

Editorial

A FNERDM é uma organização da sociedade civil, criada em 1997, por várias entidades a desenvolver atividades na área da saúde mental comunitária. Desde então, tem vindo a procurar congregar as Entidades Associadas e a comunidade em geral em torno de iniciativas de reflexão conjunta de aprofundamento da colaboração e do trabalho em parceria, bem como na sua representação junto de organismos públicos de âmbito nacional e local.

Apresentamos agora a 1ª Edição do Boletim FNERDM, na esteira da Folha Informativa editada em anos anteriores, dando continuidade a um esforço de divulgação das atividades desenvolvidas durante o ano de 2014 e proporcionar às Entidades Associadas mais uma oportunidade de disseminação das suas notícias, projetos ou ações na comunidade.

Neste número inaugural, que se pretende vir a ser semestral, procurou-se dar uma perspetiva abrangente das atividades da FNERDM, com particular incidência no Projeto ri(Age), nas suas várias vertentes e o Curso de Formação na área da promoção da capacitação dos dirigentes associativos, tendo ambas as iniciativas sido integradas no Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P.

A Associação A FARPA, celebra muito em breve o seu 10º aniversário, pelo que apresentamos as nossas felicitações pela efeméride e esperamos poder contar com a colaboração ativa desta entidade

no desenvolvimento de ações na área da saúde mental comunitária no Distrito de Santarém. Apresentam-se também projetos e iniciativas relevantes desenvolvidas por entidades como a ARIA, com o Projeto Promove-te, no apoio a crianças e jovens; o GAC e o GIRA, com projetos no âmbito do reconhecimento artístico como forma de integração; a ANARP com um projeto de suporte interpares; e ainda, a RUMO com um projeto intitulado Cidadania e Território, sobre desenvolvimento territorial sustentável.

As Associações ASMAL e Oportunidades APPASM, contribuem neste número com apresentações descritivas institucionais, dando a conhecer as suas atividades, objetivos e propósitos. Apresenta-se também uma breve resenha das atividades públicas e iniciativas a convite de outras entidades em que a FNERDM participou durante o corrente ano de 2014.

Finalmente apresentamos a campanha nacional anti-estigma “Mude a sua Atitude face à Doença Mental”, que tem vindo a ser divulgada em diversas ocasiões.

Esperamos poder contar com a colaboração de todas as Entidades Associadas no sentido de continuar a divulgar e a enriquecer o nosso conhecimento conjunto acerca dos desafios, estratégias e iniciativas de apoio integração comunitária das pessoas com experiência de doença mental.

Maria João Vargas Moniz
Presidente da Direção

DESTAQUE

A Farpa 10 anos



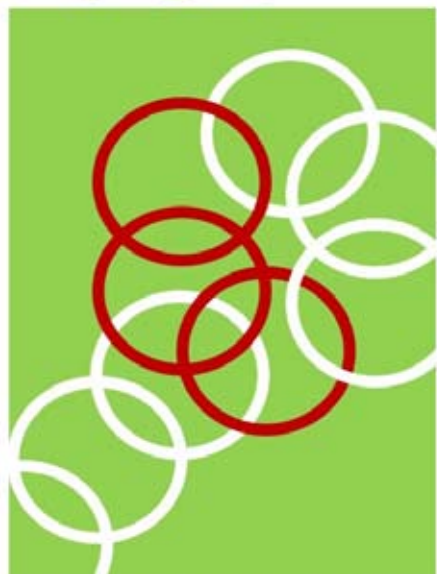
No dia 10 de Janeiro do próximo ano, o Fórum da FARPA comemora dez anos de existência, data que será assinalada com uma cerimónia oficial, alargada a todos os amigos da Instituição que ao longo destes anos têm criado uma rede fundamental para a concretização dos seus objetivos, e coincidirá com a tomada de posse dos novos Corpos Sociais.

A FARPA – Associação de Familiares e Amigos do Doente Psíquico -, tem como primeira valência em funcionamento o seu Fórum Sócio-Ocupacional. Única Instituição no Distrito de Santarém vocacionada para a Reabilitação e reintegração sócio-familiar e profissional de pessoas com doença mental, tem ainda como objetivos contribuir para a autonomia e melhoria da qualidade de vida da pessoa com doença mental; promover ações de combate ao estigma; promover ações de formação, apoio à dinamização de grupos terapêuticos; tentando sempre manter-se ativa na comunidade em que se insere, mobilizando todos os agentes para esta causa.

