

NOTÍCIAS DA REDE

Cidades Saudáveis

#4

JANEIRO 2010

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

2010 ANO EUROPEU DE LUTA CONTRA
A POBREZA E EXCLUSÃO SOCIAL

PROJECTO OEIRAS PRO

NÚCLEOS DE ATENDIMENTO
A TOXICODEPENDENTES (NAT)



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

AMADORA
AVEIRO
BRAGANÇA
CABECEIRAS DE BASTO
LAGOA
LISBOA
LOURES
LOURINHÃ
MIRANDA DO CORVO
MONTIJO
ODIVELAS
OEIRAS
PALMELA
PONTA DELGADA
PORTIMÃO
POVOAÇÃO
RIBEIRA GRANDE
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 Loures Gráfica

TIRAGEM 1 500 exemplares



02 EDITORIAL

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



04 ARTIGO

**Ano Europeu de Luta contra
a Pobreza e a Exclusão Social 2010**



10 ARTIGO

Cidades Saudáveis e Inclusivas



10 ARTIGO

Porque os Pais não São Incríveis



14 ARTIGO

Projecto Oeiras Pro



15 ARTIGO

**Montijo
Tu Kontas (+ ainda)**



16 ARTIGO

**Vila Franca de Xira
Núcleos de Atendimento
a Toxicodependentes (NAT)**



18 ARTIGO

**Odivelas,
Távola Redonda**



19 AGENDA

Municípios



Editorial



“Porque a saúde e o bem-estar constituem a pedra de toque de uma sociedade mais justa e inclusiva(...)”

Mobilizar a sociedade civil, o poder político e as instituições numa luta colectiva contra a Pobreza e a Exclusão Social constitui o mote do Ano Europeu de 2010. Esta iniciativa relança o debate público em torno de um tema que não é novo mas que no actual contexto socioeconómico assume uma prioridade estratégica.

O mundo enfrenta um cenário de pobreza e exclusão social avassalador ao qual a Europa não está imune. Estima-se que 16% da população europeia viva abaixo do limiar de pobreza. O desemprego é dramático e mesmo quando existe emprego nem sempre é suficiente para sair da pobreza ou prevenir o risco da mesma. Os baixos salários e pensões conduzem a uma precariedade social generalizada que afecta o bem-estar das pessoas e priva-as de participarem na vida da sociedade, de terem acesso à cultura, à educação, a uma alimentação saudável, a estilos de vida promotores de saúde e à saúde de uma forma geral. Num cenário desta natureza as desigualdades em saúde são uma realidade crescente.

Existe evidência científica de que as pessoas pobres e socialmente excluídas apresentam piores indicadores de saúde. Face a esta realidade as estratégias de promoção da saúde só serão eficazes se actuarmos ao nível do combate à pobreza e à exclusão social, numa perspectiva multidimensional, envolvendo os diversos sectores da sociedade, os decisores e actores sociais e ainda a sociedade civil.

As autarquias locais são agentes particularmente atentos a esta problemática porque trabalham lado a lado com as comunidades, encontrando soluções para os problemas sociais identificados. Desenvolvem um trabalho em rede entre parceiros que partilham o objectivo de melhorar a vida das pessoas, de promover o desenvolvimento socioeconómico e de respostas sociais qualificadas. Neste contexto, encontramos nos municípios que integram a Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis uma variedade de projectos dirigidos à população socialmente desfavorecida e em exclusão social com o objectivo de elevar os seus níveis de saúde e de bem-estar.

Porque a saúde e o bem-estar constituem a pedra de toque de uma sociedade mais justa e inclusiva, a Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis junta-se à comunidade internacional na campanha por uma Europa que defende os valores da igualdade, da fraternidade e da coesão social.

