

# AADIC

## PLANO DE ACTIVIDADES 2020

### 2.<sup>a</sup> Versão

#### 1. INTRODUÇÃO

O ano de 2020 é, essencialmente, marcado pela crise pandémica criada pela COVID-19 resultante da disseminação do vírus SARS-CoV-2. As repercussões para as atividades a desenvolver pela AADIC são de dois tipos. Em primeiro lugar importa criar novas ações motivadas pela COVID-19 de reforço específico do apoio aos doentes com Insuficiência Cardíaca e, em segundo, atendendo à necessidade de assegurar as regras de distanciamento social, as ações cuja concretização passavam pela realização de eventos presenciais tiveram que ser adaptadas ou, até, eliminadas.

Esta segunda versão do Plano de Atividades 2020 da AADIC, integra as alterações à primeira versão tendo em vista a sua adequação à nova realidade trazida pela COVID-19.

A AADIC foi constituída a 5 de maio de 2017, perfazendo assim em 2020 o seu terceiro ano de existência, mas a situação atual indica que a associação está ainda numa fase inicial da sua atividade.

De acordo com os seus estatutos, a missão da AADIC é: *apoiar, os doentes, familiares e amigos que convivem com a Insuficiência Cardíaca (doravante IC), sendo que, para tal, o seu objecto é: promover, participar, incentivar, orientar e apoiar na área da IC, bem como associar a respectiva prática a ações de solidariedade no âmbito desta patologia.*

Neste enquadramento, apostando fortemente numa política de crescimento, a AADIC propõe-se implementar em 2020 um vasto conjunto de Ações agregadas por quatro grandes objetivos estratégicos e um objetivo operacional.

Importa assim privilegiar uma estratégia similar a um projeto, assumindo o seu segundo objectivo estratégico, imediatamente após as ações de apoio aos doentes com IC, o aumento significativo do número dos seus sócios.

A concretização das ações descritas neste Plano estará, naturalmente, dependente dos apoios que sejam concedidos à AADIC por todas as Entidades e Pessoas sensíveis à causa IC.

## 2. OBJECTIVOS

Tendo presente o firme propósito de crescimento já referido, a AADIC definiu, para implementação no ano 2020, os quatro objetivos estratégicos seguintes:

- Promoção/Realização de Iniciativas de Apoio aos Doentes.
- Aumentar o número de Sócios.
- Reconhecimento Institucional da AADIC.
- Captar Financiamento para as Atividades da AADIC

Adicionalmente é objetivo operacional da AADIC assegurar os meios necessários para o seu funcionamento normal.

### a. OBJ. EST. 1 - PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES

Tendo presente a missão e objeto acima indicados apresentam-se as principais ações de apoio aos doentes com IC que a AADIC planeia desenvolver em 2020, a saber:

1. Workshop em Hospital,
2. Workshop Virtual,
3. Webinar: A Insuficiência Cardíaca face à COVID-19,
4. Monofolhas COVID-19.

### b. OBJ. EST. 2 – AUMENTAR O N.º DE SÓCIOS

Neste âmbito, a Direção pretende, por um lado, fazer com que a AADIC seja conhecida por um número cada vez maior das inúmeras pessoas que são insuficientes cardíacas não o sabendo (as estimativas existentes estimam, só em Portugal, o seu número atual em 400.000) e, por outro, sensibilizar os profissionais de saúde e os decisores políticos para o síndrome da IC e para a necessidade de que sejam tomadas ações, ao nível social e político, que contribuam para a melhoria das condições de apoio aos cidadãos com IC.

Nesta dupla perspetiva a caracterização dos potenciais sócios da AADIC, que de acordo com os respetivos estatutos poderão ser *“todos os doentes com IC, ou quaisquer familiares e amigos desses doentes, bem como quaisquer pessoas singulares ou coletivas que promovam ideal ou materialmente os objetivos”* da associação, é feita da maneira descrita em seguida.

#### Tipologia dos sócios:

- Doentes e seus familiares,
- Pessoas sensíveis à causa IC,
- Outros:

- Profissionais de saúde com atividade profissional em áreas relativas à IC,
- Decisores políticos,
- Entidades sensíveis à causa IC.

