



ENCONTRAR+SE

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2019

5

INTRODUÇÃO

Em 2019, a situação relativa às políticas de saúde mental em Portugal manteve-se estagnada. Enquanto as carências neste âmbito se agravam, conforme é do conhecimento público, o país continua a aguardar a concretização de promessas de longa data, tornando o dia-a-dia de todos os afetados direta, e indiretamente, por esta realidade um enorme desafio. Uma das dificuldades prende-se com a forma desadequada de financiamento de IPSS a trabalhar nesta área, colocando em risco a manutenção e a qualidade dos cuidados que prestam.

É no contexto deste cenário exigente que o presente relatório deve ser considerado, permitindo-nos afirmar que, em 2019, a ENCONTRAR+SE demonstrou capacidade para manter uma evolução positiva em termos de consolidação e diversificação da atividade, que lhe permite projetar a contínua redução na dependência de fundos públicos e que traduz o seu papel como instituição de referência nesta área em Portugal. Atendendo a estes indicadores de crescimento, já identificados em 2018, a Direção da ENCONTRAR+SE considerou ser oportuna a realização de “um diagnóstico organizacional participado com vista à co-elaboração de um plano estratégico” (que veio a ser apoiado por um donativo da BLIP) que permitisse reforçar esta tendência, recorrendo aos serviços da Área Transversal de Economia Social da Universidade Católica Portuguesa para este fim. Em termos globais, foi possível identificar como prioritário o investimento na divulgação e crescimento no âmbito da promoção da saúde mental no local de trabalho, bem como na prestação de cuidados integrados de saúde mental, alargando a nossa ação para abranger crianças e adolescentes. Foi, igualmente, revisitado o organograma no sentido de redefinir e otimizar as funções dos diferentes elementos da equipa (Em Anexo Relatório Final).

No âmbito da atividade da ENCONTRAR+SE, em 2019, destaca-se o arranque de dois projetos nestas áreas, o Mind at Work – co-financiado pelo programa de financiamento da Direção Geral da Saúde (DGS), e que teve como objetivo “o desenvolvimento de um modelo de intervenção no contexto laboral para promoção da saúde mental e prevenção da doença mental”, e o “Quanto Mais Cedo Melhor” - programa integrado para a comunidade educativa com vista à promoção da saúde mental dirigido a crianças do 3º ano do ensino básico, que se localizam em territórios económica e socialmente desfavorecidos do Município do Porto, ao abrigo da iniciativa AIIA Porto – Abordagem Integrada para a Inclusão Ativa, financiada no âmbito do Programa Operacional Regional do Norte – Norte 2020.

Por último, mas não menos importante, sabendo a importância da confiança e constante incentivo de quem acompanha de perto este trabalho, agradecemos todo o apoio dos elementos dos corpos dirigentes, 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.

Handwritten signature or initials in the top right corner.

1.4. Vozes de Esperança

Em 2019, o trabalho desenvolvido pelo grupo “Vozes de Esperança” que visa sensibilizar o grande público sobre a experiência de viver e recuperar de um problema de saúde mental continuou a contar com o apoio da *Janssen Cillag* Farmacêutica, Lda. Este apoio permitiu a realização de 13 apresentações, realizadas em 5 localidades distintas, às quais assistiram, pelo menos, 193 pessoas.

Com vista à capacitação de pessoas com experiência direta ou indireta de um problema de saúde mental, em 2019 foi realizada uma nova edição das Oficinas de Capacitação entre 09 de setembro e 25 de outubro. Foram realizadas 7 sessões, num total de 24 horas de formação, tendo o planeamento e dinamização das mesmas ficado a cargo de Cecília Villares. As Oficinas de Capacitação possibilitaram a integração de 9 novos elementos no grupo Vozes de Esperança.

Em 2019, os participantes do Grupo viram reforçada a importância do seu trabalho, através dos convites recebidos e das partilhas que cada apresentação permite vivenciar. De destacar, ainda, que o crescimento do grupo permitirá reunir condições para dar continuidade ao trabalho desenvolvido, contribuindo para que as apresentações possam chegar a cada vez mais pessoas.

Estamos certos da importância deste Grupo no panorama nacional onde a voz das pessoas afetadas direta, e indiretamente, pela doença mental ainda é raramente ouvida.

