



PLANO DE ATIVIDADES ANO DE 2015

HORIZONTE – CENTRO DE REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	2
MISSÃO VISÃO VALORES	3
PLANEAMENTO DAS ATIVIDADES	4
CONCLUSÃO	11

INTRODUÇÃO

“A reabilitação psicossocial é um processo que oferece aos doentes (...) a oportunidade de atingir as suas competências na comunidade.”

OMS

Segundos os dados fornecidos pela Organização Mundial de Saúde (2001), estima-se que em todo o mundo existam aproximadamente 450 milhões de pessoas portadoras de doença mental. Por conseguinte, a doença mental passou a ser vista como uma das principais causas de incapacitação a nível mundial.

Nos dias de hoje, de acordo com o modelo bio-psico-social, sabemos que as doenças mentais são influenciadas por um conjunto de factores biológicos, psicológicos e sociais. O sujeito já não é visto como uma pessoa isolada, mas integrado num contexto familiar e social, pois o tratamento já não diz respeito apenas à eliminação dos sintomas, mas também à melhoria da qualidade de vida e integração dos sujeitos. Assim, surge o processo de reabilitação psicossocial que compreende um conjunto de atividades cujos principais objetivos são a promoção da autonomia, o treino de competências e a integração dos sujeitos na comunidade através de estratégias diferenciadas que variam consoante as especificidades de cada patologia e o contexto sociofamiliar dos mesmos. Deste modo, torna-se emergente a necessidade de respostas sociais adequadas à realidade.

Neste contexto, através do presente Plano de Atividades pretendem-se definir estratégias que contribuam para a promoção do bem-estar de todos. Trabalharemos em prol da dignificação da Pessoa, tendo sempre em consideração que a reabilitação psicossocial é um processo ativo. Acreditamos que através de estratégias de *empowerment* será importante que todos consigam aumentar a eficácia do exercício da sua cidadania. Valorizaremos sempre a intervenção em rede, pois acreditamos que a apresentação de respostas mais eficazes às situações de todos só poderá ser conseguida através de um processo de acção conjunta, entre os serviços de saúde mental e os recursos comunitários.

MISSÃO | VISÃO | VALORES

MISSÃO

Contribuir para a qualidade de vida das pessoas adultas com problemática psiquiátrica grave e de evolução crónica clinicamente estáveis e apoio às respectivas famílias satisfazendo as suas necessidades através de um serviço eficiente e eficaz de proximidade personalizado, de modo a promover a sua autonomização individual e comunitária, minimizando os internamentos e desenvolvendo estratégias de maior investimento pessoal e sociofamiliar.

VISÃO

Ser reconhecida como uma IPSS de referência, de modo a promover a reabilitação e fomentar a autonomia de vida e reinserção social dos clientes.

VALORES

- **Orientação para o cliente:** pessoas adultas com problemática psiquiátrica grave, clinicamente estáveis;
- **Criação de valor:** melhorando continuamente o seu desempenho organizacional;
- **Responsabilidade:** respeitando princípios e valores sociais, comunitários, ambientais e de cidadania;
- **Integridade:** cumprindo a legislação em vigor, acordos e compromissos;
- **Motivação:** criando condições para o desenvolvimento e sucesso da organização, promovendo a valorização dos seus recursos humanos.

PLANEAMENTO DAS ATIVIDADES

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Comunicação e Imagem Institucional	Divulgar a Instituição	Participação em eventos externos	Articulação da Instituição com entidades externas	N.º de participações em eventos externos
		Continuação da manutenção e atualização do website da Instituição	Aumento da divulgação da Instituição e do trabalho desenvolvido	N.º de visitas ao website
		Elaboração de um Boletim Anual da Instituição		Boletim Anual
		Elaboração de um Guia de Recursos da Instituição	Melhoria do acesso aos serviços da comunidade	Guia de Recursos
		Elaboração do Manual de Procedimentos da Instituição	Maior clarificação e compreensão das normas e procedimentos institucionais	Manual de Procedimentos
		Elaboração do Guia de Acolhimento da Instituição	Maior clarificação e compreensão das normas e procedimentos de acolhimento na Instituição	Guia de Acolhimento