Contactos: 243352600 | a.farpa@sapo.pt | <http://www.afarpa.com.pt>



ri(Age)2014



DOENÇA MENTAL INCLUSÃO SOCIAL

Projeto ri(Age)

O Projeto ri(Age) é um projeto na área da Saúde Mental, desenvolvido e dinamizado pela FNERDM, em parceria com as Associadas AEIPS, ARIA, ASMAL, CHPL, GAC, GIRA e Oportunidades APPASM. Este projeto deu continuidade ao projeto ri(Age) implementado no ano 2013, e foi cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P.

Esta edição envolveu no

conjunto das suas atividades cerca de 2000 pessoas, sobretudo na Caminhada pela Saúde Mental e no Concurso de Vídeo. Este projeto visou contribuir para a inclusão social de pessoas com problemáticas de saúde mental através da realização de



Caminhada pela Saúde Mental - Faro

atividades: orientadas para a capacitação e melhoria das competências pessoais e sociais, para o envolvimento das pessoas através da participação ativa, bem como o reconhecimento da comunidade como fator-chave de inclusão.

2ª Edição da Caminhada pela Saúde Mental – Lisboa e Faro

A Caminhada visou sensibilizar a comunidade para as questões da Saúde Mental, incentivando a participação ativa em iniciativas de combate à exclusão e ao estigma, promovendo a valorização dos indivíduos com experiência de doença mental, bem como a sua inclusão social.



Caminhada pela Saúde Mental - Lisboa

A Caminhada realizou-se em Lisboa e Faro no dia 19 de outubro e contou com 610 participantes, entre utentes, familiares, técnicos e comunidade.

A Caminhada pela Saúde Mental decorreu ao longo de um percurso de 3 km, em Lisboa

e Faro. Em Lisboa o percurso iniciou-se na Pala das Docas de Alcântara, e terminou no Padrão dos Descobrimentos. Em Faro, a Caminhada iniciou-se na Estrada da Recta do Sol, e terminou no Monte de Sal (percurso ao longo da ria da praia de Faro).

Nesta edição a FNERDM conseguiu envolver um maior número de patrocinadores no evento (e.g. outCOME - Clínica Organizacional, Vimeiro, Delta, Epal, Comfort Keepers, Turismo de Lisboa, Metro de Lisboa, Fundação PT e Frubis), conseguindo obter um Kit de participação bastante apreciado. Outros índices positivos nesta edição passaram pelo aumento do número de entidades envolvidas que trabalham na reabilitação da doença mental e o aumento do número de elementos da comunidade.

Encontro de Avaliação e Reflexão – Perspetivas e Oportunidades de Integração Comunitárias

O Encontro anual decorreu no dia 20 de novembro no Auditório da Biblioteca Orlando Ribeiro, este ano com o título “Perspetivas e Oportunidades de Integração Comunitárias”. Neste evento de reflexão e avaliação do Projeto, que contemplou diferentes atividades, em diferentes distritos, com populações e



Um painel do Encontro Anual

parcerias diversificadas, participaram 63 técnicos de diferentes zonas do país.

Para a sessão de abertura contamos com a participação do Dr. José Madeira Serôdio (INR) e do Dr. Álvaro de Carvalho (PNSM- Programa Nacional para a Saúde Mental). Houve espaço para as Entidades Associadas à FNERDM apresentarem exemplos de boas práticas de projetos na comunidade que promovem a integração e a inclusão da pessoa com doença mental, entre eles: Linha telefónica de apoio à Saúde Mental - De Par para Par (ANARP); Set Reality – Um Projeto de Participação Transnacional (ARIA); Cultura, atividade física e promoção do Bem-estar: Uma abordagem comunitária (AEIPS); O papel do desporto na promoção da saúde mental (AAMA - GAC); e Atividades lúdicas na promoção da saúde mental (GIRA).

Neste mesmo dia decorreu na sala multiusos da Biblioteca Orlando Ribeiro uma exposição de fotografias e vídeos do Projeto ri(Age).

