

NOTÍCIAS DA REDE MUNICÍPIOS SAUDÁVEIS



**REDE
PORTUGUESA
MUNICÍPIOS
SAUDÁVEIS**
Associação Parceira da OMS

ALFÂNDEGA DA FÉ
AMADORA
BARREIRO
BEJA
BRAGANÇA

FIGUEIRA DA FOZ
GOLEGÃ
LAGOA – AÇORES
LISBOA
LOURES

LOURINHÃ
MIRANDA DO CORVO
MONTIJO
ODEMIRA
ODIVELAS

OEIRAS
PALMELA
PONTA DELGADA
PORTO SANTO
RIBEIRA GRANDE

SEIXAL
SERPA
SESIMBRA
SETÚBAL
TORRES VEDRAS

VALONGO
VIANA DO CASTELO
VIDIGUEIRA
VILA FRANCA DE XIRA
VILA REAL

ÍNDICE

05	EDITORIAL
	_ JOAQUIM SANTOS
07	DECLARAÇÃO DE COMPROMISSO
8	SESSÃO DE ABERTURA
	_ JOAQUIM SANTOS
	_ NUNO CANTA
	_ RUI PORTUGAL
13	I SESSÃO PLENÁRIA
	_ RUI PORTUGAL
	_ CONSTANTINO SAKELLARIDES
17	II SESSÃO PLENÁRIA
	_ PAULA SANTANA
	_ TERESA CRAVEIRO
	_ FERRAN DABAN
21	AGENDA



EDITORIAL



JOAQUIM SANTOS

Presidente do Conselho de Administração
da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis

«As Desigualdades em Saúde e o Planeamento Saudável» constituiu o tema sobre o qual se centrou o V Fórum da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis, realizado a 14 de novembro de 2014 na cidade do Montijo. Este encontro assinalou simultaneamente o 17.º aniversário desta associação de municípios, que foi constituída a 10 de outubro de 1997, e que tem como principal objetivo divulgar e promover o Projeto Cidades Saudáveis e os conceitos que o sustentam, designadamente a abordagem holística da saúde e a importância das condicionantes sociais e ambientais da saúde na melhoria da qualidade de vida das comunidades.

Os municípios que abraçam o Projeto Cidades Saudáveis encaram a promoção da saúde como uma missão que se alicerça nos valores da democracia participativa, que permite às pessoas serem agentes do seu próprio crescimento para a autonomia e para a responsabilidade, pela conquista da saúde e do bem-estar.

Neste *Notícias da Rede* damos conta do que de mais interessante se passou no V Fórum da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis, de onde se destaca a apresentação e discussão de estratégias locais de promoção da saúde, a partilha de experiências e projetos, a consolidação e alargamento de parcerias, bem como a promoção do debate em torno da temática das desigualdades e da importância que o planeamento urbano saudável assume no contexto da equidade em saúde.

De referir ainda a presença da exposição Desenvolvimento Local e Cidades Saudáveis que se consubstanciou em cartazes e materiais de divulgação com exemplos de boas práticas de projetos de referência dos municípios da Rede.





DECLARAÇÃO DE COMPROMISSO

A CRISE E AS DESIGUALDADES EM SAÚDE

Esta declaração expressa o claro compromisso da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis com a redução das desigualdades em saúde, com o reforço de ações no domínio da saúde, do desenvolvimento sustentável e da justiça social, em sintonia com os princípios subjacentes ao Movimento Europeu de Cidades Saudáveis da Organização Mundial de Saúde.

A Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis e os municípios que a integram comprometem-se a:

1. Eleger o bem-estar das populações e a elevação das suas condições socioeconómicas como fatores essenciais de melhoria da saúde e qualidade de vida.
2. Prosseguir o investimento público na capacitação dos territórios de modo a contribuir para o crescimento dos níveis de saúde de toda a população, dentro do quadro legal de competências do Poder Local.
3. Desenvolver e promover iniciativas indutoras de redução das desigualdades em saúde, alargadas aos diversos setores da sociedade, reivindicando a acessibilidade a cuidados de saúde de qualidade para todos.
4. Priorizar a intervenção junto das populações mais vulneráveis e com piores condições de saúde, reivindicando o reforço das políticas de combate à pobreza e à exclusão social.
5. Aumentar e fortalecer as parcerias para a promoção de estilos de vida saudáveis, envolvendo as forças vivas dos concelhos e dinamizando a sua ação junto das populações.
6. Desenvolver todos os esforços para que os outros níveis de Administração do Estado cumpram a sua missão e competências na área da saúde, contribuindo para a redução das desigualdades verificadas.
7. Defender o Serviço Nacional de Saúde, na comemoração do 35.º aniversário da sua criação, enquanto pilar central da sociedade portuguesa na garantia do seu direito constitucional de acesso à saúde.
8. Requerer mais e melhores respostas em saúde, com equipamentos qualificados que respondam à correção das assimetrias verificadas a nível local, regional e nacional, assegurando a saúde para todos.
9. Iniciar um debate sobre o estado de saúde em Portugal, nas suas várias dimensões, designado de Roteiro Nacional para a Saúde, que identifique os principais fatores de desigualdade em saúde.
10. Desenvolver parcerias com outros municípios, comunidades intermunicipais, áreas metropolitanas, universidades e outras instituições, de modo a reforçar a abrangência e capacidade de conhecimento da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis no desenvolvimento da sua missão.

Montijo, 14 de novembro de 2014

V FÓRUM

REDE PORTUGUESA DE MUNICÍPIOS SAUDÁVEIS

JOAQUIM SANTOS

Presidente do Conselho de Administração
da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis

Este fórum constitui o reafirmar de que a promoção da saúde se encontra na agenda política dos autarcas, enquanto motor do desenvolvimento local. São disso exemplo os múltiplos projetos que os municípios que integram esta rede desenvolveram nestes 17 anos de vida. Projetos que enfatizam a importância das parcerias, do exercício da cidadania ativa e da ação a nível local para a saúde, equidade e qualidade de vida.

O trabalho em parceria tem sido o pilar de sustentabilidade da intervenção desta Rede de Municípios Saudáveis.

O conceito de planeamento urbano saudável emergiu do trabalho desenvolvido pelo Movimento das Cidades Saudáveis e significa planejar para as pessoas. Este conceito promove a ideia de que uma cidade é um organismo vivo, que respira e cuja saúde está intimamente ligada com a dos seus cidadãos.

Planear e estruturar uma boa rede de equipamentos de saúde que se complementem e que deem resposta à necessidade das populações é também uma premissa do planeamento urbano saudável.

