



Associação Portuguesa das Perturbações da Ansiedade

APPA

CAPÍTULO I

Denominação, sede e insígnias

Artigo 1.º

Regulamento Interno

O presente Regulamento da Associação Portuguesa das Perturbações da Ansiedade, adiante designada por APPA, tem como objetivo completar, regular e desenvolver omissões dos próprios estatutos.

Artigo 2.º

Denominação, sede e duração

- 1.** A associação de utilidade pública sem fins lucrativos, fundada a trinta e um de outubro de dois mil e dezoito com a denominação TFASRV-Associação Portuguesa de Perturbações de Ansiedade, tem sede na Rua das Traineiras Lote 2 Cave Direita, freguesia da Nazaré, concelho da Nazaré e constitui-se por tempo indeterminado.
- 2.** A associação tem número de pessoa coletiva 515142085 e o número de identificação na segurança social 25151420857.

Artigo 3.º

Âmbito e objetivos

1. A ação da APPA visa desenvolver a sua atividade em todo o território nacional, por via da criação de Filiais ou Núcleos Distritais ou de parcerias com outras entidades (seja pessoa singular ou coletiva), abrangendo pessoas com diagnóstico de Perturbações de Ansiedade e outras comorbilidades associadas, familiares, cuidadores e, eventualmente, profissionais da área de saúde ou social.
2. A APPA tem como objetivos principais:
 - a) Reforçar a intervenção psicológica e social, ao nível da prevenção, do tratamento e da reabilitação;
 - b) Desenvolver respostas de cuidados continuados na área da saúde mental, em que o foco são as Perturbações de Ansiedade e outras comorbilidades associadas, diminuindo assim, as limitações psicossociais do doente;
 - c) Criar uma equipa multidisciplinar para assegurar e garantir um melhor acompanhamento- Tratamento individualizado e continuado - de forma a garantir uma resposta atempada face ao diagnóstico/problema;
 - d) Educar e formar, promovendo ações de esclarecimento, para doentes e cuidadores informais;
 - e) Capacitar e orientar o doente na sua fragilidade social económica, combatendo o seu isolamento.
3. Objetivos específicos:
 - a) Reforçar a área de intervenção comunitária, potencializadora da reabilitação psicológica e social dos

doentes e cuidadores informais, através de uma intervenção sistémica;

- b) A primeira avaliação, social e clínica, realizada por uma equipa multidisciplinar, sendo por vezes necessário recorrer ao diagnóstico médico, tem em consideração as necessidades e expectativas do utente, numa ótica de prevenção e reabilitação;
- c) Diversificar a intervenção psicológica com recurso à investigação recente na área, relativamente a casos de sucesso, de forma a delinear a estratégia/ terapia (cognitivo-comportamental, sistémica, etc.) mais adequada a cada doente;
- d) Contribuir para a realização de estudos científicos, com o intuito de criar e disseminar conhecimento sobre esta patologia;
- e) Promover ações de esclarecimento, colóquios e workshops, em parceria com a comunidade envolvente, com o objetivo de informar, esclarecer e sensibilizar os doentes e população em geral sobre esta doença;
- f) Desconstruir as crenças associadas à doença, preenchendo as lacunas acerca do conhecimento da mesma, nomeadamente, em termos de causalidade entre a ansiedade e a depressão ou mesmo quanto à relatividade atribuída pelo senso comum devido à sua frequência e prevalência;
- g) Desenvolver na pessoa um conjunto de estratégias e instrumentos para lidar com situações problemáticas, dificuldades pessoais e potenciar pensamentos adaptativos de superação das limitações;
- h) Mudar o foco relativamente à perturbação para competências de valorização da pessoa, reestruturando o

seu projeto de vida: objetivos, estilo de vida, mudança de atitude perante a doença, motivação;

- i) Criar uma linha de apoio S.O.S, acessível a qualquer cidadão, que sofra de ansiedade/ ataques de pânico ou pretenda obter informações para ajudar no (s) momentos da crise (s).

