

Caros associados e amigos,

É com um profundo sentido de responsabilidade e compromisso que apresento a minha candidatura à direção da Associação Portuguesa de Insuficientes Renais (APIR). Tal como vocês, tenho vivido na pele os desafios da insuficiência renal, e é esta experiência pessoal que tanto me motiva a querer fazer mais pela nossa comunidade.

Acredito firmemente que a APIR pode desempenhar um papel fundamental na melhoria da qualidade de vida dos insuficientes renais. Assim, a direção que me proponho a liderar apresenta as seguintes linhas orientadoras para o próximo mandato:

1. Apoiar os associados nos seus desafios diários

A defesa e o apoio aos associados serão sempre a nossa prioridade. Pretendemos reforçar os serviços de apoio psicológico, nutricional e social, criando redes de suporte que ajudem cada um a enfrentar os desafios nos diferentes estádios da doença.

Desenvolveremos programas personalizados, workshops e sessões informativas que respondam às necessidades específicas dos nossos membros.

Queremos dinamizar o associativismo através de iniciativas que levem os associados a envolver-se com a APIR.

2. Expandir a associação e fortalecer os laços com os países lusófonos

É essencial alargar a rede de apoio da associação, trazendo mais associados para a APIR e aumentando a nossa representatividade e voz ativa. Daremos continuidade às campanhas de sensibilização nas clínicas de diálise e hospitais, para dar a conhecer a associação e os benefícios de ser membro. Além disso, queremos chegar aos insuficientes renais dos países africanos de língua portuguesa, no sentido de criar uma comunidade internacional de apoio mútuo.

3. Envolver os jovens para assegurar o futuro da associação

Os jovens são o futuro da APIR. Propomos criar programas direcionados para envolver os mais novos através do **APIR Sub-30**, promovendo-o como uma delegação ativa. Queremos dotá-lo de um orçamento para que, através de um plano de atividades, desenvolvam iniciativas educacionais, atividades lúdicas e oportunidades de voluntariado.

Pretendemos capacitar estes jovens para que sejam agentes de mudança e continuadores desta missão.

4. Criar ferramentas de capacitação para a doença

Iremos desenvolver novas ferramentas digitais que facilitem o acesso a informações atualizadas sobre a doença, tratamentos e estilos de vida saudáveis, assim como grupos

de partilha de experiências. Estas ferramentas serão fundamentais para capacitar os doentes a gerir melhor a sua condição e a tomar decisões informadas.

5. Exercer o poder de influência da associação para melhorar as condições de todos

A APIR deve ser uma voz forte na defesa dos direitos dos insuficientes renais. Comprometemo-nos a intensificar o diálogo com as entidades governamentais, clínicas, profissionais de saúde, outras associações de doentes e organizações relevantes, com o objetivo de melhorar as condições de tratamento, transporte e qualidade dos serviços prestados. Utilizaremos todos os canais disponíveis para influenciar positivamente as políticas de saúde e garantir que as necessidades dos pacientes sejam ouvidas e atendidas.

6. Incentivar a participação ativa dos associados

Acreditamos que cada associado tem um papel essencial na construção de uma APIR mais forte e influente. Todos podem ajudar a associação da forma que melhor entenderem, seja partilhando experiências, participando em eventos ou contribuindo com ideias e sugestões. Vamos lançar um **programa de voluntariado** que permitirá aumentar a nossa base social e envolver todos os que desejem participar ativamente. Este programa oferecerá diversas oportunidades para que os membros possam aplicar as suas habilidades e paixões em prol da comunidade, fortalecendo os laços entre todos nós.

Juntos, podemos transformar desafios em oportunidades e construir um futuro melhor para todos os insuficientes renais. A vossa participação é fundamental; cada um de vós pode ter um papel ativo nesta missão. Queremos ouvir as vossas vozes, acolher as vossas ideias e trabalhar em conjunto para fazer a diferença.

Conto, pessoalmente, com o vosso apoio e envolvimento nesta jornada. Acredito que, com determinação, união e trabalho árduo, alcançaremos os nossos objetivos e fortaleceremos a APIR como uma referência nacional e internacional.

Vamos, lado a lado, concretizar a mudança.

Com profunda dedicação e esperança,

Paulo Urbano

Candidato à Presidência da Direção Nacional da APIR