



ASSOCIAÇÃO
DE SAÚDE MENTAL
DO MÉDIO TEJO

RELATÓRIO DE
ATIVIDADES E CONTAS
2025
PARTE I

Sumário

| | |
|--|----------|
| 1. Introdução | 2 |
| 2. Atividades/Eventos em que a Associação participou em 2025 | 3 |
| 3. Concretização do Plano de atividades | 4 |
| 4. Relatório de Contas | Parte II |

1. Introdução

De acordo com o plano de atividades traçado para o ano de 2024, podemos afirmar que os objetivos foram atingidos.

Realizaram-se todos os eventos planeados e foi possível implementar e cumprir com sucesso as atividades definidas no Programa IntegrativaMente.

O Gabinete Psicossocial, com consultas de Psicologia voltou ao funcionamento regular, tendo tido uma utilização de 32 horas mensais.

A Associação de Saúde Mental do Médio Tejo deu continuidade ao objetivo de Parceria bem como a reestruturação do protocolo com o Instituto Politécnico de Tomar (IPT), referenciando casos de alunos identificados como vulneráveis, em estreita colaboração com o Gabinete Social do IPT, assumindo estes o pagamento das consultas aos alunos bolseiros (10 consultas/aluno) terminando o ano de 2025 com acompanhamento regular a 30 alunos.

As parcerias com os Municípios foram reforçadas, através do Programa IntegrativaMente e com a participação em atividades de Divulgação e Formação da Associação, reuniões de CLAS e participações em feiras e exposições.

O Contrato Programa com Rede Cuidados Continuados Integrados em Saúde Mental mantém-se em cumprimento, com a resposta EAD (Equipa Apoio Domiciliário) para Ourém/Torres Novas e Tomar/Abrantes, com uma dotação total de 16 visitas por dia. A resposta teve o seu início a 22 de dezembro de 2023, terminando este ano 2025 com 18 utentes admitidos.

2. Atividades/Eventos em que a Associação participou em 2025

➤ No âmbito da Literacia em Saúde Mental:

1. Programa Promoção Saúde Mental: diversos workshops direcionados aos alunos dos agrupamentos de Escola de Toma, bem como ao público em geral:

- Psicoeducação acerca da importância do Sono, EESMP Rute Galvão.
- Autoimagem e alteração do comportamento alimentar, ASMMT- Dra. Carolina Poças (Psicóloga);
- Controlo da Ansiedade – Dr. Andreia Gaspar e Ana Cardoso
- Estigma da Saúde Mental – Dr. Carolina Poças
- Saúde Mental e Prevenção da Violência- Prevenção do Bullying, EESMP Rute Galvão.

Este ano promoveu-se o Alargamento da aplicação do Programa de Promoção de Saúde Mental a outros Municípios (Abrantes, Constância, Vila Nova da Barquinha e Golegã)

➤ Participação na Comunidade:

1.Participação em Debates

Participação em vários eventos quer na qualidade de oradores quer na de participantes, de debate acerca da Saúde mental, desenvolvidos pela CIMT, pela camara municipal e até nos *Encontros científicos de debate dos cuidados em Saúde Mental (Jornadas de Psiquiatria, 1º Encontro de cuidados RNCCI)*.

2.Participação Festa Templária

A importância na participação nesta edição não se prende apenas com angariação de fundos de maneiio, mas a integração em comunidade e divulgação da Associação e da sua atividade à população.

➤ No âmbito do Combate ao Estigma

1. Exposição IntegrArte

Exposição itinerante de desenhos, pinturas, poemas de utentes da Associação de

➤ **No âmbito da integração socio-ocupacional e combate ao Estigma**

1. Programa ROL (rede de ocupação local)

Dinamizado em parceria pelo Município de Tomar e que visa a integração socio-ocupacional de pessoas com doença mental. Este ano, foram encaminhados para o programa 3 beneficiários, os quais têm cumprido os objetivos.

2. Programa Gaivotas no Nabão

Numa parceria com os alunos dos Agrupamentos de Escolas de Tomar e com a Câmara Municipal de Tomar, foi dinamizada a atividade de Voluntariado no rio Nabão, cujos objetivos são a promoção da integração social, combate ao estigma e capacitação das pessoas com doença mental:

Balanço:

Total de horas da atividade: 820 horas

Nº de voluntários envolvidos: 5 utentes e 14 Alunos

Bolsa voluntariado atribuída – 3€/hora

Dado algumas exigências da ocupação e com as limitações físicas (menos força ou destreza), as horas ocupadas pelos nossos utentes foram este ano menores. Contudo, foi possível cumprir o objetivo central da atividade, ou seja, o treino de competências.

