



acsmo

Telefone: 219341138
e-mail: acsmo.equipa@gmail.com
Rua Dário Cannas, 4, 3º Dtº2675 - 325 ODIVELAS

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA DE SAÚDE MENTAL DE ODIVELAS

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2025



Telefone: 219341138
e-mail: acsmo.equipa@gmail.com
Rua Dário Canas, 4, 3º Dtº 2675 - 325 Odivelas

acsmo

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA DE SAÚDE MENTAL DE ODIVELAS

1. IDENTIFICAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

Nome: Associação Comunitária de Saúde Mental de Odivelas

Morada: Rua Dário Canas nº 4, 3º Dto., 2675 – 325 Odivelas

Telefone: 219341138/935373399

E-mail: acsmo.equipa@gmail.com

Designação: Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos, com estatuto de Utilidade Pública.

Valência: Fórum Sócio Ocupacional “Caminhos Paralelos”.

Descrição: A ACSMO foi fundada em 1992, é uma IPSS com interesse público reconhecido.

Domínios de Intervenção: Intervenção Comunitária e a Reabilitação Psicossocial de pessoas com doença mental crónica em situação de dependência.

Destinatários: Indivíduos com doença mental estabilizada, tendencialmente crónica, com limitações e incapacidades relacionais, profissionais e de estruturação do quotidiano.

Objetivos:

- Reinserção social, familiar e profissional;
- Desenvolver atividades ocupacionais promotoras da autonomia;
- Promover a participação Social;
- Potenciar o sentimento de pertença à comunidade;
- Desenvolver as competências criativas, artísticas e culturais.



2. INTRODUÇÃO

O presente relatório descreve as atividades desenvolvidas em 2025, na valência Fórum Sócio Ocupacional da Associação Comunitária de Saúde Mental de Odivelas (ACSMO). As atividades desenvolvidas foram orientadas/planeadas de acordo com os objetivos do Fórum Sócio Ocupacional, o **Plano de Atividades para 2025** o **Plano Individual de Intervenção** de cada cliente e as necessidades identificadas pela equipa técnica, clientes e família.

A par das atividades, do acompanhamento aos clientes e famílias e de todas as tarefas inerentes ao funcionamento da resposta social, a equipa técnica:

- Realizou **51 reuniões de equipa** (de discussão de casos e planeamento de atividades e outros assuntos relativos ao devido funcionamento do fórum sócio ocupacional);
- **Articulou** com diversas **estruturas comunitárias**, nomeadamente com o Centro Comunitário de Saúde Mental de Odivelas, com o Hospital Beatriz Ângelo e outras respostas sociais;
- Programou e planeou **passeios**;
- Programou e planeou **workshops** com convidados de diversas áreas;
- Integrou e apoiou **voluntários**;
- Fez candidatura ao Programa de Apoio do Municipal de Odivelas (**PAMO**);
- Fez candidatura ao **Projeto Bairro Feliz** (Concurso do Pingo Doce);
- Participou no **Conselho Local de Ação Social de Odivelas**;
- Integrou o **Conselho Municipal de Saúde de Odivelas**;
- Integrou o **Conselho de Saúde Mental Loures-Odivelas**.

Abaixo encontra-se quadro **resumo das atividades desenvolvidas em 2025**, por área de intervenção:



Área Psicossocial e Terapêutica	
Atividade	Nº sessões realizadas
Reuniões Individuais (Plano Intervenção Individual)	72
Atendimento Social	11
Espaço Social	13
Emoções e Eu	8
Avaliação Psicológica	2
Psicoeducação	1
Relaxamento	4
Reunião de Famílias	3
Total	114
Área Funcional e de Competências	
Atividade	Nº sessões realizadas
Programação da Semana	102
Ficha e Tertúlia da semana	35
Treino de AVD's e AVDI's	4
Treino de Competências	6
Desporto	23
Estimulação Cognitiva	22
Debate Temático	45
Dinâmica de Grupo	46
Total	283
Área Artística e Criativa	
Atividade	Nº sessões realizadas
Atelier Artes Plásticas	29
Atelier de Cerâmica	5
Atividades Criativas	19
Atelier de Restauro de Azulejos	33
Total	86
Área Sócio Cultural e Comunitária	
Atividade	Nº sessões realizadas
Atividades Autónomas na Comunidade	105
Jardim Metamorfoses	33
Atividades de cariz cultural e artístico na comunidade	17
Passeios	7
Workshops com convidados externos	17
Visitas Domiciliárias	4
Total	183



Área de Lazer e Recreativa	
Atividade	Nº sessões realizadas
Cinema	25
Atividades de Lazer	20
Projeção Fotos	2
Festas	7
Total	54

Total de atividades realizadas por área de intervenção	
Área de intervenção	Total de atividades
Área Psicossocial e Terapêutica	114
Área Funcional e de Competências	283
Área Artística e Criativa	86
Área Sócio Cultural e Comunitária	183
Área de Lazer e Recreativa	54
Total de atividades realizadas em 2025	720

