



ENCONTRAR+SE

**PLANO DE ACTIVIDADES
E ORÇAMENTO PARA 2013**

ÍNDICE

I INTRODUÇÃO	3
II. PLANO DE ACTIVIDADES PARA 2013	4
1. FORMAÇÃO / SENSIBILIZAÇÃO/ INFORMAÇÃO	4
1.1. Pós-Graduação em Reabilitação Psicossocial na Doença Mental	4
1.2. Comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental 2013	4
1.3. Felicidadeário	4
1.4. Site da ENCONTRAR+SE e página do Facebook	5
2. INTERVENÇÃO	5
2.1. Centro de Atendimento Integrado	5
2.2. Gabinete de Integração Académica, Profissional e Ocupacional (GAIPO)	5
3. AVALIAÇÃO E INVESTIGAÇÃO	6
3.1. Projecto “Abrir Espaço à Saúde Mental”	6
3.2. Projecto “Trajectórias Pelos Cuidados de Saúde Mental”	7
4. COLABORADORES	7
4.1. Estágios Académicos	7
4.2. Formação Contínua dos Colaboradores	7
5. ADVOCACY	7
6. DIVULGAÇÃO / ANGARIAÇÃO DE FUNDOS + SÓCIOS	8
7. RELAÇÕES EXTERNAS	8

I. INTRODUÇÃO

O Plano de Actividade da ENCONTRAR+SE para 2013 assenta no compromisso de dar continuidade às actividades iniciadas nos anos anteriores, e de garantir a sustentabilidade da Associação na actual crise económica e social que se vive.

Com o crescente aumento do número de pessoas a sofrer de problemas de saúde mental, incluindo o aumento das taxas de suicídio, torna-se ainda mais relevante o trabalho que a ENCONTRAR+SE tem vindo a realizar. É nossa expectativa que os contactos iniciados com o Ministério da Saúde, na pessoa do Senhor Secretário de Estado-Adjunto, possam vir a permitir à ENCONTRAR+SE contribuir de forma mais sistemática na prestação de cuidados de saúde mental à população.

A recente notificação por parte da Direcção Geral da Saúde da aprovação do projecto “Gabinete de Integração Académica, Profissional e Ocupacional (GIAPO)”, que terá a duração de 2 anos, permitiu-nos ter a satisfação de ver o nosso trabalho reconhecido, sendo um importante contributo para a sustentabilidade financeira da associação, num tempo que se antecipa mais difícil para a obtenção de donativos.

No entanto, continuaremos a desenvolver projectos que possam tornar a ENCONTRAR+SE tão independente quanto possível do financiamento por parte dos organismos do Estado. O trabalho que temos vindo a desenvolver é hoje uma referência a nível nacional e internacional, o que nos permite continuar a desenvolver iniciativas e produtos que possam ter um retorno financeiro para a Associação.

Em 2013 iremos dar continuidade ao modelo de comparticipação dos serviços prestados pelo Centro de Atendimento Integrado / Learning Center, o qual demonstrou responder de forma justa à nossa missão e às necessidades de quem nos procura. Foi possível cuidar dos mais desfavorecidos, sem negar o apoio a quem nos procura e tem a possibilidade de retribuir os serviços que lhe são prestados.

Nesta conjectura, não podemos deixar de referir a segurança que é sabermos poder contar com o apoio dos elementos dos corpos dirigentes da associação, dos consultores que integram a Comissão de Acompanhamento, de diferentes parceiros que nos apoiam através de patrocínios, prestação de serviços ou troca de experiências e pareceres, bem como dos associados envolvidos em diferentes iniciativas.

A ENCONTRAR+SE continuará a desenhar o seu caminho seguro e consistente, numa persistente busca de respostas capazes de responder aos desafios da actualidade, honrando a sua missão de apoiar os desfavorecidos com confiança e esperança.

II. PLANO DE ACTIVIDADES

O Plano de Actividades para 2013 será apresentado em relação às 4 diferentes áreas de intervenção da ENCONTRAR+SE.

1. FORMAÇÃO / SENSIBILIZAÇÃO / INFORMAÇÃO

1.1 Pós-Graduação em Reabilitação Psicossocial na Doença Mental

Na sequência da experiência tida com a 1ª edição do Mestrado em Reabilitação Psicossocial e da 1ª edição da Pós-graduação em Reabilitação Psicossocial, é nosso objectivo desenvolver uma proposta especificamente desenhada para implementar nos Institutos Religiosos que trabalham na área da saúde mental.

1.2 Comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental / 6º Aniversário

À semelhança dos anos anteriores, será elaborado um programa para as “Comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental / 7º Aniversário da ENCONTRAR+SE”.