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Reuniões e Contactos Institucionais	Promover a participação e articulação ativa de todos os agentes envolvidos na dinâmica institucional	Reuniões da Direção	Acompanhamento contínuo do trabalho da Instituição	N.º de reuniões
		Reuniões entre Direção, Direção Técnica e Equipa Técnica	Articulação sobre o trabalho da Instituição	N.º de reuniões
		Reuniões entre Direção, Clientes e Familiares e/ou Figuras de Referência	Envolvimento dos Clientes e Familiares no desenvolvimento institucional, criando um maior elo de ligação	N.º de reuniões
		Reuniões entre Direção Técnica e Equipa Técnica	Articulação sobre o trabalho desenvolvido e a desenvolver na Instituição	N.º de reuniões
		Contactos com Familiares e/ou Figuras de Referência	Articulação constante da informação sobre os Clientes	N.º de contactos

		Realização de atividades com os Clientes e Familiares e/ou Figuras de Referência	Maior envolvimento e participação ativa dos Familiares e/ou Figuras de Referência	N.º de atividades N.º de participantes
--	--	--	---	---

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Parcerias Institucionais	Manter as parcerias previamente estabelecidas Desenvolver novas parcerias Possibilitar a realização de estágios em contexto real de trabalho	Reuniões e contactos com os parceiros já existentes	Maior articulação e partilha de informação, solidificando as relações institucionais	N.º de reuniões N.º de contactos
		Reuniões e contactos com os novos parceiros	Aumento do n.º de parcerias, potencializando os recursos disponíveis	N.º de novos parceiros N.º de reuniões N.º de contactos
		Articulação com entidades no âmbito da Saúde Mental e da Investigação Científica (Universidades/Institutos/Sociedades Científicas)	Aumento do conhecimento geral sobre a Saúde Mental Tornar a Instituição uma resposta social de referência para as entidades que realizam estudos na área da intervenção	N.º de reuniões N.º de contactos N.º de estudos desenvolvidos
		Manutenção do acordo com a Sociedade Portuguesa de Arte-Terapia, contribuindo para a formação profissional de Arte-Terapeutas	Contribuição para o desenvolvimento profissional, académico e pessoal dos Estagiários	N.º de estágios realizados N.º de horas de estágio realizadas
		Manutenção do acordo com a Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, contribuindo para a formação académica de alunos de Serviço Social		
		Participação dos Clientes em ações de voluntariado	Continuidade do envolvimento dos Clientes em ações de voluntariado	N.º de ações

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Recursos Humanos	Potencializar o capital humano através de uma correta articulação dos recursos humanos	Recrutamento, gestão, orientação e avaliação dos Colaboradores da UPRO	Obtenção de uma equipa cada vez mais adaptada às necessidades institucionais	N.º de recrutamentos Avaliação semestral qualitativa dos Colaboradores

		Viabilização do Plano Anual de Formação Interna	Aumento do conhecimento e competências dos Colaboradores nos cuidados em saúde mental e outras áreas relevantes	N.º de formações realizadas N.º de participantes
		Participação dos Colaboradores em ações de formação externas	Aumento do conhecimento e competências dos Colaboradores nos cuidados em saúde mental e outras áreas relevantes	N.º de formações frequentadas N.º de participantes

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Recursos Financeiros e Logísticos	Maximizar os recursos financeiros da Instituição Continuar a desenvolver parcerias efetivas e dinâmicas com instituições públicas e privadas	Utilização de forma adequada e planeada o capital disponível para despesas da UPRO	Contribuição para a redução de custos de funcionamento e para a sustentabilidade financeira da Instituição	N.º de pedidos de fundos e de apoio Análise anual de receitas vs despesas da UPRO N.º de candidaturas a projetos
		Definição de estratégias para a angariação de fundos monetários e apoios logísticos		
		Pesquisa, análise e elaboração de candidaturas a projetos de entidades externas públicas e/ou privadas		

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Gestão Diária da UPRO (habitação, nutrição e alimentação, AVD's, cuidados pessoais e de saúde, medicação)	Manter o nível das condições habitacionais da UPRO	Realização de eventuais melhorias na UPRO	Manutenção das condições habitacionais da UPRO, promovendo o bem-estar dos Clientes	N.º de reparações
		Manutenção das condições higiénico-sanitárias da UPRO		Registos de limpezas e tarefas
	Gerir, controlar e organizar os produtos alimentares	Gestão e organização dos produtos do Banco Alimentar e dos produtos adquiridos	Armazenamento e organização adequada dos produtos	N.º de Guias BA N.º de Guias BOX
		Contactos com entidades externas relacionados com os bens alimentares	Maior articulação com as entidades externas	N.º de contactos
		Elaboração das ementas semanais	Promoção de uma alimentação saudável e variada	N.º de ementas

