

NOTÍCIAS DA REDE

Cidades Saudáveis

#3
JUNHO 09

ANO EUROPEU
DA CRIATIVIDADE E DA INOVAÇÃO

CIDADES SAUDÁVEIS E CRIATIVAS

OPERAÇÃO NARIZ VERMELHO

À ESPERA:
UM PROJECTO DE AVALIAÇÃO CO-CRIATIVA



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

AMADORA
AVEIRO
BRAGANÇA
CABECEIRAS DE BASTO
LISBOA
LOURES
LOURINHÃ
MIRANDA DO CORVO
MONTIJO
ODIVELAS
OEIRAS
PALMELA
PONTA DELGADA
PORTIMÃO
RESENDE
SEIXAL
SERPA
SETÚBAL
TORRES VEDRAS
VENDAS NOVAS
VIANA DO CASTELO
VILA FRANCA DE XIRA
VILA REAL

ficha técnica

EDIÇÃO E PROPRIEDADE REDE PORTUGUESA DE CIDADES SAUDÁVEIS
IDEIA GRÁFICA E PAGINAÇÃO ATELIER FORMAS DO POSSÍVEL
IMPRESSÃO M2 ARTES GRÁFICAS
TIRAGEM 1 500 EXEMPLARES

02
EDITORIAL

ALFREDO MONTEIRO

Sr. Presidente do Conselho de Administração da
Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis

04
ARTIGO

**2009 ANO EUROPEU
DA CRIATIVIDADE
E DA INOVAÇÃO**

Imaginar · Criar · Inovar

07
ARTIGO

**CIDADES SAUDÁVEIS
E CRIATIVAS**

08
ARTIGO

**OPERAÇÃO
NARIZ VERMELHO**

10
ARTIGO

**À ESPERA
UM PROJECTO
DE AVALIAÇÃO
CO-CRIATIVA**

12
ARTIGO

**SAÚDE
AVEIRO SOCIAL 2008**



14
ARTIGO

**CRIATIVIDADE E INOVAÇÃO
NO FÓRUM SOCIAL
INTERMUNICIPAL
LOURINHÃ E TORRES VEDRAS**

16
ARTIGO

**SEMANA DA SAÚDE
VIVA +**

18
ARTIGO

**FEIRA DA SAÚDE 2009
TORRES VEDRAS**

20
ARTIGO

**SEIXAL SAUDÁVEL
RECRIA-SE E INOVA
NO SEU VI FÓRUM**

22
ARTIGO

**1º FÓRUM
JUNTOS PELO BEM-ESTAR E PELO
DESENVOLVIMENTO SOLIDÁRIO**

24
SUGESTÕES

25
AGENDA

MUNICÍPIOS

Editorial



Inovar nos diversos domínios da sociedade é um desafio que se nos coloca e ao qual a saúde não poderá ficar indiferente.

Imaginar – Criar – Inovar são as palavras-chave que enquadram o Ano Europeu da Criatividade e da Inovação. Em 2009, a Europa une-se para discutir este tema e sobretudo para desenvolver abordagens criativas e inovadoras que potenciem o seu desenvolvimento social e económico.

Inovar nos diversos domínios da sociedade é um desafio que se nos coloca e ao qual a saúde não poderá ficar indiferente. Encontrar respostas para velhos e novos problemas de saúde, num cenário de crise e de escassez de recursos a vários níveis, exige uma postura de solidariedade e articulação entre instituições e parceiros dos mais diversos sectores da sociedade.

Neste cenário, trabalhar em rede é mais do que uma convicção, é um imperativo que faz toda a diferença quando queremos dar resposta às necessidades das populações e criar condições para que nas nossas cidades se viva com mais saúde e qualidade de vida. Em rede multiplicamos saberes, diversificamos abordagens, partilhamos responsabilidades e recursos e desenvolvemos o potencial criativo que existe em todos nós.

No Ano Europeu da Criatividade e Inovação acreditamos que o futuro passa por assegurar a saúde pública para todos e recriar as cidades saudáveis e sustentáveis inovando e encontrando soluções criativas que tragam felicidade e bem-estar. Porque a saúde, a justiça social e a felicidade caminham juntas, acreditamos que em Rede saberemos dar resposta às necessidades, aos justos anseios e direitos dos cidadãos.

Alfredo Monteiro
**Presidente do Conselho de Administração
da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis**



A close-up photograph of a child's hand painting a blue mouse on a red jar. The hand is holding a blue paintbrush and is in the process of painting the mouse's body. The jar is red and has a blue mouse painted on it. The background is blurred, showing other jars of paint in green and yellow. The text "2009" is in the top right corner. The main title "Ano Europeu da Criatividade e da Inovação" is in the center, with "IMAGINAR CRIAR INOVAR" below it. There are decorative white swirls in the top right and bottom left corners.

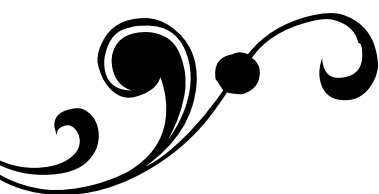
2009

Ano Europeu da Criatividade e da Inovação

IMAGINAR CRIAR INOVAR



ANO EUROPEU
DA CRIATIVIDADE E DA INOVAÇÃO



O objectivo do Ano Europeu é promover a criatividade junto de todos os cidadãos enquanto motor de inovação e factor essencial do desenvolvimento de competências pessoais, profissionais, empresariais e sociais, contribuir para o intercâmbio de experiências e boas práticas, estimular a educação e a pesquisa e promover o debate político e o desenvolvimento.

A criatividade é uma característica humana que se manifesta numa grande diversidade de áreas e contextos: arte, *design* e artesanato, progresso científico, empreendedorismo e inclusivamente no plano social. A inovação consiste na concretização bem-sucedida de novas ideias, enquanto a criatividade é a condição *sine qua non* da inovação.

A emergência de novos produtos, serviços, processos, estratégias e organizações exige a produção de novas ideias e a associação dessas ideias. Certas competências como o pensamento criativo e a resolução avançada de problemas são, pois, tão essenciais nos domínios económicos e sociais quanto nos domínios artísticos.

O ano de 2009 foi designado pelo Conselho e pelo Parlamento Europeu como o Ano Europeu da Criatividade e Inovação, constituindo-se como uma oportunidade para o reforço de competências e de acções que estimulem o aproveitamento da criatividade e da inovação como factores essenciais de um sustentável desenvolvimento económico e social.

O objectivo do Ano Europeu é promover a criatividade junto de todos os cidadãos enquanto motor de inovação e factor essencial do desenvolvimento de competências pessoais, profissionais, empresariais e sociais, contribuir para o intercâmbio de experiências e boas práticas, estimular a educação e a pesquisa e promover o debate político e o desenvolvimento.

As cidades são os grandes motores da economia e do desenvolvimento humano. Neste sentido, as cidades mais dinâmicas e competitivas são aquelas onde é mais agradável viver e onde se reúnem as melhores condições propícias à expressão criativa. Ou seja, onde existe liberdade, qualidade de vida, diversidade cultural, acesso generalizado ao conhecimento e às tecnologias.

Incluídos nas actividades do Ano Europeu estão campanhas de divulgação e informação, promoção de boas práticas, debates, encontros, conferências e um sem-número de projectos a nível regional, nacional e europeu.

Para saber mais: <http://criar2009.gov.pt/>



O século XXI será o século das cidades,
apontam os especialistas

Actualmente mais de metade da população mundial vive em cidades e na Europa este número atinge os 75%, com tendência a aumentar. As cidades tornam-se assim os grandes *habitats* da humanidade, pelo que deverão ser o resultado equilibrado e saudável de correlações entre o ambiente, o planeamento urbano, a educação, a exclusão social/pobreza, o emprego/desemprego, a situação social e económica e a saúde, de forma a proporcionar bem-estar físico e mental aos indivíduos das actuais e futuras gerações.

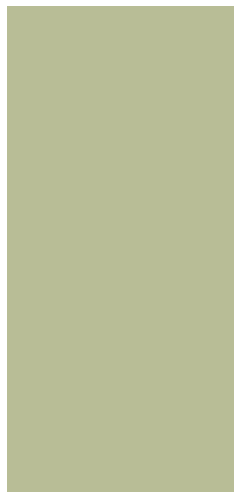
De acordo com o enunciado pelas Nações Unidas, o desenvolvimento sustentável deverá ser feito de forma a “satisfazer as necessidades do presente sem comprometer a capacidade das futuras gerações de satisfazer as suas próprias necessidades”. As pessoas são simultaneamente o enfoque e o motor do desenvolvimento sustentável e é na capacidade criativa e de inovação que reside o grande desafio das cidades e a resposta às necessidades humanas.