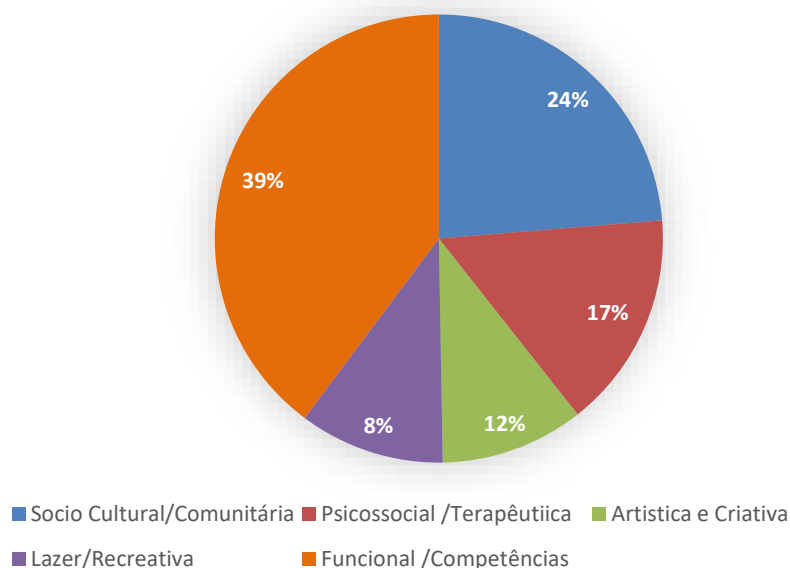


acsmo

Telefone: 219341138
e-mail: acsmo.equipa@gmail.com
Rua Dário Cannas, 4, 3º Dtº2675 - 325 ODÍVELAS

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA DE SAÚDE MENTAL DE ODÍVELAS

Atividades realizadas por área de intervenção



Em 2025 foram realizadas 720 atividades: destaca-se, com maior número de atividades realizadas, a área funcional e de competências, o que corresponde às maiores dificuldades/necessidades apresentadas pelos clientes e famílias; seguindo-se a área sociocultural e comunitária que, estando o fórum sócio ocupacional integrado num contexto comunitário, sempre foi uma área de intervenção privilegiada; a área psicossocial e terapêutica e por fim a área artística e criativa e a área lazer/recreativa.



3. ATIVIDADES REALIZADAS EM 2025 POR ÁREA DE INTERVENÇÃO

Área Psicossocial e Terapêutica		
Engloba atividades que promovem o conhecimento e desenvolvimento de estratégias para autogestão da doença e dificuldades sentidas, melhorando a adesão à terapêutica e a criação de hábitos de vida saudáveis, bem como atividades que desenvolvem competências de autorregulação e adaptação aos contextos sociais.		
Atividade	Periodicidade/ Previsto	Realizado
Reuniões Individuais/ Plano Individual de Intervenção	Periodicidade: Trimestral Previsto: 25 reuniões individuais por trimestre	72 reuniões individuais
Atendimento Social	Periodicidade: Pontual Previsto: -	11 atendimentos sociais
Espaço Social	Periodicidade: Mensal Previsto: 12 sessões	13 sessões
Emoções e Eu	Periodicidade: Mensal Previsto: 12 sessões	8 sessões
Avaliação Psicológica	Periodicidade: Pontual Previsto: -	2 avaliação psicológica
Psicoeducação	Periodicidade: Mensal Previsto: 12 sessões	1 sessões
Relaxamento	Periodicidade: Pontual Previsto: -	4 sessões
Reunião de Famílias	Periodicidade: Trimestral Previsto: 4 sessões	3 sessões

Área Funcional e de Competências		
Inclui atividades cujo objetivo é preservar e/ou melhorar o desempenho do indivíduo, através da manutenção e/ou desenvolvimento de competências cognitivas, sociais e motoras, desenvolvendo ainda estratégias adaptativas para a promoção de rotinas saudáveis e melhor qualidade de vida.		
Atividade	Periodicidade/ Previsto	Realizado
Programação da Semana	Periodicidade: Semanal Previsto: 98 sessões	102 sessões
Tertúlia da Semana	Periodicidade: Semanal Previsto: 51 sessões	35 sessões



Ficha da Semana	Periodicidade: Semanal Previsto: 51 sessões	35 sessões
Treino de AVD'S	Periodicidade: Pontual Previsto: -	4 sessões
Treino de Competências	Periodicidade: Pontual Previsto: -	6 sessões
Desporto	Periodicidade: Semanal Previsto: 51 sessões	23 sessões
Estimulação Cognitiva	Periodicidade: Pontual Previsto: -	22 sessões
Debate Temático	Periodicidade: Pontual Previsto: -	45 sessões
Dinâmica de Grupo	Periodicidade: Pontual Previsto: -	46 sessões

Área Artística e Criativa

Nesta área estão integradas as atividades que estimulam a criatividade, materializando as ideias e possibilitando a expressão livre de ideias, sentimentos e emoções, promovendo um melhor sentido de autoeficácia e autoestima.

