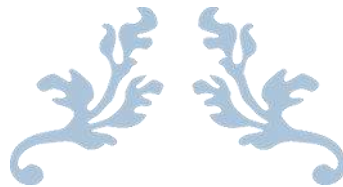




**Horizonte**  
CENTRO DE REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL



---

# RELATÓRIO DE ATIVIDADES E CONTAS DE



# GERÊNCIA

---

ANO 2024

## Índice

	Página
Considerações Iniciais	2
Apresentação Institucional	3
Missão	
Principais serviços prestados	
Visão	
Valores	
Análise das Atividades – Ano 2024	4
Análise dos Projetos – Ano 2024	9
Considerações Finais	15

## Considerações Iniciais

Num cenário contemporâneo, numa sociedade que se encontra em constante mutação e evolução, e num contexto em que o crescimento da inteligência artificial é exponencial e continua a crescer a todo o vapor é cada vez mais importante que continuemos a ajudar os nossos Clientes a desenvolverem as suas competências emocionais de forma que lhes permita lidar com os grandes desafios e a complexidade que o mundo moderno oferece.

2

E por muito que a inteligência artificial continue a crescer, a inteligência emocional mantém-se como uma habilidade fundamental para o entendimento e para a gestão das suas próprias emoções, a construção de relações sociais saudáveis e principalmente o desenvolvimento contínuo da empatia com os outros. E é toda essa crescente presença de tecnologia nas nossas vidas que torna o nosso trabalho para com os nossos Clientes mais relevante, tanto para a sua reintegração social como também para a promoção do seu bem-estar psicossocial.

Este relatório de atividades e contas de gerência tem como objetivo apresentar todas as atividades que foram desenvolvidas por toda a equipa Horizonte com os nossos Clientes durante o ano de 2024. Todas estas atividades foram pensadas especificamente para a reabilitação psicossocial dos nossos Clientes de forma que os mesmos consigam no seu dia-a-dia ter uma vida mais equilibrada e integrada na sociedade.

E tendo o ano transato sido muito desafiante podemos dizer que conseguimos mais uma vez cumprir com todas as atividades a que nos propomos, o que deixa toda a equipa e toda a direção da Horizonte muito realizada pois significa que estamos a prestar um serviço muito importante e de qualidade para todos os nossos Clientes. E é isso que nos propomos e vamos continuar a propor sempre. Trazer para o dia-a-dia dos nossos Clientes atividades que os continuem a fazer evoluir emocionalmente, mesmo com todas estas distrações desta sociedade contemporânea que se move a uma velocidade que por vezes não é fácil de acompanhar. Mas enquanto os nossos Clientes tiverem a Horizonte no seu horizonte podem ter a certeza que terão sempre o nosso apoio em tudo o que necessitarem.

## Apresentação Institucional

A Horizonte – Centro de Reabilitação Psicossocial é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que tem como **missão** contribuir para a qualidade de vida das pessoas adultas com problemática psiquiátrica grave e de evolução crónica clinicamente estáveis e apoio às respetivas 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.

Como resposta social, desenvolvemos uma unidade de apoio residencial (Unidade de Vida Protegida) que permite o alojamento de pessoas adultas com doença mental, clinicamente estáveis e que necessitam de treino de autonomia. Os **principais serviços prestados** são os seguintes:

- Disponibilização de alojamento e apoio numa estrutura residencial integrada na comunidade;
- Promoção dos níveis de qualidade de vida, através da prestação de cuidados ao nível do bem-estar físico e psicossocial, do apoio na gestão da medicação, do apoio psicossocial, da reinserção social, entre outros;
- Promoção de um programa psicossocial e de estratégias direcionadas para o reforço da autoestima e da autonomia, como forma de capacitar para o desenvolvimento das competências pessoais/sociais e das atividades da vida diária;
- Promoção e proteção dos direitos e interesses, respeitando a individualidade/dignidade, as necessidades e as expectativas de cada um;
- Promoção da interação com os Familiares e/ou Figuras de Referência e com a comunidade.

## 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.

## Análise das Atividades – Ano 2024

Atividades no sentido de dar resposta às necessidades sentidas na gestão da UPRO, procurando uma boa gestão dos recursos e alcançar a melhor qualidade dos serviços prestados, garantindo a eficácia e o bom funcionamento da UPRO a nível interno e externo.

