O QUE É NECESSÁRIO?

1. **Pré-inscrição através de formulário** disponível **em *www.adeb.pt* ou contacto direto com a ADEB;**

2. Apresentação de **atestado** ou **declaração médica** que **comprove o diagnóstico** de **perturbação bipolar** ou **depressiva**;

3. **Avaliação Primária Social e Clínica,** levantamento de informação sobre a situação pessoal, social e clínica, bem como sobre as necessidades e objetivos do/a participante.

4. **Avaliação socioeconómica**, para determinação da respetiva **comparticipação social**;

5. Preenchimento de documentação obrigatória;

6. Validação pelos serviços administrativos e aprovação pelo/a Presidente da Direção. Pagamento dos valores em vigor aprovados pela Assembleia Geral da ADEB.

7. Integração no Forúm.





O Fórum assenta numa **abordagem centrada na pessoa**, respeitando o ritmo, as capacidades, os interesses e as escolhas de cada participante. As atividades são desenvolvidas de forma a favorecer a **participação ativa**, a **autonomia** e a valorização das **competências individuais**.

CONTACTO

ADEB | DELEGAÇÃO DA REGIÃO CENTRO
EDIFÍCIO MONDEGO
AV. FERNÃO DE MAGALHÃES, N.º 619, 1.º ANDAR
ESCRITÓRIOS 1.06 E 1.07
3000-178 COIMBRA

T. +351 **239 812 574** | +351 **968 982 117**

E. regiao_centro@adeb.pt

JUNTE-SE A NÓS!

INSTAGRAM | FACEBOOK | WEBSITE

CERTIFIED ISO 9001
A ADEB É UMA IPSS COM CERTIFICAÇÃO DE QUALIDADE A NÍVEL NACIONAL ISO:9001:2015

SEGURANÇA SOCIAL

Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares
IPSS de utilidade pública com fins de Saúde e Sociais

FÓRUM
SÓCIO-OCUPACIONAL

Delegação da Região Centro
COIMBRA



FSO

O QUE É O FSO?

O **Fórum Sócio-Ocupacional (FSO) da ADEB** é um espaço de **reabilitação psicossocial** destinado a pessoas com experiência de doença mental, promovendo a recuperação, a autonomia, a participação social e o desenvolvimento de competências pessoais, relacionais e ocupacionais.

Treino de autonomia nas atividades básicas de vida diária, atividades educativas, criativas e desportivas.

Atividades socioculturais, participação comunitária e sentimento de pertença.

Psicoeducação e sensibilização da pessoa com diagnóstico, familiares e comunidade no processo de recuperação.

Contribuição para a estabilização e adesão à terapêutica.

A QUEM SE DESTINA?

Pessoas adultas, **a partir dos 18 anos**, com **diagnóstico de perturbação bipolar** ou **perturbação depressiva.**

O Fórum assume particular importância para pessoas que, em determinado momento do seu percurso, se encontrem:

- baixa médica ou temporariamente afastadas da atividade profissional;
- desempregadas ou afastadas do mercado de trabalho;
- processo de regresso à atividade profissional;
- sem uma atividade ocupacional regular;
- situação de isolamento social ou com uma rede de suporte reduzida;
- dificuldade em manter rotinas estruturadas e atividades significativas;
- necessitar de desenvolver ou recuperar competências pessoais, sociais e ocupacionais;
- a atravessar períodos de transição ou mudança na sua vida;
- à procura de um espaço de convívio, participação e pertença.

ATIVIDADES

- **Intervenção individualizada psicossocial;**
- **Apoio e orientação socioprofissional;**
- **Atividades culturais, artísticas e formativas;**
- **Atividades desportivas, recreativas e de lazer;**
- **Atividades de desenvolvimento da autonomia e da vida diária;**
- **Atividades de participação comunitária;**
- **Apoio e orientação às famílias e/ou cuidadores;**
- **Articulação e encaminhamento para recursos da comunidade;**
- **Atividades de participação cívica.**

Horário de funcionamento: 10h -13h | 14h-18h, de segunda à sexta-feira.
Horário definido em função das atividades programadas no plano de atividades do FSO.

(Re)Construa novos percursos.

Aqui, cada passo conta!