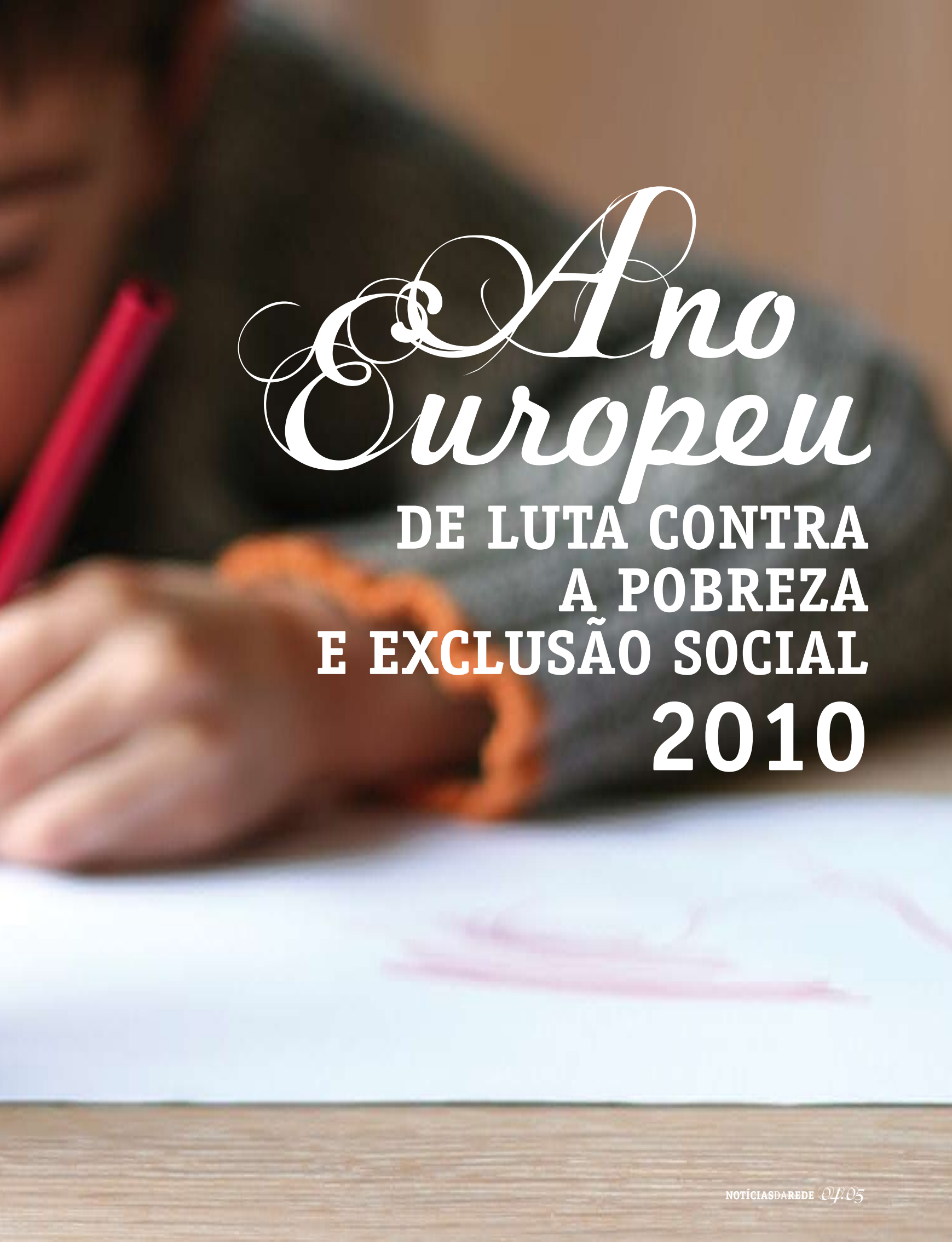
Alfredo Monteiro

Presidente do Conselho de Administração da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis









Ano Europeu

DE LUTA CONTRA
A POBREZA
E EXCLUSÃO SOCIAL
2010



Ano Europeu

DE LUTA CONTRA A POBREZA E EXCLUSÃO SOCIAL 2010

Desde 1983 que a Europa lança anualmente a campanha “Ano Europeu” com o objectivo de sensibilizar, informar e promover o diálogo entre os países europeus e a comunidade em torno de um tema específico, funcionando como motor de mudança de comportamentos e mentalidades.

4 Objectivos

- Reconhecer o direito das pessoas em situação de pobreza e exclusão social a viver com dignidade e a participar activamente na sociedade.
- Reforçar a adesão do público às políticas e acções de inclusão social, sublinhando a responsabilidade de cada um na resolução do problema da pobreza e da marginalização.
- Assegurar uma maior coesão da sociedade, onde haja a certeza de que todos beneficiam com a erradicação da pobreza.
- Mobilizar todos os intervenientes, já que, para haver progressos tangíveis, é necessário um esforço continuado a todos os níveis de governação.

Para mais informações:

consulte o site oficial www.2010againstopoverty.eu

Cidades Saudáveis e Inclusivas

Pobreza, desigualdade social e exclusão social têm um grande impacto sobre a saúde e a morte prematura, sendo que a probabilidade de viver na pobreza é mais forte em determinados grupos sociais (OMS, 2003).



Fonte: LAUGHLIN, S. & WILKINSON, D., ed. *Social determinants of health*. Oxford, Oxford University Press, 1999.

Os padrões de doença, longevidade e os estilos de vida relacionados com a saúde, variam de acordo com as classes sociais, género e escolaridade. Os indivíduos que se inserem nas classes sociais que concentram maiores recursos económicos e culturais apresentam em média, uma longevidade superior e tendem a adoptar estilos de vida mais saudáveis (Antunes, 2009).

Esta evidência científica sustenta as políticas e estratégias de promoção da saúde que caracterizam a abordagem das Cidades Saudáveis.

Elevar o nível de saúde das pessoas exige uma intervenção sistémica ao nível dos diversos factores que influenciam a saúde, muito em particular das questões sociais e económicas que afectam, sobretudo, os grupos mais vulneráveis da população.

Ao analisarmos o gradiente da saúde compreendemos que, para atingirmos níveis mais elevados de saúde, teremos que percorrer alguns patamares desta escala e que intervir na prevenção da doen-

ça, promovendo comportamentos e estilos de vida saudáveis, não surte efeito nas pessoas que se encontram em risco de sobrevivência física.

O posicionamento do indivíduo nesta escala varia de acordo com a situação socioeconómica. Os indivíduos na base da pirâmide têm necessariamente uma saúde mais precária e o percurso para atingirem um bom nível de saúde e de bem-estar é árduo e longo e requer o desenvolvimento de políticas de combate à pobreza e à exclusão social e de alterações sociais profundas.

Saúde e Equidade em Saúde em Todas as Políticas Locais constitui o tema central da Fase V da Rede Europeia de Cidades Saudáveis da OMS. Este tema apela à discussão de questões relacionadas com as desigualdades em saúde, com o investimento em meios de apoio e cuidado às pessoas, com a promoção de uma vida saudável e de ambientes urbanos saudáveis. A promoção da saúde faz-se com as pessoas e para as pessoas e nestes eixos de intervenção encontramos propostas de acção

dirigidas às crianças, jovens, idosos, mulheres, migrantes, deficientes, pessoas socialmente excluídas, minorias étnicas, entre outros.