O acesso à saúde, para além de um direito, é também um barómetro das desigualdades sociais existentes. As pessoas pobres e socialmente excluídas são privadas de benefícios e de oportunidades para alcançar uma boa saúde, sendo amplamente conhecidos os impactos sobre a saúde e a morte prematura que advêm da pobreza, das desigualdades e da exclusão social.

Num cenário de crise socioeconómica, as desigualdades têm-se agravado e a percentagem de população em risco de pobreza e de exclusão social tem aumentado. A elevada taxa de desemprego tem empurrado as famílias e os jovens para situações de precariedade social.

Portugal é também hoje o país mais assimétrico da Europa em desigualdade social. Uma em cada cinco pessoas é considerada pobre e uma em cada três pessoas com mais de 65 anos vive só e é considerada pobre. Este cenário tem repercussões nos diversos setores da sociedade, entre os quais o da saúde.

Assim, neste contexto, falar de saúde é, sobretudo, falar de equidade.

É garantir que todos têm acesso a cuidados de saúde de qualidade, é promover igualdade de oportunidades no acesso à educação e à cultura, ao emprego e à proteção social e a estilos de vida saudáveis.

A todos estes níveis, os municípios saudáveis desempenham uma intervenção preponderante que se baseia nos planos de desenvolvimento de saúde locais, que dão sustentabilidade ao planeamento estratégico em saúde, envolvendo os diferentes setores da comunidade e contribuindo para a concretização dos objetivos e medidas do Plano Nacional de Saúde.

A saúde e a equidade em saúde estão nas nossas agendas políticas e são abordadas nos diversos projetos de promoção da saúde desenvolvidos localmente que contribuem para a construção de municípios mais saudáveis.

É com base neste compromisso político que nos propomos desenvolver um Roteiro Nacional para a Saúde que nos permita lançar o debate sobre o impacto das desigualdades sociais na saúde das populações.

Queremos reafirmar o compromisso do Poder Local e da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis no combate às desigualdades e pela defesa do direito à saúde e ao Estado Social.



NUM CENÁRIO DE CRISE SOCIOECONÓMICA AS DESIGUALDADES TÊM-SE AGRAVADO E A PERCENTAGEM DE POPULAÇÃO EM RISCO DE POBREZA E DE EXCLUSÃO SOCIAL TEM AUMENTADO. A ELEVADA TAXA DE DESEMPREGO TEM EMPURRADO AS FAMÍLIAS E OS JOVENS PARA SITUAÇÕES DE PRECARIEDADE SOCIAL.

PORTUGAL É TAMBÉM HOJE O PAÍS MAIS ASSIMÉTRICO DA EUROPA EM DESIGUALDADE SOCIAL. UMA EM CADA CINCO PESSOAS É CONSIDERADA POBRE E UMA EM CADA TRÊS PESSOAS COM MAIS DE 65 ANOS VIVE SÓ E É CONSIDERADA POBRE. ESTE CENÁRIO TEM REPERCUSSÕES NOS DIVERSOS SETORES DA SOCIEDADE, ENTRE OS QUAIS O DA SAÚDE.

SESSÃO DE ABERTURA

V FÓRUM REDE PORTUGUESA DE MUNICÍPIOS SAUDÁVEIS



NUNO CANTA

Presidente da Câmara Municipal
do Montijo

A cidade do Montijo é uma cidade saudável, empenhada no desenvolvimento sustentável, na cultura, na solidariedade e, também, no desafio dos seus cidadãos à participação. É uma cidade que proporciona oportunidades e bem-estar a quem nela habita e trabalha, que promove a igualdade e a tolerância.

Uma cidade coesa e inclusiva, sem os guetos dos bairros sociais nem os muros dos condomínios privados.

O concelho do Montijo aderiu no ano 2000 à Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis, decorrente do Movimento das Cidades Saudáveis pela Organização Mundial de Saúde, o qual pretende tornar as cidades lugares com melhor qualidade de vida, com níveis elevados de educação, com mais oportunidade de emprego, com satisfação das necessidades culturais, com melhor utilização dos tempos livres, com um ambiente saudável.

A relação entre o aglomerado urbano e a saúde ocorre desde o princípio do urbanismo. Na origem da cidade está uma questão de saúde básica: a disponibilidade de alimentos.

Só com uma produção excedentária de alimentos foi possível à humanidade beneficiar da economia de aglomeração.

A aglomeração das funções religiosa, militar, comercial e política obrigou à construção de novos tipos de infraestruturas que colocaram novos problemas sanitários, como o abastecimento de água, saneamento básico, arejamento, epidemias, cheias, incêndios.

Penso que todos concordam que as questões da saúde estão hoje solidamente inscritas na agenda política de desenvolvimento das cidades, sendo a saúde pública cada vez mais encarada como uma questão de direitos humanos que, tal como a educação, importa

É preciso cuidar do ordenamento do território e da humanização dos espaços urbanos. Este é um desafio de civilização, pois desse ordenamento depende a saúde, o ambiente, a qualidade de vida, a cultura, o património e as próprias condições de afirmação da cidadania.

continuar a reclamar para todos, porquanto a universalidade destes direitos básicos tem de ser realizada para todos os cidadãos.

É sabido que a crise trouxe um aumento das desigualdades. De facto, aumentou o fosso entre ricos e pobres e criou diferenças no acesso aos bens públicos básicos.

A erradicação da pobreza, o acesso universal à educação, o acesso à saúde, o acesso à água potável e saneamento básico e a proteção do ambiente são desafios das cidades que permitem traduzir os direitos humanos básicos em realizações concretas que vão ao encontro das necessidades dos mais pobres e dos mais necessitados.

Alcançá-los é não apenas uma obrigação moral, mas também um imperativo político para garantir uma cidade mais solidária, mais justa e mais segura para todos.

É absolutamente necessário que as populações e os agentes económicos incorporem nos seus interesses a noção de desenvolvimento sustentável.

É preciso cuidar do ordenamento do território e da humanização dos espaços urbanos. Este é um desafio de civilização, pois desse ordenamento depende a saúde, o ambiente, a qualidade de vida, a cultura, o património e as próprias condições de afirmação da cidadania.

Fenómenos como o envelhecimento dos núcleos históricos, a fragmentação urbana, o desemprego, a exclusão social e a marginalidade impõem aos autarcas a definição de políticas de desenvolvimento sustentável, suscetíveis de contrariar a degradação das condições de vida das cidades.

A atenção às pessoas é pois um dos temas que não pode deixar de ocupar lugar cada vez mais central na agenda política dos autarcas.