Na procura de instrumentos e ferramentas inovadoras e criativas, as cidades criativas e saudáveis apoiam-se em diversas estratégias ao nível urbano, cultural, económico e humano, das quais se destacam:

- A criação de um conjunto de ferramentas para o desenvolvimento urbano, como os conceitos de Planeamento Urbano Saudável, desenvolvidos pela Organização Mundial de Saúde (OMS);
- A utilização de actividades, indústrias, sectores criativos com propósitos de desenvolvimento económico e cultural, como eventos culturais emblemáticos, actividades de turismo, criação de pólos tecnológicos e educacionais, etc;
- O desenvolvimento de recursos humanos criativos, dando-lhes competências estratégicas, recorrendo, por exemplo, ao envolvimento dos que são afectados pelos problemas na sua resolução;

Em todas estas situações, uma liderança forte conduzida por indivíduos visionários e claridade de propósitos é essencial. Criatividade e Inovação são das mais valiosas ferramentas no espaço urbano, onde, cada vez mais, a saúde pública procura encontrar novas soluções para velhos problemas e dar resposta a problemas emergentes, recorrendo a abordagens criativas e inovadoras que conciliem os recursos limitados com a capacidade que as pessoas têm de ultrapassar barreiras e encontrar respostas para a vida na cidade.





Os nossos contactos:

tel: (+351) 213 618 256
tlm: (+351) 915 781 666
narizvermelho@sapo.pt
www.narizvermelho.pt

Para ser um bom doutor palhaço não basta criar momentos de alegria, você tem que ser a alegria. É a alegria que vem do coração, é a alegria em movimento.

Patch Adams

Operação Nariz Vermelho



Quando uma criança encontra um palhaço, nasce um mundo mágico que transforma todo o ambiente à sua volta.

Esta é a missão da Operação Nariz Vermelho: transformar momentos, tornando mais terna e feliz a experiência das crianças no hospital. Estimulando o lado saudável da criança doente, transmitindo confiança, optimismo e auto-estima, os nossos doutores palhaços visitam por ano em Lisboa, Porto e Coimbra mais de 30 000 crianças hospitalizadas.

O nosso principal propósito é assegurar de forma contínua um programa de intervenção dentro dos serviços pediátricos dos hospitais portugueses, através da visita de palhaços profissionais. Estes artistas têm formação especializada no meio hospitalar e trabalham em estreita colaboração com os profissionais de saúde, realizando actuações adaptadas a cada criança e a cada situação.

Somos uma Instituição Particular de Solidariedade Social, sem vinculações políticas ou religiosas, oficialmente constituída no dia 4 de Junho de 2002. É responsabilidade da associação treinar e manter a alta qualidade dos artistas. O trabalho dos artistas é remunerado e a associação oferece aos hospitais esse serviço.

A associação angaria os fundos necessários para o trabalho com a ajuda de empresas, campanhas e sócios.

Neste momento garantimos visitas semanais, durante 42 semanas por ano, aos 11 hospitais abrangidos pelo programa. A equipa de artistas é constituída por 21 doutores palhaços e nos bastidores trabalham 6 profissionais.

Receber a visita particular de um doutor palhaço é uma experiência fantástica e muito especial para uma criança. Quando um palhaço entra num hospital é um evento tão inesperado que transporta as pessoas automaticamente para o momento presente. É esta a nossa maior dádiva, porque nesse espaço mágico tudo é possível.

Entretanto é importante lembrarmos que um hospital não é um circo e para poder estar perto da criança hospitalizada o artista terá que adaptar as regras do seu jogo e agir em perfeita consonância com o trabalho dos profissionais de saúde, o ambiente e o público para o qual se dirige. Assim, o doutor palhaço surge como uma nova profissão, uma especialização do trabalho do palhaço. Um profissional que não é nem um terapeuta nem um palhaço comum. Uma arte que exige uma profunda capacidade de perceber o outro, o seu ambiente e improvisar a partir disto. Não existe o espectáculo, não existe o grande público. É uma conexão humana, um momento de cada vez, um paciente de cada vez, um coração de cada vez...

À Espera:

UM PROJECTO DE AVALIAÇÃO CO-CRIATIVA

Esta avaliação do projecto “À Espera” documenta a viagem colaborativa realizada pela Companhia Cultural de Liverpool, o Primary Care Trust de Liverpool, o Mersey Care NHS Trust e um leque diversificado de organizações de artes que, juntos, exploraram os méritos da utilização de diversas abordagens criativas como movimento, poesia, histórias, som e humor, para transformar a

experiência de espera nos locais de cuidados de saúde. A actividade criativa surgiu na forma de canções, humor e interactividade (movimento, poesia e histórias). Foi realizado um inquérito apreciativo para recolher perspectivas por parte dos pacientes, dos artistas e dos cuidados de saúde acerca de ambientes de espera e como poderiam ser modificados.

Ilustrador | **Dai Owen** desenhou estas imagens enquanto artistas desenvolviam o seu trabalho (centro). Foi possível observar uma passagem de um espaço de isolamento (esquerda) para um de conexão e convivência, entre os participantes no projecto.



APRENDIZAGENS-CHAVE

Os parceiros ganharam maior consciencialização para o objectivo, desenho e potencial dos locais de cuidados de saúde, bem como para o valor dos relacionamentos criativos em termos de:

- Estimular a consciencialização e curiosidade acerca de informação sobre saúde;
- Desafiar preconceitos sobre o que os espaços de saúde podem ser e fazer;
- Estimular o desenvolvimento de ambientes conducentes à saúde e bem-estar.

RECOMENDAÇÕES

- No desenvolvimento de espaços para a saúde e bem-estar, focar o sistema como um todo;
- Investir na colaboração criativa para expandir as possibilidades de mudança no estado de saúde;
- Identificar a visão partilhada, os valores e os objectivos de todos os agentes envolvidos no desenho de espaços para a saúde e bem-estar;
- Promover oportunidades para controlo e escolha de ambientes e actividades para as pessoas que utilizam os equipamentos de saúde.

Contactos

Denise Peerbhoy & Amanda Kilroy
denise.commonsense@gmail.com
www.thecommonsensepartnership.co.uk

Saúde Aveiro Social 2008

Nos dias 5, 6 e 7 de Dezembro de 2008, realizou-se a primeira edição do evento Saúde Aveiro Social, uma iniciativa conjunta da Câmara Municipal de Aveiro e da Empresa Municipal Aveiro-Expo, E.M., que teve como principal objectivo a abordagem integrada de diversas questões ligadas à saúde e acção social.

No âmbito deste evento, teve lugar, entre outras actividades, uma **mostra expositiva**, onde estiveram presentes **78 entidades públicas e privadas** das áreas do social e da saúde, de âmbitos nacional, regional e local, com o objectivo de promover o conhecimento e a divulgação das actividades desenvolvidas, junto da população em geral.

No que diz respeito à área do social, destaque-se, no dia 5 de Dezembro, a realização de uma **mesa redonda** sobre a temática “Pobreza e exclusão social” e dois **painéis**: “Construir a sustentabilidade”, que versou sobre questões relativas à qualidade das respostas sociais e “Partilhar experiências”, no âmbito do qual se divulgaram vários projectos de intervenção social desenvolvidos pelas instituições. Realce-se, ainda, a realização do **18.º Encontro Nacional da Confederação Nacional dos Organismos dos Deficientes**, no qual participaram algumas centenas de pessoas.



No domínio da saúde, foram dinamizadas, ao longo dos três dias, várias **sessões de esclarecimento** sobre diversos temas, nomeadamente, “Asma e rinite alérgica”, “A alimentação e as doenças cardiovasculares”, “O sol e a pele: do envelhecimento ao cancro da pele”, “Diabetes – pandemia do século XXI”, “Doenças oncológicas – cancro da mama e cancro do Colo do útero”, “A importância dos grupos de interajuda”, “O impacto da reabilitação visual na vida do doente com baixa visão” e “A prevenção da doença renal crónica”. Paralelamente, ocorreram **colheitas de sangue e de medula óssea e diversos rastreios médicos** (tensão arterial, glicemia, colesterolemia, acuidades visual e auditiva e pneumológicos).