Tendo por base esta dupla caracterização, considerando que todas as atividades desenvolvidas pela AADIC deverão contribuir para este fim e sendo que é fundamental obter vantagens e benefícios que a associação consiga proporcionar aos seus sócios, as principais ações sob o objetivo estratégico de “Aumentar o n.º de sócios” dividem-se em:

1. Campanhas específicas, dirigidas, de angariação de sócios:
  - a) Nas redes sociais ou recorrendo a meios tradicionais, nomeadamente:
    - i. Campanha Facebook - "*Torne-se Sócio*",
    - ii. Interação digital (colaboração portais, App, etc.);
  - b) Promoção da AADIC nas iniciativas a efetuar;
2. Obtenção de Benefícios/Vantagens para os Sócios, designadamente, junto de:
  - a) Farmácias e respetiva associação (ANF),
  - b) Hospitais,
  - c) Ginásios;
3. Lançamento de campanha de informação dirigida aos doentes com IC a partir da elaboração de artigos específicos sobre diversos temas relativos a IC, úteis para os doentes, a disponibilizar no sítio da AADIC e a divulgar aos sócios e a entidades diversas, desenvolvidos com o apoio e colaboração de um conjunto de profissionais de saúde de referência (10 médicos), exemplos:
  - a) COVID-19, cuidados e impactos para o Insuficiente Cardíaco,
  - b) Reabilitação Cardíaca,
  - c) Cuidados a ter nas viagens,
  - d) Outros a definir;
4. Divulgação da AADIC, elaboração meios de suporte;
5. Criação de Newsletter sobre IC;

### **c. OBJ. EST. 3 – RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL / RELACÕES COM OUTRAS ENTIDADES**

A ação da AADIC terá tanto mais impacto quanto maior for o reconhecimento da associação junto das principais autoridades e organismos públicos com responsabilidades relevantes em termos da IC, bem como quanto melhor e mais aprofundado for o relacionamento da associação com as entidades de referência na IC.

Para este fim a AADIC pretende desenvolver em 2020 as seguintes ações:

1. Reconhecimento Institucional com o objetivo de ser considerada IPSS,
2. Estreitamento Relações Institucionais.

**d. OBJ. EST. 4 – FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS**

Pretende-se neste âmbito desenvolver as ações necessárias para obtenção dos meios financeiros de suporte à atividade da AADIC, a saber:

1. Ligação com a Indústria,
2. Financiamento da AADIC.

**e. OBJ. OPERACIONAL - ASSEGURAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC**

Em termos da operação da AADIC é importante assegurar os meios necessários, designadamente:

- a) Meios informáticos, Manutenção do site, outros,
- b) Serviços: Contabilidade, Suporte Administrativo, outros,
- c) Angariação voluntários - Associações de Estudantes, Universidades.

**3. ANEXOS**

**A. CRONOGRAMA**

**B. CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS AÇÕES**

**ANEXO A**  
**CRONOGRAMA**

OBJETIVOS/AÇÕES	2020				RESPONSÁVEL
	1º T	2º T	3º T	4º T	
<b>OBJETIVOS ESTRATÉGICOS</b>					
<b>1 - Realização Iniciativas AADIC</b>					
1.1 - Workshop em Hospital	X				MJR, AM
1.2 - Workshop Virtual		X		X	MJR, AM
1.3 - Webinar: A Insuficiência Cardíaca face à COVID-19		X			LFP, MJR, AM
1.4 - Monofolhas COVID-19		X	X	X	MJR, AM
<b>2 - Aumentar nº Associados</b>					
2.1 - Campanhas angariação Associados		X		X	MPB, MF, AM
2.2 - Benefícios para Associados	X	X	X	X	AP, MF, AM
2.3 - Campanha de Informação		X	X	X	DB, AM
2.4 - Divulgação AADIC, elaboração meios suporte	X	X	X	X	LFP, AM
2.5 - Divulgação Handbook Português				X	LFP, AM
2.6 - Criação de Newsletter sobre IC		X	X	X	LFP, MF, AM
<b>3 - Reconhecimento Institucional</b>					
3.1 - Reconhecimento Institucional (IPSS)				X	CP, AM
3.2 - Estreitamento Relações Institucionais	X	X	X	X	LFP, AM
<b>4 - Financiamento Iniciativas AADIC</b>					
4.1 - Ligação com Indústria	X	X	X	X	LFP, AM
4.2 - Financiamento AADIC	X	X	X	X	AP, MF, AM
<b>OBJETIVO OPERACIONAL</b>					
<b>5 - Assegurar meios para Funcionamento AADIC</b>					
5.1 - Suporte ao Funcionamento AADIC	X	X	X	X	MF, AM, AP

