

Áreas de atuação	Tema	Ação	Descrição Sumária	Objetivo	Destinatários	Entidade Responsável	Parceiros	Recursos	Data	Indicadores	Metas	Resultado	Avaliação
Localização e contacto	Acesso e continuidade de cuidados	Ação de sensibilização sobre as dependências, a exposição às redes sociais e a violência no namoro.	Pretende-se realizar uma série de ações de sensibilização a diferentes entidades (escolas, entidades empregadoras, associações de apoio social) de forma a capacitar diferentes agentes comunitários na identificação precoce das situações com necessidade de encaminhamento e fornecendo informação sobre os recursos disponíveis na comunidade, facilitando o acesso aos serviços necessários. Com a população escolar e ensino superior, terão especial relevo ações sobre as dependências (jogo, álcool, drogas), a exposição às redes sociais e a violência no namoro.	Informar acerca dos recursos disponíveis e vias de acesso; Sensibilizar para a necessidade de encaminhamento precoce.	Alunos do 12ºano e do ensino superior	IPCA	Conselho Municipal de Educação; ICAD; GASC; ULSBE	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	Evento a realizar-se entre setembro e outubro	nº de ações a realizar; nº participantes; nº entidades envolvidas.	3 ações; 150 participantes; 20 entidades envolvidas		
		Ação de sensibilização sobre a Saúde Mental em contexto laboral.			Entidades Empregadoras;	RMSM; Município de Barcelos	Ordens: Psicólogos Médicos Enfermeiros Assistentes Sociais	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	28 de abril 2025				
		Ação de sensibilização sobre a identificação precoce das situações com necessidade de encaminhamento e fornecendo informação sobre os recursos disponíveis na comunidade, facilitando o acesso aos serviços necessários.			Associações de Apoio Social	ISJD ULSBE	Associações de Apoio Social	Recursos humanos	Esta ação será dividida em 2 sessões, para destinatários diferentes. A sessão 1 será realizada em maio e a sessão 2 será realizada em outubro.				
Habitação	Acesso à habitação	Diagnóstico de necessidades	Auscultar o NLI quanto ao número de sinalizações de problemáticas na área da habitação associadas ao diagnóstico principal da doença mental ou comorbilidade.	Efetuar diagnóstico de necessidades no acesso à habitação, pela população com diagnóstico de doença mental	Pessoas com doença mental crónica	Município de Barcelos	NLI; Radar social	Recursos humanos	jan. a dez. 2025	nº diagnósticos efetuados	1		
Emprego	Saúde Mental no trabalho	Comemoração do dia Mundial da Segurança e Saúde no trabalho - 28 de abril de 2025	Com o propósito de comemorar este dia pretende-se organizar um Workshop Saúde Mental no Trabalho, dinamizando uma sessão onde se aborde a temática da saúde mental em contextos laborais - principais problemas e estratégias de promoção de saúde mental nestes contextos. Será necessário identificar contextos considerados prioritários para este tipo de intervenção. Pretende-se incluir partilha de boas práticas realizadas por empresas empregadoras.	Desenvolver competências para a promoção de locais de trabalho saudáveis no âmbito da Saúde Mental	Entidades Empregadoras	RMSM; Município de Barcelos	Ordens: Psicólogos Médicos Enfermeiros Assistentes Sociais	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	28 de abril 2025	nº empresas; nº de participantes	20 empresas; 100 participantes		

Educação	Patologias Sintomas Tratamentos Pedido de ajuda Literacia em Saúde Mental	Spot de Rádio - "Saúde Mental num minuto" (consultar tabela1)	Sobre o tema "Saúde Mental num minuto" pretende-se com esta atividade conceptualizar vários assuntos relacionados com as doenças mentais. Alguns assuntos que poderiam ser abordados: patologias, sintomas e terapêuticas; onde e quando procurar ajuda. Poderão participar diferentes profissionais de diferentes Instituições, e o conteúdo áudio poderá ser usado como texto para publicação na atividade "Artigo Mensal".	Prestar informação acerca de temas relacionados com a doença mental	Comunidade em geral	RMSM	Rádio Barcelos	Recursos humanos	mensal (última 4ªfeira de cada mês, às 12h)	nº de spots	12 spots		