No âmbito deste evento, o público pode usufruir de um programa lúdico pedagógico e desportivo que integrou actividades direccionadas para a infância, juventude e população idosa. Ao nível cultural, teve lugar, entre outros, a apresentação do livro Vozes sem Rosto – No Caminho da Luta contra a Pobreza e ainda espectáculos de dança, teatro e música.

De realçar, ainda, a realização do **Encontro do Grupo Técnico da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis**, a 5 de Dezembro de 2008, do qual o Município de Aveiro faz parte, estando ao longo do certame patente a exposição Pela Saúde - 10 Anos Em Rede. 🌱



Criatividade & Inovação

no Fórum Social
Intermunicipal

LOURINHÃ E TORRES VEDRAS



Entre os dias 18 e 20 de Março, a criatividade e a inovação tornaram-se palavras correntes no vocabulário dos lourinhanenses, com a realização, no nosso concelho, da segunda edição do Fórum Social Intermunicipal – uma iniciativa de parceria dos municípios da Lourinhã e de Torres Vedras.

A transversalidade da temática proposta originou a partilha de conhecimentos e de experiências – colóquio, oficinas e mesas de debate - bem como diversas manifestações artísticas e culturais, elencadas em torno dos vectores de intervenção do Fórum: Cidades Criativas, Criatividade e Inovação nas Organizações e Criatividade na Educação.

Entre outros objectivos, a iniciativa visou suscitar a discussão e a troca de experiências, fomentando, em simultâneo, a implementação de estratégias de desenvolvimento e valorização dos territórios, a rentabilização dos recursos existentes e a optimização da comunicação interorganizacional.

A multiplicidade dos formatos apresentados pela organização foi uma característica salientada na sessão de abertura pelos representantes das entidades organizadoras: o vereador José Tomé da Câmara Municipal da Lourinhã e o presidente do município de Torres Vedras, Carlos Miguel.



A iniciativa conjunta foi considerada pelo representante da autarquia anfitriã como “corajosa, eclética e oportuna”, na medida em que trouxe ao debate duas características que determinam a evolução das sociedades - criatividade e inovação.

Para José Tomé, “numa altura em que a crise assombra as nossas sociedades, é exactamente esta postura que se pretende – ser criativo”, ou seja, apostar em fórmulas inovadoras que aproveitem oportunidades e potenciem um crescimento sustentado.

A parceria organizativa das duas autarquias - que remonta à organização da primeira edição do Fórum - foi considerada pelo autarca torriense como um bom exemplo da congregação de conhecimentos e de experiências, que foi sendo replicada em diferentes iniciativas municipais, bem como por outras organizações nos territórios das duas autarquias.

Carlos Miguel salientou ainda o aspecto artístico, com grande representatividade nesta iniciativa, aludindo à instalação de Nuno Vasa que transformou a face visível do edifício dos Paços do Município da Lourinhã. 🌿

Semana da Saúde VIVA +

A realização da Semana da Saúde – VIVA + tem subjacente a promoção da saúde dos munícipes e da comunidade em geral, apresentando-se, deste modo, como um espaço de informação, educação para a saúde e desenvolvimento de competências.



A Câmara Municipal de Oeiras realizou pelo 5.º ano consecutivo, em parceria com a Merck Sharp & Dohme, a Semana da Saúde – Viva +. Este evento, que se apresentou como um espaço de informação e promoção de hábitos de vida saudáveis, decorreu de 6 a 10 de Maio no Jardim Municipal de Oeiras.

A realização da Semana da Saúde – VIVA + tem subjacente a promoção da saúde dos munícipes e da comunidade em geral, apresentando-se, deste modo, como um espaço de informação, educação para a saúde e desenvolvimento de competências. Para tal, a Autarquia contou com a participação e colaboração de profissionais da área da Saúde e de diversas entidades representadas em *stands*, entre elas a Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis.

Esta iniciativa pretende promover medidas preventivas para reduzir a incidência da doença e aumentar a consciência e responsabilidade da população pela manutenção da saúde, apresentando-se esta enquanto conceito multidimensional que contempla o bem-estar biopsicossocial do indivíduo.

Assim, foi proposto um programa diversificado que permitiu à população a participação em momentos de actividade física, em vários rastreios com a componente de aconselhamento e em actividades lúdico-pedagógicas, nomeadamente, a peça de teatro infantil *Bem Comer é Viver*, os insufláveis, as pinturas faciais, as demonstrações do funcionamento de equipamento de socorro, efectuadas pelos Bombeiros Voluntários, e os jogos de desenvolvimento de competências. Destaque, ainda, para um workshop sobre cozinha saudável e para a acção de dádiva de sangue realizada numa Unidade Móvel do Instituto Português do Sangue.

Em 2009, a Semana da Saúde integrou-se no programa comemorativo dos 250 anos do município de Oeiras e nos dez anos do programa Mexa-se Mais, um programa de promoção da actividade física, pioneiro em Portugal, que no futuro pretende estender a sua acção a outras áreas da promoção de estilos de vida saudáveis, designadamente à educação alimentar.

Foi proposto um programa diversificado que permitiu à população a participação em momentos de actividade física e em actividades lúdico-pedagógicas.





Feira da Saúde 2009

TORRES VEDRAS

A Feira da Saúde, organizada pela Câmara Municipal de Torres Vedras, encontra-se directamente relacionada com a operacionalização do Plano de Desenvolvimento em Saúde, produzido no âmbito do Projecto “Torres Vedras Saudável”.

Realizou-se a 3.ª edição da Feira da Saúde – Mostra de Serviços de Saúde e Bem-Estar, de 17 a 19 de Abril, no Pavilhão Multiusos, em Torres Vedras.

A Feira da Saúde, organizada pela Câmara Municipal de Torres Vedras, encontra-se directamente relacionada com a operacionalização do Plano de Desenvolvimento em Saúde, produzido no âmbito do Projecto “Torres Vedras Saudável”. Este instrumento de planeamento, tem como finalidade promover o bem-estar físico, mental e social da população torriense, reforçando sinergias entre os actores sociais locais.

Os objectivos da Feira são: esclarecer a comunidade sobre a importância dos determinantes de saúde no bem-estar da população e fomentar a qualidade de vida dos munícipes através da promoção da saúde e prevenção da doença.

Participaram 40 expositores, onde foram efectuados rastreios diários (alterações posturais, auditivos, colesterol, diabetes, espirometrias, glicemia, IMC, IMG, nutrição, podologia, tensão arterial e visuais),

demonstrações de actividade física, conferências (Cancro, Saúde da Mulher, Doença Renal, Doenças Cardiovasculares, Cirurgia Plástica, Terapias Complementares, Educação Alimentar e Obesidade, Sono), dinamizado um passeio pedestre e um passeio sensorial, efectuada uma colheita de sangue, disponibilizados insufláveis e pinturas faciais.

A Feira foi visitada por cerca de 18 000 pessoas, 43 escolas do 1.º ciclo dos estabelecimentos de ensino do concelho de Torres Vedras e comunidade em geral.

Integrados nesta Feira, realizaram-se durante os meses de Abril e Maio, em vários locais do concelho, workshops denominados +Saúde: Alimentação Saudável, que resultaram de uma parceria estabelecida entre a Câmara Municipal, Agrupamentos de Escolas, Centro de Saúde e outras entidades de ensino, dirigidas a encarregados de educação e/ou pais. Estas acções, dinamizadas pela nutricionista Elsa Feliciano, da região de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, tiveram como objectivo promover o bem-estar da população incentivando-a à adopção de hábitos de vida saudáveis.



SEIXAL SAUDÁVEL RECRIA-SE E INOVA NO SEU

VI Fórum

(...) um cenário que misturou o real e o virtual, em que a macieira virtual significa o pensamento estratégico e as maçãs suspensas simbolizam os frutos do trabalho e do percurso construído.

“Saúde da Comunidade: O Nosso Compromisso” foi o mote do VI Fórum Seixal Saudável, que decorreu no município do Seixal nos dias 14 e 15 de Maio.

Este Fórum é uma iniciativa emblemática do concelho do Seixal, e constitui o rosto do Projecto Municipal Seixal Saudável, um projecto construído lado a lado com a comunidade, com um leque de 130 parceiros que partilham preocupações, prioridades e estratégias comuns de intervenção na área da saúde, ao longo de mais de 15 anos de trabalho colectivo.

