

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

21
B.H.
/

ATA NÚMERO 32

Ao décimo dia do mês de novembro de dois mil e vinte e dois, pelas 11:30 horas, reuniu na Rua São Francisco de Xavier, 80, em Lisboa, a Assembleia Geral Ordinária da AMARA – Associação pela Dignidade na Vida e na Morte (doravante designada por “AMARA”).

A presente assembleia foi presidida por Aline Bettencourt, na sua qualidade de Presidente da Mesa da Assembleia Geral e coadjuvada por Sofia Simões, na qualidade de Vice-Presidente e secretariada pela Susana Leitão, na qualidade de Secretária da Mesa da Assembleia Geral, através de prévia nomeação, aprovada por unanimidade, para esta Assembleia, por impossibilidade de comparência dos atuais órgãos sociais que ocupam essas funções.

A Presidente da Mesa da Assembleia Geral verificou a lista de presenças, que fica arquivada na sede da Associação. Não havendo cinquenta por cento dos associados presentes, na primeira convocatória, a sessão foi aberta, na segunda convocatória, pela Presidente da Mesa às doze horas, tendo confirmado a existência de quórum, assim como confirmou que a presente reunião foi devidamente convocada, encontrando-se a presente Assembleia Geral em condições de reunir e deliberar validamente acerca da ordem de trabalhos contida no respetivo aviso convocatório, a qual o Presidente da Mesa passou a ler:

Ordem de Trabalhos

- Um.** Aprovação da ata da Assembleia-Geral n.º 31 de 28 de abril de 2022;
- Dois.** Apresentação da renúncia de Renata Bandeira no cargo de Tesoureira, de Sofia Simões do cargo de Relator do Conselho Fiscal, de Francisco Anfuso do cargo de Vice-Presidente da Mesa da Assembleia Geral e a Ana Infante do cargo de Presidente da Mesa da Assembleia Geral;
- Três.** Apresentação e nomeação, para completarem o mandato em curso de 2020/2024, de novos elementos para os cargos de órgãos sociais da Associação;
- Quatro.** Apresentação e votação da alteração dos Estatutos, segundo os requisitos apresentados pela Segurança Social na sua carta de 30 junho 2022;
- Cinco.** Apresentação do resumo das Atividades do ano em curso;

Beti
f

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

- Seis.** Apresentação do Plano de Atividades para 2023;
Sete. Apreciação e votação do Orçamento para 2023;
Oito Apresentação da execução do Orçamento de 2022;
Nove Outros assuntos de interesse.

Entrando na apreciação dos assuntos constantes da ordem de trabalhos, a Senhora Presidente da Mesa apresentou o **primeiro ponto** tendo referido o facto de terem sido colocados à disposição de todos o texto da ata da Assembleia-Geral n.º 31 de 28 de abril de 2022, no site da AMARA.

Não pretendendo nenhum outro associado usar da palavra, a Senhora Presidente da Mesa colocou de imediato à votação a aprovação do texto da ata da Assembleia-Geral n.º 31 de 28 de abril de 2022, tendo a mesma sido aprovada por unanimidade.

Passando ao **segundo ponto** da ordem de trabalhos, na sequência da apresentação da renúncia dos cargos de órgãos sociais previamente descritos na ordem de trabalhos, fica a informação que a partir de agora ficam os mesmos sem exercer funções nestes cargos.

Entrando no **terceiro ponto** da ordem de trabalhos, foi apresentado uma proposta, para completarem o mandato em curso de 2020/2024, de novos elementos para os cargos que ficaram por ocupar nos órgãos sociais da AMARA, sendo a seguinte: Sofia Simões para o cargo de Tesoureira, Aline Bettencourt para o cargo de Presidente da Assembleia Geral, Ana Infante para o cargo de Vice-Presidente da Assembleia Geral e de Francisco Anfuso para o cargo de relator do Conselho Fiscal. Esta proposta foi apresentada a votação e foi aprovada por unanimidade, ficando os órgãos da AMARA completos e a funcionar em pleno.

