



Matiz- Associação para a Promoção da Saúde Mental

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO PREVISIONAL ANO 2020

Mirandela, 07 de dezembro de 2019

Conteúdo

| | |
|--|---|
| I. INTRODUÇÃO | 3 |
| II. IDENTIFICAÇÃO | 3 |
| III. PLANO DE ATIVIDADES | 3 |
| 1. CIT- Centro de Intervenção Terapêutica | 3 |
| 2. Formação e sensibilização comunitária | 4 |
| 3. Departamento lúdico-terapêutico | 5 |
| 4. Comunicação e imagem | 5 |
| 5. Capacitação e projetos | 6 |
| 6. Angariação de fundos e associados | 6 |
| 7. Parcerias e relações externas | 6 |
| 8. Recursos Humanos | 6 |
| 9. Instalações e equipamentos | 7 |
| IV. POLÍTICA DE AÇÃO FINANCEIRA | 7 |
| V. ORÇAMENTO PREVISIONAL PARA 2020 | 7 |

I. INTRODUÇÃO

O Plano de Atividades da MATIZ, para o ano de 2020, a iniciar a 01/01/2020, é um instrumento de planeamento das ações e das atividades a desenvolver neste período, tendo por base e como orientação a sua Missão, Visão e Valores. Pensar estrategicamente a sua ação, possibilitará estabelecer um importante “farol” para o trabalho a desenvolver e perceber e aferir o seu cumprimento concretizando uma política de avaliação contínua e possibilidade de ajustes permanentes.

Este instrumento visa a criação de um cenário de crescimento e consolidação das atividades desenvolvidas pela associação visando de igual forma uma maior autonomização e uma política de equilíbrio financeiro.

0

II. IDENTIFICAÇÃO

ENTIDADE: MATIZ- Associação para a Promoção da Saúde mental

SEDE: Rua da República nº 209, 5370-347 Mirandela

Nº. FISCAL: 514 459 280

CAE PRINCIPAL: 87200 - Atividades dos estabelecimentos para pessoas com doença do foro mental e do abuso de drogas, com alojamento

CAE SECUNDÁRIO: 85591; 88990; 87100

PUBLICAÇÃO DOS ESTATUTOS: Publicação online no Portal da Justiça (<https://publicacoes.mj.pt>) com a data de 12/07/2017

SITIO INTERNET: www.matiz.pt

EMAIL: geral@matiz.pt

TELEFONE: 91 0516237

PESSOA DE CONTATO: Presidente da Direção/Direção Técnica - Sara Araújo

III. PLANO DE ATIVIDADES

Considerando a missão e âmbito de intervenção da Matiz- Associação para a Promoção da Saúde Mental, projeta-se para o ano de 2020 as seguintes atividades (considerando os diferentes eixos de intervenção):

1. CIT- Centro de Intervenção Terapêutica

O CIT- centro de Intervenção Terapêutica surgiu com o objetivo de facultar diferentes respostas terapêuticas promotoras de saúde mental a pessoas em todo o ciclo vital que se encontrem em situação de vulnerabilidade psicológica e ou diagnóstico de perturbação mental, promovendo um conjunto de cuidados promotores de saúde e da sua autonomia e inclusão social (quando aplicável), articulando com outras instituições sociais/saúde.

No mês de novembro de 2017 foi elaborado o regulamento de funcionamento deste serviço, que desde então está aberto ao público em geral contemplando um regime de acesso através de uma política social de preços.

Na data atual, fruto de alguns constrangimentos relacionados por um lado com a disponibilidade de uma das técnicas voluntárias afetas ao CIT; por outro com a priorização de outras ações de capacitação da entidade; ainda questões logísticas e de instalações; alguns dos serviços previstos para o CIT ainda não se encontram em funcionamento, estando disponível ao público a consulta psicológica e psicoterapêutica; avaliação psicológica; consulta psicoeducativa.