Durante dois dias desafiámos a comunidade do Seixal e os participantes deste evento a aprofundarem o conhecimento sobre este Projecto e a contactarem com experiências inovadoras que se desenvolvem em áreas tão diversas como a saúde, acção social, educação, emprego, ambiente e urbanismo, as quais partilham entre si uma intensa preocupação com o bem-estar das pessoas.

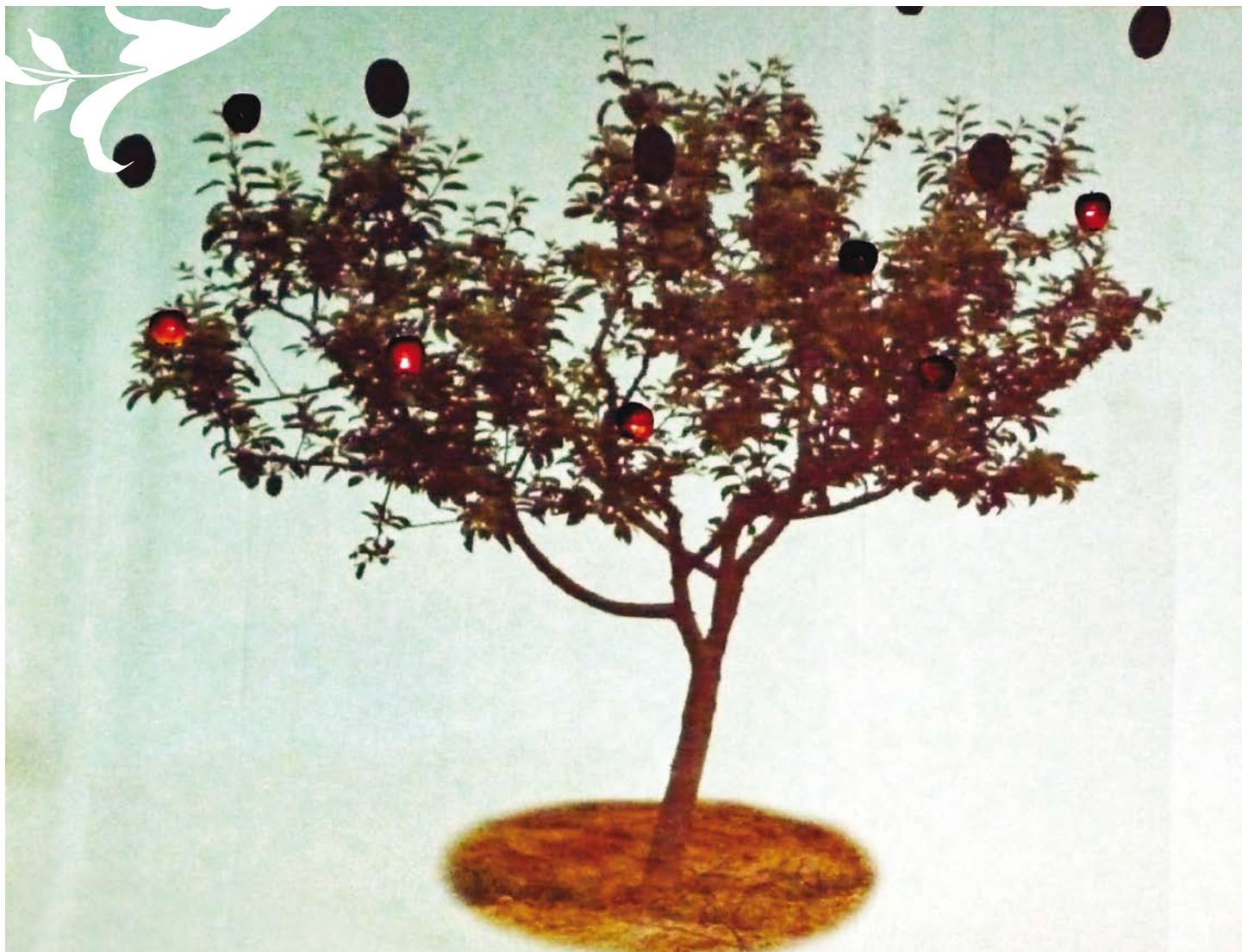
Contámos com a presença de diversas individualidades e especialistas da área da saúde e do desenvolvimento sustentável, entre os quais, a Ministra da Saúde, o Director do Projecto Cidades Saudáveis da Organização Mundial de Saúde, a Alta-Comissária da Saúde, o Presidente do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa, um Arquitecto da Universidade Politécnica de Catalunya e o Presidente da Câmara Municipal de Moura.

A criatividade e inovação constituíram um dos tópicos da agenda deste Fórum patente no cenário do evento, um cenário que misturou o real e o virtual, em que a macieira virtual significa o pensamento estratégico e as maçãs suspensas simbolizam os frutos do trabalho e do percurso construído.

Assinalámos, ainda, O Ano Europeu da Criatividade e Inovação com a abordagem das Cidades Saudáveis e Criativas, numa sessão que procurou reflectir as diversas valências das cidades saudáveis e criativas, numa perspectiva teórica e prática. Esta abordagem foi exemplificada através dos conceitos e princípios de Planeamento Urbano Saudável, que o Município do Seixal procura implementar e divulgar na autarquia e comunidade, bem como na abordagem do exemplo de uma cidade de grande escala – Barcelona e de um meio urbano de pequena escala – Moura – que actualmente tem uma projecção internacional graças a uma visão inovadora e criativa.

A música e a representação constituíram algumas das surpresas deste Fórum, para os cerca de 300 participantes. Destacamos a actuação do Grupo de Cavaquinhos “Aldeia da Música”, composto por crianças das escolas do ensino básico, da Associação Música nos Hospitais, que nos presenteou com um espectáculo musical de grande criatividade, da Tuna da Universidade Sénior do Seixal e do Grupo de Teatro do Oprimido num modelo de Teatro Fórum, onde o publico vestiu a pele de actor, interpretando diversos papéis.

Este Fórum deu também lugar às crianças e aos jovens na cerimónia de entrega de prémios dos Concursos de Desenho sobre Segurança Rodoviária e do Spot de Rádio sobre Prevenção Tabágica. As 400 crianças e jovens que passaram por este Fórum contribuíram para que este evento encerrasse em ambiente de festa, demonstrando que Juntos pela Saúde fazemos mais e melhor pelo nosso concelho e pelas nossas comunidades.



I Fórum

JUNTOS PELO BEM-ESTAR E PELO DESENVOLVIMENTO SOLIDÁRIO



A Escola Profissional de Montijo recebeu nos passados dias 20 e 21 de Maio a realização do I Fórum Juntos pelo Bem-Estar e pelo Desenvolvimento Solidário, uma organização do CLASS – Conselho Local de Acção Social e de Saúde de Montijo.

A Escola Profissional de Montijo recebeu nos passados dias 20 e 21 de Maio a realização do I Fórum Juntos pelo Bem-Estar e pelo Desenvolvimento Solidário, uma organização do CLASS – Conselho Local de Acção Social e de Saúde de Montijo.

A sessão inaugural contou com a presença do Eng.º Nélson Baltazar, presidente do Conselho de Administração do Hospital Garcia de Orta, que abordou as dinâmicas sociais e os impactes em saúde que o novo Aeroporto Internacional de Lisboa trará à região. No dia 21, a parte da manhã foi marcada pela apresentação do Perfil do Homem e da Mulher Imigrante do Concelho de Montijo e pelo lançamento do Guia de Recursos de Apoio às Famílias, ambos com versão online disponível no sítio do Município na Internet em www.mun-montijo.pt. Outras temáticas abordadas durante o I Fórum incluíram o trabalho em rede (metodologias, estratégias e actores), a comunicação e o marketing na saúde e na solidariedade, a saúde na 1.ª e na 3.ª idade, pensar o espaço urbano de forma sustentável e a (in)segurança humana. Relativamente ao painel sobre trabalho em rede é de realçar a comunicação apresentada pela Dra. Mirieme Ferreira (coordenadora técnica da RPCS), sobre os 12 anos de experiência da Rede em Portugal.