SESSÃO DE ABERTURA

V FÓRUM REDE PORTUGUESA DE MUNICÍPIOS SAUDÁVEIS

A REDE PORTUGUESA DE MUNICÍPIOS SAUDÁVEIS
TEM UM PAPEL FUNDAMENTAL NA IMPLEMENTAÇÃO
DO PLANO NACIONAL DE SAÚDE E NA OBTENÇÃO
DE BONS RESULTADOS EM SAÚDE.



RUI PORTUGAL

Em representação
da Direção-Geral da Saúde

O Serviço Nacional de Saúde baseia-se em valores fundamentais como a universalidade, o acesso a cuidados de qualidade, a equidade e a solidariedade. Estes valores servem também de base ao Plano Nacional de Saúde, que é enriquecido pela excelência técnico-científica, transparência, participação e envolvimento dos atores do sistema de saúde português.

O Plano Nacional de Saúde tem como principal objetivo maximizar os ganhos em saúde da população através do alinhamento e integração de esforços sustentados de todos os setores da sociedade, com foco no acesso, qualidade, políticas saudáveis e cidadania.

A Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis tem um papel fundamental na implementação do Plano Nacional de Saúde e na obtenção de bons resultados em saúde.

O trabalho dos municípios e das comunidades é bastante importante na proteção e promoção da saúde pública, bem como na prevenção da doença. Existe um trabalho continuado já desenvolvido e este fórum é uma oportunidade de estruturação dos desafios da saúde pública para o futuro.





I SESSÃO PLENÁRIA





O ESTADO DA SAÚDE EM PORTUGAL

RUI PORTUGAL

Direção-Geral da Saúde

A abordagem deste tema inicia-se com o vídeo «Prolongar a vida – Reduzir a mortalidade prematura» que aborda dados estatísticos sobre o estado da saúde em Portugal.

Destacam-se os indicadores relacionados com as doenças transmissíveis, como é o caso do VIH, e com a obesidade, realçando que esta última reduz em 3 anos a esperança média de vida.

De forma resumida, o Plano Nacional de Saúde 2012-2016 incorpora nove programas, a saber: diabetes, promoção da alimentação saudável, doenças cerebrocardiovasculares, infeções VIH/sida, doenças oncológicas, saúde mental, prevenção e controlo do tabagismo, doenças respiratórias, infeções e resistência aos antimicrobianos.

Existem duas formas de medir este plano. Em primeiro lugar, reforçar a equidade como um valor indissociável da promoção da saúde, criando

para o efeito indicadores e índices de iniquidade. Numa segunda fase, criar indicadores previstos de ganhos em saúde, com o objetivo de medir o impacto dos programas na melhoria da saúde das populações.

Considera-se, ainda, que se deve ter em conta as variáveis demográficas, identificando grupos homogéneos das diferentes unidades territoriais que possam ser comparáveis. Esta visão vem reforçar a importância de se elaborarem Planos Locais de Saúde com as especificidades territoriais. Isto promove a diminuição das diferenças entre as populações e qualifica os ganhos de saúde no país, o que significa que a Rede de Municípios Saudáveis tem um papel muito importante ao colocar a saúde em todas as políticas locais.



SAÚDE, SOCIEDADE E DEMOCRACIA EM TEMPOS DE CRISE

CONSTANTINO SAKELLARIDES

Fundação Serviço Nacional de Saúde

Existem três realidades que são do nosso conhecimento. A primeira evidência é que a crise tem um forte impacto nos determinantes sociais da saúde devido ao empobrecimento, desemprego e endividamento; a segunda, salienta que os agentes que promovem a austeridade não estão disponíveis para discutir os seus impactos e, por fim, nos últimos anos assistimos ao recuo da democracia e ao aumento das desigualdades entre pessoas e países.

É, por isso, importante democratizar a saúde e aprofundar o seu controlo social na medida em que, a este respeito, todos temos um papel a desempenhar.

As políticas de austeridade, severas e abruptas, para além de não melhorarem a economia, geram desinteresse pelo previsível impacto dessas opções sobre a saúde e sobre os serviços de saúde.

É, portanto, necessário estabelecer um novo pacto para a saúde, que configure novas interações e os desempenhos necessários para a transformação do sistema atual, centrado nas pessoas e baseado na saúde, onde os cidadãos são parceiros na promoção da saúde e

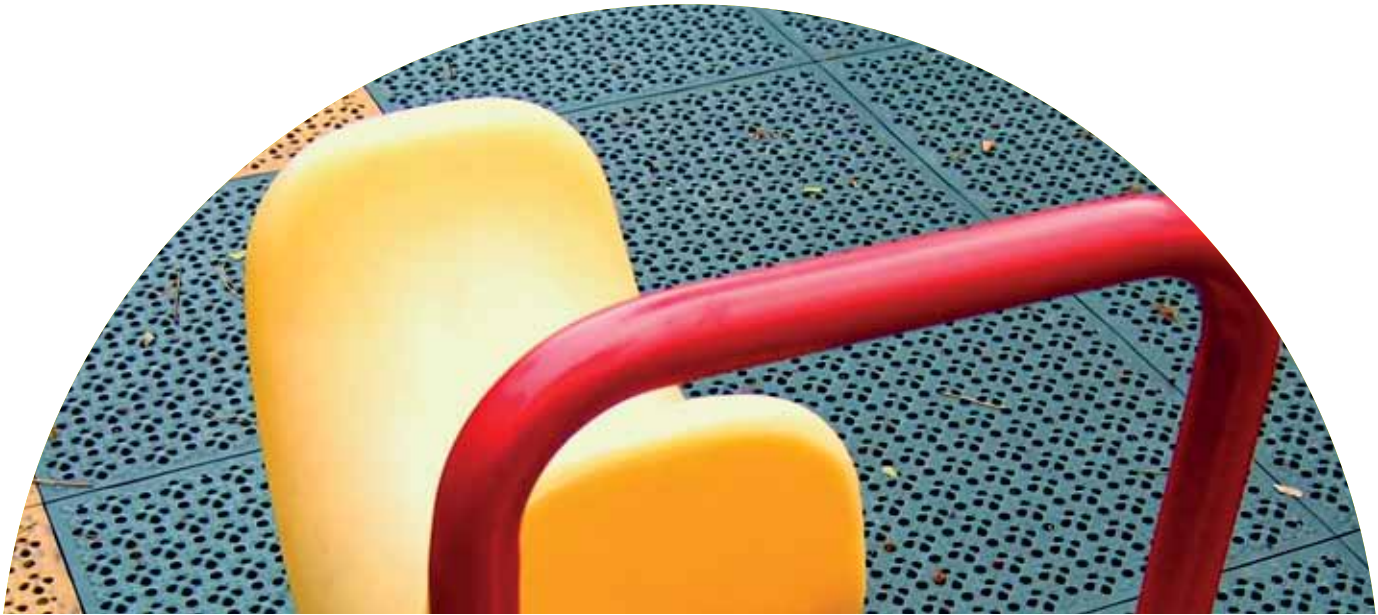
nos respetivos cuidados. Esta deverá ser uma opção verdadeiramente democrática para a atual conjuntura que terá necessariamente de incorporar os três seguintes princípios: não fazer dano, ajudar as pessoas a voltar ao trabalho, investir na saúde pública.