Artigo 4.º

Prestação de serviços

1. Os serviços prestados pela APPA serão comparticipados, de acordo com a situação económico-financeira do agregado familiar do utente.

2. As tabelas de comparticipação dos utentes serão elaboradas em conformidade com as normas legais aplicáveis e com os acordos de cooperação que sejam celebrados com os serviços oficiais competentes.

CAPÍTULO II

Dos Associados

Artigo 5.º

Qualidade de associado

1. Podem ser associados da APPA todas as pessoas singulares ou coletivas, que se proponham contribuir para a realização dos fins da APPA mediante o pagamento de quotas e/ou a prestação de serviços.

2. A qualidade de associado prova-se pela inscrição e pelo registo na base de dados associativa da APPA, que esta obrigatoriamente possuirá.

Artigo 6.º

categorias

Haverá três categorias de associados:

- a) Associados Efetivos - pessoas com diagnóstico de Perturbações de Ansiedade e outras comorbilidades associadas, familiares ou cuidadores e técnicos da área da saúde mental que se proponham colaborar na realização dos fins da associação obrigando-se ao pagamento da quota, nos montantes fixados pela Assembleia-geral;
- b) Associados Honorários - são as pessoas, singulares ou coletivas, que adquiram essa qualidade em virtude das relevantes contribuições em donativos ou através de serviços prestados a favor da instituição;
- c) Associados Beneméritos - são as pessoas ou entidades que realizam donativos ou legados a favor da APPA.

Artigo 7.º

Direitos e deveres

1. São direitos dos associados:

- a) participar nas reuniões da Assembleia-geral;
- b) eleger e ser eleito para os cargos sociais;
- c) requerer a convocação da assembleia-geral extraordinária, nos termos do presente diploma;
- d) examinar os livros, relatórios e contas e demais documentos, desde que o requeiram por escrito com a antecedência mínima de 30 dias e se verifique um interesse pessoal, direto e legítimo.

2. São deveres dos associados:

- a) pagar pontualmente as quotas tratando-se de associados efetivos;
- b) comparecer às reuniões da assembleia geral;
- c) observar as disposições estatutárias e regulamentos e as deliberações dos corpos gerentes;
- d) desempenhar com zelo, dedicação e eficiência os cargos para que forem eleitos.

Artigo 8.º

Sanções

1. Os sócios que violarem os deveres estabelecidos no presente diploma ficam sujeitos às seguintes sanções:
 - a) Repreensão escrita;
 - b) Suspensão de direitos até 365 dias;
 - c) Demissão.
2. São demitidos os sócios que por atos fraudulentos prejudiquem moral e materialmente a associação.
3. A aplicação das sanções previstas nas alíneas a) e b) do n.º 1 são da competência da direção.
4. A demissão é sanção de exclusiva competência da Assembleia-geral, sob proposta da direção.
5. A aplicação das sanções prevista no nrº 1 só se efetivará mediante audiência obrigatória do associado.
6. A suspensão de direitos não invalida o pagamento da quota.

Artigo 9.º

Condições do exercício dos direitos

1. Os associados só podem exercer os direitos referidos nos presentes estatutos, se tiverem em dia o pagamento das suas quotas.
2. Só são elegíveis para os órgãos sociais os associados que, cumulativamente, estejam no pleno gozo dos seus direitos associativos, sejam maiores de idades e pertençam há pelo menos 3 anos à associação.

Artigo 10.º

Intransmissibilidade

A qualidade de associado não é transmissível quer por ato entre vivos quer por sucessão.

