

O meu projeto empreendedor



Com o apoio



Problema encontrado	<p>Que problemas estão a tentar resolver? Quais as necessidades encontradas? Existe algum setor específico no qual evidenciem um problema?</p> <p>O problema no qual o nosso projeto se foca é a saúde mental e bem-estar. Segundo estudos, um em cada cinco portugueses tem problemas de perturbações psiquiátricas. Para além disso, estima-se que cerca de 22,9% dos portugueses sofre de uma perturbação psiquiátrica</p>
Soluções existentes	<p>Qual é o diagnóstico da situação? Apresentem alguns dados, caso existam. Que outras soluções já existem para o problema referido?</p> <p>Existem várias técnicas que se mostram uteis numa boa saúde mental:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Reforçar amizades2. Fazer exercício físico diariamente;3. Ter uma alimentação saudável e equilibrada; <p>A nível de aplicações online existem:</p> <ol style="list-style-type: none">1. A P5 – que permite a autoavaliação de sintomas bem como acesso a ferramentas de gestão emocional, melhoria do sono e adaptação de estilos de vida saudável2. Violet / Pur'ple
A ideia	<p>Descrevam a vossa ideia! Deem nome ao projeto, identifiquem o vosso grupo-alvo, mencionem os vossos objetivos gerais e específicos. Quais as atividades que pretendem realizar? Definam uma linha temporal para os vossos objetivos e atividades 😊</p> <p><u>"SMP3"</u></p> <p>A nossa ideia tem como objetivo intervir para a saúde mental dos jovens, uma vez que esta fase, é onde começamos a moldar a nossa personalidade. Assim, queremos criar uma aplicação que irá permitir que os jovens e a restante população possam desabafar com pessoas, em formato anónimo e onde se poderá criar grupos virtuais de apoio. O perfil de quem utiliza a aplicação poderá ser anónimo ou não, consoante a vontade do utilizador. Adicionalmente, a aplicação terá uma parte SOS para intervenção em crise.</p> <p>Iremos também, pagar um valor de colaboração aos psicólogos que fazem parte deste projeto, dando mais oportunidades de trabalho neste ramo.</p>

Proposta de Valor único – Solução

De que forma é que a vossa solução é diferente das soluções que já existem? O que a faz ser única e inovadora?

Apesar de já existirem aplicações que abordam este tema, as mesmas focam-se essencialmente na avaliação de sintomas. Por outro lado, o nosso projeto terá também a componente de intervenção com a inclusão de grupos de apoio e intervenção em crise.

Métricas de Sucesso

Que resultados esperam obter? Como os vão medir, de forma a perceberem se o projeto teve o sucesso desejado?

Esperamos, ao fim do 1º ano, ter 500 a 1000 utilizadores frequentes.

Iremos, com questões de monitorização e avaliação, monitorizar por semana a melhoria ou não dos utilizadores. Ambicionamos uma percentagem de melhoria de 30%.

Parcerias e Stakeholders

Quem vos pode ajudar a levar o vosso projeto para o próximo nível? Que parceiros podem beneficiar com o desenvolvimento do projeto? E de que forma é que os parceiros vos vão ajudar?

Parcerias:

- Serviço Nacional de Saúde
- Ordem dos Psicólogos Portugueses
- Casa da Juventude de Guimarães

Stakeholders

- Ministério da Saúde
- Conselho Nacional da Juventude

Recursos necessários

Que recursos irão precisar? Lembrem-se que existem vários tipos de recurso para além do financeiro. 😊

Como esperam financiar o vosso projeto?

Recursos físicos:

Local para desenvolvimento da app.

Recursos Humanos:

Psicólogos

Recursos financeiros:

De forma a pagar o desenvolvimento da aplicação e pagar aos recursos humanos. Assim sendo, iremos pedir financiamento a mecanismos locais e ao Portugal Inovação Social. Além disso, as nossas parcerias irão investir proporcionando o desenvolvimento e divulgação do nosso projeto.

Custos esperados

Que despesas esperam ter com o projeto? Façam um pequeno orçamento e estejam preparados! Quando acham que conseguem ter lucro?

Pretendemos obter financiamento para pagar aos psicólogos.

1. 15 psicólogos a part-time: 7 500€
2. Criação da aplicação: 18 500€
3. Marketing: 6000€

Assim sendo, estimamos um orçamento inicial de 32 000€.

O orçamento apresentado é um valor estimado, que pode variar de acordo com as necessidades específicas do projeto e com o nível de apoios locais que forem conseguidos. No entanto, este orçamento fornece uma base para a elaboração de um plano de ação mais detalhado.

Marketing e disseminação

Como esperam partilhar o vosso projeto e alcançar o teu grupo-alvo, de forma que comecem a ter os resultados necessários?

Para partilhar o nosso projeto e alcançar o nosso grupo-alvo, vamos utilizar os seguintes canais:

- Vamos criar uma página no Facebook, Instagram e Twitter para divulgar a aplicação e ao mesmo tempo sensibilizar para a importância da saúde mental.
- Iremos criar campanhas de divulgação presenciais indo a escolas e universidades.
-

Equipa

Quem irá implementar este projeto? Que competências tem cada membro da equipa?

Este projeto será implementado pelo grupo de trabalho que o desenvolve:

1. Alexandra e Rute – criação da aplicação
2. Simão, Rodrigo e Miguel – Monitorização da aplicação
3. Miguel e Alexandra – design do logotipo e criação do slogan
4. Rute e Simão – financiamento
5. Rodrigo – contabilidade

Sustentabilidade e impacto

Qual é a sustentabilidade do vosso projeto? Como é que irá gerar impacto na sociedade e na vida de quem beneficiará dele?

O nosso projeto apresenta-se sustentável uma vez que assenta todo na componente virtual. Através dos questionários mencionados anteriormente ambicionamos atingir um impacto nacional.

Catch Phrase

Descrevam a vossa ideia numa frase, como um slogan!

O bem estar não é um lugar onde se chega, é uma maneira de caminhar!