A iniciativa pretendeu debater as questões do desenvolvimento local que são identificadas como prioritária s pela OMS, nomeadamente no quadro da V Fase do Projecto Cidades Saudáveis (em arranque). O objectivo de elevar o conhecimento dos parceiros da Rede Social e do Projecto Montijo Saudável sobre os domínios social, educacional, ambiental, comunicacional e urbanístico parece ter surtido efeito, dada a considerável adesão registada (cerca de 200 participantes).

O evento contou com a participação de palestrantes vindos de vários quadrantes da sociedade pública e privada, que imprimiram um salutar ambiente de reflexão e debate entre os participantes das várias sessões plenárias e paralelas. Decorreu também, nos corredores e no átrio principal da escola, uma exposição de documentos e trabalhos ligados com as áreas

de intervenção e resultados práticos da acção quotidiana de diversas instituições parceiras do CLASS de Montijo, bem como da própria RPCS.

A noção de “escola aberta à comunidade” foi muito sentida, visto que todos os trabalhos decorreram em simultâneo com o normal funcionamento da actividade escolar, o que desde logo constituiu uma atitude inovadora e expressou a vontade da organização em disseminar uma visão de envolvimento multi-dimensional e de ergonomia organizacional, no fundo, uma motivação extra para todos/as que por ali passaram.

Resultou, pois, desta jornada de trabalhos, um sólido desafio a decisores, técnicos e cidadãos para usarem inteligentemente os recursos disponíveis em torno da criação de comunidades atentas às dinâmicas do meio, inovadoras, criativas, sustentáveis física e socialmente. Juntos... por cidades mais saudáveis e mais amigas do próximo!



Sugestões



CONFERÊNCIA INTERNACIONAL EMPLOYABILITY & ENTREPRENEURSHIP

1 e 2 de Julho de 2009

Organização: Faculdade de Economia e Gestão
da Universidade Católica Portuguesa

Mais informações: <http://www.porto.ucp.pt/cfpee>

A Conferência Internacional Employability & Entrepreneurship pretende proporcionar a reflexão sobre os grandes temas da actualidade do ensino:

- Definir novos caminhos para uma educação para o empreendedorismo;
- Estreitar a cooperação universidade – empresa;
- Promover a empregabilidade dos diplomados.

A promoção da empregabilidade e do empreendedorismo são desafios que se colocam quer ao nível do ensino universitário, quer ao nível secundário e profissional, pelo que a Conferência está organizada de forma a incluir estas diferentes realidades. Mais ainda, será organizada uma minimostra de projectos das escolas secundárias, assim como de empresas incubadas em universidades. Esta conferência pretende ser também um exemplo de boas práticas de aproximação ao mercado de trabalho.

FÓRUM GERAÇÃO ESCOLHAS

2 a 4 de Julho de 2009, Lisboa

Organização: ACIDI, I.P. (Programa Escolhas)

Fórum que pretende ser um espaço de partilha da inovação induzida pelo Programa Escolhas (ACIDI,IP) nas comunidades mais vulneráveis em Portugal. Procurar-se-á perceber de que forma inovação, competitividade e coesão social têm sido conjugadas neste programa, dando voz a milhares de crianças e jovens, nomeadamente das comunidades imigrantes e das minorias étnicas que, desta forma, têm tido oportunidade de fazer melhores escolhas.

CRIATIVIDADE E INOVAÇÃO PESSOAL ATRAVÉS DA ARTE-TERAPIA

3 a 6 de Setembro de 2009

Organização: Sociedade Portuguesa de Arte-Terapia
Mais informações: <http://www.arte-terapia.com>

Trata-se de um espaço inserido no âmbito do XIX Congresso Internacional da SIPE e X Congresso Português de Arte-Terapia, onde serão debatidos os temas da criatividade e inovação pessoais.

Haverá uma mesa de debate, performances, mostras artísticas e workshops de Arte-Terapia onde se pretenderá sensibilizar os participantes para o potencial criativo e inovador que há em si.

FUTURÁLIA FEIRA INTERNACIONAL DA JUVENTUDE, QUALIFICAÇÕES E EMPREGO

8 a 12 de Dezembro de 2009 (FIL, Lisboa)

Organização: AIP (em colaboração com várias entidades: IEFP, IPJ, etc.)

Estando a qualificação na base de mais produtividade e maior desenvolvimento, a Futurália assume-se como o espaço de excelência onde se faz a ligação directa entre a qualificação e os objectivos de curto prazo de quem a procura, como são um maior nível de empregabilidade ou uma melhor remuneração. Embora não sendo uma feira de emprego, a Futurália dedica nesta edição um grande espaço de debate ao sector da empregabilidade, evidenciando exemplos de competências essenciais procuradas pelas empresas como a experiência internacional, o conhecimento de línguas e competências transversais.

AMADORA

15 A 19 SETEMBRO
9.30h às 13.00h
Auditório Municipal da
Câmara Municipal da Amadora

CICLO DE WORKSHOPS

Câmara Municipal da Amadora

Temática: Educação sexual
Temática: Gravidez na adolescência

28 SETEMBRO
Parque Central

DIA DO CORAÇÃO

Câmara Municipal da Amadora

10 OUTUBRO
Estrada dos Salgados
– Falagueira

CAMINHADA PELA SAÚDE

Câmara Municipal da Amadora

LISBOA

**4 JUNHO
9 JULHO**
Instituto Superior Ciências do
Trabalho e do Empresa (ISCTE)
/ Fórum Lisboa



A CIDADE AMIGA DAS PESSOAS IDOSAS

A Câmara Municipal de Lisboa encontra-se a promover iniciativas que procuram recolher sugestões e opiniões sobre como melhorar a cidade, de forma a torná-la mais amiga das pessoas, em especial das pessoas idosas. Enquadrados no âmbito do Plano Gerontológico Municipal 2009-2013, estão a decorrer Fóruns Locais (já realizados três: 23 de Abril, 7 e 28 de Maio), realizando-se um Fórum Municipal em 9 de Julho.

Estes Fóruns estão abertos à participação de todos os cidadãos com 50 e mais anos residentes na cidade de Lisboa.

Fórum Local | Fórum Municipal para as Pessoas com 50 e mais Anos
Câmara Municipal de Lisboa / Departamento de Acção Social
Tel: 213 944 300 | Fax: 218 171 252
E-mail: das@cm-lisboa.pt
das.equipa.envelhecimento@cm-lisboa.pt

27 SETEMBRO
10.30h
Travessia da Ponte
Vasco da Gama

MEIA MARATONA DE PORTUGAL

Prova de 21,095 km com partida da Ponte Vasco da Gama e meta em frente ao Pavilhão de Portugal no Parque das Nações.



Maratona Clube de Portugal
Tel: 214 413 182 | Fax: 214 413 073
www.meiamaratonadeportugal.com
Câmara Municipal de Lisboa / Departamento de Desporto
Tel: 213 221 500 | Fax: 218 171 253
E-mail: dd@cm-lisboa.pt

16 A 22 SETEMBRO
Em diversos locais
de Lisboa

SEMANA DA MOBILIDADE

Semana marcada por eventos de sensibilização e consciencialização sobre o tema da mobilidade. A iniciativa tem em vista uma cidade mais amigável, com maior segurança para os peões e melhor capacidade de circulação, de que é exemplo a promoção do uso dos transportes públicos.



Câmara Municipal de Lisboa / Departamento de Ambiente e Espaços Verdes / Espaço Monsanto
Tel: 218 170 230 | Fax: 218 171 255
E-mail: desa@cm-lisboa.pt
Câmara Municipal de Lisboa / Departamento de Acção Social /
Tel: 213 944 300 | Fax: 218 171 252
E-mail: das@cm-lisboa.pt

LOURES

18 JUNHO
Parque Municipal
do Cabeço de Montachique

10.00h às 18.00h

DESPORTO SÉNIOR

Câmara Municipal de Loures

MARCHA CONVÍVIO DESPORTO SÉNIOR

Estas iniciativas são o resultado de um ano de trabalho realizado pelas quinze classes de Desporto Sénior existentes no concelho de Loures. Um investimento municipal que proporciona a cerca de meio milhar de seniores do concelho a prática de actividade física regular, nomeadamente com danças de salão, ginástica de manutenção moderada, hidroginástica, entre outras. Convidamo-lo a assistir a este Festival que, a exemplo de anos anteriores, será decerto um sucesso.