Atualmente a gestão da saúde é estratosférica, longe das pessoas, feita de normas monótonas, inadaptáveis às realidades locais, sem nenhuma conversação construtiva. Esta realidade é agravada pelo baixo nível de literacia que se regista em Portugal, relativamente aos outros países europeus.

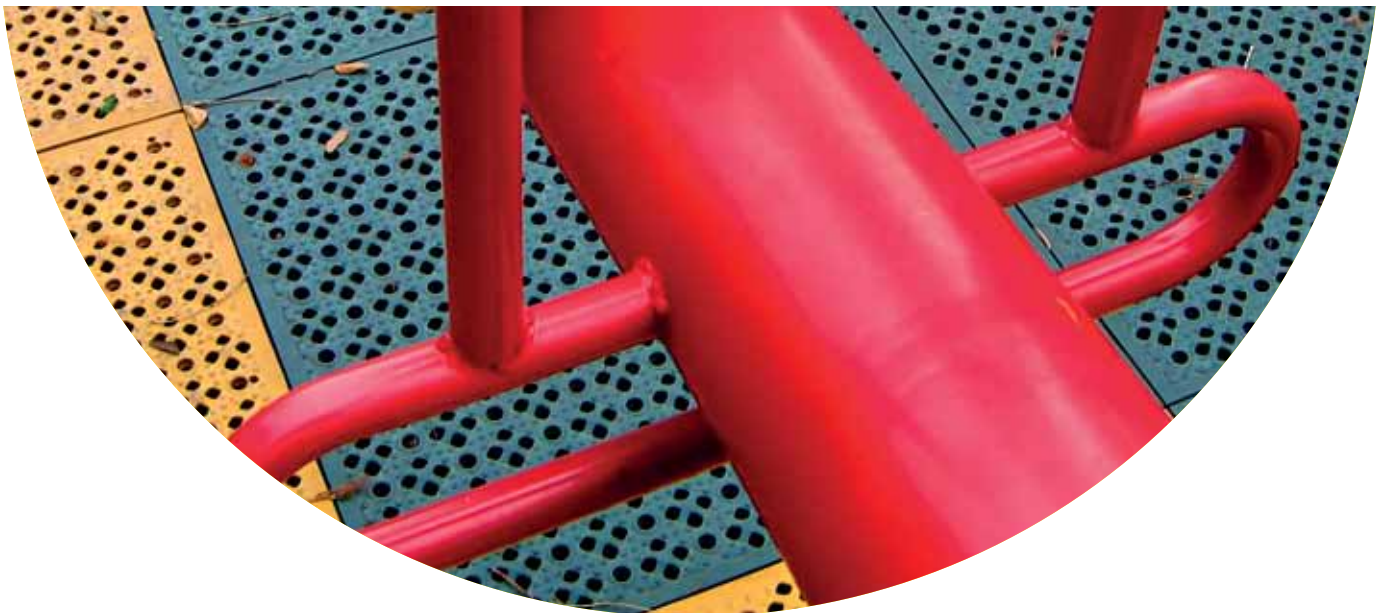
Uma das soluções para aproximar os cidadãos prende-se com a prestação de contas, considerando cada cidadão como cidadão-proprietário, garantindo o acesso oportuno a cuidados de saúde de qualidade de acordo com a Lei n.º 41/2007, *Diário da República* n.º 163 série I de 2007-08-24.

É de grande relevância a ação local organizada através do plano local de saúde, porque reforça a ação crítica, inova com um conjunto seletivo de novas ações, estabelece um compromisso, mobiliza e inspira e estabelece objetivos tangíveis.





II SESSÃO PLENÁRIA



O COMPROMISSO DOS INSTRUMENTOS DE GESTÃO TERRITORIAL COM A SAÚDE DA COMUNIDADE

PAULA SANTANA

Geógrafa e professora catedrática
da Faculdade de Letras da Universidade
de Coimbra

Partindo do reconhecimento que os Planos Diretores Municipais (PDM) de 2.ª geração representam uma oportunidade para a construção de municípios saudáveis, demonstrou-se o potencial valor acrescentado da utilização deste instrumento para a promoção da saúde da população.

A nova geração de instrumentos de gestão do território, em particular os PDM, apresentam características potencialmente promotoras de um município saudável, nomeadamente a maior ênfase à dimensão estratégica, com a reorientação e alargamento do campo de intervenção a domínios que afetam a saúde como a habitação, segurança, ambiente, transportes; maior coordenação entre os vários níveis de governança, com o reforço da cooperação intersetorial; e maior participação e envolvimento, com a promoção do processo de decisão participado.

O compromisso com a saúde reforça-se, para além das competências formais dos órgãos municipais, limitadas, até ao momento, a funções de cooperação no planeamento da rede de equipamentos de saúde; participação nos órgãos consultivos do Serviço Nacional de Saúde; e apoio a atividades de promoção da saúde e prevenção da doença. Os municípios intervêm em domínios estreitamente relacionados com condicionantes da saúde da população, por exemplo qualidade do ar, tratamento de resíduos, espaços verdes, abastecimento de água e saneamento, renovação urbana e transportes.

A decisão política, a qualquer nível de governação, deve ser informada



e baseada em evidência sobre os impactos dos fatores críticos na saúde da população, por exemplo na avaliação ambiental estratégica e na avaliação de impactos na saúde. Neste âmbito, reconhece-se a relevância de analisar o perfil de saúde da população, através de uma abordagem multidimensional, permitindo informar os decisores sobre as áreas prioritárias de intervenção (áreas de preocupação para a saúde em cada município) e apoiando, potencialmente, a formulação de estratégias e ações intersetoriais.