1.3. Felicidadeário

Considerando o trabalho que a ENCONTRAR+SE iniciou em 2012 no âmbito do Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações, com o apoio da LINTAS foi pensado o projecto “Felicidário”.

Este projecto nasceu da necessidade de em 2013 continuarmos a cuidar deste importante tema, de forma a maximizar o trabalho realizado em 2012, e o potencial que ele representa.

O Felicidadeário é um calendário e também é uma espécie de dicionário com 365 definições práticas de felicidade que serão disponibilizadas diariamente em <http://felicidario.encontrarse.pt>. Cada uma das definições foi escrita por uma pessoa com mais de 65 anos de idade e será apresentada diariamente através de uma ilustração feita por um dos ilustradores que colaboram no projecto.

Para além das ilustrações, ao longo do ano, serão partilhadas histórias de felicidade e realizadas algumas actividades e sonhos.

O projecto conta com o apoio pro bono da Lintas e dos ilustradores que se associaram, e evoluirá de acordo com os apoios que forem sendo obtidos.

1.4 SITE DA ENCONTRAR+SE E PÁGINA DE FACEBOOK

O site da ENCONTRAR+SE, em conjunto com a página do facebook, continuarão a representar a forte ligação da Associação ao público em geral. A aprendizagem da utilização/manutenção destes dispositivos por parte das colaboradoras da ENCONTRAR+SE, permite-nos dar continuidade a este serviço dentro dos moldes actuais e sem custos acrescidos.

2. INTERVENÇÃO

2.1. Centro de Atendimento Integrado

Os serviços disponibilizados pelo Centro de Atendimento Integrado (CAI), continuarão a ser prestados no Gabinete UPA, no *Learning Center* e na Clínica Universitária de Psicologia ambos situados no campus da Foz da Universidade Católica Portuguesa.

O Gabinete UPA, co-financiado durante um ano pela Direcção Geral da saúde, continuará a funcionar tal como previsto, procurando sensibilizar a população geral para os temas relacionados com a Saúde Mental, e funcionando como uma porta de acesso aos serviços disponibilizados pela associação.

Neste momento, temos quatro psicólogas e uma assistente social a colaborar com os serviços prestados pelo Gabinete UPA / Centro de Atendimento Integrado.

Para garantir a manutenção da qualidade dos nossos serviços, a supervisão clínica tem uma periodicidade mensal e complementar a coordenação técnica da Filipa Palha.

2.2. Gabinete de Integração Académica, Profissional e Ocupacional (GIAPO)

A recente notificação por parte da Direcção Geral da Saúde da aprovação do “Gabinete de Integração Académica, Profissional e Ocupacional (GIAPO)”, que terá a duração de 2 anos, permite-nos garantir um apoio de 80% do orçamento total deste projecto, no valor de €91.863,29.

Com esta aprovação, a ENCONTRAR+SE garante a sustentabilidade do trabalho que já tem vindo a desenvolver (este projecto data do concurso de Maio de 2011 tendo sido aprovado em Dezembro desse mesmo ano, embora sem data para a sua efectivação),

sendo nossa expectativa conseguir obter donativos no valor dos 20% do orçamento a suportar pela Associação (€22.965,84).

O GIAPO destina-se a pessoas com perturbação mental (PPM) que podem recorrer directamente ao gabinete ou ser encaminhadas. No GIAPO serão disponibilizados programas individualizados de reabilitação com vista à integração das PPM na vida activa, através da implementação de intervenções dirigidas às competências específicas destas áreas (ex. escrever um CV; preparar uma entrevista). Serão, igualmente, disponibilizadas intervenções dirigidas a outros aspectos do funcionamento psicológico e social, fundamentais para alcançar os objectivos propostos.

3. AVALIAÇÃO E INVESTIGAÇÃO

A ENCONTRAR+SE continuará a avaliar as suas iniciativas e a contribuir para o aumento do conhecimento nas áreas da sua intervenção, através da implementação e da colaboração em projectos de investigação e da publicação e apresentação dos resultados do trabalho que temos vindo a desenvolver.

3.1. Projecto “Abrir Espaço à Saúde Mental”

O Abrir Espaço à Saúde Mental (PTDC/PSI-PCL/112526/2009) é um projeto desenvolvido pela Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa, com o financiamento da Fundação para a Ciência e Tecnologia e em parceria com a ENCONTRAR+SE.

À semelhança do projeto UPA Faz a Diferença, decorre em contexto escolar, envolvendo, desta vez, a participação de jovens do 3º ciclo do ensino básico.

O Abrir Espaço à Saúde Mental tem como objetivo geral contribuir para o aumento do conhecimento dos jovens sobre questões de saúde mental – *mental health literacy* – no sentido de sensibilizar para a necessidade de promoção da sua saúde mental/bem-estar e, por outro lado, diminuir as atitudes estigmatizantes e discriminatórias, incentivando a procura precoce de ajuda.