Câmara Municipal de Loures

28 JUNHO
Parque Municipal
do Cabeço de Montachique

ACTIVIDADE FINAL DO PROJECTO PAIS.COMO

Nesta actividade, será utilizada uma metodologia de *outdoor training*, através da qual os participantes do projecto pais.como irão vivenciar e experienciar um conjunto de situações relacionadas com os temas desenvolvidos nas diferentes acções de formação (ex: comunicação, gestão de conflitos, gestão de stress, emoções, trabalho de equipa, criatividade, etc). Pretende-se que esta acção possa proporcionar experiências e reflexões consistentes com os objectivos do projecto e extrapoláveis para situações concretas do seu quotidiano, quer nos contextos escolares quer familiares.

Gabinete de Saúde
Tel: 219 849 156 | Fax: 219 849 192
E-mail: gab_saude@cm-loures.pt

JUNHO A DEZEMBRO
Parque Urbano de
Santa Iria de Azóia



HORTA SOLAR

A Horta Solar consiste numa pequena horta pedagógica, com a particularidade de obedecer a critérios de sustentabilidade quanto a energia, uso racional do recurso água, reciclagem de nutrientes e matéria orgânica. Fomenta ainda a longa tradição hortícola do concelho de Loures, procurando desta forma reavivar, revitalizar e manter o património histórico e cultural do concelho. Desta forma, através de uma actividade eminentemente prática de contacto com a Horta Solar os participantes passarão a conhecer conceitos como compostagem, preparação do terreno, semeio, plantação ou manutenção por forma a que crianças e jovens tomem contacto directo com uma prática com tradição no concelho.

Área de Educação e Sensibilização Ambiental/
Departamento de Ambiente
Tel: 219 826 275/79 | Fax: 219 943 054
E-mail: aesa@cm-loures.pt

LOURINHÃ

5, 12, 19, 26 JULHO

10.00h
Praia da Areia Branca
(junto a Pousada
da Juventude)



AERÓBICA PARA TODOS

É uma das actividades do projecto “em movimento...”, que pretende, através dos valores do desportivismo, da partilha e da cidadania, divulgar e promover não só a prática da actividade física e desportiva como também os espaços públicos concelhios, contribuindo assim para a socialização, promoção da saúde e da qualidade de vida dos munícipes. Outros eventos dentro deste projecto são as caminhadas, animação de praças, praias e jardins, colóquios e workshops.

Demonstrações abertas ao público, ao ar livre, como forma de divulgar e incentivar a prática desportiva e estilos de vida saudável.

Organização da Câmara Municipal da Lourinhã

JULHO E AGOSTO
Lousã – Ponte de Lousã



PROGRAMA BANDEIRA AZUL

Actividades no âmbito do Programa Bandeira Azul, dinamizadas nas praias de Praia Areia Branca, Areal Sul, Peralta, Porto Dinheiro e Valmitão:
- Caça ao Lixo;
- Jogo Sopa de Letras;
- Jogo Energias Renováveis;
- Forno Solar

Organização da Câmara Municipal da Lourinhã

10 OUTUBRO
Auditório AMAL



IV CAMPANHA DE SAÚDE MENTAL COMUNITÁRIA

A saúde, a cultura, a arte e as novas formas de sociabilidade constituem os temas base da Campanha de Saúde Mental Comunitária, uma iniciativa que visa criar espaços de reflexão e delinear estratégias que promovam a saúde mental, entendida como um domínio indissociável da qualidade de vida e do bem-estar das populações.

Destinada ao público em geral. Entrada livre.

Organização da Câmara Municipal da Lourinhã

MIRANDA DO CORVO

CIRCUITO DAS CAMINHADAS

Caminhar alivia tensões, traz prazer e bem-estar, ajuda a controlar o peso e fortalece os músculos e o coração. É uma actividade simples que, feita de forma programada, proporciona excelente condicionamento físico. É uma actividade física aeróbia de baixo impacto, barata e fácil de ser executada. Destinam-se a toda a população, é entregue um panfleto com os percursos, cuidados a ter, duração, grau de dificuldade, andamentos, vestuário adequado.

Todos os participantes poderão ainda participar nos jogos de lazer, de recreação ou tradicionais, nomeadamente Jogo de Damas, Dominó, Sueca, Galo Mikado, Jogo da Malha, Corrida de Sacos, Pião, Corrida de Cântaros, etc.

Câmara Municipal de Miranda do Corvo em parceria com a Associação para o Desenvolvimento e Formação Profissional
Tel: 239 530 320 | Fax: 239 532 952
E-mail: camara@mirandadocorvo.pt

21 JUNHO

Praça José Falcão, 9.00h
Quinta da Paiva, 15.30h

19 JULHO

Piscina de Vila Nova, 9.00h
Ringue de Vila Nova, 15.30h

23 AGOSTO

Praça José Falcão, 9.00h
Quinta da Paiva, 15.30h

27 SETEMBRO

Praça José Falcão, 9.00h

“1.ª Volta a Miranda em Bicicleta”
“1º Jogos Tradicionais”

“Rota do Xisto, Percurso do Gondramaz”
“1º Jogos Tradicionais”

“Passeios de Agosto”
“Jogos de Lazer e Recreação”

“Caminhar pelo Coração”

TODAS AS QUARTAS E SEXTAS FEIRAS DE JULHO E AGOSTO

16.00h
Piscina da Quinta da Paiva

BRINCADEIRAS NA PISCINA

Com estas actividades pretende-se divertir a população que se encontra a usufruir de um dia de férias, incentivando à actividade física, exercitar todos os músculos, partilhar amizades. Destina-se a todos os ocupantes da piscina e com a duração de uma hora.

Câmara Municipal de Miranda do Corvo
Tel: 239 530 320 | Fax: 239 532 952
E-mail: camara@mirandadocorvo.pt

TODOS OS PRIMEIROS DOMINGOS DO MÊS

11h30
Pavilhão Municipal
(aulas de ginástica)
Piscina Municipal
(aulas de natação)

DESPORTO SÉNIOR – GINÁSTICA DE MANUTENÇÃO E HIDROGINÁSTICA

Estas actividades destinam-se aos mais idosos, e têm como objectivo melhorar a sua qualidade de vida, auxiliando na prevenção e tratamento de doenças através da prática da actividade física, proporcionando bons momentos de convívio entre todos. A inscrição é gratuita através do preenchimento de uma “Ficha de Inscrição”, sendo obrigatória a entrega de uma Declaração Médica, antes do início da actividade. As aulas têm a duração de 45 minutos.

Câmara Municipal de Miranda do Corvo
Tel: 239 530 320 | Fax: 239 532 952
E-mail: camara@mirandadocorvo.pt

MONTIJO

JUNHO
Vários locais



SEMANA ABERTA DA UNIVERSIDADE SÉNIOR

Semana de encerramento do Ano Lectivo 2008/09, com um programa de actividades diversificado, incluindo aulas abertas, sessões de informação no âmbito da Saúde, exposições de trabalhos produzidos pelos alunos/as e convívio entre os docentes e discentes, bem como, de uma forma alargada, com toda a comunidade montijense.

Universidade Setubalense da Terceira Idade
– Pólo de Montijo
Casa Senhorial da Qta. Saldanha
Tel: 212 314 203

1ª QUINZENA AGOSTO
Local a definir



AGENDA SÉNIOR – COLÓNIA BALNEAR

Convívio intergeracional que inclui actividades lúdicas e exercício físico, numa óptica de promoção do Envelhecimento Saudável e Activo.

Projecto Montijo Saudável - Gabinete Sénior
Gabinete de Saúde e Acção Social – CM Montijo
Tel: 212 327 856 | Fax: 212 327 859

26 SETEMBRO
Local a definir



IV ENCONTRO MULTICULTURAL

Momento de partilha e convívio intercultural, destinado a promover a melhor inclusão e integração das comunidades imigrantes presentes em Montijo, numa óptica de Cidadania Plural e Activa.

Projecto Tu Kontas e ASSIM – Ass. Imigrantes Montijo
Tel: 212 327 858

ODIVELAS

10 SETEMBRO
Auditório dos Paços do Concelho



APRESENTAÇÃO DO PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE DO CONCELHO DE ODIVELAS - 2009

No âmbito do Projecto “Odivelas Concelho Saudável” está a ser desenvolvida a actualização do Plano Municipal de Saúde do Concelho de Odivelas visando a avaliação global do estado da saúde com vista à indicação de medidas/recomendações condutoras ao estabelecimento de metas/acções a implementar pelos diversos agentes sociais/comunitários no âmbito da consolidação de um concelho saudável.