		Artigo de opinião (consultar tabela1)	Com esta atividade pretende-se expor num dos meios de divulgação do Município os temas apresentados na atividade anterior sob a forma de artigo de opinião.	Promover literacia em saúde mental	Comunidade em geral	RMSM	Jornal Barcelos Popular	Recursos humanos	mensal (última 5ªfeira do mês)	nº de publicações	12 publicações		
	Disseminação do Projeto ABRAÇA-TE	Ação de formação/capacitação	Realização de sessões de capacitação junto dos elementos do SPO dos agrupamentos de escolas do concelho, com vista à replicação do projeto ABRAÇA-TE.	Informar e sensibilizar para a importância da promoção e prevenção da saúde mental na infância e juventude	Escolas Entidades Públicas e Privadas	APAC	Agrupamentos de Escolas do Concelho de Barcelos	Equipa técnica do Projeto ABRAÇA-TE; logística do espaço	setembro de 2025	nº agrupamentos abrangidos	6 agrupamentos		
	Comemoração do 1º Aniversário da RMSM	Congresso Internacional de Boas Práticas em Saúde Mental	Realização de evento com convidados nacionais e internacionais que farão a apresentação de projetos, discussão de diferentes temas e realização Workshops práticos num formativo de diversidade e multiculturalidade.	Divulgar boas práticas; Discutir temas e intervenções associadas.	Comunidade em geral	Município de Barcelos	RMSM	Comité Científico da WFMH; Apoio logístico	30 de outubro a 1 de novembro de 2025	nº de participantes	300 participantes		
Família	Apoio a cuidadores informais e famílias	Realização das Jornadas da Família da região Norte	A FamiliarMente é a Federação Portuguesa das Associações das Famílias de Pessoas Com Experiência de Doença Mental, sediada em várias regiões do país, pela necessidade de poder exercer o direito de participação, através de expressão organizada e coletiva, na defesa dos direitos e legítimos interesses das famílias, cuidadoras informais, de pessoas com doença do foro mental.	A FamiliarMente tem como finalidade genérica, contribuir para a implementação de medidas que contribuam para a melhoria da qualidade de vida e de bem-estar, das famílias e das pessoas com experiência de doença mental.	Cuidadores Familiares Profissionais de Saúde	FamiliarMente; Coordenação Nacional das Políticas de Saúde Mental; Município de Barcelos	RMSM	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	4 de abril de 2025	nº de participantes	100 participantes		
		Implementação do Programa Procuidador	Iniciativa dedicada a apoiar famílias e cuidadores informais proporcionando-lhes apoio emocional, formação e orientação para aceder aos serviços e cuidados necessários de forma a garantir melhor qualidade nos cuidados e alívio do desgaste dos cuidadores.	Apoiar e capacitar os Cuidadores; Diminuir a sobrecarga dos Cuidadores.	Cuidadores Familiares	Instituições Promotoras: Associação AVC, ISJD, CMB,	APAC, Liga Portuguesa contra o Cancro, SCMB, Recovery, Segurança Social; ULSBE	candidatura a medida de financiamento	Janeiro de 2025 a Dezembro de 2027	Capacitação e apoio de cuidadores informais	198 cuidadores informais		
Cuidados de Saúde	Acesso e continuidade de Cuidados	Implementação de Equipa Comunitária de Saúde Mental	De acordo com o Plano Nacional de Saúde Mental (PNSM) as Equipas Comunitárias Saúde Mental (ECSM) são pilares fundamentais e estruturantes dos Serviços Locais de Saúde Mental (SLSM) que poderão garantir uma resposta atempada às necessidades diversificadas da comunidade.	Garantir a acessibilidade e a continuidade dos cuidados de Saúde Mental	Comunidade em geral	Serviço Local de Saúde Mental ULSBE	Entidades RMSM	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	2025	equipa criada	1 equipa		

Social e Rendimentos	Integração profissional; Capacitação para o emprego	Realização da cerimónia "Empregador Inclusivo".	Com o objetivo de sensibilizar os empregadores para esta necessidade planeia-se um evento no qual se pretende demonstrar as capacidades das pessoas com doença mental crónica reforçando a necessidade de integração profissional para uma reintegração comunitária eficaz	Sensibilizar para a necessidade de emprego; Demonstrar as competências para o trabalho das pessoas com doença mental.	Entidades empregadoras distinguidas pela APACI; Pessoas empregadas com deficiência.	APACI	RMSM	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	25 de julho de 2025	nº empregadores			