	Gerir, controlar e preparar a medicação	Preparação e verificação diária da toma da medicação de cada Cliente	Garantia de realização do tratamento médico conforme prescrito	N.º de registos
	Promover a realização de AVD's	Organização e gestão da realização das Atividades da Vida Diária (AVD's)	<p>Maior autonomização dos Clientes</p> <p>Interiorização de rotinas diárias necessárias ao bem-estar coletivo</p>	<p>N.º de registos de AVD's</p> <p>Avaliação semestral da evolução de cada Cliente</p>
	Promover cuidados pessoais e de saúde	Marcação e acompanhamento (quando necessário) de consultas/exames médicos e rastreios de saúde	Acompanhamento especializado ao nível da saúde física e mental dos Clientes	<p>N.º de consultas</p> <p>N.º de exames</p> <p>N.º de rastreios</p>

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Serviço Social	Realizar atendimento, acolhimento, acompanhamento e encaminhamento social	Atendimento Social	<p>Realização de atendimento social individualizado</p> <p>Projeto de vida individualizado do Cliente de acordo com as suas necessidades e capacidades</p> <p>Aumentar da qualidade da informação sobre cada Cliente</p> <p>Maior oferta de serviços especializados aos Clientes</p> <p>Maior proximidade entre Instituições</p>	N.º de atendimentos
		Gestão da Lista de Espera		N.º de atendimentos a novos Candidatos
		Intervenção na Crise		N.º de intervenções
	Realizar projetos de vida, agilizando com as instituições indicadas, de acordo com as especificidades e interesses de cada Cliente	Encaminhamento Social		N.º de encaminhamentos
		Contactos com Entidades ou Técnicos Exteriores (telefónicos e escritos)		N.º de contactos
	Procura de serviços adequados às necessidades do Cliente	Reuniões com Entidades ou Técnicos Exteriores		N.º de reuniões
		Pareceres/Relatórios Técnicos		N.º de pareceres/relatórios
	Estreitar relações entre Instituições	Contactos com Familiares (telefónicos e escritos)		N.º de contactos
		Reuniões com Familiares		N.º de reuniões

		Gestão da contabilidade dos Clientes		N.º de folhas de caixa dos Clientes
		Atualização dos processos individuais dos Clientes		Análise contabilística mensal
		Atualização dos contratos de prestação de serviços dos Clientes		N.º de processos atualizados
		Atualização do Plano Individual de Reabilitação dos Clientes		N.º de contratos atualizados
		Atualização das Comparticipações Mensais dos Clientes		N.º de PIR's atualizados
				N.º de participações atualizadas

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Psicologia	Promover a imagem do Eu, através do conhecimento de "Si" e do desenvolvimento sócio-afetivo e das emoções	Realização de Sessões Grupais Realização de Sessões Psicodrama Realização de Jogos Didáticos Visualização de Vídeos Didáticos Aplicação do Programa DSA	Aumento do auto-conhecimento Maior capacidade de gestão emocional e afetiva	Resultados do Teste – Bingo de Sons Resultados das Fichas de Avaliação Resultado do Teste – Expressões Resultados da observação Direta/Indireta
	Promover a autonomia através de cuidados na gestão de habitação, da organização e planeamento de tarefas e das Atividades de Vida Diária	Realização de Sessões Grupais Realização de Jogos Didáticos Visualização de Vídeos Didáticos Aplicação de dinâmica de grupo - Casa dos Disparates	Aumento da capacidade de cuidados habitacionais Promoção da responsabilidade	Resultados das Fichas de Avaliação Resultados da observação Direta/Indireta Resultado das Atividades Práticas Avaliativas
	Promover a Saúde e o bem-estar dos Clientes, através do aumento de conhecimentos sobre o corpo humano, cuidados de saúde,	Realização de Sessões Grupais Realização de Jogos Didáticos Visualização de	Hábitos de vida mais saudáveis Maior conhecimento ao nível da saúde Aumento do	Resultados das Fichas de Avaliação Resultados da observação Direta/Indireta