Concurso de Vídeo – “Testemunhos de Inclusão Social”

O concurso teve como principal objetivo a valorização e divulgação de uma imagem positiva das pessoas com experiência de doença mental. A FNERDM abriu o concurso à comunidade com um regulamento



Atribuição do Prémio à Fundação ADFP

específico. Após este período rececionou-se 15 vídeos com “testemunhos de inclusão social”, dos quais 12 institucionais e 3 particulares, com cerca de 3 minutos cada um. Os testemunhos foram divulgados na página do facebook do ri(Age) iniciando-se o processo de votação, onde totalizou 610 votos e mais de 15.000 pessoas alcançadas via facebook. Os 5 vídeos mais votados foram avaliados por um Júri composto por 3 elementos: um representante da direção da FNERDM, um representante da RNPEDM- Rede Nacional de Pessoas com Experiência de Doença Mental, e um representante do CIC - Centro de Integração Comunitária (Grupo de famílias). O vídeo vencedor intitulado “Felismina no país das maravilhas”, foi produzido e apresentado pela Fundação ADFP - Assistência, Desenvolvimento e Formação Profissional, tendo sido projetado e premiado no Encontro de Avaliação e Reflexão do Projeto ri(Age).

Os 15 vídeos do concurso foram expostos na sala Multiusos da Biblioteca Orlando Ribeiro, no âmbito do Encontro do Projeto ri(Age) e podem ainda ser visualizados na página oficial do ri(Age) no facebook.

Facebook

Nesta edição do Projeto ri(Age) deu-se continuidade à dinamização da página do ri(Age) do facebook, criada no ano anterior.

Ao momento contamos com 1045 seguidores, revelando-se esta página uma boa forma de disseminação da informação relacionada fundamentalmente com as atividades do projeto. Para além disso, revelou-se também um importante meio de comunicação e divulgação de outras notícias, bem como informações das Associadas da FNERDM.

Visite <https://www.facebook.com/pages/RI-Age/371386349651083>



Mude a sua atitude face à doença mental

Objetivos

- Criar um símbolo de sensibilização face à Doença Mental;
- Promover o debate e participação da população em geral em volta do tema da saúde e doença mental;
- Promover o apoio às pessoas com doença mental assim como às suas famílias e entidades que trabalham nesta área.

www.fnerdm.pt

www.facebook.com/FNERDM



Federação Nacional de Entidades de Reabilitação de Doentes Mentais

Curso de LIDERANÇA em SAÚDE MENTAL COMUNITÁRIA

Entidades parceiras:



Projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P.

FORMAÇÃO

Liderança em Saúde Mental Comunitária

No âmbito do eixo prioritário “promoção da capacitação dos dirigentes associativos” e integrado no Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P., a FNERDM viu aprovada a possibilidade de realização de um curso sobre “Liderança em Saúde Mental Comunitária, para dirigentes e técnicos com funções de coordenação.

Esta iniciativa teve como principal propósito congregar num contexto formativo teórico-prático, atribuindo relevância à formação contínua e ao longo da vida, orientada dirigentes associativos na área da saúde mental a nível nacional, orientada para a promoção da capacidade de intervenção das associações com serviços e suportes para pessoas com experiência de doença mental.

Para além disso, objetivou a promoção das capacidades de liderança colaborativa nas organizações na área da saúde mental, bem como consolidar e aprofundar

conhecimentos sobre saúde mental comunitária e integração social de pessoas com experiência de doença mental e seus familiares.

Nesta iniciativa, procurou-se também contribuir para fortalecer o estatuto social dos dirigentes associativos enquanto interlocutores para a promoção dos direitos humanos das pessoas com experiência de doença mental e estabelecer parcerias e colaborações interinstitucionais mais sólidas e continuadas, no sentido de promover melhorias conjuntas ao nível das práticas na prestação de serviços em saúde mental comunitária.

Participaram nesta formação 22 dirigentes associativos, tendo as candidaturas sido em número significativamente superior, pelo que constituiu-se uma lista de potenciais candidatos a uma próxima iniciativa nesta área.

A Ação desenvolveu-se no Centro Social Laura Alves, em Lisboa que, graciosamente cedeu o espaço à FNERDM. Esta decorreu nos meses de setembro e outubro num tempo global de 24 horas, com uma componente presencial e uma componente de tutoria para realização de um trabalho final. Deste modo, desenvolveu-se um curriculum formativo com componentes modulares, nos seguintes domínios: a) Liderança Comunitária Transformativa; b) Mediação e Gestão de Conflitos; c) Gestão de Pessoas e Equipas em Saúde Mental; d) Planeamento e avaliação de projetos de intervenção.