Passando ao **quarto ponto** da ordem de trabalhos, foi apresentado a alteração dos Estatutos da AMARA, por imposição da Segurança Social, segundo os requisitos apresentados por esta em carta de 30 junho 2022. A alteração consta na redação do ponto número 1, do artigo 13º relativamente ao facto de os titulares de órgãos sociais não podem votar em assuntos que diretamente lhes digam respeito, ou dos quais sejam interessados os respetivos cônjuges, ou pessoas que vivam em condições análogas aos dos cônjuges. Ao artigo 16º, incluindo uma norma prevista no número seis do artigo 21º das IPSS's. Uma alteração ao artigo 15, retirando uma parte do que estava escrito, deixando de constar a referência ao estatuto das IPSS's. E no artigo 26º, retirar a possibilidade de efetuar as reuniões das Assembleias Gerais da AMARA por videoconferência ou sistema misto pois o atual estatuto das IPSS's não prevê essa possibilidade. Todas estas

U.H.
F

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

alterações foram revistas pelos advogados da Vieira Almeida Associados, que nos prestam assessoria, sendo eles que fizeram a redação dos novos artigos. Procedeu-se se seguida a votação, sendo que foi aprovada a alteração dos estatutos por unanimidade.

Entrando no **quinto ponto** na ordem de trabalhos, a Senhora Presidente da Mesa da Assembleia Geral deu a palavra a Susana Leitão, para que pudesse apresentar um resumo das atividades recorrentes do presente ano. Susana Leitão referiu que esta informação está acessível no site da AMARA para que qualquer pessoa possa consultar. As atividades desenvolvidas nesse ano não são muito diferentes das que foram dinamizadas no ano passado, mas houve dois importantes projetos, nomeadamente os “Momentos pela Paz”, encontros estes dinamizados durante a pandemia: de meditação, partilha e encontro, em que foram convidados vários intervenientes; continuação do projeto “Juntos a Cuidar” num novo formato, adaptados em mini-workshops em que as pessoas podem escolher aqueles temas que lhes fazem mais sentido e em 2023 poderão entrar num grupo de entreajuda independentemente do número de sessões em que participaram. Este novo formato tem possibilitado a participação de muitas mais pessoas, uma média de 15 participantes por sessão. Entretanto temos criado uma parceria com a Acreditar – Associação de Pais e Amigos das Crianças com Cancro, em que todos os meses dinamizamos uma ação com eles para desenvolver estratégias para o autocuidado destas pessoas que lidam com crianças com doença de cancro. Foi também lançado o projeto piloto da “Reforma, e agora”, primeiramente para voluntários e agora será lançado em 2023 para todos os interessados neste tema.

Em relação aos acompanhamentos feitos por voluntários da AMARA, contabilizam-se cerca 23 acompanhamentos (6 online e 17 presencial).

Houve 4 novas formações criadas pela AMARA para este ano, a denominada “A Vida como projeto”, o “IKIGAI – Viver com um propósito”, “A Arte de Ser Feliz” e “Inteligência Espiritual”.

Este ano estamos, aos poucos, estamos a retomar ações de formação em regime presencial. Nos cursos participaram 64 pessoas, em workshops participaram 118 pessoas e em palestras e outros eventos cerca de 178 pessoas, o que dá um total de 360 participantes.

Juntamente com a LinQue, participamos no projeto “Cuidar na Demência”, dinamizado com a Câmara de Oeiras; e o curso “Viver e Morrer, a mesma preparação” para formar voluntários para acompanharem no concelho de Oeiras.

Fizemos uma candidatura à Fundação Bissaya Barreto, apresentando uma formação para cuidadores formais, sobretudo para pessoas que trabalham em lares ou pessoas que trabalhem em empresas que

ATA

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

prestam serviços de apoio domiciliário (áreas em que sentimos que carecem muito de formação); sabemos neste momento que passámos à segunda fase de apreciação do projeto e que até ao final do ano sai a apreciação final da decisão do mesmo.

Foi também feita uma proposta à Câmara de Oliveira do Bairro, por parte de Sofia Simões, para fazermos formação a voluntários e desta forma criar-se um núcleo de voluntários. De realçar que Sofia Simões tem feito diligências junto das Câmaras de Aveiro, Ílhavo e Oliveira do Bairro para que possamos fazer atividades com eles. Com a APACID – Associação Portuguesa de Apoio a Cuidadores de Pessoas Dependentes, que vão lançar uma linha de acolhimento, a AMARA fez-se representar neste lançamento, com o intuito de descentralizar as nossas ações e abrir a possibilidade de podermos fazer supervisão de voluntários em qualquer parte do nosso país, visto que fazemos agora as supervisões com recurso a plataforma de videochamada (online).