Estes temas estão na agenda da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis e dos seus municípios e são abordados nos diversos projectos de promoção da saúde desenvolvidos localmente que contribuem para a construção de uma Cidade Saudável que é, sobretudo, *uma cidade para todos os seus cidadãos, inclusiva, sensível, dando apoio e resposta às suas diversas necessidades e expectativas. Oferece condições e oportunidades que apoiam estilos de vida saudáveis e um meio ambiente físico e construído que favorece a saúde, recreação, bem-estar, segurança, interacção social, mobilidade, orgulho e identidade cultural* (OMS, 2009).

Mirieme Ferreira
Coordenadora Técnica da Rede Portuguesa de Cidades Saudáveis

Bibliografia:

Wilkinson, R.; MARMOT, M. – *Social Determinants of Health: the solid facts*. 2nd edition. World Health Organization, 2003.

BARTON, H.; TSOUROU, C. – *Healthy Urban Planning*. World Health Organization, 2000.

ANTUNES, R. – *Classes Sociais e Desigualdade na Saúde*, 2009 [Consult. 16 Dez. 2009]. Disponível em <http://observatorio-das-desigualdades.cies.iscte.pt/index.jsp?page=projects&id=85>

**PROJECTOS DE
REFERÊNCIA
DA REDE EUROPEIA
DE CIDADES
SAUDÁVEIS**



LOURINHÃ

Porque os Pais NÃO SÃO INCRÍVEIS

Porque os Pais não São Incríveis Acção de Formação Parental realizada entre 18 de Novembro de 2008 e 30 de Outubro de 2009 no âmbito do POPH – Programa Operacional do Potencial Humano do Quadro de Referência Estratégico Nacional (QREN), promovida pela ESCO - Escola de Serviços e Comércio do Oeste, tendo como entidade parceira o Município da Lourinhã.

Com as estruturas familiares em constante mudança e filhos que se apresentam como uma incógnita para os pais, o exercício da parentalidade representa, nos dias que correm, uma verdadeira aventura. Foi neste pressuposto que assentou a acção de formação parental Porque os Pais não São Incríveis, destinada a pais, avós e outras pessoas responsáveis pela guarda de uma ou mais crianças com idades até aos 12 anos de idade, no concelho da Lourinhã.

Os pontos de partida para esta acção – o Plano de Desenvolvimento Social do Concelho da Lourinhã, realizado no âmbito do Programa Rede Social, e um diagnóstico ao universo dos bairros sociais concelhios – assinalaram a necessidade de se empreender uma iniciativa de formação parental. Um aumento dos casos sinalizados à Comissão de Protecção de Crianças e Jovens da Lourinhã foi outra das condicionantes que ditaram a consolidação do projecto.

[illegible]

Os módulos de formação leccionados foram o reflexo do carácter transversal da formação: Desenvolvimento Pessoal e Social; (Con)Vivência em Comunidade; Tecnologias da Informação e Meios de Comunicação; Mestrías Parentais; Ajuda Escolar; Qualidade de Vida; Educação, Arte e Prevenção; Comunicação e Gestão de Conflitos Familiares; A Casa e os Seus Espaços; e um Estágio Final cujo objectivo foi o apetrechamento de uma habitação para fins sociais com recurso a materiais reciclados. Esta aplicação prática de alguns dos conteúdos leccionados revelou-se um importante exercício de cidadania activa com um propósito social e comunitário onde sobressaiu o desenvolvimento das competências e a maturidade do grupo. 🌟

**PROJECTO(S)
NACIONAL(AIS)
DE REFERÊNCIA**

**-BOLSA DE VALORES
SOCIAIS DE LISBOA
-DESAFIO DE MIQUEIAS
(A AGUARDAR
CONTEÚDOS)**

Oeiras

PROJECTO OEIRAS PRO



OEIRAS PRO

PROJECTO DE RESPONSABILIDADE SOCIAL
DAS ORGANIZAÇÕES

Organisations' Social Responsibility Project
(2004/EQUAL/A2/AD/183)

A área da Responsabilidade Social das Organizações representa o interesse e a adesão de novos sectores da sociedade aos processos de bem-estar social, seja pela via do envolvimento e participação na vida da comunidade, seja pela introdução de modelos internos de gestão. O Projecto Oeiras PRO (financiado pela Iniciativa Comunitária EQUAL) foi delineado na tentativa de dar resposta a algumas necessidades sentidas ao nível da promoção e implementação da responsabilidade social nas organizações e foi desenvolvido de Janeiro de 2005 a Junho de 2009, mantendo-se o trabalho efectuado, após o período de financiamento, pela Câmara Municipal de Oeiras.

A Parceria de Desenvolvimento do Projecto foi constituída pela Câmara Municipal de Oeiras (Entidade Promotora), Instituto de Soldadura e Qualidade, LPDM Centro de Recursos Sociais e Fundação Marquês de Pombal.

O Projecto levou à criação de uma infra-estrutura física, o Centro para a Responsabilidade e Inovação Organizacional, que tem como principais funções a informação e consultoria às organizações do concelho nas diversas temáticas da Responsabilidade Social, e a constituição de uma Rede Local para a transferência e disseminação de boas práticas, através da implementação de acções de cooperação, baseadas na transferência de *know-how* nas áreas da gestão organizacional e da intervenção social. Pretende-se, desta forma, responder às necessidades de participação das empresas na comunidade em que estão implantadas, bem como às necessidades de melhoria dos processos de gestão organizacional das Organizações sem Fins Lucrativos, cruzando os diferentes olhares institucionais.