1.5. Website e redes sociais

O *website* e o Facebook continuaram a ser importantes meios de ligação da ENCONTRAR+SE ao público em geral. Em 2019, o *website* totalizou 37.158 visualizações de página e a 21 de dezembro de 2019 a página de Facebook da ENCONTRAR+SE totalizava 8006 *likes*. Em 2019 foi, ainda, criado um novo perfil no Instagram ([instagram/encontrarse06](https://www.instagram.com/encontrarse06)) que, no final de 2019, totalizava 355 seguidores. Com o início da atividade ligada à temática da saúde mental infanto-juvenil, foram criadas duas novas páginas (de facebook - [facebook.com/upa-kids](https://www.facebook.com/upa-kids) e Instagram - [instagram/upakids_encontrarse](https://www.instagram.com/upakids_encontrarse)) com 398 e 214 seguidores, respetivamente.

Do exposto, continuamos a acreditar que o *website* e as redes sociais continuam a constituir-se como formas privilegiadas de comunicação e aproximação ao público em geral.

- Participação no programa “E se fosse consigo?” sobre o preconceito em relação à doença mental.

Mariana Pinote, psicóloga da ENCONTRAR+SE, representou a Associação nos seguintes eventos:

- Participação no *Advisory Board* Multidisciplinar promovido pela *Janssen Cilag* Farmacêutica, Lda com o objetivo de recolher *insights* sobre a gestão dos desafios no tratamento da esquizofrenia, nomeadamente ao nível da gestão de planos terapêuticos (farmacológicos e não farmacológicos) e das necessidades/desafios associados ao diagnóstico.
- Participação na mesa redonda “Saúde Mental em Contexto Laboral”, integrada na XXVII Semana de Psicologia e de Ciências da Educação, organizada pela Associação de Estudantes da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Participação no painel “Reabilitar como?” integrado no Encontro “Saúde mental: da promoção à reabilitação” promovido pelo Hospital de Magalhães Lemos.

2.3. Programa de estágios no Centro de Atendimento Integrado

Em 2019, a ENCONTRAR+SE também manteve a disponibilidade para acolher estágios curriculares, tendo integrado duas alunas do Mestrado Integrado de Psicologia Clínica e da Saúde da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa, o qual decorreu durante o ano letivo 2018/2019. Decorreram, ainda, 3 estágios profissionais de acesso à Ordem dos Psicólogos Portugueses (ano júnior).

3. INTERVENÇÃO

3.1. Centro de Atendimento Integrado

Durante o ano de 2019, o Centro de Atendimento Integrado (CAI) da ENCONTRAR+SE, apoiou um total de 81 pessoas (43 mulheres e 38 homens), 70 das quais constituem a população clínica e as restantes (11 pessoas) são familiares. Das 70 pessoas integradas nos diversos serviços do CAI, 16 correspondem a integrações na Unidade Sócio-Ocupacional (Cf. 2.2. Unidade Sócio-Ocupacional).

Foram realizadas 437 sessões de acompanhamento psicoterapêutico individual, bem como 47 sessões de avaliação/ acompanhamento social.

Relativamente aos programas de estimulação cognitiva, participaram 15 utentes, tendo

3.3. Porto de Abrigo

Na sequência do trabalho realizado em 2018, no âmbito do contrato de prestação de serviços estabelecido entre o SAOM - Serviços de Assistência Organizações de Maria e o Município do Porto, com vista à constituição e dinamização da equipa multidisciplinar de intervenção social de emergência e encaminhamento junto de pessoas em situação de sem-abrigo na cidade do Porto, nomeadamente as que residem em espaços públicos e conforme Programa Municipal “Porto de Abrigo” lançado pelo Departamento Municipal de Desenvolvimento Social, considerou-se mais adequado não dar continuidade a este trabalho, pelo que foi dado como terminado em janeiro de 2019.

Durante o mês de janeiro, o trabalho desenvolvido pela ENCONTRAR+SE no âmbito desta parceria consistiu na prestação de serviços, num total de 25 horas, de intervenção psiquiátrica mediante integração da uma médica psiquiatra na equipa de rua a fim de assegurar o diagnóstico de doenças mentais, prescrever a medicação necessária e monitorizar e avaliar as situações clínicas; assim como na disponibilização de serviços integrados de reabilitação a pessoas com doença mental sinalizadas pela equipa.

4. PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

4.1. Promoção da saúde mental em contexto laboral

2019 foi, se dúvida, o ano em que a ENCONTRAR+SE consolidou a realização de diferentes iniciativas de promoção da saúde mental em contexto laboral. Para além da implementação do projeto *Mind at Work* (co-financiado pela Direção-Geral da Saúde), foram realizadas novas formações do Curso “Ouvir o que não é dito. Primeiros Socorros na Doença Mental” na Câmara Municipal do Porto (CMP), bem como ações mais breves de sensibilização para o tema da saúde e doença mental em contexto organizacional. A realização do 3º Fórum de Promoção da Saúde Mental no local de trabalho (Cf. 1.3.2.1), assim como a forte adesão ao mesmo, reforça igualmente a relevância do tema, assim como o papel da ENCONTRAR+SE ao tratar um tema tão relevante.

O projeto *Mind at Work*, com um custo total de €54.986,42€, foi cofinanciado pelo Programa de Financiamento Público a projetos no âmbito do Programa Nacional para a Saúde Mental (SM-J-27-18) da Direção-Geral da Saúde no valor de €49.487,77 e com a comparticipação financeira das entidades parceiras. Resultou de uma parceria com a Câmara Municipal de Vila Verde (CMVV), a *People for Success* (P4S) e a Católica Porto Business School e visou “o desenvolvimento de um modelo de intervenção no contexto laboral que permita a trabalhadores e dirigentes reconhecer a interação entre aspetos individuais e organizacionais na promoção da saúde mental e prevenção da doença

h
B

2019 e contou com a participação de 119 pessoas de diversas áreas de atividade (ex.: saúde, indústria).

O 3º Fórum contou com a presença de especialistas, nacionais e internacionais, que integraram o painel de oradores, nomeadamente Jo Loughran (*Time to Change*), Sara Evans-Lacko (*London School of Economics*), Alison Unsted (*City Mental Health Alliance - Head of Strategy and Operations*) e Filipa Palha (Presidente da ENCONTRAR+SE). As comunicações realizadas permitiram contextualizar a importância da promoção da saúde e do bem-estar no local de trabalho, bem como dar a conhecer iniciativas desenvolvidas para esse fim. No âmbito do Fórum foram, ainda, apresentados os resultados do projeto *Mind at Work*.

4.3. Promoção da saúde mental em contexto escolar

Em 2019 a ENCONTRAR+SE voltou a trabalhar na promoção da saúde mental no contexto escolar, o que permitiu constituir uma equipa especializada nas questões da infância e adolescência.

4.3.1. Programa Quanto Mais Ceddo Melhor

No âmbito do desenvolvimento do Programa Abordagem Integrada para a Inclusão Ativa (AIIA), financiado pelo programa operacional POISE no quadro do Programa NORTE 2020, promovido pela Câmara Municipal do Porto, a ENCONTRAR+SE está a implementar o programa Quanto Mais Ceddo, Melhor (QMCM) – um programa de promoção da saúde mental e desenvolvimento socioemocional em escolas do 1º ciclo.

Em 2019 realizaram-se 6 sessões de promoção da saúde mental e desenvolvimento de competências sócioemocionais, em 24 turmas, perfazendo um total de 144 sessões, dirigidas a um total de 524 crianças a frequentar o 1º ciclo. Foram, ainda, realizadas 2 sessões de promoção de educação positiva, em 19 escolas, perfazendo um total de 38 sessões, dirigidas a um total de 92 agentes educativos (encarregados de educação, docentes e não docentes).

No âmbito do programa e da celebração do dia mundial da Saúde Mental (10 outubro), decorreram ainda várias iniciativas em escolas básicas do 1º ciclo dos Agrupamentos de Escolas de Alexandre Herculano, Cerco, Garcia de Orta e Rodrigues de Freitas. No total, as ações desenvolvidas chegaram a 17 escolas básicas, 952 crianças e 59

h
SP

apresentação de resultados de iniciativas que tem vindo a desenvolver. Neste sentido, em 2019, Filipa Palha publicou o artigo intitulado “*Effectiveness of Social Cognition and Interaction Training (SCIT) in Community Settings in Portugal*” na revista internacional *Health*. Esta publicação resulta do projeto realizado com *David Roberts* (co-autor da publicação) e traduz os resultados obtidos na implementação do programa SCIT que visa a melhoria da cognição social em pessoas com diagnóstico de Esquizofrenia.