Para o ano de 2020 prevê-se um investimento/maior aposta neste serviço através das seguintes ações:

- i. Promoção de uma campanha de divulgação do CIT para o público em geral (estratégia concertada recorrendo a redes sociais, outros), visando um aumento da procura destes serviços por parte do público em geral e o encaminhamento por parte dos parceiros;
- ii. Definição de procedimentos (técnicos e administrativos) por forma a especializar duas clínicas (Crianças e adolescentes; Adultos);
- iii. Criação de dois novos serviços: consulta de terapia da fala; consulta de psicomotricidade; Ponderar a abertura de uma consulta de Psiquiatria/pedopsiquiatra ou articular parcerias para encaminhamentos com linhas procedimentais mais bem definidas (por exemplo, com o serviço de Psiquiatria e Saúde Mental da ULSNE).
- iv. Harmonização de procedimentos de capacitação da equipa técnica, através da implementação de reuniões periódicas de supervisão clínica/intervisão e discussão integrada de casos.

2. Formação e sensibilização comunitária

2.1 Formação

Um dos desígnios da entidade previstos desde a sua constituição relaciona-se com a criação de um departamento de formação contínua na área das ciências psicológicas ou outras relacionadas, tendo como público-alvo profissionais de saúde, de intervenção social/psicossocial ou outros interessados, facultando formações de qualidade e aumento da literacia em públicos estratégicos na área da saúde mental.

Ações previstas para o ano de 2020:

- i. Capacitação do departamento de formação contínua através da certificação pela DGERT- Direção Geral do Emprego e das Relações de Trabalho;
- ii. Certificação de ações dirigidas a Psicólogos pela OPP- Ordem dos Psicólogos Portugueses;
- iii. Promoção de uma ação de formação contínua na área dos primeiros socorros psicológicos;
- iv. Promoção de uma ação de formação contínua sobre o programa DROPI (programa, destinado a crianças, de desenvolvimento socioemocional e de prevenção de comportamentos de risco) em parceria com o Projeto PIICIE de Mirandela;
- v. Organização de novo ciclo de grupos de supervisão clínica destinados a Psicólogos.

2.2 Sensibilização comunitária

Para 2020 prevemos neste domínio as seguintes ações:

- i. Celebrações do dia Mundial da Saúde Mental : na continuação do que tem sido realizado até então, prevê-se o desenvolvimento de ações dirigidas à comunidade em geral para a celebração do dia mundial da saúde mental dirigidas a diferentes públicos. Tentar-se-á o cofinanciamento desta atividade, através de uma candidatura ao programa de apoio a projetos do INR, I.P.
- ii. Chapéu Amarelo- 2ª Edição: Tendo em conta o sucesso na implementação no ano de 2019 do projeto Chapéu Amarelo- Vamos falar sobre Saúde Mental, dirigido a adolescentes e visando o desenvolvimento de tertúlias inter pares focando o combate ao estigma e aumento do conhecimento sobre problemas de saúde mental nestes públicos (*mental health literacy*), pretendemos no ano de 2020 realizar uma 2ª edição do mesmo. Este projeto será candidatado para cofinanciamento através de uma candidatura ao programa de apoio a projetos do INR, I.P..
- iii. Prevê-se ainda o desenvolvimento de outras ações no âmbito da sensibilização comunitária visando a literacia em saúde mental, nomeadamente a palestra “Saúde Mental: vamos falar” sempre que solicitado à associação.
- iv. Realizaremos uma palestra sob o tema “Saúde mental no local de trabalho”, dirigida a empresários de Mirandela, em parceria com a ACIM- Associação Comercial e Industrial de Mirandela, a convite de um grupo de jovens do Instituto politécnico de Bragança, nima iniciativa que se prevê em simultâneo de angariação de fundos para a Matiz.
- v. Á semelhança do que foi realizado no ano de 2017, pretende-se manter uma cultura de capacitação e reflexão através da dinamização de um seminário anual da Matiz- a avaliar o tema e data de realização até final de janeiro de 2020.

