



# UNIDADE DE REDE DE SAÚDE MENTAL

## Plano de Ação 2021

DIMENSÃO INTERVENÇÃO	OBJETIVO ESTRATÉGICO	ATIVIDADE	META	INDICADORES DE EXECUÇÃO	RECURSOS	CALENDÁRIO
Capacitação	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	1.Sessão de musicoterapia para cuidadores informais (prevenção)	Realizar uma sessão no Dia Mundial do Cuidador Informal	Nº de cuidadores informais participantes Avaliação de satisfação dos participantes	Musicoterapeuta – Susana Jimenez (APCE)	05 de novembro
		2.Caminhada com grupo de cuidadores informais com saída e regresso - Qta do Pomarinho	Reflexão (técnicos e cuidadores informais) sobre a importância da manutenção das rotinas diárias para a promoção e manutenção da saúde mental	Nº de participantes	CAARPD da APCE Psicóloga da equipa terapia ocupacional Transporte	Outubro
		3.Webinar “Prevenção do suicídio e apoio aos sobreviventes de suicídio”	Realizar uma sessão em setembro 2021	Nº de presenças Avaliação de satisfação dos participantes	Recursos tecnológicos a definir pela Liga Psicóloga Sara Santos Núcleo de Évora Liga dos Combatentes	Setembro 2021
		4.Ação de sensibilização on-line, (vídeo conferência) dirigida a familiares e cuidadores – “Positivamente” - Psicologia positiva.	Realizar a ação de sensibilização no primeiro semestre de 2021	Nº de participantes Nº de organizações envolvidas Avaliação de satisfação dos participantes	Recursos tecnológicos a definir pela APPACDM Formadora Catarina Rivero – Psicóloga APPACDM	Mai de 2021
Capacitação	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	5.Sessão informativa sobre a medida de política social – Estatuto do Cuidador Informal (por videoconferência)	Realizar um momento informativo dirigido a Técnicos com intervenção em respostas sociais na área da deficiência/reabilitação	Nº de participantes Avaliação da satisfação dos participantes	Colaboradores do ISS-CDÉvora (Interlocutores distritais da medida ECI-Évora é projeto piloto (com Mora) Instrumentos de comunicação/divulgação da sessão junto dos destinatários Equipamento informático	Fevereiro de 2021

DIMENSÃO INTERVENÇÃO	OBJETIVO ESTRATÉGICO	ATIVIDADE	META	INDICADORES DE EXECUÇÃO	RECURSOS	CALENDÁRIO
<b>Capacitação</b>	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	6.Ação de formação sobre Estatuto do Maior Acompanhado - Vídeo conferência	Realizar um momento formativo para técnicos até ao final de 2021	Nº de entidades participantes Nº de participantes Avaliação da satisfação dos participantes	ISS Formador(a) ainda a designar Instrumentos de comunicação/divulgação das ações junto dos destinatários Equipamento Informático	2021
<b>Intervenção na comunidade</b>	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	7.Realizar uma série de podcasts (pequenos vídeos caseiros) com pessoas que trabalham na saúde mental e/ou próprias pessoas com doença mental.	Realizar pelo menos 4 podcasts ao longo de 2021	Nº de podcasts publicados Nº de visualizações	APPACDM Apoio técnico da CME Ação a interligar com outras instituições	Setembro e outubro de 2021
		8.Assinalar Dia Mundial da Saúde Mental	Apresentar proposta de programa até final de julho	Nº de participantes Nº de entidades participantes Avaliação de satisfação dos participantes	A definir em função do programa	Julho Outubro 2021
		9.Realizar II Encontro sobre Empregabilidade na Saúde Mental	Realizar encontro até ao final de setembro	Nº de participantes Avaliação de satisfação dos participantes	Equipamento multimédia e Técnicos da Unidade de Qualificação e Emprego da APPACDM de Évora	Setembro de 2021
		10.Ginásio da Memória	Desenvolver 5 sessões à distância de estimulação sensorial, cognitiva social e emocional em Centros de convívio do concelho	Nº de sessões Nº de Instituições participantes na dinamização das sessões Nº de participantes Avaliação da satisfação dos participantes	Equipamento informático APPACDM (1 sessão) APCE (2 sessões) UCC (a definir)	Ao longo de 2021

DIMENSÃO INTERVENÇÃO	OBJETIVO ESTRATÉGICO	ATIVIDADE	META	INDICADORES DE EXECUÇÃO	RECURSOS	CALENDÁRIO
<b>Intervenção na comunidade</b>	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	11.Recolha de testemunhos de jovens/ adolescentes com doença mental em tempo de pandemia	Divulgação de 3 testemunhos nas redes sociais.	Nº de visualizações Nº de partilhas	Equipamento multimédia	Ao longo de 2021
		12.Produzir e divulgar vídeos de prevenção /promoção da saúde Mental para a comunidade	Elaborar 2 vídeos ao longo de 2021	Execução e divulgação dos vídeos -visualizações nas redes sociais	Equipamento multimédia	Ao longo de 2021
<b>Intervenção na comunidade</b>	Desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde mental (PNSM)	13. Grupo de articulação	Analisar multidisciplinarmente todas as sinalizações enviadas	Nº de sinalizações Nº de articulações efetuadas Avaliação o desenvolvimento do processo de acompanhamento	A definir em função da situação sinalizada	Ao longo de 2021