O curso realizado contribuiu para dotar os dirigentes associativos de competências de liderança transformativa, podendo aplicar nas instituições que dirigem e a partir dos questionários propostos antes e depois da formação constatou-se um aumento nos parâmetros, avaliados, nomeadamente na sua capacidade de influência. No que concerne iniciativas futuras, os participantes gostariam de aprofundar as capacidades no que toca o planeamento e a avaliação de programas na comunidade.



ARIA

PROMove-te, a nova equipa móvel de apoio a crianças e jovens com problemas de saúde mental

A ARIA – Associação de Reabilitação e Integração Ajuda é promotora de um projeto piloto de prestação de cuidados integrados, clínicos e de reabilitação psicossocial, através da criação de uma equipa móvel que intervirá junto de crianças e jovens com problemas de saúde mental entre os 10 e os 25 anos de idade e residentes nos concelhos de Lisboa, Oeiras e Cascais. Este projeto decorrerá entre Setembro de 2014 e Fevereiro de 2016, sendo co-financiado pelo Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu (EEA Grants), cuja gestão está a cargo da Fundação Calouste Gulbenkian.

O PROMove-te assenta na evidência de que uma intervenção precoce nos problemas de saúde mental permite uma evolução mais favorável dos mesmos e a redução do seu impacto ao nível da incapacidade e processos de exclusão daí decorrentes. Pretende ainda preencher uma lacuna na que respeita a respostas e recursos para esta faixa etária da população.

Neste projeto piloto a ARIA estabeleceu parcerias com o Centro Hospitalar Lisboa Ocidental, a Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar e a Logframe - Consultoria e Formação no sentido de criar uma intervenção em rede que desse resposta aos seguintes objetivos: promover a evolução favorável do problema de saúde mental e facilitar a inclusão dos beneficiários nos contextos normativos de cada faixa etária (casa, escola e emprego), capacitar a rede de suporte para apoiar o processo de recuperação e inclusão, bem como identificar os factores chave para o sucesso da intervenção em rede e disseminar boas práticas.

ANARP

Atualmente o desafio dos serviços de reabilitação e saúde mental é continuamente afastar o seu foco de intervenção dos problemas e da doença, centrando-se cada vez mais na pessoa, nos serviços orientados para a comunidade que promovam o desempenho de papéis, atividades e relacionamentos interpessoais significativos para as pessoas com problemas de saúde mental.

O suporte inter pares pode ser definido com um sistema de interajuda baseado em princípios como o respeito e responsabilidade partilhada. Este sistema ocorre quando pessoas com experiência de doença mental fornecem conhecimento, experiência e suporte emocional, social ou prático a outras pessoas que se encontram em situações similares, com o objetivo de alcançar mudanças pessoais e sociais, ou seja, potenciar o processo de recovery.

Em Julho 2013 foi desenvolvido e implementado um programa de formação em Suporte Inter pares, que teve como objetivo capacitar pessoas com problemas de saúde mental para desempenharem funções como prestadores de suporte. Em Setembro de 2013 foram contratados três prestadores de suporte para desempenharem funções na ANARP. O programa tem sido um sucesso e os prestadores de suporte participam em diversas atividades tais como dinamizar um grupo de suporte, acolher novos utentes, participar na reunião da equipa técnica e dinamização de uma linha telefónica de apoio à saúde mental. A linha telefónica presta suporte aos utentes da ANARP durante as 10:00 e as 22:00 horas e no período do fim-de-semana, tendo como objectivo ajudar os utentes que estejam a viver um período mais difícil ou tenham dúvidas sobre alguma questão do funcionamento da ANARP.

APPASM

A OPORTUNIDADES APPASM Associação Portuguesa de Prevenção & Apoio à Saúde Mental, IPSS com fins de saúde, visa a Reabilitação Psicossocial do cidadão portador de patologia mental. A Reabilitação é uma das fases do continuum de serviços necessários para que as pessoas com patologia mental possam, não só ultrapassar os sintomas patológicos, como também recuperar a sua dignidade e alcançar um nível de funcionamento na comunidade onde vivem. O objectivo destes processo, numa perspectiva holística, consiste em proporcionar uma resposta às necessidades globais dos utentes. Assegurar a toda a população da nossa comunidade o acesso a informação e serviços habilitados a promover a saúde mental.

Valores & Princípios de OPORTUNIDADES APPASM:

- Saúde mental indivisível da saúde em geral;
- Direitos Humanos;
- Cuidados na comunidade;
- Coordenação e Integração de cuidados;
- Abrangência;
- Participação comunitária;
- Protecção dos grupos especialmente vulneráveis;
- Acessibilidade & equidade;
- Recuperação.