Neste sentido, foi criado um grupo de trabalho constituído por empresas e organizações sem

fins lucrativos, que apoiou também a concepção de uma série de produtos inovadores na área da Responsabilidade Social das Organizações (Metodologia de implementação do Centro para a Responsabilidade e Inovação Organizacional, Manual para a Constituição de Redes de Responsabilidade Social, Manual de Comunicação em Responsabilidade Social e Kit de Responsabilidade Social), no sentido de potenciar a sua efectiva utilização no quotidiano das organizações. ➡

Para mais informações:

Câmara Municipal de Oeiras - Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude

Tel.: +351 210936916/ +351 214 160 905/

+351 214 160 565

Fax: +351 214 186 727

Email: ana.esgaio@cm-oeiras.pt

Website: www.oeiraspro.org



MONTIJO

Tu Kontas

(+AINDA)

A Câmara Municipal do Montijo, enquanto entidade promotora, e a Associação para a Formação Profissional e Desenvolvimento do Montijo, enquanto entidade gestora, assumem uma nova candidatura ao Programa Escolhas (IV Geração), através do projecto Tu Kontas (+ Ainda), procurando assegurar a continuidade da intervenção social nos bairros sociais do Esteval e da Caneira. O projecto conta ainda com outras parcerias formais locais como o Núcleo do Montijo da Cruz Vermelha Portuguesa, o Externato Espaço Verde, a Associação de Imigrantes de Montijo, a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens em Risco e de parcerias ao nível distrital e nacional como é o caso do Instituto Português da Juventude e do Instituto da Droga e da Toxicodependência (Centro de Respostas Integradas do Barreiro). Salientamos ainda como muito relevante a parceria de carácter informal estabelecida com o Agrupamento de Escolas de Montijo.

O Projecto imprime um claro investimento na comunidade juvenil, através da promoção de dinâmicas associativas e das competências empreendedoras dos jovens. Assenta num modelo de saúde biopsicossocial, privilegiando uma intervenção individualizada com cada jovem, com um técnico de referência. Confere especial incidência nos estilos de vida saudáveis, no sucesso escolar (oficinas de apoio ao estudo) e na transição para a vida activa (alternativas formativas profissionalizantes), nas estratégias de promoção do diálogo intercultural e de valorização pessoal.

Regista uma aposta central e inovadora na promoção de uma Academia de Talentos, que em última análise se pretende constituir como um recurso municipal autónomo e sustentável no domínio das artes e da animação social e cultural, sustentada em padrões de formação de qualidade e de ambientes atractivos e motivadores para os jovens. Os mediadores assumem um papel de destaque, através da dinamização de iniciativas concretas em benefício do bairro para a desconstrução de estereótipos relativos aos territórios com maior índice de exclusão social, consolidação da imagem positiva da intervenção e preservação do espaço urbano assente no pleno exercício da cidadania activa, participativa e solidária e numa intervenção de proximidade e pelos pares.

“O Projecto imprime um claro investimento na comunidade juvenil, através da promoção de dinâmicas associativas e das competências empreendedoras dos jovens.”

BOAS PRÁTICAS
DOS MUNICÍPIOS
SAUDÁVEIS

VILA
FRANCA
DE XIRA

Núcleos

DE ATENDIMENTO
A TOXICODEPENDENTES
(NAT)



“Para além destas valências, os NAT articulam a sua intervenção com o projecto de prevenção, participando conjuntamente em diferentes acções de sensibilização e informação neste domínio.”

Os Núcleos de Atendimento a Toxicodependentes (localizados em duas freguesias do concelho – Alverca e Vila Franca de Xira) constituem um projecto inovador para a problemática do tratamento e reinserção da população toxicodependente do concelho de Vila Franca de Xira, enquadrando-se no Programa de Respostas Integradas do Instituto da Droga e da Toxicodependência. Baseando-se nos princípios da Coordenação, Racionalização e Articulação dos Recursos, este projecto, promovido pela Associação para a Promoção da Saúde e Desenvolvimento Comunitário (APSDC), e em funcionamento há 10 anos, resulta de uma parceria entre o Município de Vila Franca de Xira, os centros de saúde do concelho e a Equipa de Tratamento de Xabregas, permitindo constituir-se como uma resposta local de proximidade às necessidades desta população.

O município colabora neste projecto na cedência de recursos – espaços físicos, equipamentos, apoio logístico e à dinamização da rede de parceria. Os centros de saúde sinalizam, encaminham e prestam acompanhamento aos utentes nas diferentes problemáticas associadas à saúde dos mesmos. A Equipa de Tratamento de Xabregas proporciona a supervisão clínica da equipa dos NAT, bem como o acompanhamento dos Programas de Substituição (Metadona e Buprenorfina) e Apoio Psiquiátrico. A APSDC promove o acompanhamento psicoterapêutico aos indivíduos toxicodependentes, o acompanhamento psicossocial da população toxicodependente e respectivas famílias; a promoção da rede social de suporte dos utentes; actividades de minimização de riscos e danos, ao nível da saúde pública; e o funcionamento dos programas de substituição. Para além destas valências, os

NAT articulam a sua intervenção com o projecto de prevenção, participando conjuntamente em diferentes acções de sensibilização e informação neste domínio.

