

Não perca nesta edição:

Editorial:

Dia Nacional do
Mutualismo - 1

Atualidades:

Nova vacina da gripe já está
disponível no SNS - 3

Barómetro:

“O Pesado Fardo da
Obesidade” - 4

Novidades Jurídicas:

Regras de prescrição e
dispensa de medicamentos e
produtos de Saúde - 5

Associação Benéfica e
Previdente disponibiliza
Serviço de Apoio
Domiciliário para residentes,
364 dias/ano - 6



Editorial

Dia Nacional do Mutualismo

Esta edição da nossa *newsletter* é maioritariamente dedicada ao tema que nos mereceu maior destaque durante este mês, a **comemoração do Dia Nacional do Mutualismo**, uma data histórica, que se assinala a **25 de outubro**, e que este ano foi celebrada na emblemática cidade de Coimbra. Esta cerimónia, para além da habitual presença da vasta comunidade de associações mutualistas que compõem a **APM-RedeMut**, contou com a participação de ilustres convidados amigos e parceiros, que habitualmente nos presenteiam com a sua presença.

Jorge Alves, vereador da Câmara Municipal de Coimbra, deu as boas vindas e salientou que é destes encontros e da troca de experiências que eles promovem que muitas vezes surgem soluções para os problemas dos territórios que são, também, os problemas das pessoas e que as instituições da economia social ajudam a resolver. E encontrar esses caminhos é impulsionar o desenvolvimento local, que tanto se pode manifestar pela via do acesso a cuidados de saúde, como melhorando as acessibilidades e a mobilidade dos cidadãos.

Cassiano Calvão, Presidente do Conselho de Administração da **APM-RedeMut**, deu início à sessão de abertura do Dia Nacional do Mutualismo, com o lema **“Mutualismo – uma resposta de proximidade”**, destacando os novos desafios sociais que as mutualidades, em particular, e a sociedade, em geral, têm pela frente, chamando a atenção para as questões da sustentabilidade e para a importância da definição de estratégias. **“As Mutualidades têm de estar mais próximas das pessoas e dos seus problemas, adotando um modelo organizacional moderno para promover a qualidade, o crescimento sustentado e a consolidação financeira** na prossecução da defesa dos princípios da identidade e dos interesses das instituições que integram a **APM-RedeMut** junto das entidades públicas, privadas e sociais”. A dimensão e a representatividade da **APM-RedeMut**, com projeção a nível nacional e internacional, advogam o mutualismo como solução competente, forte e segura, na proteção dos seus associados, garantindo o acesso, a produtos e serviços mutualistas, complementares à segurança social, e de cuidados de saúde a custos reduzidos. Entre os pilares mais importantes do mutualismo encontram-se o respeito pela dimensão humana, solidariedade, responsabilidade social, visão democrática, participação das instituições, modelo estratégico de gestão e de missão organizacional. Entendemos o mutualismo como uma fonte geradora de movimento das pessoas e para as pessoas. O paradigma das associações mutualistas mudou radicalmente com a diversificação da sua carteira de produtos e das áreas de intervenção. **“Temos todos, um papel decisivo na melhoria da oferta de serviços e produtos, pela via de sinergias entre mutualistas, através da otimização de recursos e de parcerias estratégicas”**, finaliza.



Jorge Brandão, Vogal Executivo da Comissão Diretiva do Programa Operacional Centro 2020, destacou a importância do desenvolvimento regional do Centro, que está a ser levada a cabo pelo POC2020, um programa de 2,1 mil milhões de euros de fundos atribuídos à região. Existem apoios para as diferentes especificidades, para o empreendedorismo (desenvolvimento de novas empresas), para o envelhecimento ativo (nova realidade demográfica). É importante criar lógicas de redes, de diferente natureza, de diferentes simetrias que, de alguma forma, sejam o suporte para que, quer na dimensão do empreendedorismo, quer na dimensão da inclusão social, essas realidades possam ser concretizadas. Concluiu afirmando que para este efeito, **"o mutualismo tem relevância por agregar pessoas em objetivos comuns e partilhados, porque, seguramente, só assim, os seus resultados podem ser alcançados."**

O momento alto desta cerimónia, e podemos dizê-lo que mais emotivo, foi o da **homenagem ao professor Doutor Jorge de Sá, uma figura incontornável da economia social e um grande mutualista que faleceu em abril deste ano.** "Um Mestre, um Líder, um Irmão". Foram estas as palavras que o **Pe. Vítor Melícias** usou para caracterizar o seu amigo. "Eu soube o que é amor e carinho no seu lar, no lar deste homem grande, dos maiores da economia social e do mutualismo", afirmou. Uma homenagem que, segundo o próprio, "só poderia ser feita neste dia, o Dia Nacional do Mutualismo, e neste sítio, em Coimbra, onde o país se renovou, e nesta instituição, na **APM-RedeMut**, onde o Jorge foi Vice-presidente e forte impulsionador da sua constituição".