Nesse sentido, destacamos as seguintes atividades que podem ser consultadas no seguinte link:

https://www.facebook.com/pages/Oportunidades-Appasm/1442210626053275?sk=info&tab=page_info

ASMAL

A Associação de Saúde Mental do Algarve – ASMAL, em jeito de balanço, gostaria de destacar algumas das atividades levadas a cabo ao longo do presente ano de 2014.

No Centro de Educação, Formação e Integração Profissional do Algarve (CEFIPA) encontram-se a decorrer ações de Formação Profissional em seis áreas que acolhem uma média mensal de 70 formandos/as.

A ASMAL também viu aprovado o seu Centro para a Qualificação e o Ensino Profissional (CQEP), sendo um dos oito criados na região do Algarve. Estes centros têm por objetivo o desenvolvimento de processos de reconhecimento, validação e certificação de competências escolares e profissionais bem como a integração profissional de jovens e adultos.

As atividades socio-ocupacionais, realizadas nos dois Fóruns Socio-ocupacionais (Faro e Alcantaral) e na Unidade de Vida Apoiada, decorrem a bom ritmo e resultaram, nomeadamente, em diversos eventos dirigidos a toda a comunidade, em particular por ocasião das comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental. Assim, destaca-se a realização da exposição "Recriando a Nossa Herança", que teve como objetivo prioritário a valorização das competências artísticas das pessoas com problemas de saúde mental e foi concebida e realizada pelos utentes destas valências, em parceria com os museus Palácio da Galeria de Tavira, Museu Municipal de Faro e Estação Arqueológica do Cerro da Vila - Lusort, em Vilamoura, tendo como inspiração o património histórico e arqueológico da região.

Cabe-nos ainda assinalar um projeto que se encontra em construção e cuja inauguração está prevista para o início de 2015: uma Unidade Socio-Ocupacional para Adolescentes, com problemas de saúde mental. Esta edificação, pioneira no

país, é cofinanciada pelo PRODER (Medida 3.2 - Melhoria da Qualidade de Vida).

A ASMAL aproveita a oportunidade para desejar a cada um/a de vós umas Festas felizes e um próspero Ano Novo.

GAC

Reconhecimento Artístico como forma de Integração

O GAC "Grupo de Acção Comunitária – IPSS" que tem por missão apoiar Pessoas com uma Doença Mental, procurando ajudá-las na sua recuperação e na sua reinserção social e/ou profissional, bem com dar suporte às suas famílias. O GAC conta com duas valências: um Fórum Sócio Ocupacional e uma Residência de Vida Protegida (UPRO).

Uma das atividades Socio-Ocupacionais desenvolvidas no Fórum do GAC é a Atividade de Artes Plásticas que passa por promover as Artes Plásticas como estratégia de intervenção assim como, promovemos o gosto pela prática das artes como ocupação e, caso se aplique, como área profissionalizante promovendo exposições de artes plásticas na comunidade.

Ao longo do ano de 2014 o GAC promoveu diversas Exposições Coletivas das Obras

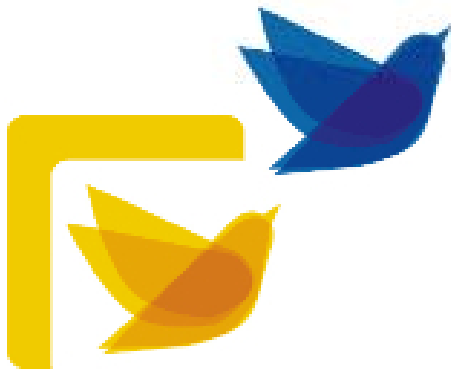
dos nossos utentes. Contudo, damos especial destaque a uma parceria com a Raw – Arte Bruta “primeira galeria de arte bruta portuguesa” situada no novo espaço cultural em cascais “Cidadela Art District”.

Esta iniciativa surgiu através do contacto dos artistas que pertenceram ao grupo de trabalho do projeto “Saúde Mental e Arte – Formas de Expressão” da DGS no âmbito do Programa Nacional para a Saúde Mental. O contacto foi no sentido de convidarem dois dos nossos utentes a exporem as suas obras na galeria RAW. A primeira Exposição Individual foi de Bernardo Lorena e ocorreu durante os meses Maio, Junho e Julho de 2014. Estando também a próxima exposição agendada para Fevereiro de 2015 de Miguel Neto de Almeida.