A abertura do Programa de Substituição no concelho aumentou a capacidade de resposta relativamente às situações para as quais a adesão a outros modelos de tratamento é difícil, constituindo uma mais-valia ao nível das condições de vida destes indivíduos e suas famílias, assim como ao nível da redução de danos associados ao consumo e da diminuição das situações de exclusão social associadas a esta problemática. ↩

Távola REDONDA

ODIVELAS

Após ter sido aprovada a candidatura ao Programa Escolhas, o Távola Redonda teve início em Janeiro de 2007. Para o efeito, foi criado um consórcio constituído por cinco entidades consideradas de elevada pertinência, nomeadamente a Junta de Freguesia de Caneças (Entidade Promotora), a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Caneças (Entidade Gestora), a Câmara Municipal de Odivelas, a Escola dos 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico dos Castanheiros e a Escola Secundária de Caneças. De referir que, relativamente à Câmara Municipal de Odivelas, o Távola Redonda foi integrado no Plano Estratégico Concelheiro de Prevenção das Toxicodependências (PECPT), coordenado pela Divisão de Saúde e Prevenção das Toxicodependências.

Num espaço de afectos e emoções, começou-se desde o início a incentivar a participação activa na dinamização do mesmo. Actividades como a criação de um grupo de teatro, a criação de uma associação juvenil informal “Os Cavaleiros da Távola Redonda” e mais recentemente o grupo de reciclagem de PC, telemóveis e roupas, realizada na íntegra pelos jovens, são exemplo disso.

Findos três anos, o projecto contou com a presença, nas cerca de 47 actividades, de 272 indivíduos (226 crianças/jovens e 46 familiares), contando com resultados muito positivos ao nível da diminuição do absentismo e abandono escolar e contribuindo em muito para o sucesso escolar dos destinatários, salientamos o facto de alguns jovens terem elevado as suas notas de *Insuficiente* para *Bom*. Para além disso, conta também com formação de informática ao nível dos currículos “Microsoft Up” e “Cisco Systems IT Essentials”, tendo estes sido terminados por muitos dos participantes.

Também tem sido feito um excelente trabalho na prevenção dos comportamentos de risco, onde se notou uma diminuição notável deste tipo de situações. Numa perspectiva de sustentabilidade e empreendedorismo, este projecto tem procurado diversas parcerias locais, nacionais e internacionais, que permitam melhorar cada vez mais o trabalho desenvolvido. Neste momento conta com mais de 20 parcerias. Sendo um espaço que conseguiu criar vínculos fortes com os destinatários, mais importante do que potenciais resultados, são as opiniões dos jovens:

“O Távola, para mim, é super bacano. É a minha segunda casa.”
(Francisco Gomes, 18 anos);

“O Távola é um sítio onde nos divertimos, convivemos, mas acima de tudo, aprendemos.”
(Soraia Raquel, 14 anos);

“O Távola Redonda, para mim, é um sítio onde aprendemos a fazer várias coisas, podemos estar à vontade e é muito divertido.”
(Vânia, 15 anos);

“Apesar de não gostar das actividades escolares, é impossível faltar!”
(Isidoro, 14 anos).



ACTIVIDADES FUTURAS

Jantares Multiculturais – 29 de Janeiro, 27 de Fevereiro e 27 de Março, pelas 21h, nas instalações dos Emaús de Caneças. Pretendem-se realizar jantares mensais, onde se convida a comunidade a provar os pratos típicos de vários países, confeccionados pelos destinatários do Távola Redonda, com o apoio dos Emaús de Caneças. Para além do jantar, os participantes poderão também contar com *karaoke*.

RECICLA

Actividade mensal que consiste na recuperação de PC, telemóveis e roupas, com o intuito de depois poderem voltar a ser reutilizados. Pretende-se receber também tinteiros e *toners*. Esta actividade realizar-se-á nas instalações do Távola Redonda. ↩

agenda

1.º SEMESTRE 2010

BRAGANÇA

13 de Março de 2010

Serapicos - Bragança

CAMINHADA RURAL

Serapicos, N.ª Senhora do Aviso

Os Passeios Pedestres realizam-se em áreas seleccionadas, por trilhos e caminhos, em permanente contacto com a natureza. Os percursos variam entre 4 a 12 km, com a duração máxima de 2h, num ritmo calmo, acessível a todas as pessoas que gostem de caminhar. Temos como principais objectivos, efectuar exercício físico, estimular o convívio e conhecer o concelho nos seus múltiplos aspectos.



Câmara Municipal de Bragança

Tel.: 273 300 420 / 273 300 422

Email: piscinas@cm-braganca.pt

5 de Junho de 2010

Átrio do Centro Cultural Municipal

MARATONA DE FITNESS - AULÃO

Aula de actividade física, onde a dança, o ritmo e a alegria dinamizam o momento. O evento está dirigido a toda a população e temos como principal objectivo sensibilizar a população para a importância da actividade física regular.



Câmara Municipal de Bragança

Tel.: 273 300 420 / 273 300 422

Email: piscinas@cm-braganca.pt

23 de Junho de 2010

Pavilhão e Piscina Municipal

BRAGANÇA ACTIVA

Sessão de Raquialgia | Actividade Física/Danças de Salão

Actividade gratuita dirigida a toda a população:

- 14h30 Concentração no Pavilhão Municipal
- Palestra "Raquialgia"
- 15h00 Actividade Física no Pavilhão Municipal
- 16h00 Aula de Nível I de Danças de Salão



Câmara Municipal de Bragança

Tel.: 273 300 420 / 273 300 422

Email: piscinas@cm-braganca.pt

LOURINHÃ

21 e 22 de Março de 2010

22 Abril e 5 de Junho de 2010

Concelho da Lourinhã

AMBIENTE, CELEBRAÇÃO DE DIAS TEMÁTICOS



Conjunto de iniciativas que, proporcionando momentos de aprendizagem e reflexão sobre diversos temas ambientais, visam estimular comportamentos sustentáveis. Nos dias comemorativos da Floresta, da Água, da Terra e do Ambiente serão realizadas diversas acções de **sensibilização e educação ambiental** junto das várias comunidades locais.