Este projecto envolverá cerca de 450 jovens, com idades entre os 12-14 anos, de 8 escolas do 3º ciclo ensino básico.

3.2. Estudo “Trajectórias Pelos Cuidados de Saúde Mental”

Em parceria com a Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental (SPPSM), a ENCONTRAR+SE irá implementar o estudo sobre “Trajectórias Pelos Cuidados de Saúde Mental”. Este estudo tem como objectivo geral contribuir para a definição de um modelo de articulação dos serviços de saúde mental e restantes valências comunitárias (ex. IPSS, centros de saúde), no sentido de facilitar e promover um maior acesso da população a cuidados desta natureza.

A necessidade de promoção da saúde mental é uma urgência há muito reconhecida em Portugal. Uma das formas de contribuir para este objectivo passa pela definição de formas de potenciar o acesso a serviços de saúde mental e de aumentar a satisfação com os serviços por eles prestados.

Ao longo dos últimos três anos a ENCONTRAR+SE tem consolidado um dos seus objectivos estatutários que se prende com a “implementação de uma diversidade de respostas, a disponibilizar em serviços baseados na comunidade, que façam face às múltiplas necessidades de intervenção psicossocial das pessoas afectadas, directa ou indirectamente, por perturbação mental grave”. Desta forma, temos vindo a conhecer de forma informal as trajectórias dos nossos utentes e a compreender quais os factores associados à percepção de satisfação com os serviços de saúde mental recebidos. Por outro lado, através dos serviços prestados pelo Gabinete UPA, fomos abrindo canais de comunicação entre serviços e agilizando os processos de acesso aos mesmos.

O conhecimento empírico que resulta deste trabalho deverá ser estudado através de uma metodologia científica que permita contribuir para a definição de um modelo de articulação dos serviços de prestação de cuidados de saúde mental, objectivo geral do presente estudo.

A SPPSM contribuirá com 10.000 € para as despesas envolvidas no estudo, que será coordenado pela ENCONTRAR+SE, com o apoio do Centro de Estudos em Desenvolvimento Humano da Universidade Católica Portuguesa.

O estudo conta, igualmente, com um apoio da Lilly Portugal, no valor de €2.000.

4. COLABORADORES

Considerando a possibilidade do GIAPO iniciar a 1 de Fevereiro, a ENCONTRAR+SE terá em 2013 um total de quatro psicólogas e uma assistente social a colaborar com os serviços prestados pela Associação.

4.1. Estágios académicos no Centro de Atendimento Integrado

Dando continuidade à experiência iniciada durante os anos lectivos 2010/2011 e 2011/2012, no ano lectivo 2012/2013 teremos 2 alunos (Mestrado em Psicologia – especialização em psicologia Clínica e da Saúde – da FEP-UCP), contribuindo para a formação de técnicos especializados em reabilitação psicossocial.

4.2. Formação Contínua dos Colaboradores

Em 2013, os colaboradores da ENCONTRAR+SE beneficiarão de oportunidades de formação contínua, aposta com vista à valorização pessoal e garantia de qualidade do nosso trabalho.

Para além da supervisão clínica regular, a participação em congressos e noutras iniciativas formativas irá continuar a ser facilitada durante 2013.

Em Janeiro está previsto a participação de duas colaboradoras numa “Oficina de métodos qualitativos”, a realizar pela Universidade Católica Portuguesa.

5. ADVOCACY

No actual cenário de crise económica e de políticas de saúde mental ineficazes, a ENCONTRAR+SE continuará a acompanhar a evolução das políticas de saúde mental e encontrar formas de dar voz às pessoas que sofrem de problemas de saúde mental.

5. DIVULGAÇÃO / ANGARIAÇÃO DE FUNDOS E SÓCIOS

Iniciativas de divulgação da ENCONTRAR+SE, assim como de angariação de fundos para prossecução dos objectivos a que se propõe, continuarão a ser feitas não só no sentido de se obter o apoio para projectos específicos, mas também com o objectivo de sensibilizar o público para as questões da saúde / doença mental.

Iremos, também, trabalhar no sentido de aumentar o número de sócios para que a ENCONTRAR+SE possa ter maior representatividade regional e nacional.

6. RELAÇÕES EXTERNAS

Para a prossecução dos fins a que nos propomos é fundamental dar a conhecer o nosso trabalho, estabelecer parcerias e promover o trabalho em rede. Ainda neste contexto, durante o próximo ano continuaremos a investir na divulgação do nosso trabalho, e procuraremos dar resposta aos convites que nos são feitos para participar em iniciativas que consideremos válidas, em eventos científicos, e outras solicitações vindas dos órgãos de comunicação social.

Porto, 27 de Dezembro de 2012