

# #Construir o Futuro

**Designação do projeto** | Programa de Promoção da Saúde Mental e Comunitária

**Código do projeto** | 2495

**Objetivo principal** | A promoção da saúde e da qualidade de vida das comunidades

**Região de intervenção** | Norte

**Entidade beneficiária** | Município de Paredes

**Data de aprovação** | 02-02-2023

**Data de início** | 28-03-2023

**Data de conclusão** | 31-12-2025

**Custo total elegível** | 67 340,40€

**Apoio financeiro da União Europeia** | 67 340,40€

## Objetivos, atividades e resultados esperados/atingidos

Esta operação configura um programa integrado e colaborativo de apoio à população mais excluída e vulnerável nas áreas da saúde mental e comunitária, sendo estas entendidas como a base do bem-estar e equilíbrio geral do indivíduo, abrangendo as seguintes dimensões principais: Emocional; Intelectual; Social/relacional; Ocupacional/profissional.

Pretende-se assim, a partir de uma abordagem sistémica ao desafio, uma resposta que facilite a acessibilidade a serviços de saúde mental à população que se encontra em situação de vulnerabilidade, e cujo acesso a este tipo de apoio, é muitas vezes dificultado, ou mesmo inexistente, apoio este com os seguintes objetivos: promoção do bem-estar e qualidade de vida da comunidade; adoção de estilos de vida saudáveis, aumentando a resiliência e competências pessoais e sociais que permitam a prevenção de comportamentos de risco e promovam a inclusão em contexto familiar e comunitário; gestão de emoções e ajuste emocional decorrente do contexto da pandemia provocada pela COVID-19, numa tentativa de prevenir o desenvolvimento de problemas de saúde mental e prevenção e diminuição de situações de desemprego e exclusão socioprofissional e promoção da igualdade de oportunidades. Neste contexto, esta operação assenta em 2 ações principais: 1. Informação, envolvimento e capacitação de públicos e stakeholders e 2. Implementação de ações e serviços de promoção da Saúde Mental e Comunitária.