3. Departamento lúdico-terapêutico

A criação de dinâmicas lúdico-terapêuticas dirigidas a grupos específicos é tida pelo projeto Matiz como uma ferramenta de elevado potencial ao nível da expressão individual e ferramenta terapêutica. Este foi o mote para a criação de um departamento que promova ações neste âmbito.

Ações para 2020:

- i. Implementação da oficina “Arte falada /Arte Experimentada” visando um espaço de criação de dinâmicas lúdico-terapêuticas e educação não formal através da arte dirigida a 15 alunos do 3º ciclo do ensino básico do Agrupamento de escolas de Mirandela, de caráter semanal, sinalizados pelo PIICIE- plano integrado e inovador de combate ao insucesso escolar de mirandela (Projeto ainda sujeito a aprovação). Ainda se prevê a apresentação desta iniciativa a outros parceiros com vista à sua implementação em outras localidades geograficamente próximas.
- ii. Dinamização de atividades/dinâmicas inseridas no Pala’vrarte- Festival Literário de Mirandela, a realizar no mês de maio, a convite do Município de Mirandela (dinâmicas/atividades ainda a avaliar).

4. Comunicação e imagem

Como forma de potenciar a ligação da Matiz ao público em geral, bem como divulgar o trabalho desenvolvido, pretende-se que o website da associação seja melhorado, bem como continuar a usar a ferramenta *Facebook*, tendo como base alguns critérios para potenciar uma comunicação clara e apelativa sobre a imagem da instituição. Sempre que possível e adequado,

à semelhança das práticas desenvolvidas até então, articularemos com meios de comunicação social local/regional/nacional.

5. Capacitação e projetos

A Matiz é uma associação alinhada com as políticas mais atuais respeitantes à intervenção na área da saúde mental comunitária. No panorama regional, constitui-se como uma iniciativa inovadora numa área com enormes necessidades identificadas. Não descurando a sustentabilidade da associação através da criação de projetos e serviços de iniciativa interna, atualmente, diversos têm sido os esforços por parte desta instituição no sentido de obtenção de apoios para a criação de novas respostas tipificadas/outras para a comunidade na área da saúde mental ou outras relacionadas com a missão da associação.

Nesta linha, aguardamos a resposta a candidaturas já realizadas e continuaremos a desenvolver um trabalho da maior atenção para a realização de candidaturas para o desenvolvimento de novos projetos/respostas.

6. Angariação de fundos e associados

Será realizada uma campanha de angariação de novos associados, permitido reforçar a missão da Matiz e promover a prossecução das suas atividades.

Ainda, por iniciativa de um grupo de estudantes do IPB- Instituto Politécnico de Bragança prevemos a realização de uma campanha de angariação de fundos junto de empresários locais, que reverterão para a angariação de equipamentos necessários na associação (mobiliário e instrumentos de apoio ao CIT).

7. Parcerias e relações externas

A Associação Matiz pretende garantir um trabalho de parceria baseado na igualdade entre as diferentes instituições da rede e a concertação de esforços para a promoção do âmbito do cumprimento dos seus fins e cumprimento de outros fins mais alargados, referentes à melhoria da saúde e desenvolvimento psicossocial da população.

Numa lógica de participação social para a resolução de problemas e, na continuidade do trabalho já desenvolvido pretende-se a continuidade de um trabalho em rede com parceiros da rede social/saúde local/regional. Ainda, se pretende um trabalho de criação de novas parcerias.

8. Recursos Humanos

Até à data e, considerando que esta associação foi constituída no ano de 2017, a concretização de diferentes atividades tem contado com uma estrutura de recursos humanos de carácter maioritariamente voluntário.

Para o ano de 2020, prevê-se a possibilidade de alocar técnicos (principalmente em regime de prestação de serviços), compreendendo que este é um passo importante para a consolidação do trabalho desenvolvido. Destaca-se que no ano de 2018, foi promovida a realização de um estágio profissional (apoiado pelo IEFP), que se compreendeu decisivo para a concretização das atividades da associação.