Artigo 11.º

Perda da qualidade de associado

1. Perdem a qualidade de associado:
 - a) os que pedirem, por escrito, a sua exoneração;
 - b) os que deixarem de pagar as suas quotas durante doze meses consecutivos ou interpolados;
 - c) os que forem excluídos nos termos previstos no Decreto de Lei nº172-A/2014 que altera o Decreto de Lei nº119/83, de 25 de fevereiro.
2. O associado que decida deixar a APPA por alguma razão mesmo que legítima, não tem direito a reaver as quotizações que haja pago, sem prejuízo da sua responsabilidade por todas as prestações relativas ao tempo em que foi associado.

CAPÍTULO III

Dos Órgãos Sociais

Secção I

Disposições gerais

Artigo 12.º

Órgãos sociais

1. São órgãos da APPA, a Assembleia geral, a Direção e o Conselho Fiscal.
2. O exercício de qualquer cargo nos corpos gerentes é não remunerado, mas, pode haver necessidade de reembolso das despesas realizadas, sempre que se justifique.

Artigo 13.º

Composição dos órgãos

1. A Direção e o Conselho fiscal são compostos por sócios eleitos, contudo, não podem ser constituídos na sua maioria por trabalhadores da APPA.
2. O cargo de Presidente do Conselho Fiscal não pode ser exercido por trabalhadores da APPA, ainda que associado.

Artigo 14.º

Incompatibilidade

1. Nenhum titular da direção pode ser simultaneamente titular do Conselho Fiscal e ou da mesa da Assembleia- geral.
2. Os titulares dos órgãos referidos no n.º anterior não podem ser simultaneamente membros da mesa da Assembleia - geral.

Artigo 15.º

Impedimentos

1. É nulo o voto de um associado sobre assunto que diretamente lhe diga respeito, ou no qual seja interessado, bem como seu cônjuge, pessoa com quem viva em condições análogas as dos cônjuges e respetivos ascendentes e descendentes, bem como qualquer parente ou afim em linha reta ou até ao 2. grau da linha colateral.
2. Os membros da Direção não podem contratar direta ou indiretamente com a APPA, salvo se do contrato resultar manifesto benefício para a Associação.
3. Os titulares dos órgãos não podem exercer atividade antagónica com a da APPA nem integrar corpos sociais de entidades conflituantes com os da Associação.

Artigo 16.º

Mandatos dos titulares dos órgãos

1. A duração do mandato dos órgãos é de quatro anos e inicia-se com a tomada de posse dos seus membros, perante o Presidente cessante da mesa da Assembleia geral ou o seu substituto, e deve ter lugar nos 30 dias seguintes à eleição.
2. Caso o Presidente cessante da mesa da Assembleia geral não confira a posse até ao trigésimo dia posterior ao da eleição, os titulares eleitos pela Assembleia Geral entram em exercício independentemente da posse, salvo se a deliberação de eleição tiver sido suspensa por procedimento cautelar.
3. Os presidentes da APPA ou órgãos equiparados só podem ser eleitos para o mesmo cargo por 4 mandatos consecutivos.

Artigo 17.º

Responsabilidade dos titulares dos órgãos

1. As responsabilidades dos titulares dos órgãos da APPA são as definidas nos artigos 164.º e 165.º do Código Civil.
2. Além dos motivos previstos na lei, os membros dos corpos gerentes ficam exonerados de responsabilidade se:
 - a) não tiverem tomado parte na respetiva resolução e a reprovarem com declaração na ata da sessão imediata em que se encontrem presentes;
 - b) tiverem votado contra essa resolução e o fizerem consignar na ata respetiva.

Artigo 18.º

Funcionamento dos órgãos em geral

1. A Direção e o Conselho fiscal são convocados pelos respetivos presidentes, por iniciativa destes, ou a pedido da maioria dos seus titulares.
2. As deliberações são tomadas por maioria dos votos dos titulares presentes, tendo o Presidente, além do seu voto, direito a voto de desempate.
3. As votações respeitantes a eleições dos órgãos sociais só são válidas se tomadas com a presença da maioria dos titulares.
4. Em caso de vacatura da maioria dos titulares dos órgãos, deve proceder-se ao preenchimento das vagas verificadas, no prazo máximo de um mês.
5. Os membros designados para preencherem as vagas referidas no número anterior apenas completam o mandato.

