

MEMORANDO | 10.ª Reunião da Rede Municipal de Saúde Mental

Data: 24 de outubro de 2025

Hora: 10h00

Local: Auditório da Santa Casa da Misericórdia de Barcelos

1. Abertura da Sessão

Aos vinte e quatro dias do mês de outubro de dois mil e vinte e cinco, pelas 10h00, teve lugar, no Auditório da Santa Casa da Misericórdia de Barcelos, a 10.ª reunião da Rede Municipal de Saúde Mental, com a seguinte ordem de trabalhos:

- Ponto 1 – *Aprovação do memorando da reunião anterior;*
- Ponto 2 – *Apresentação dos resultados dos projetos +Contigo, Abraça-te e Crescer PlenaMente;*
- Ponto 3 – *Mês da Saúde Mental;*
- Ponto 4 – *Outros assuntos de interesse.*

O Vereador, Doutor António Ribeiro, deu início à sessão agradecendo à Vice-Provedora da Santa Casa da Misericórdia de Barcelos a amabilidade de acolher a reunião no seu auditório, bem como a presença de todos os participantes.

2. Desenvolvimento dos Trabalhos

Ponto 1 – *Aprovação do memorando da reunião anterior*

A leitura do memorando anterior foi dispensada, uma vez que o documento tinha sido previamente remetido a todos os membros. Após votação, foi aprovado por unanimidade, não se registando votos contra nem abstenções.

Ponto 2 – *Apresentação dos projetos +Contigo, Abraça-te e Crescer PlenaMente*

Programa +Contigo

A Enfermeira Rita Ribeiro, da UCC Barcelos Norte da ULS Barcelos/Esposende, apresentou os resultados do programa *+Contigo*, desenvolvido a nível nacional e aplicado aos alunos do 7.º ano do Agrupamento de Escolas de Vila Cova.

Os resultados revelaram melhorias significativas no autoconceito e redução da sintomatologia depressiva, tendo a apresentação sido encerrada com a leitura de um texto elaborado pelos próprios estudantes participantes.

Seguiu-se um momento de debate, com intervenções dos representantes da Associação Moinhos de Vento, do IPCA e do Rotary Club de Barcelos, que colocaram questões posteriormente esclarecidas pela responsável da apresentação.

A Diretora do Agrupamento de Escolas de Viatodos agradeceu publicamente o trabalho da equipa de saúde escolar, sublinhando a importância destas parcerias e o impacto positivo dos programas na comunidade educativa.

Projeto Abraça-te

A apresentação do projeto Abraça-te foi conduzida pela APAC, entidade promotora, com o apoio das Políticas Nacionais de Saúde Mental.

O projeto, desenvolvido no âmbito da Rede Municipal de Saúde Mental, foi o vencedor de uma candidatura que permitiu obter financiamento para a sua implementação.

Durante a sessão, foi apresentado o Manual do Projeto, em formato impresso, informando-se que a versão digital estará disponível no novo site “Barcelos, 1.ª Capital Mundial da Saúde Mental”.

Os resultados alcançados demonstram um impacto positivo na comunidade escolar envolvida, reforçando a pertinência da replicação deste programa a nível nacional.

O manual, entregue aos representantes dos agrupamentos de escolas, constitui um recurso pedagógico e técnico que permitirá a continuidade e replicação do projeto, bem como servirá de inspiração para novas iniciativas.

O momento de debate contou apenas com uma intervenção da representante do IPCA, que felicitou a equipa pela pertinência do tema, pela qualidade do manual e pela clareza do desafio lançado à comunidade educativa.

Programa Crescer PlenaMente

A Enfermeira Sílvia, especialista em Saúde Mental e Psiquiátrica da UCC de Barcelinhos, apresentou o programa *Crescer PlenaMente*, implementado pela Enfermeira Bárbara Abreu.

O programa alia a saúde mental à saúde escolar, sendo aplicado aos alunos do 4.º e do 9.º ano da área de abrangência da UCC de Barcelinhos.

Tem como objetivos promover a saúde mental dos adolescentes, melhorar a literacia em saúde mental e treinar estratégias de controlo e redução da ansiedade através de práticas de *mindfulness*.



Embora ainda não existam resultados quantitativos, foi referido um impacto positivo na maturidade emocional e nas competências socioemocionais dos alunos.

Está prevista a aplicação de instrumentos de avaliação neste ano letivo e a expansão do programa ao pré-escolar, 2.º ciclo e ensino secundário no próximo ano, abrangendo também pais, docentes e pessoal não docente.

Não foram colocadas questões.

Ponto 3 – *Mês da Saúde Mental*

A Professora Débora, representante do Núcleo Coordenador da Rede Municipal de Saúde Mental, apresentou as atividades desenvolvidas durante o mês de outubro e a respetiva adesão das entidades parceiras.

Foi deixado o convite para a participação na Gala Solidária, a realizar-se no dia 30 de outubro, no Auditório de São Bento Menni.

Ponto 4 – *Outros assuntos de interesse*

O Dr. Manuel Alves, representante do Município, apresentou o novo separador “Área de Atuação” do website municipal, criado na sequência de uma sugestão da Rede.

Este espaço reunirá informações sobre os serviços prestados pelas entidades parceiras na área da saúde mental, permitindo que as próprias instituições atualizem ou acrescentem dados.

Foi solicitado que todas as entidades divulguem este recurso nas suas redes sociais, com o objetivo de facilitar o acesso dos cidadãos aos serviços disponíveis.

Congresso Mundial e Rede Europeia de Saúde Mental

O Vereador Doutor António Ribeiro informou que será formalmente constituída em Barcelos a 1.ª Rede Europeia da Saúde Mental, atualmente composta por 14 cidades, incluindo Amesterdão, Braga, duas cidades francesas, uma húngara e várias espanholas.

Reforçou o convite à participação na Gala Solidária “Há Luz ao Fundo do Túnel” e comunicou que, na final da WSE Continental CUP, em hóquei em patins, a realizar-se em Barcelos no fim de semana seguinte, os jogadores envergarão as t-shirts da Rede Municipal de Saúde Mental.

No final, o Sr. Vereador fez um balanço da reunião, salientando que esta seria a última que presidiria enquanto responsável pela Rede.



BARCELOS
MUNICÍPIO

RM Rede Municipal
saúde mental



Evidenciou o trabalho desenvolvido, apelando à divulgação pública dos resultados alcançados e reconhecendo igualmente as ações que, embora menos visíveis, são fundamentais para o sucesso da Rede.

Concluiu com palavras de agradecimento, destacando o orgulho pelo percurso conjunto e afirmando:

“Juntos vamos mais longe. Juntos trabalhamos melhor. A nossa Rede é já um exemplo a nível internacional. Não devemos esmorecer.”

Terminou desejando a todos felicidade e motivação para continuar este trabalho coletivo.

3. Encerramento

Nada mais havendo a tratar, o Sr. Vereador Doutor António Ribeiro deu por encerrada a reunião, agradecendo a presença e o contributo de todos os participantes.