

Saúde Mental

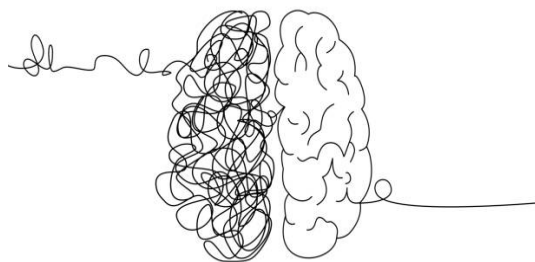
Os problemas de **Saúde Mental** podem incluir alterações do pensamento, do humor, da energia e/ou do comportamento.

Quando adquirem intensidade elevada, persistem no tempo e/ou causam uma disfunção importante, pode ser diagnosticada uma perturbação mental.

Se sente que alguma coisa não está bem, tire as suas dúvidas e contacte um profissional de saúde!



Este projeto destina-se a toda a população das freguesias de Canha e União de Freguesias de Pegões. É para si, para um familiar, para uma amigo ou vizinho!



Contactos:

☎ 939 309 012

💻 equipasaudementalcp@gmail.com

Web: <http://www.scmcanha.pt/>

Parceiros



www.recuperarportugal.gov.pt



comunidades-em-ação
UF Pegões e F Canha



Santa Casa
da Misericórdia
de Canha

Saúde
Global/Saúde
Mental

Consultas de Psicologia

Quem somos?

O projeto “Saúde Global, Saúde Mental” é promovido localmente pelo Município do Montijo na parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Canha, no âmbito do PRR – Programa Comunidades em Ação - Operações Integradas em Comunidades Desfavorecidas na Área Metropolitana de Lisboa.

No âmbito deste projeto foram criadas equipas de saúde mental comunitárias. Existe um gabinete de apoio psicológico a funcionar diariamente e de forma gratuita com consultas abertas a toda a comunidade.

Desenvolvemos ações de resposta às necessidades locais em articulação com o plano local de saúde, procurando combater fatores de risco como o sedentarismo, a obesidade, bem como a alimentação desequilibrada

Estamos também a dar apoio na vertente social deste projeto, com diversas iniciativas de prevenção e combate à exclusão social, dando apoio a pessoas que se encontram em situações de vulnerabilidade.

Faz-lhe sentido suportar uma dor física, como uma dor de cabeça, uma dor de barriga ou uma dor de dentes?

Não?

Então também não deve suportar a dor emocional!

Como podemos ajudar:

- Acompanhamento e apoio psicológico;
- Promoção de saúde;
- Orientação vocacional;
- Aconselhamento parental;
- Apoio em situação de crise;
- Estimulação cognitiva e mnésica;
- Encaminhamento para respostas mais direcionadas à situação.



Onde estamos?

Temos disponíveis três gabinetes de apoio psicológico, destinados a toda a população.

2ª e 6ª feira – Junta de Freguesia de Pegões

3ª e 5ª feira – Clínica da Misericórdia de Canha

4ª feira - Antigo Posto Médico de Pegões Velhos

As consultas são gratuitas, sujeitas a marcação.