Assim, prevê-se a alocação dos seguintes recursos humanos:

- i. CIT- Centro de Intervenção Terapêutica: 2 psicólogos (regime de prestação de serviços); 1 terapeuta da fala (regime de prestação de serviços); 1 psicomotricista (regime de prestação de serviços);

ii. Continuação da realização do estágio profissional, que se prevê terminar no mês de julho de 2020.

A alocação de recursos humanos aos diferentes projetos da associação visa sempre o cumprimento de critérios de qualidade, experiência e máxima adequação ao perfil de competências exigido.

9. Instalações e equipamentos

Atualmente um dos problemas que sentimos relaciona-se com as graves limitações de espaço, que afetam as atividades diárias desta associação e que não tornam viável a implementação de novos projetos. Assim, estão já a ser realizados procedimentos para viabilizar a mudança da Matiz para um novo espaço, prevendo esta mudança para o ano de 2020.

IV. POLÍTICA DE AÇÃO FINANCEIRA

Tendo ainda esta associação um histórico breve de atuação, uma das principais preocupações tem sido a sua sustentabilidade financeira no curto, médio e longo prazos, pelo que a entidade, à semelhança do ocorrido ano de 2019 e tal como já mencionado, continuará a procurar cumprir a sua missão com base na tentativa de captação ativa de recursos financeiros e humanos através de diversas iniciativas de angariação de fundos, prestação de serviços e candidaturas a projetos de financiamento público/outros.

Estrategicamente, continuar-se-á a implementar uma política restrita de gastos, pelo que o foco será a redução dos gastos fixos da entidade, ao mínimo possível.

Através da implementação de alguns serviços (como formação contínua ou o Centro de Intervenção Terapêutica), contamos continuar a alocar verbas e aumentar as mesmas por comparação ao ano anterior, que permitam pagar em regime de prestação de serviços os serviços prestados pelos técnicos afetos (que em 2019 realizaram este trabalho em regime de voluntariado).

Para sustentar a sua missão, a política de participação pelos serviços prestados será definida de acordo com uma tabela de participações em função dos rendimentos do agregado familiar dos beneficiários dos serviços.

A Associação pretende também ter um papel ativo no desenvolvimento de outras atividades que permitam o aumento dos seus rendimentos, que passam pelo desenvolvimento de um departamento de formação contínua (workshops, formações específicas, etc.).

As parcerias já efetuadas e o seu aprofundamento e alargamento no território, são fatores essenciais para garantir a sustentabilidade da entidade e a prossecução dos seus objetivos e desideratos.

V. ORÇAMENTO PREVISIONAL PARA 2020

Ao nível da Conta de Exploração Previsional, elencada em capítulo “Conta de Exploração Previsional”, foram estimados rendimentos e gastos para o exercício de 2019, contemplando todo o ano económico.

| Demonstração de Resultados previsionais 2020 | | |
|---|---------------|--------------------|
| Descrição | Gastos | Rendimentos |
| Custo das mercadorias vendidas | 0,00 | |
| Fornecimentos e Serviços Externos (FSE) | 11 182,01€ | |
| Gastos com Pessoal | 7 496,93€ | |
| Gastos de Depreciação / Amortização | 0,00 | |
| Perdas por imparidade | 0,00 | |
| Perdas por redução justo valor | 0,00 | |
| Provisões do Exercício | 0,00 | |
| Outros Gastos e perdas | 0,00 | |
| Gastos e perdas de financiamento | 0,00 | |
| Vendas | | |
| Prestação de serviços | | 16 095,00€ |
| Subsídios, doações e legados à exploração | | 6425,17€ |
| Reversões | | 0,00 |
| Ganhos por aumento de justo valor | | 0,00 |
| Outros rendimentos e ganhos | | 0,00 |
| Juros, dividendos e outros rendimentos | | 0,00 |
| TOTAIS | 18 678,93 | 22 520,17€ |
| RESULTADO | 3 841,23€ | |

O total de gastos e rendimentos que se preveem para o próximo exercício cifram-se em 18 678,93€ e 22 520,17,00€ respetivamente, estimando-se um resultado positivo de 3 841,23€.

Mirandela, 07 de dezembro de 2019.