Outra mais valia é de facto o combate ao estigma, uma vez que se sensibiliza os jovens que trabalham diretamente com os utentes e com o público que acede às gaivotas, e contou com o apoio imprescindível dos jovens que englobaram o Programa de Voluntariado do Município e que ao longo de seis semanas nos apoiaram.

Para desenvolver esta atividade foi necessário envolver gastos na compra de coletes (dado que os do município se encontravam muito degradados).

3. Projeto Café Integra T

Manteve-se o funcionamento desenvolvido no cineteatro Paraíso numa atividade regular nos dias de cinema e tendo este alargado a sua atividade na participação da Feira do Livro, no Complexo da Levada bem como a participação em diversos Caterings que nos foram sido solicitados (de realçar que mais do que a importância das verbas angariadas, permite o desenvolvimento de

competências, sociais, ocupacionais e laborais das pessoas com doença mental.

4. Programa Culturalmente

Financiado pelo Prémio Caixa Social e que permitiu levar 50 utentes a espetáculos, museus, cultura, férias culturais permitindo o acesso a uma vida em plenitude enquanto cidadão.

A participação dos utentes teve uma adesão que ultrapassou as expectativas e que teve a obtenção dos resultados a que nos propusemos inicialmente

5. Oficina com Arte (área socio ocupacional)

Dinamizada em parceria pelo município de Tomar e com apoio do Programa Associativismo - Social e que visou a integração socio ocupacional de pessoas com doença mental. Este ano, foram apoiados 23 beneficiários, que estiveram 2 a 3 dias por semana, com apoio de Terapeuta Ocupacional, os quais têm cumprido os objetivos.

As atividades foram sendo enriquecidas com dinamização de atividades diferenciadas MasterChef (com apoio pontual de nutricionista), Movimento (com apoio semanal de docente de Educação Física).

De enaltecer ainda o protocolo de Parceria com o Centro de Dia da Venda Nova, que nos fornece as alimentações dos utentes, nos dias da Oficina.

6. Mais IntegrativaMente

A continuidade do programa IntegrativaMente foi aprovado em sede de candidatura do Portugal Inovação, em agosto de 2025. O financiamento conta com uma verba total de 301 mil euros, para uma duração de 3 anos e contando com a CIMT e a In Color, como investidores sociais.

O Programa Mais IntegrativaMente dará apoio a 130 pessoas portadoras de doença mental, com a missão de "Mais do que Capacitar, reintegrar"

7. Concretização do Plano de Atividades

Foram traçados objetivos específicos que contemplavam a continuidade da realização de atividades que consideramos de extrema importância para a Literacia em Saúde Mental.

Foi possível dar continuidade ao Protocolo de Parceria com o IPT, aspeto muito positivo, por potenciar sinergias e que se traduziu no apoio e seguimento de alunos com dificuldades económicas e necessidades de acompanhamento psicológico. A articulação com a Rede de Ocupação Local permitiu integrar utentes.

Mantivemos o encaminhamento para apoio jurídico aos utentes.

Em termos de comunicação foi essencial dar a conhecer a Associação à comunidade do Médio Tejo. Para tal, em 2025, foi reforçada a divulgação da atividade e eventos da instituição, nos canais de comunicação: redes sociais e site www.asmmt.org. As atualizações frequentes da página da Associação no Facebook, contribuíram para o combate ao estigma e chegar à população em geral.

Foram vivenciadas dificuldades financeiras assentes nos atrasos dos reembolsos, no âmbito da RNCCI e que colocaram em risco os compromissos assumidos no âmbito do mesmo. Tornou-se evidente a necessidade de aquisição de viatura dado o nº de kms realizados diariamente pelas equipas e para a resolução desta situação, chegou mesmo a ser necessário o empréstimo financeiro de um dos sócios. O qual foi atempadamente liquidado.

Porém, o apoio de algumas entidades, como a CIMT e o Município de Tomar, minimizaram este constrangimento através do cumprimento dos apoios financeiros.

Direção



Tânia Leal