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Contactos Institucionais</b>	Contactos entre Membros da Direção (Escritos/Telefónicos)	430
	Reuniões entre Membros da Direção	5
	Contactos entre Direção e Direção Técnica (Escritos/Telefónicos)	497
	Reuniões entre Direção e Direção Técnica	14
	Contactos entre Direção e Equipa da UPRO (Escritos/Telefónicos)	79
	Contactos entre Direção Técnica e Equipa da UPRO (Escritos/Telefónicos)	344
	Reuniões entre Direção Técnica e Equipa da UPRO	2
	Contactos com Clientes (Escritos/Telefónicos)	397
	Reuniões com Direção e Clientes	3
	Reuniões entre Direção Técnica e Clientes	5
	Contactos com Familiares/Figuras de Referência (Escritos/Telefónicos)	211
	Reuniões com Familiares/Figuras de Referência	4
	Contactos Intrainstitucionais (Escritos/Telefónicos)	136
	Contactos com Entidades/Técnicos na Área da Saúde (Escritos/Telefónicos)	155
	Reuniões com Entidades/Técnicos na Área da Saúde	192
	Contactos com Instituto da Segurança Social, IP (Escritos/Telefónicos)	21
	Reuniões entre Direção Técnica e Instituto da Segurança Social, IP	1
	Contactos com Parceiros Institucionais (Escritos/Telefónicos)	215
	Reuniões com Parceiros Institucionais	4

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão da Vida Diária dos Clientes</b>	Orientação e monitorização dos cuidados pessoais e de higiene	Gestão diária
	Manutenção das condições higiénico-sanitárias da UPRO	Limpezas diária
	Manutenção das condições de higienização e monitorização de sintomas da COVID-19	Higienizações diária
	Realização de reparações na UPRO	5
	Gestão, controlo e organização dos produtos alimentares e não-alimentares (doados e adquiridos)	Gestão diária
	Elaboração das ementas semanais	52

5

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Organização Técnica e Administrativa</b>	Atualização do Guia de Recursos	Gestão diária
	Elaboração de relatórios e pareceres técnicos/documentos técnicos	40
	Normas/Ordens de serviço	3
	Arquivo de correio	Recebido - 12
		Enviado - 0
	Registo estatístico	Registo diário

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Comunicação e Imagem Institucional</b>	Boletim Institucional – “Construindo Horizontes”	Boletim semestral - 2
	Atualização do Website Institucional	1

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão de Candidatos à UPRO</b>	Atualização da lista de Candidatos à UPRO	Contactos - 10
		Candidaturas recebidas - 4
		Entrevistas - 0
		Novas integrações - 0

6

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Recursos Humanos</b>	Gestão e orientação do trabalho dos Colaboradores	Gestão e orientação diárias
	Admissão de novos Colaboradores	0
	Iniciativas para a capacitação/aprendizagem	1
	Contactos com Recursos Humanos	Escritos/Telefónicos - 61
		Entrevistas - 9
		Reuniões - 1

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Recursos Financeiros e Logísticos</b>	Aplicação planeada e adequada dos recursos existentes	Gestão e monitorização diária dos recursos
	Pedidos de apoio logístico externo	Gestão e monitorização de pedidos conforme recursos
	Apoios recebidos	2
	Gestão da contabilidade da UPRO	57

Sobre a gestão das diferentes necessidades e dificuldades presentes na vida dos Clientes, cumprindo os principais serviços e as principais atividades incutidas a uma UPRO, com vista a desenvolver as competências pessoais e sociais dos Clientes, promovendo a sua autonomia interna e externa para uma melhor integração na comunidade.

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão da Medicação</b>	Gestão e verificação da medicação de cada Cliente, de acordo com a respetiva guia terapêutica	Gestão e verificação diárias
	Preparação da medicação de cada Cliente, de acordo com a respetiva guia terapêutica	191
	Treinos de preparação de medicação de forma autónoma e supervisionada, de acordo com o respetivo guia terapêutico	23

7

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão de Dinheiro</b>	Apoio na gestão de dinheiro individual	175
	Gestão e monitorização dos mapas e gastos de despesas mensais de cada Cliente	Fecho de contabilidade mensal

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão Diária</b>	Apoio/Acompanhamento na gestão diária nas diversificadas necessidades diárias dos Clientes	485