Seguiu-se a intervenção do historiador **Joel Cleto**, que apresentou uma **"Breve história do mutualismo"**, onde destacou o percurso notável do mutualismo desde o seu surgimento, "quase 50 anos depois estamos aqui com um percurso (...) o mutualismo foi criado nesta procura fraterna de entajuda (...), é por termos esse espírito de fraternidade, solidariedade e entajuda que chegámos onde chegámos".

O Professor **Manuel Lopes Porto** fez uma abordagem sobre o tema **"Economia Social e o Desenvolvimento Local"**, indagando sobre **"o que há de comum entre a economia social e as autarquias locais? É a maneira de empenhar a responsabilização direta dos cidadãos, para assim se sentirem responsabilizados e sentirem que estão a participar para o bem comum"**. Intervirem com iniciativa e com responsabilidade é, para Manuel Lopes Porto, a chave de sucesso para as boas relações entre a economia social e as autarquias locais. O Professor insistiu na ideia de que centralizar para tornar mais competitivo é errado, dando o exemplo da Europa: "A Europa é o melhor exemplo do equilíbrio regional. Na Europa há a ideia de que é preciso haver maior coesão, antigamente as preocupações regionais não existiam, todavia, essa realidade mudou". Contudo, parece que este não tem sido o caso em Portugal. "As assimetrias regionais acentuam-se e agravam-se entre Lisboa e Vale do Tejo (região mais rica) e o Norte (região mais pobre). Estes desequilíbrios não são bons para o país, mas pior do que isto, é ainda o abandono do interior, alertou Manuel Lopes Porto. "Portugal está regionalizado e o que acontece é que os governantes dos países centralizados acabam por ser mais governantes regionais e tratar mais da capital do que do resto do país". O Professor terminou a sua intervenção destacando o papel da economia social: "Quando se fala do mérito da economia social e das autarquias locais, mesmo que haja uma política nacional, o papel da economia social é insubstituível. O Estado tem o papel correto, criando condições para que seja cada vez mais forte o papel das autarquias locais e mais forte o papel da economia social, que é o que vale a este país. **Há que continuar a criar condições para que ela, a economia social, seja cada vez mais eficaz"**.

O último tema abordado **"Mutualismo – uma resposta de proximidade: Partilha de boas práticas"** veio dar a conhecer o trabalho desenvolvido localmente por 2 associações mutualistas, em parceria com a câmara e junta de freguesia locais, em prol das suas comunidades. São dois exemplos que expressam a força do poder local, o caso da **Associação Mutualista de Gondomar**, que apresentou a sua génese alicerçada na transformação da caixa de previdência dos trabalhadores da Câmara e as novas atividades que desenvolve na área da saúde e do empreendedorismo social, e o caso da **Associação Mutualista da Freguesia do Vilar**, que presta apoio no transporte de doentes, uma lacuna que existia no município e que fez nascer a associação.

O encerramento do **Dia Nacional do Mutualismo** ficou, também, marcado, pelo momento da **saudação solene às associações da APM-RedeMut**, assinalado com a atribuição de um diploma de membro efetivo a cada uma das 24 Associadas. O Vice-Presidente do Conselho de Administração da APM-RedeMut, **Pedro Bleck da Silva** deu por encerrada a sessão, agradecendo a todos os presentes e deixando uma mensagem de incentivo e de estímulo para o futuro. "As instituições da economia social são um parceiro imprescindível do desenvolvimento local. Devemos seguir o exemplo destas associadas, o exemplo destas boas práticas que aqui foram apresentadas". **Pedro Bleck da Silva** destacou a necessidade do "envolvimento e motivação que todos temos que dar nas instituições de que fazemos parte. É uma preocupação de ser e de estar que todos temos que adotar". O Vice-presidente terminou apelando à necessidade das associadas participarem nas reuniões, envolvendo-se e fazendo propostas. "Para que a **APM-RedeMut** funcione temos que sentir que estamos a fazer um trabalho de todos e para todos(...). A APM só vai ser forte se as instituições que representa a ajudarem a crescer".