Estão também a decorrer mensalmente os “Encontros na Transição” em Angra do Heroísmo, com o apoio da Junta de Freguesia da Sé, em que a AMARA oferece um espaço seguro de partilha e de escuta para aquelas pessoas que estão em processo de luto. Temos um voluntário, o João Leonardo, um músico local que nos auxilia nestes encontros, e que já participou noutros projetos em Lisboa e em Setúbal com o projeto “Música nos Hospitais”, trazendo esta vertente musical terapêutica no início e no fim das sessões. Com base nesta experiência, Mário Madrigal, sugeriu que se fizesse algo do género em Lisboa para o próximo ano, podendo haver dentro da nossa bolsa de voluntários alguém com essas competências e possivelmente criar um programa a financiamento para este projeto.

Houve ainda uma alteração do nome do curso “Abraçar a Vida, Aceitando a Morte” para “Viver e Morrer, a mesma preparação”, formação esta de base e obrigatória para todos os voluntários da AMARA.

Em relação ao **ponto 6**, a Presidente da Assembleia Geral questionou todos os presentes se tinham conhecimento do Plano de Atividades para 2023 e sugeriu que na próxima Assembleia Geral da AMARA que todos lessem com antecedência pois a AMARA tem o compromisso de facultar no site o mesmo com 10 dias de antecedência. No Ano de 2023 a AMARA irá continuar com os acompanhamentos e formação como tem feito no ano anterior, de salientar o retomar do retiro Ars Moriendi.

O que irá haver de diferente em termos de atividades e que irá ter um impacto significativo no orçamento de 2023, passa por uma decisão da direção da AMARA em deixar de apostar na continuação dos serviços da empresa de comunicação (MUSH) que esteve a trabalhar um ano connosco e não representou um incremento real de pessoas nas nossas atividades e foi decidido também fazer um menor investimento no

bett
sf
A

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

site novo que estamos a criar. Desta forma vamos focar os nossos esforços em candidaturas a projetos financiáveis, aumentar os nossos contatos com as câmaras municipais e criar mais parcerias com outras instituições. Resumindo, a AMARA pretende dar-se a conhecer de uma forma mais orgânica pois sentimos que muito do nosso público não está nas redes sociais.

A Presidente da Assembleia Geral realçou o papel da supervisão que a AMARA tem com os seus voluntários, que ficou patente na última reunião de voluntários, em que estes expressaram sentirem-se muito acarinhados e acima de tudo apoiados.

Em relação à divulgação, Aline Bettencourt disse ser importante a AMARA focar-se também nas juntas de freguesia, e participar nas reuniões das assembleias de freguesia, pois são os que estão mais próximos das populações e conhecem melhor as suas carências. Sugeriu ainda que o Plano de Atividades para 2023 da AMARA fosse enviado não só às Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia com as quais já estamos a trabalhar, mas também para aquelas em que ainda não temos relação estabelecida, para tomarem conhecimento do que a AMARA está a fazer e desta forma poderem recorrer quando precisarem.

Mário Madrigal pediu a palavra e sugeriu a AMARA fazer alguma atividade para angariação de fundos para que possamos ter capacidade para criar mais projetos, como por exemplo: concertos, espetáculos, jantares, etc. Sugeriu ainda que a AMARA crie pequenas equipas, nomeadamente uma para estar focada em angariação de fundos, outra equipa para divulgação, e mais se fizer sentido mediante as necessidades que a AMARA sinta serem importantes.

Isabel Moreira tomou a palavra para informar que se disponibiliza para apresentar a AMARA na próxima Assembleia de Freguesia de Carnaxide, de forma a divulgar e a dar a conhecer o que desenvolvemos. Realçou também que a AMARA faz 20 anos no próximo ano e que poderia ajudar a organizar um evento comemorativo, em outubro. Aliado a isto, também promover uma ação de promoção do voluntariado e de troca de experiências entre voluntários. Aline Bettencourt corroborou com essa ideia, de que é urgente juntar os voluntários, partilhar experiências e refletir o que é o voluntariado pós pandemia, que futuro e desafios temos em mãos. Susana Leitão acrescentou que aliado a este assunto poder-se-ia ligar com o projeto da "Reforma, e agora", pois a realidade demonstra-nos que muitas pessoas que se reformam muito cedo, acabam por deixar de ter uma vida ativa e sem se questionarem que novas oportunidades podem abraçar, que não só pode trazer impacto benéfico para si próprias assim como para a comunidade onde estão inseridas. Este é um projeto que podemos propor às empresas e às autarquias.