Câmara Municipal da Lourinhã

Divisão Serviços Urbanos e Meio Ambiente

Tel.: 261 410 130/29 | Fax: 261 410 176

Email: ambiente@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

Abril de 2010

Centro Cultural Dr. Afonso Rodrigues Pereira, Lourinhã

CINANIMA EXTENSÃO LOURINHÃ

4.ª Edição do Cinanima (Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho) – Extensão Lourinhã. Decorrente do Projecto Municipal de Educação pela Arte, a actividade visa fomentar a formação de novos públicos para a apreciação das várias manifestações artísticas. Várias sessões, direccionadas aos diferentes públicos.



Câmara Municipal da Lourinhã

Divisão Sócio Cultural

Tel.: 261 410 100 | Fax: 261 410 108

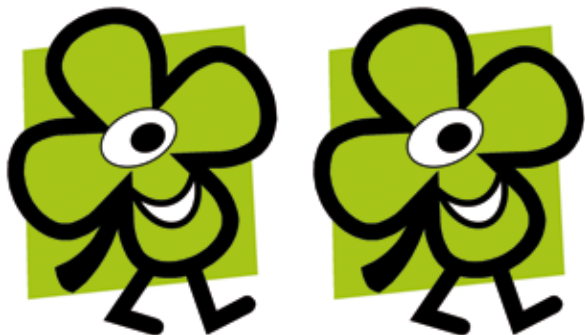
Email: cultura@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

Maio e Junho de 2010

Concelho da Lourinhã

PASSEIOS TEMÁTICOS ENERGIA SAUDÁVEL

Passeios Temáticos, visando a promoção da saúde e da literacia ambiental, direccionado à comunidade em geral e às famílias em particular. Cada passeio incidirá num tema no âmbito da “Saúde e Ambiente”, como por exemplo as Alterações Climáticas, as Energias Alternativas, as Hortas Tradicionais ou a Biodiversidade. Mediante prévia inscrição.



Câmara Municipal da Lourinhã

Divisão Sócio Cultural

Tel.: 261 410 100 | Fax: 261 410 108

Email: cultura@cm-lourinha.pt | Website: www.cm-lourinha.pt

OEIRAS

16 de Março a 22 de Março de 2010

Parque Urbano de Miraflôres

ROADSHOW DAS CIDADES E VILAS SUSTENTÁVEIS

Iniciativa que visa sensibilizar os municípios e as organizações para o desenvolvimento sustentável e dar relevo a aspectos apelativos e práticos, experimentais, demonstrativos de práticas conseguidas no município, nas várias dimensões da sustentabilidade: ambiental, económica e social. Inclui a realização de uma exposição e de *workshops* temáticos.



Câmara Municipal de Oeiras

Gabinete do Desenvolvimento Municipal

Tel.: 214 408 324 | Fax: 214 408 349

Email: cgarrett@cm-oeiras.pt

28 de Abril a 2 de Maio de 2010

Porto de Recreio de Oeiras

SEMANA DA SAÚDE - VIVA+

Iniciativa promotora de hábitos de vida saudáveis e da educação para a saúde. Na 6.ª edição da “Semana da Saúde – Viva +”, os visitantes poderão usufruir de um amplo leque de actividades, nomeadamente momentos de actividade física, realização de rastreios diversos, participação em animações, ateliês e obtenção de informação sobre Saúde.



Câmara Municipal de Oeiras

Divisão de Acção Social, Saúde e Juventude

Tel.: 214 404 874 | Fax: 214 408 568

Email: saude@cm-oeiras.pt

6 de Junho de 2010

Estrada Marginal (entre Algés e a Praia da Torre)

MEXA-SE NA MARGINAL

Evento único no panorama nacional, que junta mais de 40 000 pessoas e transforma a Marginal num mega-espço de prática de actividade física, através da disponibilização de diversas actividades abertas a todos, com o objectivo de fazer uma “festa” em torno do conceito “ser activo é divertido”.



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

PALMELA

27 e 28 de Janeiro de 2010

9H30 - 17H00

Auditório do Biblioteca Municipal de Palmela

ENCONTRO ACESSIBILIDADE E MOBILIDADE PARA TODOS – INICIATIVAS, APRENDIZAGENS E RESULTADOS

27 de Janeiro: Acessibilidade e mobilidade para todos – iniciativas, aprendizagens e resultados

Os Programas de Promoção da acessibilidade, liderados por vários municípios portugueses, encontram, neste dia, um momento para a partilha de resultados e reflexões, em torno dos percursos dos Planos Locais e Municipais. Outros agentes fundamentais para a acessibilidade e mobilidade, como os operadores de transporte, as empresas de comunicação, arquitectura e *design*, são também chamados a esta discussão, numa lógica de um trabalho e de uma construção que se quer colectiva e partilhada.

28 de Janeiro: Aprendizagem de língua gestual: uma primeira abordagem aos conceitos fundamentais espaço formativo, em língua gestual, para um grupo de cerca de 15 participantes

Destinatários: profissionais em geral com interesse pelo conhecimento da língua gestual.

Organização: Câmara Municipal de Palmela
Iniciativa co-financiada pelo Fundo Social Europeu através do Programa Operacional Potencial Humano.
Tel.: 212 336 606 | Fax: 212 336 609
Email: s.palhinas@cm-palmela.pt

Maio de 2010

Palmela (Cine-Teatro S. João)
e Pinhal Novo (Auditório Municipal)

PROJECTO FANTASIARTE

Em período de comemoração do 15º aniversário, o Projecto Fantasiarte dá continuidade ao desenvolvimento da Educação pela Arte com a comunidade educativa do Concelho de Palmela. Em Maio partilhamos os processos artísticos trabalhados pelas escolas e instituições do Concelho.