Divisão de Saúde e da Prevenção das Toxicodependências
Tel: 219 346 700 | Fax: 219 346 709
E-mail: saude@cm-odivelas.pt

OUTUBRO
Centro Cultural da Malaposta



ESPECTÁCULO FINAL DO PROJECTO SABER ENVELHECER PARA MELHOR VIVER

Apresentação pública dos trabalhos artísticos elaborados pelos utentes dos Centros de Dia e Lares para a 3.ª Idade com base nas temáticas dinamizadas nas acções de sensibilização no âmbito da promoção e educação para a saúde. Desta forma, os participantes poderão trabalhar de forma lúdica os conceitos de saúde, recorrendo a diversas técnicas artísticas.

Divisão de Saúde e da Prevenção das Toxicodependências
Tel: 219 346 700 | Fax: 219 346 709
E-mail: saude@cm-odivelas.pt

NOVEMBRO
Auditório dos Paços do Concelho



IV ENCONTRO CONCELHIO SOBRE PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS DE RISCO

Visando divulgar a actividade desenvolvida no âmbito do Plano Estratégico Concelhio de Prevenção das Toxicodependências (PECPT) irá realizar-se o IV Encontro Anual Concelhio sobre Prevenção de Comportamentos de Risco.

Divisão de Saúde e da Prevenção das Toxicodependências
Tel: 219 346 700 | Fax: 219 346 709
E-mail: saude@cm-odivelas.pt

OEIRAS

14 JUNHO
Estrada Marginal, entre Algês e Oeiras



MEXA-SE NA MARGINAL

Evento bandeira do programa de Promoção do Exercício Físico “Mexa-se Mais”, transforma a Marginal num mega-espaco de prática de actividade física, através da disponibilização de grande diversidade de actividades abertas a todos, com o objectivo de fazer uma “festa” em torno do conceito “ser activo é divertido”. Na edição de 2008 estimaram-se 40.000 participantes.

Câmara Municipal de Oeiras
Tel: 214 408 540 | Fax: 214 404 876
E-mail: mexa-semais@cm-oeiras.pt

26 JULHO A 2 AGOSTO
Parque Urbano da Quinta do Salles, Outurela, Carnaxide



VERÃO NO PARQUE

O Verão no Parque é um evento que decorre anualmente, que oferece à comunidade envolvente um conjunto de actividades lúdicas, artísticas e culturais, resultando de uma parceria entre a Câmara Municipal de Oeiras e a Companhia de Actores. Pretende-se a educação e integração sociais através da Arte. Nesse sentido, apela-se ao desenvolvimento criativo, reflexivo e expressivo dos jovens e adultos, através das actividades em que se inscrevem, e da simples convivência.

Câmara Municipal de Oeiras
Tel: 214 160 565 | Fax: 214 186 727
E-mail: joana.sousa@cm-oeiras.pt

16 OUTUBRO



COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

O consumo progressivo de produtos nutricionalmente inadequados, tem provocado graves repercussões ao nível da Saúde Pública pela sua associação ao aparecimento de doenças como a obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e certos tipos de cancro. Consciente desta tendência, a CMO celebra anualmente o Dia Mundial da Alimentação, promovendo a adopção de práticas alimentares saudáveis.

Câmara Municipal de Oeiras
Tel: 214 404 874 | Fax: 214 408 568
E-mail: saúde@cm-oeiras.pt

PALMELA

ULTRAVERÃO

Programa de Ocupação de Tempos Livres, (de carácter educativo, cultural, desportivo e recreativo), destinado aos jovens residentes no concelho, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos, no período de férias escolares de Verão. Promove uma programação diversa: dinamização de oficinas de expressão plástica, musical, corporal, etc; actividades desportivas e radicais, praia, piscina e acampamento. Segunda a sexta-feira entre as 09h00 e as 18h00; máximo de 30 participantes por semana.

CMP / Departamento de Educação e Intervenção Social
Gabinete de Juventude
Tel: 212 336 606
E-mail: juventude@cm-palmela.pt
www.juventudeinteractiva.org

OUTUBRO
Nas diversas freguesias do concelho de Palmela



OUTUBRO SÉNIOR EM PALMELA - COMEMORAÇÕES DO MÊS DO IDOSO

Projecto da responsabilidade da CMP em parceria com as Instituições Particulares de Solidariedade Social locais de apoio à população sénior, e cujos destinatários são as pessoas idosas e suas famílias. Compreende um conjunto diversificado de actividades em domínios como o lazer/ entretenimento, a saúde, o desporto, a formação/ informação entre outros, actividades que valorizam as vivências e estilos de vida das gerações mais velhas e planeadas de acordo com os seus centros de interesse no sentido de procurar contribuir para uma crescente melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas do Concelho.

CMP/ Departamento de Educação e Intervenção Social
Divisão de Intervenção Social
Tel: 212 336 606 | Fax: 212 336 609
E-mail: dis@cmp-palmela.pt

3 A 5 JULHO
Pinhal Novo



FIG - 7º FESTIVAL INTERNACIONAL DE GIGANTES

Teatro de rua, novo circo, música, clown, marionetas, arruadas, exposições, desfiles, workshops e a presença indispensável dos tradicionais cabeçudos marcam a 7ª edição do FIG. Com espaços diversificados para surpreender toda a família - gastronomia e produtos regionais, espaço marionetas, espaço infantil, entre outros.
Destaques:
Whalley Range All Stars - “Pig” - Teatro de Rua - Reino Unido;
Taraful Gulamas - Música – França;
S.A. Marionetas - Marionetas – Portugal;
Radar 360º - Teatro de Rua – Portugal;
Kalatharangini Troup - Teatro/Dança – Índia;
Compagnia dei Folli; *Italia – Teatro de Rua*

Promovido pela Câmara Municipal de Palmela, em conjunto com **Bardoada** – O Grupo do Sarrafo, **ATA** – Acção Teatral Artimanha, Associação Juvenil **COI** e **PIA** – Projectos de Intervenção Artística.
Departamento de Cultura e Desporto - DAC
Tel: 212 336 630
E-mail: apereira@cm-palmela.pt
Site: www.figfestival.org

SEIXAL

4 JUNHO

Das 9.30h às 17.30h
Parque da Verdizela



FESTA DA SEGURANÇA RODOVIÁRIA

Neste dia, as turmas que desenvolveram o projecto de segurança rodoviária “O Rodinhas”, durante o ano lectivo 2008/2009, participam num concurso interturmas que é uma pequena réplica dos jogos sem fronteiras. Para além das actividades desportivas e relacionadas com a segurança rodoviária, os alunos assistem a uma demonstração cinótecnica (com cães polícia) pela PSP do Seixal.

A exemplo do ano anterior contamos que este dia seja divertido, cheio de animação e surpresas para os participantes.

Gabinete do Projecto Seixal Saudável da C. M. do Seixal e Escola Segura da PSP do Seixal
Tel: 210 976 140
E-mail: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

24 E 25 NOVEMBRO



ENCONTRO “INTERVENÇÃO SOCIAL PELA ARTE”

Pretende-se promover um Encontro sobre a intervenção social pela arte, de forma a contribuir para a reflexão/ acção no que se refere ao papel da criação artística no desenvolvimento social e no desenvolvimento das competências pessoais e sociais ao longo do ciclo da vida.

Gabinete de Acção Social da C. M. do Seixal
Tel: 212 276 772
E-mail: accao.social@cm-seixal.pt

DEZEMBRO

Galeria Augusto Cabrita

LANÇAMENTO DO PERFIL DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DO SEIXAL

O perfil de saúde do Município do Seixal constitui um diagnóstico da situação de saúde a nível local. Tem a preocupação de apresentar um retrato socio-demográfico da população e dar informações sobre os estilos de vida, o ambiente, os factores sociais e de saúde que afectam o status de saúde.

Gabinete do Projecto Seixal Saudável da Câmara Municipal do Seixal e Escola Segura da PSP do Seixal
Tel: 210 976 140
E-mail: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

SERPA

5 A 13 JUNHO



ENCONTRO DE CULTURAS

Evento anual onde se promove a cultura como factor de desenvolvimento. Para além de concertos, exposições e outras actividades culturais, realizam-se workshops de danças tradicionais de várias partes do mundo.