6. SÓCIOS

Ao longo do ano, registaram-se 5 novas propostas de sócios efetivos, passando a um total de associados de 215, sendo que destes, 73 são utentes, 31 familiares, 6 empresas e 105 outras pessoas/entidades.

7. RELAÇÕES EXTERNAS

O ano de 2019 ficou, à semelhança de anos anteriores, marcado pelo reconhecimento do trabalho da ENCONTRAR+SE em diferentes iniciativas, nomeadamente:

Eulália Pereira, Vice-presidente da ENCONTRAR+SE, continuou a representar a Associação nas reuniões da Direção da EUFAMI - *European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness*, da qual faz parte. Representou, ainda, a ENCONTRAR+SE, em Bruxelas, no primeiro encontro presencial do Grupo de Trabalho sobre Acesso Universal aos Cuidados de Saúde do *European Patients Forum*.

Mafalda Guilherme, assistente social da ENCONTRAR+SE, representou a Associação através da participação em reuniões periódicas, bem como no primeiro Plenário da Comissão Social das Freguesias de Aldoar, Foz do Douro e Nevogilde do qual a ENCONTRAR+SE passou a fazer parte do respetivo Núcleo Executivo.

Ainda de referir que, ao longo do ano, a ENCONTRAR+SE foi procurada por 9 entidades externas que procuravam conhecer o trabalho realizado pelo CAI e recolher informação acerca da implementação da USO no âmbito da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados em Saúde Mental.

8. RECURSOS HUMANOS

Entre janeiro e março de 2019 fizeram parte da equipa de colaboradores da ENCONTRAR+SE duas psicólogas a tempo inteiro, uma assistente social a tempo inteiro e uma terapeuta ocupacional. Com o início de uma licença de maternidade, de março a junho de 2019 a equipa contou também com uma psicóloga a tempo integral

RF X CB
B

ENTREGUE
INSTITUTO
SEGURANÇA
SOCIAL

PEÇAS FINAIS DE APRESENTAÇÃO DE CONTAS
DAS
INSTITUIÇÕES PARTICULARES DE SOLIDARIEDADE
SOCIAL

ANO DE 2019

NOME: ENCONTRAR+SE – ASSOCIAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA
SAÚDE MENTAL

MORADA: RUA PROFESSOR MELO ADRIÃO, 106

LOCALIDADE: PORTO

FREGUESIA: FOZ DO DOURO

CONCELHO: PORTO

RESERVADO AOS SERVIÇOS		
IPSS	DIST.	CONC.
CODIGO POSTAL: 4100-340		

ESPAÇO RESERVADO AO INSTITUTO SEGURANÇA SOCIAL
PARECER:

EM ___/___/___

DESPACHO:

EM ___/___/___

DIRECÇÃO:

LOCAL – PORTO

APROVADO EM ASSEMBLEIA GERAL

DATA: / / 2019
ASSINATURAS [Signature]

PORTO, 29 DE Junho DE 2019

[Signature]
[Signature]


ASSINATURA DO PRESIDENTE
[Signature]

Balço - (modelo para ESNL) em
31-12-2019
(montantes em euros)

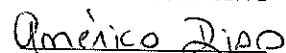
ENCONTRAR-SE - ASSOCIAÇÃO PARA A
PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

