de empregados durante o ano.

O número médio de empregados no exercício foi de 7

10.2 - Número de membros dos órgãos diretivos e alterações ocorridas no período de relato financeiro.

A Direção é constituída por cinco membros.

11 - Outras informações:

Dívidas ao Estado e à Segurança Social:

Informa-se que a Entidade à data de encerramento das contas do período de 2020 tem a sua situação "regularizada" perante a Segurança Social, tal como relativamente a Administração Tributária, não existindo, por isso, qualquer dívida em mora ao estado e outros entes públicos.

A Direção

A contabilista certificada

António Paulo Fernandes
António Paulo de Jesus Almeida Silva

Isabel António Trindade