Advocacy	Estigma	Ações de sensibilização	Realização do Festival da Saúde Mental – O Mental, em Barcelos	O MENTAL tem um interesse de saúde pública único e a escolha de ambientes e espaços seguros e comuns, como cinemas, auditórios e salas de exposições, convida à promoção, à partilha de experiências e à comunicação de ideias, ao mesmo tempo que se combate o estigma, preconceito e isolamento.	Comunidade em geral	Safe Space Portugal; Coordenação Nacional das Políticas de Saúde Mental; Município de Barcelos;	RMSM	Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.	4 e 5 de julho de 2025	nº de participantes			
			Pretende-se realizar uma série de ações de sensibilização a diferentes entidades (escolas, entidades públicas e privadas, associações de apoio social) de forma a desmistificar estereótipos e preconceitos acerca da doença mental. No decurso destas ações é proposta a criação de um mural onde se incluíssem sugestões com impacto positivo na saúde mental.	Diminuir o estigma da doença mental	Crianças do Pré-escolar dos Agrupamentos de Escolas	ISJD APACI ULSBE Recovery CPCJ Rotary Club de Barcelos	Agrupamento de Escolas	Recursos humanos	2025	nº de sessões	4 ações de intervenção nas escolas		
	Comunicação e imagem	Newsletter	Realizar uma newsletter semestral que contenha as atividades e/ou notícias desenvolvidas no plano de ação da Rede Municipal de Saúde Mental.	Divulgar e disseminar as atividades da RMSM	Comunidade em geral	RMSM	Entidades promotoras da ação	Gabinete de Comunicação e Imagem do Município	semestral	nº de publicações	2 publicações		
	Comunicação e divulgação de informação	Criação site de divulgação	Criar site da Rede Municipal da Saúde Mental, onde estejam todos os serviços disponibilizados pelas diferentes entidades aos barcelenses e o que devem fazer para ter acesso.	Fornecer informações úteis; Criar canal de divulgação de atividades	Comunidade em geral	RMSM	Gabinete de Comunicação e Imagem do Município	Recursos humanos	2025				

<p>Sócio-Ocupacional, cultural ou de valorização pessoal</p>	<p>Promoção da Saúde Mental Estilos de vida Saudáveis; Comemoração do dia Mundial da Saúde Mental</p>	<p>Semana da Saúde Mental</p>	<p>Durante uma semana a calendarizar pretendem-se desenvolver diferentes atividades de índole sociocultural, recreativa e artísticas em que o fio condutor seja a Saúde Mental. Numa perspetiva de sensibilização para a importância de toda a sociedade na promoção da saúde, na prevenção de recaídas e na reintegração social e comunitária das pessoas com problemas de saúde mental organizar-se-ão eventos alertando para a relevância dos temas na atualidade. São propostas de atividades: "Yoga Sunset", "Exposição de arte com trabalhos de pessoas com problemas de Saúde Mental"; "Sessão de cinema" (se possível com comentário), "Peça de teatro", "Espetáculo Musical", "Caminhada", "Sessão de Relaxamento" "Jogo de Futebol". De forma a envolver o maior número de agentes, seria lançado o convite a diferentes organizações /instituições para que pudessem desenvolver cada uma das atividades. Poderia pensar-se em associar alguma personalidade/humorista a esta campanha.</p>	<p>Fomentar Estilos de Vida Saudáveis; Sensibilizar para as problemáticas da saúde mental</p>	<p>Comunidade em geral</p>	<p>RMSM</p>	<p>Entidades do concelho -</p>	<p>Recursos humanos; instalações físicas; apoio logístico.</p>	<p>semana de outubro (sugestão de 6 a 12 de outubro de 2025)</p>	<p>nº de atividades desenvolvidas; nº de participantes; nº de entidades envolvidas</p>	<p>7 atividades; 500 participantes; 20 entidades</p>		
--	---	-------------------------------	--	---	----------------------------	-------------	--------------------------------	--	--	--	--	--	--