Ditt
f

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

Sem mais assunto, a Presidente da Assembleia Geral colocou a votação o plano de atividades para 2023, tendo sido aprovado por unanimidade.

Entrando no **ponto 7**, a Presidente da Assembleia Geral deu a palavra a Sofia Simões, na qualidade de nova Tesoureira da AMARA para apresentar o Orçamento para 2023. Sofia Simões apresentou os números gerais e realçou uma redução significativa de custos para o próximo ano, uma vez que houve uma decisão por parte da Direção da AMARA em acabar com os serviços prestados pela MUSH na gestão de redes sociais e em relação ao novo site que está a ser construído, fazendo um acerto em relação ao que estava anteriormente estipulado, renegociando de acordo com as reais necessidades da AMARA neste momento. Referiu também, que foi estimado um valor de dez mil euros para angariação de fundos. Foi sublinhado o facto de os custos do ano de 2022 terem aumentado exponencialmente, comparando com o ano anterior e as receitas não acompanharam o forte investimento que a AMARA estava a efetuar, sendo então incomportável continuarmos a fazê-lo para o próximo ano. Não havendo mais a acrescentar, a Presidente da Assembleia Geral colocou a proposta de Orçamento para 2023 a votação, sendo o mesmo aprovado por unanimidade.

Passando para o **ponto 8**, Sofia Simões tomou a palavra para apresentar a execução do Orçamento de 2022, que resulta num saldo negativo de nove mil, novecentos e vinte e quatro euros. Sendo que ainda faltam 2 meses para fechar o ano, portanto este valor pode ainda mudar.

De seguida, a Senhora Presidente da Mesa da Assembleia Geral passou para o **ponto 9**, questionando os presentes para o facto de terem algum assunto a apresentar. A Susana Leitão quis apresentar uma proposta de alteração dos nossos estatutos, sugeridas por uma advogada contactada, nos artigos 4º e 5º, de forma a esclarecer e especificar que a AMARA poderá participar plenamente em grupos de trabalho relativos a funerais sustentáveis. Depois de especificar estas alterações propostas nos estatutos da AMARA, estas foram colocadas à votação dos presentes pela Senhora Presidente da Mesa da Assembleia Geral, sendo aprovadas por unanimidade.

Não querendo nenhum dos presentes ver qualquer outro assunto discutido, a Senhora Presidente da Mesa da Assembleia Geral quis colocar, à votação da assembleia, um voto de agradecimento e louvor aos membros cessantes, pelo trabalho que executaram, com todo o seu empenho e perícia. Um voto de louvor à Direção da AMARA, pelo seu trabalho e empenho em todos os projetos que tem em curso e que desenvolveu até aqui. Susana Leitão acrescentou e especificou o papel da Renata Bandeira como Tesoureira da AMARA, agradecendo a sua dedicação e contributo ao longo dos últimos anos e desejou as melhores felicidades para a nova Tesoureira, Sofia Simões. Por último, mas não menos importante, um grande

ATA

Empresa: AMARA Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Sede: Rua de São Francisco Xavier, 80 | 1400-332 Lisboa
Nº Contribuinte: 506 634 841
Matr. Cons. Reg. Comercial de: Lisboa

agradecimento aos voluntários da AMARA, pois é graça a eles que a AMARA pode ajudar e levar a sua missão em frente. A Presidente da Assembleia colocou a votação os votos de louvor anteriormente enunciados, que foram aprovados por unanimidade.

A Presidente da Assembleia Geral agradeceu a presença de todos, dando por encerrada a sessão pelas 13:23 horas, da qual foi lavrada a presente ata que, depois de lida e aprovada, vai ser assinada pela Senhora Presidente, pelo Vice-Presidente e pelo Secretário da Mesa da Assembleia Geral da Associação.



[Aline Bettencourt]

(Presidente)



[Sofia Simões]

(Vice-Presidente)



[Susana Leitão]

(Secretária)