Para este efeito, foi apresentado um instrumento de avaliação integrada e holística do estado de saúde da população, que está a ser desenvolvido no projeto de investigação GeoHealthS, coordenado pela Universidade de Coimbra, financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT). Como resultado desta investigação, foi construído um índice com capacidade para caracterizar e monitorizar a saúde da população portuguesa, de forma global e em diferentes dimensões e critérios, por exemplo na economia, equidade social, ambiente, cuidados de saúde, mortalidade e morbilidade, no tempo (nos últimos 20 anos) e no espaço (à escala concelhia).

A avaliação de impactos na saúde, a par com a maior articulação intersetorial e aplicação de critérios de eficiência e equidade, apresentam-se como ações necessárias para apoiar a decisão na resposta aos novos desafios territoriais colocados pela estratégia nacional de ordenamento do território para 2020 e na construção de comunidades mais saudáveis.

TERESA CRAVEIRO

Geógrafa urbanista
Câmara Municipal de Lisboa

Compete ao Poder Local promover o bem-estar dos seus cidadãos e garantir iguais oportunidades de acesso aos recursos municipais.

No caso de Lisboa, o PDM de 1994 previa no art.º 127.º do seu Regulamento que «no prazo de dois anos serão elaboradas cartas municipais de equipamentos desportivos, de ensino e de saúde, com actualização bienal, que serão submetidas à apreciação das entidades competentes».

Mas a elaboração de qualquer destas cartas pela Câmara Municipal de Lisboa, tal como a elaboração de Orientações Estratégicas para a Criação das Redes Públicas de Equipamentos Sociais, e a sua aprovação pela assembleia municipal, só veio a acontecer articuladamente com o Programa Local de Habitação, em 2009, ou seja, 15 anos depois, o que permitiu a continuação da prática casuística no domínio da dotação da cidade em infraestruturas e equipamentos de proximidade.

A oferta de serviços e infraestruturas ao sistema de funcionamento da cidade, de forma consistente e sustentável, é um dos 8 objetivos do Programa Local de Habitação para garantir o objetivo de topo que é (re)habitar a cidade de Lisboa, pelo que a elaboração das respetivas cartas de equipamentos constituiu um passo fundamental para a coesão e equidade territorial.

O PDM entretanto revisto, entendido como de 2.ª geração, aprovado pela assembleia municipal em 24 de julho de 2012, elege como principais preocupações as questões ambientais e a equidade do território e incorpora já as propostas das diversas Cartas de Equipamentos aprovadas, nomeadamente a da Saúde.

Também o Plano de Desenvolvimento Social, PDS, na sua Agenda Estratégica 2013-2015 estabeleceu diversas ações a desenvolver no campo da saúde, enquadradas no desafio estratégico da «Lisboa, Cidade Saudável».

O Perfil Municipal de Saúde de Lisboa, primeira fase da elaboração do Plano Desenvolvimento de Saúde e Qualidade de Vida da Cidade de Lisboa, foi desenvolvido por um grupo de trabalho envolvendo diversos serviços municipais, em articulação com a Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP), a Fundação Saúde – Serviço Nacional de Saúde, o

DO PDM DE 2.ª GERAÇÃO AO PLANEAMENTO EM SAÚDE NO MUNICÍPIO DE LISBOA

Conselho das Comunidades dos Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) e a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo (ARSLVT), cujo produto da sua participação foi editado e apresentado publicamente em julho de 2013, constituindo o Retrato da Saúde em Lisboa – Contributo para Um Perfil de Saúde da Cidade. Para identificar as áreas em que se torna necessário intervir, o Perfil Municipal de Saúde de Lisboa procura dar resposta a um conjunto de interrogações sobre quem somos, como vivemos, que saúde e doenças temos e de que morremos, e ainda de que meios e recursos dispomos.

Somos uma cidade em envelhecimento, em que 35% das famílias são unipessoais, e destas, mais de 40% são constituídas por pessoas idosas a viverem sós; em que persistem alojamentos cujas deficientes condições de habitabilidade se repercutem na saúde dos moradores; mas que simultaneamente é das cidades mais soalheiras e em que há um aumento do número de crianças.

Somos uma cidade em que tem aumentado a doença mental, a prevalência da diabetes e da tuberculose, assim como da obesidade; em que a taxa de 64% de inatividade física é das mais altas da Europa, com elevados níveis de inatividade nos jovens.

É com esta realidade, com as vulnerabilidades sociais e o agravamento das condições de acesso à saúde, mas também com as potencialidades, que o Plano de Desenvolvimento de Saúde e Qualidade de Vida estabelecerá medidas para a intervenção na cidade, para alcançar melhorias e ganhos em saúde, segundo 5 eixos estratégicos: vida ativa, vulnerabilidades, cidade em envelhecimento, acesso a cuidados de saúde de qualidade e políticas no ciclo de vida.

Em conclusão, a intervenção do Poder Local na área da saúde é efetivamente uma plataforma colaborativa, interpelouros, desde a área do planeamento e da gestão, em articulação com autoridades de Saúde, nomeadamente a ARSLVT, à promoção da saúde e de estilos de vida saudável, como foi já referido, em articulação, parceria e cooperação simultaneamente com outros intervenientes, nomeadamente as juntas de freguesia e a Rede Social, constituindo-se o Plano de Desenvolvimento de Saúde e Qualidade de Vida e o respetivo Perfil Municipal de Saúde importantes instrumentos estratégicos, capazes de contribuir para a promoção da saúde e bem-estar.



UM EXEMPLO DE PLANEAMENTO SAUDÁVEL EM BARCELONA: OS PROGRAMAS LEI DE BAIRROS E SAÚDE NOS BAIRROS

FERRAN DABAN

Servicio e Programas e Intervenciones Preventivas
de la Agència de Salut Pública de Barcelona

Atualmente, mais de metade da população mundial vive em áreas urbanas, sendo por isso necessário que os governos priorizem políticas de planificação urbana, no sentido de converter as cidades em espaços funcionais e habitáveis para as pessoas.

Relativamente a esta questão, o professor Oriolnel, da Universidade Autònoma de Barcelona, referiu o seguinte:

«A tendência da evolução das cidades é uma das características mais preocupantes, uma vez que os grupos sociais tendem a separar-se no espaço. A escolha do local de residência é feita em função dos rendimentos das pessoas e das famílias. Aqueles que têm melhores condições económicas têm melhor opção de escolha, por sua vez, os que pertencem a uma classe social mais baixa não têm tanta opção de escolha levando a que os mais desfavorecidos se concentrem nas áreas mais degradadas e mal servidas».

