

## Fundamentação

Os profissionais das ONG do Distrito, exercem acção social directa e sem tem a necessidade de ultrapassar e minimizar o desgaste emocional, a que estão sujeitos no âmbito de uma actividade particularmente exigente, sobretudo ao nível psicológico, uma vez que dependem do constante contacto interpessoal. Esclarecimento das diferentes técnicas de relaxamento (sua eficácia e como aplicar), e sobre as dinâmicas de grupo eficazes no combate ao stress laboral, nomeadamente à formação de *Grupos de Balint*.

## Destinatários

Técnicos, dirigentes e voluntários de instituições particulares de solidariedade social do distrito;  
Técnicos das Redes Sociais e técnicos de Acção Social;  
Utentes e funcionários das instituições.

## Objectivos

Sensibilizar as entidades da importância de recursos humanos qualificados;

Motivar para a formação adequada às realidades institucionais

Compreender as doenças do foro psiquiátrico que surgem nestas profissões

Criar recursos técnicos para minimizar as doenças profissionais

## Organização

Núcleo Distrital de Castelo Branco da REAPN  
APPACDM de Castelo Branco  
Associação Desenvolvimento Integrado da Beira Baixa -  
Fundão  
Centro de Dia de Lentiscais  
Centro Social dos Amigos da Lardosa  
Centro Social de Santo André das Tojeiras  
Centro Social Jesus Maria José - Dominguiso  
Centro Social de Salgueiro do Campo  
Lar São José – Covilhã  
Lar Major Rato de Alcains  
Santa Casa da Misericórdia de Penamacor

## Apoios



# O DESGASTE FÍSICO E PSICOLÓGICO DOS PROFISSIONAIS DAS ONG`S

Escola Superior de Educação  
Instituto Politécnico de Castelo  
Branco

24 de Setembro de 2009

**09h00** – Abertura do Secretariado

**09h30** – **SESSÃO DE ABERTURA**

Jorge Micaelo - Coordenador do Núcleo Distrital de Castelo Branco da REAPN\*

João Maia - Presidente do Instituto Politécnico de Castelo Branco\*

Joaquim Morão - Presidente da Câmara Municipal de Castelo Branco\*

Alzira Serrasqueiro - Governadora Civil de Castelo Branco\*

**10h40** – **MESA REDONDA: ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO DO SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DAS ONG**

**Moderadora**

Clotilde Agostinho – Escola Superior de Educação

**A prevenção do Síndrome de Burnout**

Dra. Filipa Nunes

Psicóloga Clínica no Centro de saúde de São Mamede e Santa Isabel - ACES III – Lisboa Central

**Como minimizar as causas da doença através das técnicas de relaxamento e dinâmicas de grupo**

Dra. Lígia Pereira

Psicóloga Clínica no Centro de Saúde de Torres Vedras

**13h00** – Almoço

**14h00** – **WORKSHOPS Workshop I**

**A prevenção do Síndrome de Burnout**

**Dinamizadora**

Dra. Filipa Nunes

**Workshop II**

**Como minimizar as causas da doença através das técnicas de relaxamento e dinâmicas de grupo**

**Dinamizadora**

Dra. Lígia Pereira

\*a confirmar

## F I C H A D E I N S C R I Ç Ã O

O D E S G A S T E F Í S I C O E P S I C O L Ó G I C O D O S P R O F I S S I O N A I S D A S O N G

Nome \_\_\_\_\_

Instituição \_\_\_\_\_ Cargo/Profissão \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_ CP e Localidade \_\_\_\_\_

Telefone \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_

Associados : 5.00€ Não Associados : 15.00€ Utentes/ famílias / estudantes : gratuito

O almoço será no refeitório da Escola Superior de Educação\* (3.50€). Indique com uma cruz se está interessado em almoçar

Inscrições nos Workshops limitadas a 25 participantes (Por favor, indique, por ordem (1= mais; 2=menos) a sua preferência nos workshops: Workshop I  Workshop II

As inscrições, devem ser realizadas até **23 de Setembro**, para os seguintes contactos:

Núcleo Distrital de Castelo Branco da Rede Europeia Anti-Pobreza / Portugal \_\_\_\_\_ Campo Mártires da Pátria (Biblioteca Municipal)-  
6000 -000 Castelo Branco Tel: 272 328 333 - Fax: 272 328 334 - E-mail: castelobranco@reapn.org