**ANEXO B**  
**CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS AÇÕES**

## AÇÕES RELATIVAS A

### OBJECTIVO ESTRATÉGICO 1

#### PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES

Designação:	<b>Workshop em Hospital</b>
Descrição:	Realização de reuniões de grupo, com doentes e cuidadores, em Hospitais com programa estruturado de tratamento da IC em funcionamento, para recolha de experiências, partilha de conhecimento e apoio psicológico.
Objetivo:	1 ação
Duração:	1 manhã
Quando:	1T 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Profissional de saúde: Médico / Enfermeiro / Outro</li><li>• Apoio logístico e material apoio (folhetos)</li><li>• Acordo com o Hospital</li></ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Workshop Virtual</b>
Descrição:	Realização de workshop virtual, com doentes IC e cuidadores, para apresentação de temas práticos e troca de experiências, com destaque para aspetos relacionados com a COVID-19.
Objetivo:	3 ações
Duração:	1h15m
Quando:	2T, 4T 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Profissional de saúde: Médico / Enfermeiro / Outro</li><li>• Nutricionista e Personal Trainer</li><li>• Apoio logístico/plataforma eletrónica</li></ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Webinar: A Insuficiência Cardíaca face à COVID-19</b>
Descrição:	Realização de webinar envolvendo especialistas e personalidades convidadas, dirigidas a doentes com Insuficiência Cardíaca bem como a profissionais e a entidades do setor da saúde, sobre os cuidados e os impactos da COVID-19 para o doente com IC.
Objetivo:	1 ação
Duração:	2 horas
Quando:	2T 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Especialistas e personalidades convidadas</li><li>• Apoio logístico/plataforma eletrónica</li></ul>
Responsável:	Luís Filipe Pereira, Maria José Rebocho, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Monofolhas COVID-19</b>
Descrição:	Elaboração e divulgação de monofolhas relativas à COVID-19 com orientações e recomendações para o doente com Insuficiência Cardíaca.
Objetivo:	<u>6 monofolhas</u>
Duração:	<u>N/A</u>
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoio logístico e material apoio</li> </ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, Ana Marquilhas



**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 2**  
**AUMENTAR O Nº DE SÓCIOS**

Designação:	<b>Campanhas de angariação de sócios</b>
Descrição:	Desenvolvimento de campanhas específicas nas redes sociais ou recorrendo a meios tradicionais, nomeadamente: a) Campanha Facebook - " <i>Torne-se Sócio</i> " b) Interação digital
Objetivo:	Angariação de sócios
Duração:	Anual
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Contratação de serviços
Responsável:	Manuel Pedrosa Barros, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Apoio/benefícios para os Sócios da AADIC</b>
Descrição:	Celebração de protocolos com outras entidades, incluindo: farmácias, ANF, hospitais privados, ginásios, e outras entidades para obtenção de descontos e de outros benefícios.
Objetivo:	Obtenção de melhores condições de apoio aos sócios c/ IC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	António Paulino, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Lançamento de campanha de informação</b>
Descrição:	Lançamento de campanha de informação dirigida aos doentes com IC a partir da elaboração de monofolhas e de artigos específicos sobre diversos temas relativos a IC, úteis para os doentes, a disponibilizar no sítio da AADIC e a divulgar junto dos sócios e de entidades diversas, desenvolvidos com o apoio e colaboração de um conjunto de profissionais de saúde de referência, exemplos: a) Reabilitação Cardíaca, b) Cuidados a ter nas viagens, c) Outros a definir.
Objetivo:	Elaboração e Divulgação de monofolhas e de artigos para apoio aos sócios c/ IC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Maria José, Dulce Brito, Ana Marquilhas

