

# pensar a saúde mental

II ENCONTRO PENSAR A SAÚDE MENTAL

Ativa'Mente – Um Olhar sobre a Demência  
Centro de Artes de Sines | 9 de outubro



# PROGRAMA

**9h00 – Abertura do Secretariado**

**9h30 – Sessão de Abertura**

Presidente do Conselho Local de Ação Social de Sines – Dr. Fernando Ramos

**9h45 – Apresentação do Estudo Epidemiológico Nacional de Saúde Mental**  
(A Confirmar)

**10h00 – I Painel – Sinais de Alerta e Prevenção**

Dra. Carina Carvalho – Alzheimer Portugal  
Testemunhos na 1ª pessoa

**Prevenção da Demência: Boas práticas para um envelhecimento saudável**

Dra. Gisela Santos – Cooperativa Sines em Rede

**Moderado por: Dra. Assunção Duque – Associação Prosas.**

**11h00 – Pausa para Café**

**11h20 – II Painel – Redes de Cuidados Formais e Informais**

**Cuidados Formais - RNCCI (Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados)**

Dra. Clara Morais

**Cuidados Informais – Exemplo de uma Boa Prática**

Voluntariado na Saúde - a experiência no concelho do Santiago do Cacém

**Moderado por: Dra. Eva Zambujo – Santa Casa da Misericórdia de Sines**

**12h00 – Pausa para Almoço**

**14h00 – Terapias – Caminhos**

**Medicina Tradicional Chinesa - Dr. Jaime Barata**

**Reiki - Mestre Susana Cheis**

**Arte Terapia - Dra. Sílvia Jerónimo Candeias**

**Moderado por: Nádía Silva – Professora de Ioga, Terapeuta de Reiki e Massagista de Ayurvédica**

**15h30 – Sessão de Encerramento**

Presidente da Câmara Municipal de Sines – Dr. Nuno Mascarenhas