Em 2004, o governo da Catalunha colocou em marcha a Ley de Barrios/Lei de Bairros (2004-2011) um extenso programa de renovação urbana que teve como objetivo melhorar as condições físicas e sociais dos bairros. A iniciativa integrava dois programas complementares, relacionados com a saúde e o trabalho.

A Lei de Bairros tem como objetivo intervir nos locais mais degradados onde se concentram os maiores problemas sociais. Não intervindo de forma setorial, mas sim em todos os locais em simultâneo, estas constituem as políticas integradas de reabilitação urbana. Este projeto foi submetido a uma avaliação, pelos investigadores do projeto Sophi, da Agência de Saúde Pública de Barcelona, que constataram melhorias físicas e sociais alcançadas com repercussões positivas na saúde das populações e demonstrou que a renovação urbana pode melhorar a saúde da população.

Na cidade de Barcelona, observou-se uma melhoria em saúde e uma redução das desigualdades em saúde, nos bairros que sofreram intervenções pela Lei de Bairros.

AGENDA

AGENDA



ALFÂNDEGA DA FÉ

1 percurso por mês **PERCURSO PEDESTRE**

Nas freguesias

A autarquia visa proporcionar aos munícipes e aos turistas o contacto com o que mais genuíno e tradicional há neste concelho, promovendo, ao mesmo tempo, o contacto com a natureza e com a identidade e vivências das populações rurais.

Pretende-se, assim, chamar ao concelho mais praticantes desta modalidade do turismo ativo e, para tal, já foi criado o Passaporte Pedestre, que reúne um conjunto de regras de conduta e participação nesta atividade.

O concelho de Alfândega da Fé tem vindo a ser cada vez mais procurado como destino turístico, motivo pelo qual a autarquia tem vindo a apostar na promoção interna e externa.

Casa da Cultura Mestre José Rodrigues de Alfândega da Fé
Telefone: 279 460 020

AMADORA



De junho a dezembro **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ECONÓMICA**

No âmbito do projeto Alimentação Saudável e Económica, serão dinamizadas junto de seis instituições do município com resposta social para seniores ações de sensibilização sobre alimentação saudável na hipertensão, na diabetes, colesterol, para reduzir o ácido úrico, sobre o trânsito intestinal e planeamento alimentar e leitura de rótulos.

Estas ações têm a duração de 1.30 horas e têm por objetivo estimular hábitos de alimentação saudável, prestar informação geral acerca da mesma, fomentando a promoção da saúde e o envelhecimento ativo da população sénior.

Câmara Municipal da Amadora
Divisão de Intervenção Social
Telefone: 214 369 053



BARREIRO

Setembro de 2015 a junho de 2016

GUIA DE OFERTA EDUCATIVA

Nas salas de aula e espaços municipais

O Serviço Educativo Municipal para Escolas é um projeto transversal da Câmara Municipal do Barreiro que pretende articular, definir e planificar atividades culturais educativas para o público escolar, numa perspetiva de aprendizagem não formal, construtiva e crítica, de modo a criar uma interligação com todos os serviços a ela inerentes, enriquecendo o conhecimento do público escolar através de novas práticas, dinâmicas e experiências informais, desenvolvidas no interior e exterior das escolas.

Assim sendo, procura-se:

- Promover atividades pedagógicas regulares para a comunidade educativa;
- Incentivar as escolas para participação e desenvolvimento de ações que promovam a criatividade, a proteção e defesa ambiental e patrimonial e uma cidadania ativa;
- Promover discursos pedagógicos acessíveis aos diferentes públicos escolares;
- Diminuir ou eliminar barreiras entre espaços municipais e a escola.

Câmara Municipal do Barreiro

semunicipal@cm-barreiro.pt

Telefone: 212 068 192



BRAGANÇA

A partir de outubro

14.30 horas

DESPORTO SÉNIOR NO MEIO RURAL

Freguesias do concelho

A Câmara Municipal de Bragança, convicta dos efeitos positivos da atividade física na população em geral e na sénior em particular, desenvolve um programa de desporto sénior dirigido a todas as freguesias do concelho, envolvendo cerca de 140 seniores.

Este programa representa a preocupação do município em proporcionar, gratuitamente, a toda a população sénior do concelho, um plano de atividades lúdico-desportivas, devidamente programadas e orientadas, de natureza inclusiva, eclética e multilateral.

Câmara Municipal de Bragança
Unidade de Desporto e Juventude
Desporto@cm-braganca.pt
Telefone: 273 300 420

FIGUEIRA DA FOZ



Novembro

MÊS DA DIABETES

Conjunto de iniciativas das diversas entidades parceiras, englobando:

- Iluminação com cor azul do edifício da Câmara Municipal da Figueira da Foz, durante o mês de novembro
- Palestras Conversar sobre Diabetes, no CAE da Figueira da Foz, em 6 e 27 de novembro, com abordagem dos temas «Afim o Que É a Diabetes? – Generalidades», «A Importância da Alimentação Saudável», «Aprender a Viver a Diabetes» e «Atividade Física e Bem-Estar»
- Participação no 9.º Fórum Nacional da Diabetes – 7 de novembro
- Olimpíadas da Diabetes na USF Buarcos – 13 de novembro
- Atividades do Dia Mundial da Diabetes, no Mercado Municipal Engenheiro Silva, com rastreio e sensibilização da população, percurso pedestre na zona urbana e showcooking com menu de degustação de refeição saudável – 14 de novembro
- Aplicação do Questionário da Avaliação do Risco da Diabetes, nas farmácias aderentes ao Protocolo ARSC/ANF – 14 a 28 de novembro

Figueira Cidade Saudável – Programa Municipal
Edifício Paço de Távarede - Largo do Paço, n.º 2 - Távarede
3080-612 Figueira da Foz
figueira.cidade.saudavel@cm-figfoz.pt
Telefone: 233 401 860

AGENDA



GOLEGÃ

17 de dezembro

das 14.30 às 16.30 horas

DIABETES? NÃO, OBRIGADO!

Auditório Eng.º Ricardo Magalhães, no Edifício Equuspolis

Esta conferência tem o intuito de sensibilizar para a prevenção e importância dos rastreios, assim como para a promoção de bons hábitos de saúde. É dirigida a toda a comunidade.

Câmara Municipal da Golegã

Telefone: 249 979 000

LAGOA – AÇORES



A partir de novembro

ATIVIDADE FÍSICA GRATUITA PARA CRIANÇAS E IDOSOS

Equipamentos desportivos do município

A partir de novembro, o município de Lagoa aposta na adoção de estilos de vida saudáveis para as crianças e população sénior.