Festas de Encerramento:

2º e 3º Ciclos do E.B e Secundário: 3 a 7 de Maio

Pré-Escolar e 1º Ciclo do E.B.: 24 a 28 de Maio



Organização: Divisão de Educação e Divisão de Acção Cultural da Câmara Municipal de Palmela com a colaboração da Comunidade Educativa do concelho

Tel.: 212 336 606 | Fax: 212 336 609

Email: de@cmp-palmela.pt | www.cm-palmela.pt

1 de Junho de 2010

Campo de Jogos Municipal de Palmela

COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DA CRIANÇA “CRIANÇA ACTIVA, CRIANÇA SAUDÁVEL”

Actividades lúdicas e desportivas, de participação livre, proporcionando a toda a família momentos de experimentação de novas actividades, brincadeira e muita alegria.

Organização: Divisão de Desporto Câmara Municipal de Palmela

Tel.: 212 336 636 | Fax: 212 336 637

Email: desporto@cm-palmela.pt

1.ª FASE 22 a 26 de Março de 2010

2.ª FASE 16 e 17 de Junho de 2010

JOGOS DESPORTIVOS ESCOLARES

Realizados em conjunto entre a CMP, as escolas dos 2.º e 3.º ciclos do Ensino Básico e as Escolas Secundárias do concelho de Palmela, estes jogos consistem na organização e realização de competições em diversas modalidades desportivas em duas fases, intra e interescolas.

Organização: Divisão de Desporto da CMP; Escola Básica 2,3 ciclos Hermenegildo Capelo, Palmela; Escola Básica 2,3 ciclos José Maria dos Santos, Pinhal Novo; Escola Básica 2,3 ciclos Poceirão; Escola Secundária com 3.º ciclo do Ensino Básico de Palmela; Escola Secundária com 3.º ciclo do Ensino Básico de Pinhal Novo.

Tel.: 212 336 636 | Fax: 212 336 637

Email: desporto@cm-palmela.pt

SEIXAL

16 de Abril de 2010

Freguesia do Seixal

COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DA SAÚDE

Caminhada em meio urbano, no núcleo antigo do Seixal, com o objectivo de sensibilizar a população para o impacto que as questões urbanísticas têm na saúde das pessoas, dando exemplos concretos ao nível da alimentação, da produção e consumo sustentável, do tratamento de resíduos e da habitação.



Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

27 de Maio de 2010
das 10H00 às 18H00

Parque da Verdizela

FESTA DA SEGURANÇA RODOVIÁRIA O RODINHAS

A festa da Segurança Rodoviária encerra o ano lectivo do Projecto Municipal de Segurança Rodoviária. Participam, neste evento, mais de mil crianças das escolas que desenvolvem o projecto. Através de um concurso interturmas, que se baseia no exemplo dos *Jogos Sem Fronteiras*, as crianças participam em actividades desportivas e respondem às questões relacionadas com os temas trabalhados, durante o ano lectivo, no contexto da segurança rodoviária.

Este dia é sempre marcado por muita alegria e animação.



Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

14 de Junho de 2010

LANÇAMENTO DO PERFIL DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DO SEIXAL

Assinala-se no dia 14 de Junho o lançamento da nova edição do Perfil de Saúde do Município do Seixal, um instrumento-chave para o desenvolvimento do Projecto Seixal Saudável. Trata-se de um diagnóstico da saúde a nível local reunindo para o efeito dados sobre o estado de saúde da população e seus determinantes. Pretende-se com este documento identificar os problemas e as necessidades de saúde da população, bem como os serviços e recursos disponíveis e definir prioridades. Constitui, pois, um importante documento de discussão sobre os principais problemas que afectam a saúde da população, permitindo, em simultâneo, avaliar as mudanças.

Gabinete do Projecto Seixal Saudável

Tel.: 210 976 140

Email: seixal.saudavel@cm-seixal.pt

Website: www.cm-seixal.pt/seixalsaudavel

SETÚBAL

Todo o ano

Concelho de Setúbal

DESPORTIVAMENTE EM (RE)FORMA

Programa de educação física adaptado para a população idosa do concelho. Encontra-se estruturado em quatro áreas que poderão ser seleccionadas pelos interessados, em função dos seus gostos e capacidades. Desta forma, poderão optar entre as modalidades de hidroginástica, ginástica, natação e danças sociais. A par das actividades físicas é facultado aos participantes a possibilidade de participarem em diversas actividades culturais e recreativas em datas comemorativas.



Câmara Municipal de Setúbal, em parceria com instituições e movimento associativo do concelho.

Divisão de Inclusão Social e Divisão de Desporto

Tel.: 265 545 170 | Fax: 265 544 179

Email: disoc@mun-setubal.pt

Todo o ano
Concelho de Setúbal

DIÁLOGO INTERCULTURAL

Através da cultura e de formas de expressão artística pretende-se celebrar a diversidade e apelar ao diálogo intercultural, recorrendo a linguagens universais e acessíveis a todos. O programa, que resulta de processo participado, inclui actividades/eventos nas seguintes áreas: música, dança, cinema, artes plásticas, animação de rua, gastronomia e artesanato.