Câmara Municipal de Serpa

TODO O ANO



GENTE EM MOVIMENTO

Programa contínuo de actividades desportivas, aberto a toda a população, onde se inclui a prática de hidroginástica e ginástica.

Câmara Municipal de Serpa

SETÚBAL

5 JULHO

Praça do Bocage



FEIRA DA FLOR

Venda pública dos produtos hortícolas e flores produzidos nas hortas pedagógicas dos estabelecimentos de ensino do concelho à população, num salutar intercâmbio de vivências e experiências.

Câmara Municipal de Setúbal
Tel: 265 537 000 | Fax: 265 220 050
E-mail: disqa@mun-setubal.pt

1 E 2 OUTUBRO

Av. Luísa Todi



COMO ESTÁ A SUA SAÚDE

Promoção da saúde e prevenção da doença à população do Concelho de Setúbal através da realização de rastreios, consultas e sessões de esclarecimento em articulação estreita com os parceiros (Centro Hospitalar de Setúbal, Hospital de Santiago, Agrupamento de Centros de Saúde de Setúbal e Palmela, Escola Superior de Saúde de Setúbal, Fundação Professor Fernando de Pádua e Rotary Club de Setúbal).

Câmara Municipal de Setúbal
Tel: 265 234 600 | Fax: 265 234 600
E-mail: setubal.saudavel@clix.pt

16 A 22 SETEMBRO



SEMANA EUROPEIA DA MOBILIDADE

Semana em que se realizam espectáculos de rua dedicados à mobilidade e transportes públicos e intervenções de diferentes instituições locais em campanhas de sensibilização para a saúde, com realização de rastreios de hipertensão, colesterol e controle de peso. Disponibilização de bicicletas pelas Juntas de Freguesia.

Câmara Municipal de Serpa

21 E 28 OUTUBRO E
18 E 25 NOVEMBRO

Pavilhão das Manteigadas



ATELIERS DE EXPRESSÃO

Os Ateliers de Expressão são organizados no âmbito do projecto “De Pequenino”, cujos destinatários são os alunos dos Jardins de Infância da Rede Pública do Concelho de Setúbal, envolvendo cerca de 420 crianças. Visa essencialmente estimular e promover o gosto pela prática de actividades físicas, contribuindo para o desenvolvimento global da criança. As actividades desenvolvidas nestes ateliers baseiam-se na realização de circuitos de perícias e manipulações. Percursos ginmicos, circuitos de deslocamentos e equilíbrios e jogos.

Câmara Municipal de Setúbal
Tel: 265 739 890 | Fax: 265 739 895
E-mail: dides@mun-setubal.pt

TORRES VEDRAS

15 MAIO
A 31 JULHO

Cidade (Parque Verde da Várzea) e Freguesias do Concelho



PONHA-SE A MEXER PELA SUA SAÚDE

Programa de promoção da actividade física, que consiste na realização de aulas de grupo em espaços de lazer públicos e organização de passeios pedestres.

Câmara Municipal de Torres Vedras
Tel: 261 320 761

1 OUTUBRO A
15 DEZEMBRO

Concelhos de Torres Vedras,
Lourinhã e sobral de Monte
Agraço



“FESTAS D`OUTONO 2009”

Actividades descentralizadas, destinadas a todos os seniores dos Concelhos de Torres Vedras, Sobral de Monte Agraço, Lourinhã e Cadaval e organizadas em torno de 4 áreas temáticas: formativa, desportiva, artística e cultural.

Municípios de Torres Vedras, Lourinhã e sobral de Monte Agraço em parceria com as IPSS dos concelhos de Torres Vedras, Lourinhã, Sobral de Monte Agraço e Cadaval e com a ESCO (Escola de Serviços e comércio do Oeste)
Tel: 261 320 755
E-mail: rutesilva@cm-tvedras.pt

5 DEZEMBRO

Bombarral



DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO

Esta actividade irá concretizar-se pelo 4º ano consecutivo e pretende promover o intercâmbio entre os voluntários dos diversos concelhos, sensibilizar e informar a comunidade para a temática do voluntariado e simultaneamente e rentabilizar os recursos dos concelhos limítrofes.

Parceria Intermunicipal (Bombarral, Cadaval, Lourinhã e Torres Vedras)
Tel: 261 320 772

VIANA DO CASTELO

16 OUTUBRO

Praça da República



DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

Realização do “Festival das Sopas”, na Praça da República, com o objectivo de promover o consumo dos produtos hortícolas e leguminosas. O Gabinete Cidade Saudável contará com a participação dos vários grupos folclóricos do concelho.

Câmara Municipal de Viana do Castelo

3 DEZEMBRO

DIA MUNDIAL DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA



Realização de acções de formação em Língua Gestual direccionadas à população em geral. Esta actividade está incluída no Projecto “Informar com Novo Olhar” e visa difundir formação e informação sobre a temática da acessibilidade.

Câmara Municipal de Viana do Castelo

5 DEZEMBRO

DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO



Realização de um encontro de voluntariado com a colaboração não só dos vários parceiros do Banco Local de Voluntariado mas também de outras entidades com uma intervenção pertinente nesta área. Pretende-se a sensibilização para o voluntariado, a partilha de experiências, a aquisição de novas competências e proporcionar a reflexão e a discussão entre os intervenientes.

Câmara Municipal de Viana do Castelo

VILA FRANCA DE XIRA

MARÇO A JUNHO

Município de Vila de Franca de Xira



PARADO É QUE NÃO!

Este Programa promove e informa os munícipes para a importância da realização de exercício do físico, para o seu bem-estar psicológico e físico.

As actividades *FITNESS* que habitualmente se encontram confinadas aos espaços físicos dos ginásios são trazidas para o exterior, nomeadamente para os parques urbanos e jardins municipais, entre as 10h00 e as 12h00 distribuídas por 4 localidades do Concelho. As inscrições são gratuitas e são realizadas na Divisão de Desporto e nas entidades parceiras.

Este Programa resulta de uma **parceria conjunta** entre o Município de Vila Franca de Xira – Divisão de Desporto e de diversos ginásios e colectividades do concelho
Tel: 263 285 600, ext. 2730/2731
E-mail: desporto@cm-vfxira
www.cm-vfxira.pt

JULHO E AGOSTO

Centro Comunitário de Arcena



ACADEMIA DE VERÃO

A “Academia de Verão” funciona no período de interrupção lectiva do Verão, constituindo-se como uma alternativa de férias, às crianças/jovens moradoras no Bairro de Arcena e como promotora de estilos de vida saudáveis. A “Academia” é composta por vários ateliers e saídas de exterior que visam fomentar a actividade física, assim como a criatividade e as competências pessoais e sociais dos seus participantes.

Município de Vila Franca de Xira - Divisão de Saúde e Acção Social
Tel: 219 572 350 | 219 572 366
E-mail: ccarcena@gmail.com
dhsas.dsas@cm-vfxira.pt

3 DEZEMBRO

Auditório da Sociedade Filarmónica Recreio Alverquense

TODOS JUNTOS PELA DIFERENÇA

“Todos Juntos pela Diferença” é um espectáculo de danças e canções feito por crianças e jovens portadores ou não de deficiência. Pretende assinalar a passagem do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência e tem como objectivo, sensibilizar para a diferença. O público-alvo é constituído por crianças em idade pré-escolar e escolar.

Município de Vila Franca de Xira - Divisão de Saúde e Acção Social
Tel: 263 284 523 | Tm: 969 800 055
Fax:263 283 028
E-mail: accaosocial@cm-vfxira

REDE PORTUGUESA DE CIDADES SAUDÁVEIS
Av. Dr. Artindo Vicente, n.º 68 B
Torre da Marinha
2840-403 Seixal
Telefone: 210 976 140
Fax: 210 976 141
E-mail: geral@rededidadessaudaveis.com
Site: <http://www.rededidadessaudaveis.com>

40º Prémio de reconhecimento científico

“Saúde e qualidade de vida em meio urbano”

O prémio de Reconhecimento Científico Associação de Municípios Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis, versa sobre o tema “Saúde e Qualidade de Vida em Meio Urbano”.

O valor do prémio será de 5.000,00€ (cinco mil euros)

Os trabalhos deverão ser entregues, até ao dia 30 de Junho de 2010, na sede da Associação de Municípios Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis:

Av. Dr. Arlindo Vicente, n.º 68 B,
Torre da Marinha, 2840-403 Seixal