Assim sendo e como combate ao sedentarismo e solidão, todos os portadores do Cartão Municipal do Idoso irão beneficiar de acesso gratuito a aulas de hidroginástica 2 vezes por semana. A ativação será feita de modo gradual em parceria com as instituições locais e organizado por freguesia e com oferta de transporte.

Como incentivo à prática desportiva das crianças, terá continuidade o trabalho iniciado em 2014 de aulas de Natação para crianças do 1.º ciclo e o mesmo será alargado à rede de ATL do concelho.

Serviço de Desporto e Juventude da Câmara Municipal de Lagoa

Telefone: 296 916 511

AGENDA



LISBOA

Novembro

Das 10 às 17 horas

DIA MUNDIAL DA DIABETES

Espaço público

Para dar visibilidade ao problema da diabetes, Lisboa faz de novembro um mês dedicado à problemática.

No próprio Dia Mundial da Diabetes, 14 de novembro, nada como percorrer, caminhando, os miradouros de Lisboa, incluindo na caminhada todos os interessados, num dia em que mexer-se é não só um desafio, mas uma forma de exercício físico e um verdadeiro alerta para os estilos de vida saudáveis.

Durante a caminhada pelos miradouros de Lisboa, poderão ser admirados os monumentos iluminados a azul, terminando o evento numa formação humana do círculo azul da diabetes, na Praça do Município. Um círculo que simboliza a união, de cor azul, a cor da bandeira das Nações Unidas.

Pretende-se com esta ação entender que o andar a pé diário é um importante contributo no combate à diabetes.

Câmara Municipal de Lisboa
Departamento de Direitos Sociais
Telefone: 217 988 138

LOURES



24 de novembro

Das 9.30 às 12 horas

NA BIBLIOTECA JOSÉ SARAMAGO, LOURES

Saúde Mental

Ciclo de Debates Refletindo sobre...

Promover o debate e a reflexão em torno das questões ligadas às áreas sociais e de saúde em articulação com as várias entidades, instituições, municípios com as mesmas preocupações nestas áreas de intervenção.

Divisão de Inovação Social e Promoção da Saúde
Disps@cm-loures.pt
Telefone: 211 150 792



LOURINHÃ

21 de novembro

8.30 horas – Concentração

9 horas – Início da Caminhada

8.ª CAMINHADA DE SÃO MARTINHO

No decorrer do trajeto com cerca de 11 km, os caminhantes terão a oportunidade de visitar o Museu e o Centro de Artesanato de Reguengo Grande e de passear pelo Planalto das Cezaredas, uma das mais conhecidas e marcantes componentes paisagísticas da parte setentrional do concelho.

O Planalto das Cezaredas é um território calcário com cerca de 140 milhões de anos que se apresenta como um prolongamento do sistema serrano Aire/Montejunto. É também um espaço que a história, a lenda e a tradição popular associam a acampamentos dos exércitos de César, a caçadas reais e amores clandestinos entre D. Pedro I e D. Inês de Castro.

A caminhada termina com o tradicional magusto à boa moda portuguesa, com castanhas assadas, sopa da pedra e água-pé.

Esta iniciativa está inserida no Roteiro de Caminhadas 2015 promovido pelo Município da Lourinhã.

Valor de inscrição: 2€ pessoa – caminhada; 8€ pessoa – caminhada com almoço

Câmara Municipal da Lourinhã

desporto@cm-lourinha.pt

Telefone: 261 410 112

Fax: 261 410 108

cm-lourinha.pt



MIRANDA DO CORVO

Semanalmente

UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE

Localidades de todas as freguesias

A Unidade Móvel de Saúde é constituída por uma viatura, equipada para a prestação de cuidados primários de enfermagem e para o apoio administrativo e social dos municípios, e uma equipa constituída por uma enfermeira e uma assistente social ou psicóloga, que diariamente se desloca aos 102 lugares do concelho de Miranda do Corvo.

Desenvolve o seu trabalho em três áreas distintas e complementares: prevenção e vigilância da saúde, ação social e serviços camarários diversos. Na área da saúde, assume especial importância a promoção e vigilância da saúde e prevenção da doença e a prestação de cuidados à população mais idosa e com dificuldades no acesso aos cuidados de saúde, realizando ainda deslocações domiciliárias à população que não se consiga dirigir à Unidade Móvel. Na área social, desenvolve um trabalho privilegiado, prestando apoio social e apoio psicológico, sinalizando situações de risco e seu posterior encaminhamento.

A Unidade Móvel proporciona ainda um meio de ligação entre a autarquia e os municípios, levando informações e recebendo sugestões e pretensões de várias ordens, posteriormente encaminhadas para os serviços competentes que as tratarão.

Câmara Municipal de Miranda do Corvo

Telefone: 239 530 320

Fax: 239 532 952

camara@cm-mirandadocorvo.pt

cm-mirandadocorvo.pt

MONTIJO



3 de dezembro

16 horas

III GALA SOLIDÁRIA E NATAL

No Cinema Teatro Joaquim d'Almeida

Pretende-se com esta atividade estabelecer momentos de convívio e de lazer entre os(as) seniores e, através da recolha de alimentos, apoiar as famílias carenciadas do concelho.

Câmara Municipal do Montijo

Telefone: 212 327 739

AGENDA



ODEMIRA

22 de novembro

9 horas

CROSS DOS CAVALEIROS / PERCURSO PEDESTRE DOS CAVALEIROS

Vale de Santiago

Cross dos Cavaleiros é um evento desportivo com uma vertente competitiva e outra de lazer. A vertente competitiva consiste numa prova de corta-mato que vai deste os infantis até aos veteranos. O Percurso Pedestre inserido no evento consiste em dois percursos alternativos tendo em conta a preparação de cada participante.

Câmara Municipal de Odemira / Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira

Telefone: 283 320 900

desporto@cm-odemira.pt

ODIVELAS



Setembro de 2015 a junho de 2016

ODIVELAS DESENVOLVE PROJETO AMEA – ALIMENTE BEM ESTA FAMÍLIA

Concelho de Odivelas

A Câmara Municipal de Odivelas através do projeto Sei! Odivelas, integra o programa Alimente bem esta família - AMEA, promovido pelo Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde, o qual visa melhorar o estado nutricional e a adoção de um estilo de vida saudável nos adolescentes, através de um programa alimentar individualizado, sendo que o mesmo é dirigido especificamente a adolescentes inseridos em contexto familiar que revelem um baixo estatuto socioeconómico.

