

2.ª NEWSLETTER

JUNHO 2026



BALANCE – Balanço de atividades no primeiro semestre de 2026

No primeiro semestre de 2026, o projeto BALANCE implementou várias atividades de **promoção da saúde mental de jovens, educadores/as e famílias**. Através de formações, *workshops* e atividades participativas, o projeto procurou aumentar a sensibilização e a literacia em saúde mental.

Um dos momentos altos do projeto foi a realização do **BategaMent Fest**, da Fundesplai, em Barcelona, que reuniu jovens e entidades da comunidade num espaço de aprendizagem, partilha e promoção da saúde mental dos/as jovens.

O BALANCE é financiado pelo **CERV - Programa Cidadãos, Igualdade, Direitos e Valores**, da União Europeia.

Consórcio do projeto



Atividades em destaque em 2026

Atividades com jovens, educadores/as e famílias

- Formações para educadores/as e famílias, em formato presencial e e-Learning;
- Atividades com jovens dos Esplais da Fundesplai (Espanha) e dos CATL da Cáritas de Coimbra (Portugal).
- Atividades com os “grupos motores”, compostos por jovens a participar no projeto, que trabalharam de forma ativa na preparação e organização dos Festivais de Saúde mental para Jovens, em Espanha e Portugal.
- *Workshops* artísticos, com as peças de teatro “Tras la luz de Alba”, da Associação Lumo, em Espanha e “Todas as Coisas Extraordinárias”, da Associação Mente de Cão, em Portugal.

Recomendações digitais sobre os serviços de apoio à saúde mental dos/as jovens

Foi implementado um piloto na Catalunha (2026), liderado pela Fundació Ajuda i Esperança, para compreender de que forma é que as necessidades dos/as jovens devem ser abordadas nos serviços digitais de apoio à saúde mental, nomeadamente através do *WhatsApp*.

Eventos em destaque em 2026

BategaMent Fest | Barcelona, 10 de maio de 2026

No dia 10 de maio de 2026 realizou-se o BategaMent Fest, em Barcelona. Com o lema “La força del jovent, el poder del canvi!” (em português, “A força da juventude, o poder da mudança!”), o festival teve como objetivo promover a saúde mental e o bem-estar dos/as jovens, partilhar experiências e incentivar o *networking*. Este evento foi pensado e organizado pelos jovens da Federació Catalana de L'Esplai, da Fundesplai, a participar no BALANCE.

O programa do BategaMent Fest incluiu uma palestra com o Psicólogo Pablo R. Coca e a peça de teatro “Tras la luz de Alba”, da Associação Lumo, dedicada à sensibilização da saúde mental. Também foi dinamizado um “Mercado de recursos”, com atividades práticas, jogos e divulgação de informação útil sobre os serviços/respostas existentes na comunidade. Destaca-se a participação da Fundação Ajuda i Esperança, responsável pela “Esperança em Línia”, um serviço de apoio emocional através de linhas telefónicas e acompanhamento especializado.

Durante a tarde, os/as jovens participaram em atividades musicais e lúdicas, integradas na Festa Esplai 2026, evento que celebrou os 40 anos da Fundesplai. Os/as jovens da organização do BategaMent Fest tiveram a oportunidade de apresentar um manifesto centrado na saúde mental, dirigido aos/as participantes e aos/as representantes políticos presentes.

A Cáritas Diocesana de Coimbra também participou no festival, com um grupo de jovens do BALANCE, assim como a SOS Estudante, membro da Advisory Board Portuguesa do projeto. A participação do grupo português permitiu reforçar a cooperação internacional e promover o intercâmbio de experiências.



Reunião Transnacional | Barcelona, 11 de maio de 2025

No dia 11 de maio de 2026 realizou-se, em Barcelona, a reunião transnacional do projeto europeu BALANCE, na Fundesplai. O consórcio teve a oportunidade de analisar as atividades já desenvolvidas, nomeadamente ações de sensibilização, *workshops* artísticos e iniciativas participativas dirigidas a jovens, famílias e profissionais. Foi também realizado um balanço do BategaMent Fest, destacando-se o envolvimento ativo dos/as jovens na organização e dinamização do evento. A reunião permitiu ainda discutir o Cerebration - Fórum de Saúde Mental para Jovens, que se realizará em Coimbra, em 2026. Os/As jovens do grupo português tiveram oportunidade de partilhar as suas experiências na preparação deste evento.