Este projecto é promovido pela Câmara Municipal de Setúbal em parceria com instituições e movimento associativo do concelho
Contactos: Catarina Ferreira / Susana Silva
Tel.: 265 545 178 | Fax: 255 545 017
E-mail: catarina.ferreira@mun-setubal.pt ou susana.graca@mun-setubal.pt

Todo o ano
Bairros da Bela Vista e da Manteigada e zona envolvente

PROJECTO “+ AMBIENTE”

Desenvolvimento de acções, em parceria, que promovam valores sociais, conhecimentos, atitudes e competências, sensibilizando e mobilizando a população para a preservação e utilização sustentável dos recursos ambientais. Destacam-se as iniciativas “Hoje Limpamos Todos; Amanhã Ningguém Suja”; “Árvore de Natal Ecológica”, “Rola +Ambiente” e “As +Loucas Jangadas de PET”.

Câmara Municipal de Setúbal, em parceria com diversas entidades do concelho, Gabinete de Gestão e Intervenção Social (GAGIS)

Tel: 265 724 466 | Fax: 265 771 237
E-mail: debora.florindo@mun-setubal.pt ou luis.brandao@mun-setubal.pt



VENDAS NOVAS

7 de Abril de 2010
Vendas Novas

MARCHA DA SAÚDE

A Marcha da Saúde é uma iniciativa que se realiza desde há sete anos, sempre no dia 7 de Abril, Dia Mundial da Saúde, e que tem como objectivo proporcionar à população de Vendas Novas a possibilidade de caminhar, ao seu ritmo, em ambiente descontraído e familiar, 4 km pelas ruas da cidade ou 3 km pelas ruas da freguesia de Landeira, em prol da prática da actividade física como forma de se manter mais saudável. É organizada pelo município local, juntas de freguesia e algumas instituições do concelho ligadas à saúde.



Câmara Municipal de Vendas Novas
Tel.: 265 807 700 | Fax: 265 892 152
Email: geral@cm-vendasnovas.pt

Todas as semanas
Vendas Novas

FREGUESIA EM MOVIMENTO GINÁSTICA SÉNIOR

Perto de comemorar o 2.º ano de vida, o projecto de desporto sénior “Freguesia em Movimento” já iniciou as suas aulas no passado mês de Setembro de 2009, com todas as turmas a já poderem desfrutar de aulas de ginástica e de hidroginástica. Esta actividade gratuita é promovida pela Junta de Freguesia de Vendas Novas, tendo por objectivo promover e proporcionar melhores condições de vida à população sénior da freguesia de Vendas Novas, tanto pela parte desportiva como social.



Junta de Freguesia de Vendas Novas
Tel.: 265 809 580 | Fax: 265 809 585
Email: jfvendasnovas@cm-vendasnovas.pt

Todo o ano

Centro de Saúde de Vendas Novas

PREPARAÇÃO PARA O NASCIMENTO E PARENTALIDADE

Ao longo do tempo, as grávidas foram influenciadas negativamente em relação ao parto, condicionadas pelo medo da dor. O Método Psicoprofilático descrito pelo Dr. Lamaze proporciona um ensino dirigido à grávida/casal. Este baseia-se na aprendizagem de reflexos condicionados que vão favorecer a evolução do trabalho de parto como o relaxamento e a respiração adequada a cada fase, o que implica uma prévia aquisição de conhecimentos teóricos e práticos. Inicia-se às 28 semanas de gestação, num total de 16 sessões de educação. Proporciona à grávida/casal a informação necessária sobre gravidez, parto e recém-nascido de forma a enfrentar este novo desafio com tranquilidade.



Centro de Saúde de Vendas Novas

Tel.: 265 809 000 | Fax: 265 809 009

Email: enfvnovas@srsevera.min-saude.pt

VILA FRANCA DE XIRA

Abril de 2010

Alhandra

SEMINÁRIO URBANISMO, SAÚDE E EXCLUSÃO SOCIAL

Este Seminário inclui-se numa actividade mais abrangente no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Saúde e pretende constituir-se como um espaço de reflexão sobre as questões do planeamento urbano e da relação com os fenómenos da saúde e exclusão social.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt

Todo o ano

Ninho de Empresas - Vialonga

GABINETE DE APOIO À EMPREGABILIDADE E EMPREENDEDORISMO (GAEE)

O GAEE é uma estrutura de apoio à empregabilidade e empreendedorismo, que pretende dinamizar um conjunto de actividades nas áreas do atendimento e encaminhamento para emprego e formação, na gestão dos percursos sociais, na formação para o empreendedorismo, com vista ao apoio, à criação do próprio emprego e iniciativas empresariais dirigidas sobretudo a zonas desfavorecidas, bem como a dinamização de uma rede de empresas socialmente responsáveis.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

e ANIMAR – Associação Portuguesa de Desenvolvimento Local

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt

Todo o ano

Ninho de Empresas - Vialonga

GRUPOS DE AUTO-AJUDA PARA VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E PARA FAMÍLIAS COM FILHOS COM DEFICIÊNCIA

No âmbito do Plano Municipal para a Igualdade do concelho de Vila Franca de Xira, e em parceria com a ANIMAR, pretende-se criar dois grupos de auto-ajuda para vítimas de violência doméstica e pais com crianças com deficiência, no sentido de dar resposta a estas problemáticas, que constituem factores de vulnerabilidade e para as quais as respostas existentes são manifestamente insuficientes.



Organização: Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

e ANIMAR – Associação Portuguesa de Desenvolvimento Local

Tel.: 263 285 600 | Email: observatorio@cm-vfxira.pt

REDE PORTUGUESA DE CIDADES SAUDÁVEIS

Av. Dr. Arlindo Vicente, n.º 68 B

Torre da Marinha

2840-403 Seixal

Telefone: 210 976 140

Fax: 210 976 141

Email: geral@rededecidadessaudaveis.com

Site: <http://www.rededecidadessaudaveis.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