6. Das reuniões dos corpos gerentes serão sempre lavradas atas que serão obrigatoriamente assinadas pelos membros presentes ou, quando respeitem a reuniões da assembleia geral, pelos membros da respetiva mesa.

Secção II

Da Assembleia geral

Artigo 19.º

Constituição

1. A Assembleia Geral, regularmente constituída, é o órgão soberano, representa a universalidade dos seus associados e as suas deliberações são obrigatórias para todos, desde que tomadas em conformidade com a lei e com os presentes estatutos.
2. A Assembleia Geral é constituída por todos os sócios admitidos há pelo menos 12 meses, que tenham as suas quotas em dia e não se encontrem suspensos.
3. A Assembleia Geral é dirigida pela respetiva mesa que se compõe de um Presidente, um Vice-Presidente e um Secretário.
4. Na falta ou impedimento de qualquer dos membros da mesa a Assembleia Geral, competirá a esta eleger os respetivos substitutos de entre os associados presentes, os quais cessarão as suas funções no termo da reunião.

Artigo 20.º

Competências

Compete à Assembleia geral deliberar sobre todas as matérias não compreendidas nas atribuições legais ou estatutárias dos outros órgãos da APPA e, designadamente:

- a) Definir as linhas fundamentais de atuação da APPA;
- b) Eleger e destituir, por votação secreta, os membros da respectiva mesa, da direção e do Conselho Fiscal;
- c) Apreciar e votar anualmente o orçamento e o programa de ação para o exercício seguinte, bem como o relatório e contas apresentado pela Direção;
- d) Deliberar sobre a aquisição onerosa e a alienação, a qualquer título, de bens imóveis e de outros bens patrimoniais de rendimento ou de valor histórico ou artístico;
- e) Deliberar sobre a alteração dos estatutos e sobre a extinção, cisão ou fusão da APPA;
- f) Autorizar a APPA a demandar os membros dos corpos gerentes por atos praticados no exercício das suas funções;
- g) Aprovar a adesão a Uniões, Federações ou Confederações.

Artigo 21.º

Convocação e publicitação

1. A Assembleia Geral é convocada com quinze dias de antecedência pelo presidente da mesa ou substituto.
2. A convocatória é obrigatoriamente:
 - a) Afixada na sede da APPA;
 - b) Pessoalmente, a cada associado, através de correio eletrónico ou por meio de aviso de carta registada
3. Da convocatória, constará obrigatoriamente o dia, a hora, o local e a ordem de trabalhos.

4. Independentemente da convocatória nos termos dos números anteriores, é ainda dada publicidade à realização das Assembleias Gerais nas edições da APPA, no sítio institucional e em aviso afixado em locais de acesso público nas instalações e estabelecimentos da Associação, bem como através de anúncio publicado nos dois jornais de maior circulação da área onde se situe a sede.
5. Os documentos referentes aos diversos pontos da ordem de trabalhos devem estar disponíveis para consulta na Sede e no sítio institucional da APPA, logo que a convocatória seja expedida, por meio de aviso postal, para os associados.

Artigo 22.º

Funcionamento

1. A Assembleia Geral reúne à hora marcada na convocatória, se estiver presente o quórum de 50% dos associados com direito de voto, caso contrário, aguarda-se trinta minutos para dar início à sessão, com qualquer número de presenças.
2. A Assembleia -geral extraordinária que seja convocada a requerimento dos associados só pode reunir se estiverem presentes três quartos dos requerentes.