Atualidades

Nova vacina da gripe já está disponível no SNS

A gripe e o frio mataram 3728 pessoas entre outubro de 2018 e maio do corrente ano, de acordo com o último relatório do Programa Nacional de Vigilância da Gripe, do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge.

Para combater a próxima epidemia, o Estado decidiu investir 11,3 milhões de euros em 1,4 milhões de doses de vacinas, que já estão disponíveis nos centros de saúde para serem dadas, de forma gratuita, aos grupos de maior risco.

As vacinas também podem ser compradas na farmácia, onde vão estar disponíveis para venda 600 mil doses, mediante receita médica, usufruindo de uma comparticipação de 37% (para pessoas que não pertençam ao grupo de risco).

Segundo Graça Freitas, Diretora – Geral da Saúde, as vacinas deste ano são tetravalentes, neutralizando quatro tipos de vírus da gripe (dois do tipo A e dois do tipo B).

APM promove ação de *teambuilding* com associadas

No âmbito das comemorações do Dia Nacional do Mutualismo, a APM-RedeMut realizou, no dia 24 de outubro, em Coimbra, uma ação de *teambuilding* com as suas associadas. Esta iniciativa, que contou com a presença de 13 associações, foi organizada com o objetivo principal de promover uma reflexão sobre a relevância dos modelos de gestão das associações mutualistas junto da comunidade e no entrosamento da atividade das associadas da APM-RedeMut como forma de potenciar a sua eficácia, eficiência e sustentabilidade.

Esta ação compôs-se de dois momentos: um primeiro, de Coaching Motivacional, dirigido pela Coach Teresa Botelho que apresentou conteúdos respeitantes à liderança e à introdução de novas ferramentas para pensar; e o segundo, com a apresentação dos "Desafios futuros e linhas de intervenção – que caminhos e que oportunidades?", que pretendeu a tomada de consciência dos desafios que temos que enfrentar através de um exercício colaborativo (ação a 90 dias), preparado por João Queiroz, Diretor da AXIMAGE, visando a contribuição para a definição, pelo Conselho de Administração, do Plano de Ação para 2020, baseado na cooperação e na interação em rede dos participantes ao longo daquele período de tempo.



O que é preciso mudar?

O relatório da OCDE defende a promoção de um estilo de vida saudável, a adoção de políticas de regulação da publicidade a alimentos pouco saudáveis e aumento dos impostos sobre alimentos açucarados, em detrimento da diminuição dos impostos sobre os alimentos saudáveis.



Barómetro

“O Pesado Fardo da Obesidade”

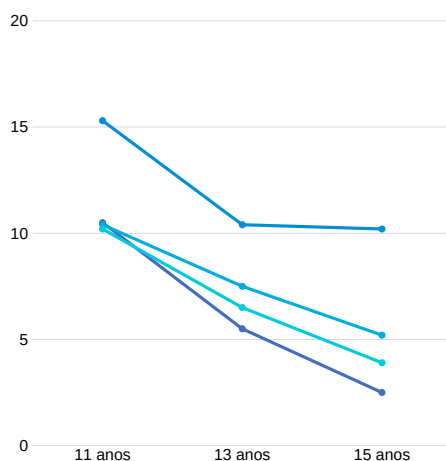
A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) divulgou um relatório onde revela que 92 milhões de vidas estão em risco por causa da obesidade, uma doença que custa 385 milhões de euros e que afeta um quarto dos cidadãos dos países da OCDE. Em Portugal, do total da receita canalizada para a saúde, 10% é utilizado para o tratamento de doenças relacionadas com a obesidade, como a diabetes, o cancro ou doenças cardíacas. Ou seja, o Estado gasta 207 euros por pessoa, por ano, em tratamentos relacionados com o excesso de peso.

Este relatório mostrou que em Portugal, a taxa de prevalência de obesidade se fixou no 21,7%, sendo que dessa percentagem, 5,39% é obesidade mórbida. Além disto, 36,7% da população portuguesa foi identificada como estando em pré-obesidade.