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão das Atividades de Vida Diária (AVD's)</b>	Orientação, supervisão e avaliação das Atividades de Vida Diária (AVD's)	Orientação, supervisão e avaliação diárias

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão dos Cuidados Pessoais e de Higiene</b>	Orientação e monitorização dos cuidados pessoais e de higiene	Orientação e monitorização diárias



DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO
<b>Gestão dos Cuidados de Saúde</b>	Marcação de Atos Médicos e/ou Rastreios de Saúde	20
	Atualização de registo de atos médicos	11
	Apoio em atos médicos	39
	Acompanhamento em atos médicos e/ou situações de emergência	4
	Atualização dos Kits de Emergência	21
	Internamentos compulsivos	0

## Análise dos Projetos – Ano 2024

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO
<b><i>“Espaço da Mente”</i></b>	Apoio psicológico	Acompanhamento individual	69
		Apoio emocional	32
		Apoio na resolução de problemas	28
		Gestão comportamental e relacionamentos	81
		Apoio na gestão de expectativas	17
		Apoio na gestão de níveis de ansiedade	10
		Gestão de conflitos	19
	Atualização dos Planos Individuais de Intervenção (PII)		7

9

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO
<b><i>“Rede Social”</i></b>	Apoio social/logístico individual		32
	Acompanhamento social/logístico individual		5
	Realização de Diagnóstico Social		7
	Atualização dos Planos Individuais de Intervenção (PII)		7

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO
<b><i>“Aproximar para melhor reabilitar”</i></b>	Contactos com Fóruns Sócio Ocupacionais/Centro de Dia (Escritos/Telefónicos)		84
	Reuniões com Fóruns Sócio Ocupacionais/Centro de Dia		3
	Ações/Intervenções planeadas e executadas em conjunto		25

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>" + Conhecimento, + Consciência "</i></b>	Projetos a desenvolver - Ano 2024	1	8
	Higiene e cuidados pessoais	1	8
	Lisboa Cuida +	1	8

10

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>" + Conhecimento, + Eficiência "</i></b>	Lisboa Cuida +	1	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>"DignaMente"</i></b>	Emoções - identificação, impacto e gestão	1	8
	Relacionamentos interpessoais	1	8
	Valorização pessoal	1	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>"Cantinho das Recordações"</i></b>	Sessões <i>"Cantinho das Recordações"</i>	1	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE ATIVIDADES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“ExpressArte”</i>	Atividades de animação culturais e artísticas	3	8
	Atividades relacionadas com a motricidade grossa/fina	15	
	Atividades temáticas consoante a época do ano e as necessidades da instituição	17	

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“BrincaMente”</i>	Jogos estimulação cognitiva	15	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Oficina de Culinária”</i>	Sessões <i>“Oficina de Culinária”</i>	6	8

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO	
			N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Cinema- Terapia”</i>	Sessões <i>“Cinema Terapia”</i>	“Cine-Filme”	3	8
		“Cine-Documentário”	1	

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO	
			N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Laboratório das Letras”</i>	Atividades de escrita, leitura, compreensão e criatividade		13	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>“Refletir FotográficaMente”</i></b>	Sessões de fotografia	1	7

DIMENSÃO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<b>Projeto “Rota Cultural”</b>	Eleições Legislativas	1	8
	Eleições Europeias	1	8
	“Arraiais de São Vicente”	1	8
	Feira do Livro	1	8
	Conferência “Lisboa Cuida +”	1	8
	Wonderland Lisboa	1	8

PROJETO	SUBPROJETO	AVALIAÇÃO	
		N.º DE ATIVIDADES	N.º DE PARTICIPANTES
<b><i>“Matinés Criativas”</i></b>	<i>“Calendarizando e Comemorando”</i>	28	8
	<i>“Música em Movimento”</i>	3	8
	<i>“Pensar e Organizar para Concretizar”</i>	1	8
	<i>“Celebrar e Partilhar”</i>	4	8

No projeto “*Matinés Criativas - Calendarizando e Comemorando*” continuamos a celebrar datas que nos trazem mensagens e lembranças importantes, em que as atividades desenvolvidas se enquadram nos outros vários projetos. Abaixo apresentamos as datas que fomos assinalando ao longo do ano e mencionamos em qual dos projetos as atividades desenvolvidas se enquadraram.