RUBRICAS	DATAS	
	2019	2018
ATIVO		
Ativo não corrente		
Ativos fixos tangíveis	9.498,01	15.773,79
Outros créditos e ativos não correntes	822,76	466,14
	10.320,77	16.239,93
Ativo corrente		
Créditos a receber	8.325,56	17.400,15
Fundadores / beneméritos / patrocinadores / doadores / associados / membros		69,00
Diferimentos	781,82	3.073,59
Caixa e depósitos bancários	123.585,77	47.301,48
	132.693,15	67.844,22
Total do ativo	143.013,92	84.084,15
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO		
Fundos patrimoniais		
Fundos	82.604,69	82.604,69
Resultados transitados	(6.388,61)	2.418,52
Ajustamentos / outras variações nos fundos patrimoniais		870,70
Resultado líquido do período	864,49	(8.807,13)
Total dos fundos patrimoniais	77.080,57	77.086,78
Passivo		
Passivo não corrente		
Passivo corrente		
Fornecedores	1.376,75	36,90
Estado e outros entes públicos	3.551,50	1.422,27
Fundadores / beneméritos / patrocinadores / doadores / associados / membros	50,00	
Diferimentos	42.000,00	
Outros passivos correntes	18.955,10	5.538,20
	65.933,35	6.997,37
Total do passivo	65.933,35	6.997,37
Total dos fundos patrimoniais e do passivo	143.013,92	84.084,15

Administração / Gerência



Contabilista Certificado Nº 61771



Demonstração dos Resultados por Naturezas -
(modelo para ESNL) do período findo em 31-12
-2019
(montantes em euros)

ENCONTRAR-SE - ASSOCIAÇÃO
PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL

Handwritten marks: "RSP X" and "17/12 83"

RENDIMENTOS E GASTOS	PERÍODOS	
	2019	2018
Vendas e serviços prestados	57.769,36	82.341,89
Fornecimentos e serviços externos	(168.934,23)	(98.629,13)
Gastos com o pessoal	(105.743,92)	(29.311,63)
Outros rendimentos	233.575,15	54.764,84
Outros gastos	(3.236,52)	(5.488,74)
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos	13.429,84	3.677,23
Gastos/reversões de depreciação e de amortização	(12.565,35)	(12.484,36)
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)	864,49	(8.807,13)
Resultado antes de impostos	864,49	(8.807,13)
Resultado líquido do período	864,49	(8.807,13)

Administração / Gerência

Handwritten signature

Contabilista Certificado Nº 61771

Handwritten signature: Américo Dias

CERTIDÃO

João Manuel Miranda Esteves, Chefe de Finanças, a exercer funções no Serviço de Finanças de PORTO-2.

CERTIFICA, face aos elementos disponíveis no sistema informático da Autoridade Tributária e Aduaneira (AT), que o(a) contribuinte abaixo indicado(a) tem a sua situação tributária regularizada, nos termos do artigo 177º-A e/ou nºs 5 e 12 do artigo 169º, ambos do Código de Procedimento e de Processo Tributário (CPPT).

A presente certidão é válida por três meses e não constitui documento de quitação, nos termos dos nºs 4 e 6 do artigo 24º CPPT, respetivamente.

Por ser verdade e por ter sido solicitada, emite-se a presente certidão 29 de Maio de 2020.

IDENTIFICAÇÃO

NOME: ENCONTRAR+SE - ASSOCIAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

NIF: 507811976

Elementos para validação

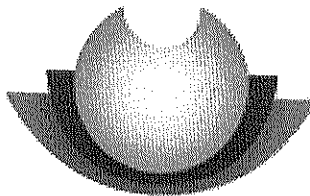
Nº Contribuinte: 507811976

Cód. Validação: PDVKCH347J1F

O Chefe de Finanças,



(João Manuel Miranda Esteves)



SEGURANÇA SOCIAL DECLARAÇÃO

Nome da entidade contribuinte **ENCONTRAR+SE - ASSOCIAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**
Firma/denominação **ENCONTRAR+SE - ASSOCIAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**
Número de Identificação de Segurança Social **20018220664**
Número de Identificação Fiscal **507811976**
Número de Declaração **21172410**
Data de emissão **29-05-2020**

Declara-se que a entidade contribuinte acima identificada **tem a sua situação contributiva regularizada** perante a Segurança Social.

A presente declaração não constitui instrumento de quitação de dívida de contribuições e ou de juros de mora, nem prejudica ulteriores apuramentos e é válida pelo prazo de **quatromeses**, a partir da data de emissão.

Assinatura válida

Digitally signed by INSTITUTO DE INFORMATICA, I.P.
Date: 2020.05.29 16:58:45 +01'00

DECLARAÇÃO EMITIDA AUTOMATICAMENTE PELO SERVIÇO SEGURANÇA SOCIAL DIRECTA