Atividade	Periodicidade/ Previsto	Realizado
Atelier de Artes Plásticas	Periodicidade: Pontual Previsto: -	29 sessões
Atelier de cerâmica	Periodicidade: Pontual Previsto: -	5 sessões
Atividades criativas	Periodicidade: Pontual Previsto: -	19 sessões
Atelier de Restauro de Azulejos	Periodicidade: Semanal Previsto: 40	33 sessões



Área Sócio Cultural e Comunitária		
Abarca as atividades que proporcionam o contacto com diferentes contextos comunitários, desenvolvendo a participação social e o sentido de pertença à comunidade, a coesão de grupo e a utilização dos recursos comunitários, promovendo a autonomia e a autoeficácia.		
Atividade	Periodicidade/ Previsto	Realizado
Atividade Autónomas na Comunidade	Periodicidade: Semanal Previsto:	105 sessões
Jardim Metamorfoses	Periodicidade: Semanal Previsto:	33 sessões
Atividades de Cariz Cultural e Artístico na Comunidade	Periodicidade: Pontual Previsto:	17 sessões
Passeios	Periodicidade: Pontual Previsto:	7 sessões
Workshops	Periodicidade: Previsto:	17 sessões
Vendas na Comunidade	Periodicidade: Previsto:	0 sessões
Visitas Domiciliárias	Periodicidade: Pontual Previsto:	4 visitas domiciliárias
Área de Lazer e Recreativa		
inclui atividades de cariz lúdico e recreativo, cujo objetivo é incentivar a exploração e participação em atividades de lazer, interação social e convívio, promovendo a capacidade de tomada de decisão e gestão de tempo da atividade.		
Atividade	Periodicidade/ Previsto	Realizado
Cinema	Periodicidade: Pontual Previsto:	25 sessões
Atividades Lazer na ACSMO	Periodicidade: Pontual Previsto:	20 sessões
Projeção Fotos	Periodicidade: Trimestral Previsto: 4 sessões	2 sessões
Festas	Periodicidade: Pontual Previsto:	7 sessões



acsmo

Telefone: 219341138
e-mail: acsmo.equipa@gmail.com
Rua Dário Cannas, 4, 3º Dtº2675 - 325 ODIVELAS

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA DE SAÚDE MENTAL DE ODIVELAS

A eventual discrepância entre o número de sessões previstas e realizadas deve-se aos ajustes necessários decorrentes das necessidades identificadas ao longo do ano e da própria gestão do dia-a-dia.

Das atividades realizadas importa destacar:

- O projeto Leitura e Arte Metamorfoses, parceria com a Biblioteca D. Dinis que nos permite, entre outros, a utilização semanal de vários espaços da biblioteca e manutenção do jardim metamorfoses;
- O projeto de Restauro de Azulejos, parceria com a Câmara Municipal de Odivelas, que se tem traduzido numa experiência inovadora com grande destaque no município;
- A parceria com o Ginásio Clube de Odivelas (cedência do espaço às 4^{as}feiras de manhã e de uma voluntária);
- A parceria com o Centro de Saúde de Odivelas, que disponibiliza uma enfermeira uma vez por mês para dinamizar sessões de psicoeducação para a saúde;
- A parceria com o Gabinete de Saúde da Câmara Municipal de Odivelas que apoia na dinamização de alguns workshops e atividades;
- A parceria com a atual equipa do Hospital Beatriz Ângelo que tem possibilitado a partilha e realização de diversas atividades conjuntas com as suas repostas de reabilitação;
- A parceria com o clube recreativo AJAX na realização de atividades lúdicas e de lazer;
- O Coro, resultante da parceria entre a ACSMO a Equipa Comunitária de Saúde Mental de Odivelas, a Sociedade Musical Odivelense e um voluntário;
- O Cinema Indie, parceria que nos permite visualizar curtas-metragens e debatê-las com técnicos ligados ao cinema;
- As atividades realizadas com voluntários, com destaque para o voluntário que tem proporcionado aos nossos clientes atividades diferenciadas na área das técnicas de desenho;
- A realização de passeios, quer com transporte da Câmara quer em transportes públicos;



Telefone: 219341138
e-mail: acsmo.equipa@gmail.com
Rua Dário Cannas, 4, 3º Dtº2675 - 325 ODIVELAS

acsmo

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA DE SAÚDE MENTAL DE ODIVELAS

- As reuniões de famílias que tem permitido uma aproximação das famílias à instituição.

Odivelas, 30 de março de 2026

A Equipa Técnica

Ana Cruz

Adcláudia Lima

Gonçalo Roxo

Margarida Esteves