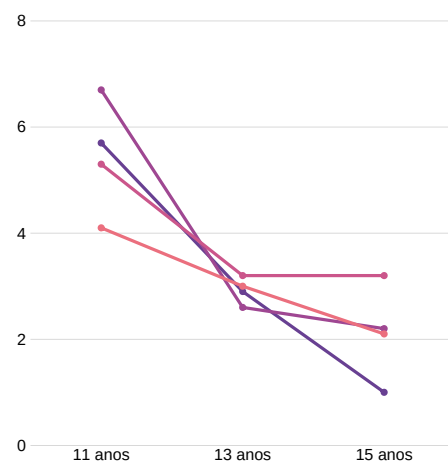
Prevalência da Obesidade em Portugal

Comparação entre os anos de 2002, 2006, 2010 e 2014 (valores em %)

Rapazes



Raparigas





Novidades Jurídicas

Regras de prescrição e dispensa de medicamentos e produtos de Saúde

Foi publicado em Diário da República, no passado dia 29 de outubro, a Portaria n.º 390/2019, que procedeu à quarta alteração à Portaria n.º 224/2015, de 27 de julho, a qual estabelece o regime jurídico a que obedecem as regras de prescrição e dispensa de medicamentos e produtos de saúde e define as obrigações de informação a prestar aos utentes.

A alteração agora efetuada visa restringir os casos em que se admite a realização da prescrição por via manual, reforçando-se assim a concretização dos objetivos que estiveram na génese da Receita Sem Papel.

Nesta conformidade, a prescrição de medicamentos pode, excecionalmente, realizar-se por via manual nas situações de falência do sistema informático; de indisponibilidade da prescrição através de dispositivos móveis ou nas situações de prescrição em que o utente não tenha a possibilidade de receber a prescrição desmaterializada ou de a materializar.

Nestes casos, os procedimentos a adotar são definidos e publicados pela SPMS, E.P.E., na sua página eletrónica.

Casa das Glicínias organiza Feira Black Friday



A Casa das Glicínias, da nossa Associada Benéfica e Previdente, realizou no passado dia 18 de outubro, a Feira Black Friday, onde foram colocadas à venda várias peças de roupa, acessórios para o lar e material desportivo, a preços muito convidativos. Esta feira teve como principal objetivo a angariação de fundos para a Campanha “Dê Boleia a esta ideia: Tod@s a Bordo!”, que vai decorrer durante o ano de 2019 e 2020.

A insuficiência das verbas e comparticipações recebidas constitui um constrangimento diário ao trabalho que a Associação desenvolve. Com estas iniciativas pretende-se conseguir a aquisição de duas carrinhas, destinadas ao transporte das equipas técnicas e dos utentes; trata-se de equipamento que permitirá prestar um serviço mais adequado e eficaz, sobretudo junto das crianças e idosos que são apoiados diariamente.

**Associação Benéfica
e Previdente
disponibiliza
Serviço de Apoio
Domiciliário para
residentes, 364
dias/ano**

A **Associação Benéfica e Previdente** disponibiliza um novo serviço de **Apoio Domiciliário**, que consiste na prestação de todo o tipo de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, seja a idosos, adultos ou famílias quando, por motivos de doença, deficiência ou outros impedimentos, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das necessidades básicas e/ou atividades da vida diária.

Desde levar a refeição a casa, cuidar da higiene pessoal, fazer a limpeza do lar e tratamento da roupa e apoiar a compra de bens (medicação, mercearias, etc...), tudo pode ser assegurado por este serviço.

O custo do Apoio Domiciliário é calculado de acordo com os rendimentos e despesas do agregado familiar.



BENÉFICA E PREVIDENTE
ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

Instituição Particular de Solidariedade Social

UM SERVIÇO PARA SI, EM SUA CASA E DISPONÍVEL PARA TODOS

CENTRO DO PORTO

**364 dias
ano**

**PREÇO
DE ACORDO
COM OS SEUS
RENDIMENTOS E
DESPESAS**

- LEVAMOS A REFEIÇÃO A SUA CASA
- CUIDAMOS DA SUA HIGIENE E DA SUA CASA
- TRATAMOS DA SUA ROUPA
- APOIAMOS NA COMPRA DE BENS (medicação, mercearia,...)

916 891 362 | 224 071 429
patriciasantos@benefica-previdente.com
margaridalopes@benefica-previdente.com

** Apoio a pessoas/famílias em situação de dependência temporária ou permanente*