13

DATAS COMEMORATIVAS	PROJETO DE CONCRETIZAÇÃO	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
Dia Mundial da Educação Ambiental	<i>ExpressArte</i>	1	8
Carnaval	<i>ExpressArte</i>	2	
	<i>Música em Movimento</i>	1	
Dia do Pensamento	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Primavera	<i>ExpressArte</i>	1	
Dia Internacional da Terra	<i>ExpressArte</i>	1	
Dia Mundial do Atum	<i>Oficina da Culinária</i>	1	
Dia Mundial da Língua Portuguesa	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Dia Mundial dos Oceanos	<i>ExpressArte</i>	1	
Santos Populares	<i>Rota Cultural</i>	1	
Verão	<i>ExpressArte</i>	1	
Dia Mundial da Liberdade do Pensamento	<i>ExpressArte</i>	1	
Dia Internacional do Amigo	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Dia Internacional da Literacia	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Outono	<i>ExpressArte</i>	3	
Dia Nacional da Água	<i>ExpressArte</i>	1	
	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Dia Mundial do Pão	<i>Oficina da Culinária</i>	1	8
Dia Internacional do Trava-Línguas	<i>ExpressArte</i>	1	
	<i>Laboratório das Letras</i>	1	
Dia Mundial da Criatividade	<i>ExpressArte</i>	1	
Natal	<i>Celebrar e Partilhar</i>	2	
	<i>Música em Movimento</i>	1	
	<i>Rota Cultural</i>	1	

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“SaudavelMente - Saúde com Companhia”</i>	Caminhadas	15	8
	Idas e confraternização no café	11	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Viva a Vida”</i>	Celebração de aniversários dos Clientes	4	8

PROJETO	ATIVIDADES		AVALIAÇÃO	
			N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Aprender em Parceria”</i>	Atividades no âmbito da parceria com a Universidade Autónoma de Lisboa	Atividades realizadas com os Clientes	1	19
		Reuniões com os alunos para preparação de atividades com os Clientes para 2025	6	16
	Atividades no âmbito da parceria com a Associação Isha	Yoga	1	8
		Dança	1	8
		Mandala	1	8

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“Ser +”</i>	Participação nas Campanhas do Banco Alimentar Contra a Fome	2	10

PROJETO	ATIVIDADES	AVALIAÇÃO	
		N.º DE SESSÕES	N.º DE PARTICIPANTES
<i>“MoviMente”</i>	Sessões “MoviMente”	14	8

## Considerações Finais

Ao longo do relatório e, conforme foram sendo analisadas as Atividades e os Projetos realizados, foi possível evidenciar o empenho e a dedicação de toda a Equipe Técnica, de todos os elementos da Direção e de todos os Órgãos Sociais que constituem a Horizonte na promoção da reabilitação psicossocial dos seus Clientes. Essa reabilitação apenas é possível pois todas as Atividades e Projetos desenvolvidos são muito bem pensados, estruturados e focados tanto na integração como no bem-estar diário dos nossos Clientes.

15

As ações realizadas e os resultados alcançados demonstram o compromisso contínuo da Horizonte para com a missão de oferecer um suporte de qualidade, promovendo a integração social e a autonomia dos nossos Clientes. Apesar de todos os desafios que enfrentamos diariamente, a Horizonte tem demonstrado capacidade de adaptação, sempre à procura de melhorar os seus serviços prestados e garantir que cada cliente receba o atendimento necessário para a sua evolução e integração.

E é com base nestes resultados que a Direção, os restantes Órgãos Sociais, Equipe Técnica e a Horizonte como um todo, se compromete a continuar a trabalhar todos os dias de forma apaixonada, investindo no desenvolvimento de novas Atividades e novos Projetos que possam para atender todas as necessidades dos nossos Clientes.

O nosso objetivo é continuar a evoluir dia após dia, para que cada Cliente tenha a oportunidade de alcançar uma vida mais plena, tranquila e integrada na sociedade. Com isto, queremos garantir a todos os envolvidos também que para além de continuarmos a trabalhar em grande parte dos projetos que já temos vindo a promover, neste novo ano iremos também tentar desenvolver novas atividades. Porque um dos principais objetivos da Horizonte é proporcionar aos nossos Clientes uma grande diversidade de atividades para que os seus dias não sejam sempre iguais, com novas aprendizagens e novas oportunidades. Sempre com um olhar de esperança. Sempre com um olhar no Horizonte.