<b>Designação:</b>	<b>Divulgação da AADIC, elaboração meios de suporte</b>
<b>Descrição:</b>	<p>Realização de ações de divulgação da AADIC e de desenvolvimento de materiais de suporte necessários, incluindo:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Participação no programa Tempo de Antena,</li> <li>b. Participação em programas de Rádio e de TV,</li> <li>c. Participação em eventos, ligados à IC, organizados por outras entidades,</li> <li>d. Elaboração “Spot AADIC”,</li> <li>e. Criação de campanha com testemunhos de figuras públicas que despertem a sociedade para a dimensão deste tema: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Transmissão em TV e redes sociais,</li> <li>b. Filme de 20”,</li> </ol> </li> <li>f. Criação de filmes testemunhos, numa perspectiva 360 da doença e inclusão nas plataformas digitais, junto de: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Doentes,</li> <li>b. Profissionais da saúde,</li> <li>c. Sócios,</li> </ol> </li> <li>g. Elaboração e colocação de cartazes de sensibilização para a insuficiência cardíaca e de divulgação da AADIC em hospitais e farmácias,</li> <li>h. Aquisição de cartões e consumíveis,</li> <li>i. Parceria Unilever/ Chef madeira - receitas para quem sofre de IC, criação de filmes</li> <li>j. Criação de filmes exercícios para doentes IC,</li> <li>k. Parceria com a ANF.</li> </ol>
<b>Objetivo:</b>	Divulgação da AADIC e sensibilização para a IC
<b>Duração:</b>	Variável
<b>Quando:</b>	Durante 2020
<b>Meios necessários:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contratação serviços para elaboração do “Spot AADIC”,</li> <li>2. Contratação de serviços para obtenção e divulgação dos testemunhos,</li> <li>3. Aquisição de cartazes, de cartões e consumíveis para distribuir em Eventos/Ações (folhetos, flyers e cartazes).</li> </ol>
<b>Responsável</b>	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Divulgação do Handbook Português</b>
Descrição:	A partir da elaboração da tradução para português do <i>The handbook of multidisciplinary and integrated heart failure care</i> da <i>The Heart Failure Policy Network</i> , cuja divulgação foi objeto de ação específica da AADIC em 2019, pretende-se agora proceder à divulgação da respetiva tradução junto dos sócios.
Objetivo:	Divulgação de informação útil junto dos sócios
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Sala Catering Apoio logístico
Responsável	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Criação de Newsletter sobre IC</b>
Descrição:	Criação de newsletter sobre IC a publicar no sítio da AADIC, com base em fontes de informação de referência disponíveis na Internet
Objetivo:	Divulgação de informação útil junto dos sócios
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Site e diversos
Responsável	Luís Filipe Pereira, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 3**  
**RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL/RELAÇÕES COM OUTRAS**  
**ENTIDADES**

Designação:	<b>Reconhecimento Institucional como IPSS</b>
Descrição:	Reconhecimento Institucional da AADIC no âmbito da legislação em vigor, nomeadamente, mediante obtenção do estatuto de IPSS.
Objetivo:	Reconhecimento social da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Carlos Paiva, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Estreitamento de Relações Institucionais</b>
Descrição:	Estreitamento de relações institucionais com entidades relevantes na IC, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção Geral de Saúde,</li> <li>• Infarmed,</li> <li>• Associação Nacional de Farmácias,</li> <li>• Sociedade Portuguesa de Cardiologia,</li> <li>• Fundação Portuguesa de Cardiologia,</li> <li>• Indústria Farmacêutica.</li> </ul>
Objetivo:	Reconhecimento social da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 4**  
**FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS**

Designação:	<b>Ligação com a Indústria</b>
Descrição:	Estabelecer ligação com as empresas/indústria com o objetivo de angariar sócios coletivos e desenvolver projetos em conjunto com a AADIC.
Objetivo:	Financiamento da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Financiamento da AADIC</b>
Descrição:	Obtenção dos meios financeiros necessários ao funcionamento da AADIC, incluindo: a. Quotas e donativos dos Sócios, b. Apoios e donativos tendo em consideração o Plano de Ação da AADIC para 2020, c. Criação da figura Mecenias, d. Apoios e ou donativos de outras empresas a contactar, e. Donativos de particulares.
Objetivo:	Conforme indicado na descrição da ação, nomeadamente obter o apoio de Mecenias e conseguir captar novos Sócios.
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	António Paulino, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A  
OBJECTIVO OPERACIONAL**

**ASSEGURAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC**

Designação:	<b>Suporte ao funcionamento da AADIC</b>
Descrição:	Obtenção dos meios e dos materiais necessários ao funcionamento da AADIC
Objetivo:	conforme indicado
Duração:	anual
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suporte e manutenção site,</li><li>• Contabilista,</li><li>• Suporte administrativo,</li><li>• Aquisição meios de suporte,</li><li>• Despesas de deslocação e alojamento.</li></ul>
Responsável:	Miguel Ferreira, Ana Marquilhas, António Paulino