	alimentação e hábitos de vida saudáveis	Vídeos Didáticos	conhecimento do corpo/doenças e cuidados imediatos e preventivos	Resultados das Atividades Resultados das Práticas Avaliativas
	Melhorar o relacionamento interpessoal entre os Clientes, abordando tema como: Gestão de Conflitos (Eu-Problema-Outro) e Relações Interpessoais (Eu-Outro)	Realização de Sessões Grupais Realização de Sessões Psicodrama Realização de Jogos Didáticos Visualização de Vídeos Didáticos Aplicação do Programa DSA	Promoção da Resiliência Diminuição dos Conflitos Promoção das relações interpessoais Aumento da satisfação e do bem-estar	Resultados das Fichas de Avaliação Resultado da observação Direta/Indireta Resultado das atividades Práticas Avaliativas
	Efetuar uma correta gestão dos dados clínicos dos Clientes	Elaboração de relatórios clínicos e processuais Prestação de informação técnica	Promoção da comunicação articulada entre os prestadores de cuidados aos Clientes	N.º de relatórios
	Preconizar no planeamento dos projetos/acções da Instituição	Atualização do Plano Individual de Reabilitação dos Clientes Participação em reuniões institucionais		N.º de PIR's atualizados N.º de reuniões
	Valorizar o capital humano da Unidade de Vida Protegida	Elaboração e execução do Plano Anual de Formação Interna através de acções de formação e sensibilização; TEAM Building;	Promoção do Trabalho em Equipa Aumento do conhecimento e competências dos Colaboradores nos cuidados em saúde mental	N.º de formações N.º de participantes Avaliação das Formações Questionário de Satisfação Laboral

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Oficina das Artes e das Ideias – “AnimArte”	<p>Estimular os Clientes para a a atividade artística, cultural e de animação</p> <p>Estimular a coordenação e controle do próprio corpo</p> <p>Estimular a comunicação não verbal</p> <p>Fomentar o espírito de grupo</p> <p>Desenvolver a criatividade</p> <p>Promover a relação interpessoal entre os Clientes</p> <p>Fomentar o trabalho em equipa</p>	<p>Atividades de animação, culturais e artísticas</p> <p>Atividades relacionadas com a motricidade fina</p> <p>Atividades temáticas consoante a época do ano e as necessidades da Instituição</p>	<p>Descoberta de aptidões</p> <p>Diminuição dos conflitos</p> <p>Promoção das relações interpessoais</p> <p>Aumento da satisfação e do bem-estar</p> <p>Treino de competências artísticas, relacionais e cognitivas</p>	<p>N.º de atividades</p> <p>Questionário semestral de satisfação</p>

DIMENSÃO	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	INDICADORES
Arte-Terapia	Desenvolver a criatividade, concentração, atenção, memória e destreza na resolução de dificuldades	Sessões de Arte-Terapia: “(Re)CriarTe – Criar e recriar através da arte”	Maior criatividade	N.º de sessões
		Avaliação semestral da Atividade	Melhoria nas relações interpessoais	Relatório de Atividade

CONCLUSÃO

Acreditamos que, promovendo as relações interpessoais de um modo saudável através do desenvolvimento de competências sociais e pessoais, estaremos a contribuir para o bem-estar e para a saúde mental de todos. Os nossos programas de treino de competências destinam-se prioritariamente a proporcionar um conjunto de experiências que, uma vez que não ocorrem naturalmente, torna-se necessário ensiná-las ou desenvolvê-las. De dia para dia, todos serão mais autónomos e as limitações consequentes das doenças poderão ser minimizadas ou até mesmo eliminadas.

Mas para que este processo tenha sucesso é de realçar a importância de um trabalho de parceria efectiva entre Clientes, Técnicos, Famílias e a comunidade em geral, por forma a facilitar a reabilitação psicossocial. Deste modo, reforçamos a importância do trabalho de parceria que desenvolvemos, com todos os Familiares, pois o conhecimento que a família detém e o empenho que possa apresentar é algo muito importante no processo de reabilitação quando acumulado aos conhecimentos dos profissionais e da comunidade científica.

Acreditamos que “Querer é Poder” e, por isso, queremos muito trabalhar e cada vez melhor, queremos muito ser uma referência, queremos muito crescer, queremos muito querer cada vez mais. Por isso, acreditamos que iremos conseguir, através de muita dedicação, muito estudo, muita força de vontade e por conseguinte iremos proporcionar um crescimento aos nossos Clientes, aos Familiares, aos Técnicos e a nós próprios enquanto membros da Instituição. A nossa primazia será sempre a qualidade aliada ao conhecimento científico. E, como o nosso trabalho está em constante evolução, cabe-nos todos os dias continuar e acreditar que amanhã será sempre melhor e assim vamos construindo novos Horizontes.