Artigo 23.º

Deliberações

1. As deliberações da Assembleia-geral são tomadas por maioria simples não contando as abstenções.
2. É exigida a maioria qualificada na aprovação das matérias constantes das alíneas e), f) e g) do artigo 23.º dos estatutos.
3. No caso da alínea e) do artigo 23.º, a dissolução não tem lugar se um número de associados, igual ou superior ao dobro

dos membros previstos para os respectivos órgãos, se declarar disposto a assegurar a permanência da APPA, qualquer que seja o número de votos contra.

Artigo 24.º

Votações

1. O direito de voto efetiva-se mediante a atribuição de um voto a cada associado.
2. Gozam de capacidade eleitoral ativa os associados com, pelo menos, um ano de vida associativa.
3. Os associados podem ser representados por outros associados, bastando para tal a apresentação de documento mandatário, devidamente assinado, dirigido ao presidente da mesa da assembleia geral e entregue na data da respetiva reunião.
4. Cada sócio apenas pode representar um associado.

Artigo 25.º

Reuniões da Assembleia-geral

1. A Assembleia- geral reunirá obrigatoriamente três vezes por ano:
 - a) No final de cada mandato, até final do mês de dezembro, para eleição dos titulares dos órgãos associativos;
 - b) Até 31 de Março de cada ano para aprovação do relatório e contas de exercício do ano anterior, bem como do parecer do Conselho Fiscal;
 - c) Até 30 de Novembro de cada ano, para apreciação e votação do programa de ação e do orçamento e para o ano seguinte e do parecer do Conselho Fiscal;

2. A Assembleia geral reunirá em sessão extraordinária quando convocada pelo Presidente da mesa da Assembleia Geral, por iniciativa deste, a pedido da Direção ou do Conselho Fiscal ou a requerimento de, pelo menos, 10% do número de sócios no pleno gozo dos seus direitos.

Secção III

Da Direção

Artigo 26.º

Constituição

A Direção da APPA é constituída por quatro membros: presidente, vice-Presidentes, um tesoureiro e um secretário.

Artigo 27.º

Competências

Compete à Direção gerir a APPA e representá-la, incumbindo-lhe designadamente:

- a) Garantir a efetivação dos direitos dos beneficiários;
- b) Elaborar anualmente e submeter ao parecer do Conselho Fiscal o relatório de contas da Direção, bem como o orçamento e programa de ação para o ano seguinte;
- c) Assegurar a organização e o funcionamento dos serviços e equipamentos, nomeadamente elaborando os regulamentos internos que se mostrem adequados e promovendo a organização e elaboração da contabilidade, nos termos da lei;
- d) Organizar o quadro do pessoal, e contratar e gerir o pessoal da APPA;

- e) Representar a APPA em juízo ou fora dele;
- f) Zelar pelo cumprimento da lei, dos estatutos das deliberações dos órgãos da APPA;
- g) Deliberar delegações ou núcleos, de acordo com as necessidades locais, a nível nacional.

Artigo 28.º

Forma de obrigar

1. Para obrigar a APPA são necessárias e bastantes assinaturas conjuntas de quaisquer três membros da Direção, ou as assinaturas conjuntas do Presidente e do Tesoureiro.
2. Nos atos de mero expediente bastará a assinatura de qualquer membro da direção.

Artigo 29.º

Competências do Presidente

Compete ao Presidente da Direção:

- a) Representar a APPA em juízo ou fora dele;
- b) Convocar e presidir às reuniões da Direção e em situação de empate, cabe ao mesmo tomar a decisão final;
- c) Dirigir os trabalhos de grupo;
- d) Assinar e rubricar os termos de abertura e encerramento e rubricar o Livro das Atas da Direção;
- e) Exercer todas as atribuições de carácter diretivo, orientado e procurando desenvolver as atividades da APPA;
- f) Despachar assuntos normais de expediente e outros que careçam de solução urgente, consultando os membros da direção e/ou convocando uma reunião extraordinária.

Artigo 30.º

Competências do Vice-Presidente

Compete ao Vice-Presidente coadjuvar o Presidente no exercício das suas atribuições e substituí-lo nas suas ausências e impedimento.