Esta oportunidade de exporem individualmente é muito importante para os utentes no sentido em que se sentem valorizados ao verem os seus trabalhos apreciados por terceiros, servindo ainda de reforço e estímulo, promovendo do seu Bem-Estar.

Assim sendo, considera-se que ao ajudarmos os utentes a exporem os seus trabalhos estaremos a ajudá-los não só no combate ao estigma mas também a inseri-los ativamente na comunidade.





RUMO

A RUMO - Cooperativa de Solidariedade Social, CrL. (Barreiro), assume a coordenação, a gestão geral e a dinamização das ações em zonas urbanas e periurbanas do "Cidadania & Território - Desenvolvimento Local Sustentado", em execução por uma parceria territorial de nível nacional entre ONG que atuam em contextos diversificados e territórios distintos partilhando princípios, valores e visões estratégicas sobre o desenvolvimento territorial.

O projeto conta com a ação fundamental dos parceiros: Associação ROTA DO GUADIANA (Serpa) - dinamizadora local do projeto para as zonas rurais de baixa densidade; Associação TERRAS DENTRO (Alcáçovas) - dinamizadora local do projeto para as zonas rurais de baixa densidade e a Associação ACERT (Tondela) - dinamizadora local do projeto para as zonas urbanas de média dimensão e zonas rurais de média densidade.

Objetivos do projeto:

- Criar, implementar e animar uma plataforma interinstitucional de discussão e reflexão do desenvolvimento territorial sustentável;
- Promover a abordagem económica, social, cultural e ambiental integrada: disseminação de práticas significativas de base territorial, a nível nacional;
- Animar ciclos de debates/reflexão que contribuam para o diálogo e cooperação entre ONG, setor lucrativo e autoridades

públicas, no quadro dos processos de execução de políticas públicas.

Ações executadas e em execução:

- Recolha de práticas significativas a nível nacional;
- Criação de plataforma de diálogo entre ONG, setor público, sociedade civil e empresas;
- Workshop's e encontros de disseminação;
- Ações de capacitação sobre "participação e políticas públicas";
- Realização de processos experimentais de incorporação de práticas significativas;
- Produção de um documento que integre propostas de estratégias, recomendações e instrumentos úteis, no desenvolvimento de intervenções territoriais integradas e base para iniciativa legislativa.

O Projeto, que teve início em Fevereiro de 2014 e terá termo em Outubro de 2015, enquadra-se no Programa Cidadania Ativa, financiado pelo Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu e gerido pela F.C. Gulbenkian.

Outros projetos a decorrer: PROJETO: DEE - Desenvolvimento, Empreendedorismo, Empregabilidade e PROJETO: Rede para a Empregabilidade Barreiro | Moita

Mais informações:

<https://www.facebook.com/Cooperativa.Rumo>

Rumo

<http://www.rumo.org.pt>



Acções FNERDM

A FNERDM através de convite de algumas entidades marcou presença em eventos, onde teve a possibilidade de divulgar o trabalho da FNERDM, os projetos em curso e a Campanha Nacional Anti-Estigma.

18 e 19 setembro > 4º Encontro Nacional de Utentes Cuidadores na Área da Saúde Mental (ENUCASM) em Coimbra.

10 de outubro > Comemorações do "Dia da Saúde Mental em Santo António", uma iniciativa da Junta de Freguesia Santo António Lisboa na Praça da Alegria.

5 dezembro > Feira de Artesanato Solidário no ISCTE-IUL

9 a 12 dezembro > Feira de Natal do CHPL

Projeto 3+1

A partir de um desafio lançado pelo GAC – Grupo de Ação Comunitária ao GIRA – Grupo de Intervenção e Reabilitação Ativa e ao GTT – Grupo Teatro Terapêutico do Hospital Júlio Matos, nasceu um projecto conjunto – 3+1 - que resultou na apresentação de 3 peças de teatro, integrada no Festival de Teatro Amador do Centro Cultural Malaposta e que tiveram lugar nos passados dias 23 e 24 de outubro de 2014. Atores e atrizes – pessoas com experiência de doença mental – partilharam a sua arte e o seu saber, a sua paixão e a sua dedicação com o público presente na Malaposta, o resultado foi um sucesso, quer em termos artísticos quer em termos pessoais para todos os participantes.

O esforço foi grande para todas as instituições envolvidas mas é com satisfação que gostaríamos de pensar que será possível repetir e melhorar esta experiência, num futuro, talvez...