Artigo 31.º

Competências dos secretários

Compete aos Secretários:

- a) Redigir as atas das reuniões da Direção;
- b) Realizar os serviços de expediente;
- c) Responsabilizar-se pelos ficheiros e arquivos;
- d) Organizar e priorizar os assuntos a submeter à apreciação das reuniões de Direção.

Artigo 32.º

Competências do tesoureiro

Compete ao Tesoureiro:

- e) Receber e guardar os valores da APPA;
- f) Redigir os livros de receita e despesa;
- g) Autorizar as despesas de pagamento e as guias de receita conjuntamente com o presidente;
- h) Apresentar à Direção o Balancete trimestral em que se discriminarão as despesas do mês anterior;
- i) Fiscalizar os serviços de contabilidade e tesouraria.

Artigo 33.º

A Direção reunirá sempre que julgar conveniente por convocação do Presidente e obrigatoriamente pelo menos uma vez por trimestre.

SECÇÃO IV

Do Conselho Fiscal

Artigo 34.º

Conselho Fiscal

O Conselho Fiscal é composto por três membros, dos quais um Presidente, um Vice-Presidente e um Vogal.

Artigo 35.º

Competências

1. Compete ao Conselho Fiscal o controlo e fiscalização da APPA, podendo, nesse âmbito, efetuar à Direção e Mesa da Assembleia geral as recomendações que entenda adequadas com vista ao cumprimento da lei, dos estatutos e dos regulamentos, e designadamente:

- a) Fiscalizar a Direção, podendo, para o efeito consultar a documentação necessária;
- b) Dar parecer sobre o relatório de contas do exercício, sobre o programa de ação e orçamento para o ano seguinte;
- c) Dar parecer sobre quaisquer assuntos que a direção e/ou mesa da Assembleia Geral submetam à sua apreciação;
- d) Verificar o cumprimento da lei, dos estatutos e dos regulamentos;

2. Os membros do Conselho Fiscal podem assistir às reuniões da Direção, quando para tal forem convocados pelo presidente deste órgão.

CAPÍTULO IV

Regime financeiro

Artigo 36.º

Património

O património da APPA é constituído pelos bens expressamente afetos pelos associados fundadores da Associação, pelos bens ou equipamentos doados por entidades públicas ou privadas e pelos demais bens e valores que sejam adquiridos pela mesma.

Artigo 37.º

Receitas

São receitas da APPA:

- a) A joia, as quotas anuais e as eventuais contribuições complementares pagas pelos associados;
- b) Os rendimentos dos bens capitais próprios;
- c) Os rendimentos dos serviços prestados;
- d) Os rendimentos dos produtos vendidos;
- e) As doações, legados e heranças e respetivos rendimentos;
- f) Os subsídios do Estado ou de Organismos Oficiais;
- g) Os donativos e produtos de festas ou subscrições;
- h) Outras receitas.

Artigo 38.º

Quotas, serviços ou donativos

1. Os associados pagam uma quota anual de valor fixado pela Direção e ratificado em Assembleia- geral.
2. Havendo lugar a prestação de donativos ou serviços, compete à Direção, propor à Assembleia geral a aprovação dos mesmos.

CAPÍTULO V

Disposições diversas

Artigo 39.º

Extinção

1. A extinção da APPA tem lugar nos casos previstos na lei.
2. Compete à Assembleia Geral deliberar sobre o destino dos seus bens, nos termos da legislação em vigor, bem como eleger uma comissão liquidatária.
3. Os poderes da comissão liquidatária ficam limitados à prática dos atos meramente conservatórios e necessários quer à liquidação do património social, quer à ultimateção dos negócios pendentes.
4. Pelos atos restantes e pelos danos que deles advenham à APPA, respondem solidariamente os titulares dos órgãos que os praticaram.

Artigo 40.º

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Assembleia geral, de acordo com a legislação em vigor.