Pretende-se o desenvolvimento de competências ao nível familiar, no que respeita à gestão do orçamento alimentar, ao planeamento adequado da alimentação da família, à elaboração de listas de compras, estabelecendo prioridades e reduzindo o risco de problemas de saúde ligados a uma deficiente alimentação dos adolescentes.

Câmara Municipal de Odivelas e Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde

Telefone: 219 320 728

AGENDA



OEIRAS

No quarto sábado de cada mês

CAFÉ MEMÓRIA DE OEIRAS

Fórum Apoio

Rua Margarida Palla, 23^a, Algés

Partindo de um conceito internacional, o Café Memória é uma iniciativa inovadora que consiste num local de encontro destinado a pessoas com problemas de memória ou demência, bem como aos seus familiares e cuidadores. O objetivo é simples: ser um ponto de encontro para partilha de experiências e suporte mútuo, proporcionando um ambiente acolhedor, reservado e seguro onde se facilita a interação entre todos, se oferece apoio emocional, informação útil e promove a participação das pessoas em atividades lúdicas e estimulantes. A atividade é desenvolvida com o apoio de profissionais de saúde ou de ação social e sempre acompanhado de uma chávena de chá ou café e muita conversa!

Câmara Municipal de Oeiras, Associação Apoio e Rotary Club de Algés

Telemóvel: 935 044 787

PALMELA



Novembro e dezembro

XVI FESTIVAL EXPRESSARTE | APPACDM

Palmela

Evento anual que reúne várias associações de apoio a pessoas portadoras de deficiência, grupos de teatro e dança, que utilizam a expressão artística com fins terapêuticos, de recreação e inclusão social. Os utentes da associação protagonizam momentos diversos de espetáculo e animação, produzidos no âmbito do trabalho desenvolvido durante o ano, e têm como palco as principais salas de espetáculo do concelho. O festival favorece, também, o contacto e o intercâmbio com instituições congêneres de vários pontos do país e com outras entidades locais, numa celebração da igualdade de oportunidades para todos, assinalando, paralelamente, o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência.

No próximo ano letivo irá decorrer o Projeto ExpressArte nas Escolas com o intuito de sensibilizar as camadas jovens da comunidade para a temática da inclusão social e da deficiência, facilitando a sua inclusão e dignificação através da arte, na comunidade em que se inserem.

APPACDM de Setúbal com apoio da Câmara Municipal de Palmela

Telefone: 212 336 606 - Divisão de Educação e Intervenção Social
deis@cm-palmela.pt

AGENDA



PONTA DELGADA

Junho a dezembro de 2015

Das 8.30 às 16.30 horas

GABINETE SAUDÁVEL DE APOIO AO JOVEM

Divisão de Desenvolvimento Social

O Gabinete tem como objetivo principal promover estilos de vida saudável. Trata-se de um gabinete de atendimento psicológico dirigido sobretudo a jovens e adolescentes.

Assim, as atividades a desenvolver no Gabinete Saudável de Apoio ao Jovem no segundo semestre de 2015 centram-se sobretudo em entrevistas clínicas, avaliações psicológicas, sessões de psicoterapia (acompanhamento psicológico) e formativas.

Divisão de Desenvolvimento Social

Telefone: 296 304 438

PORTO SANTO



14 de novembro

14 horas

AMIGOS DO MAR – CAMPANHA DE LIMPEZA DE ZONAS COSTEIRAS

Praia do Porto Santo

A Câmara Municipal do Porto Santo comemora no próximo dia 14 de novembro o Dia Nacional do Mar. Esta é uma data comemorativa da Convenção das Nações Unidas sobre o Direito do Mar que tem como objetivo mostrar a importância do mar para a economia e desenvolvimento nacional.

Esta comemoração será efetuada através de uma limpeza de zonas costeiras, aberta à participação de voluntários que queiram colaborar ativamente numa ação de conservação da natureza, removendo detritos trazidos pelo mar, que causam efeitos nefastos na biodiversidade marinha e na paisagem e monumentos geológicos existentes no local.

Esta ação surge no âmbito de outras iniciativas da autarquia, tais como a campanha a decorrer nas redes sociais Faz da Mudança a Tua Praia que pretende alertar para os perigos do plástico no meio marinho e costeiro e ainda as iniciativas realizadas no âmbito do programa Amigos do Mar – campanhas de limpeza de zonas costeiras.

Câmara Municipal do Porto Santo

rubinabrito@cm-portosanto.pt

Telefone: 291 980 640



RIBEIRA GRANDE

8 de dezembro

10 horas

CORRIDA DE NATAL

Largo Conselheiro Hintze Ribeiro

A Corrida de Natal é uma corrida que está incluída como prova oficial da Associação de Atletismo de S. Miguel, que é composta por todos os escalões, tanto femininos como masculinos. Realiza-se por diversas artérias do centro da cidade, com início em frente ao Teatro Ribeiragrandense e com seu término junto ao Edifício dos Paços do Concelho.

Tem sido uma prova que tem tido uma grande afluência de participantes.

Câmara Municipal da Ribeira Grande

Gabinete de Desporto: Hernâni Melo 912 243 591

SEIXAL



Dias 11, 12 e 13 de dezembro

JUNTOS PELO HOSPITAL NO SEIXAL – ALDEIA DE NATAL DO SEIXAL

Aldeia de Natal do Seixal é um evento pioneiro no município do Seixal dedicado ao Natal, com uma componente muito forte associada à reivindicação das populações pela construção do hospital no Seixal.

Os grandes momentos do evento Aldeia Natal do Seixal englobam a já conhecida Fábrica de Sonhos e o Natal do Hospital. Simultaneamente estará disponível um vasto e diversificado programa de atividades composto por ateliês natalícios, contos de Natal, insufláveis, pinturas faciais, decoração da árvore de Natal com materiais reciclados pelas crianças dos jardins de infância do município do Seixal, atividades desportivas, passeios de charrete e, claro, a visita do Pai Natal. No evento haverá lugar a presenças institucionais e a ações de solidariedade envolvendo a sociedade civil. A restauração local também se associa ao evento com a disponibilização de um menu natalício.

Câmara Municipal do Seixal com juntas de freguesia, movimento associativo, IPSS, Plataforma Juntos pelo Hospital no Seixal e PSP

Telefone: 212 276 700

cm-seixal.pt

AGENDA



SERPA

Dezembro

CICLO DE PALESTRAS DE SAÚDE E BEM-ESTAR

Centro Social de Serpa

Iremos realizar a partir de outubro o III Ciclo de Palestras na área da saúde e bem-estar onde convidamos especialistas a dinamizarem ações de sensibilização na área da saúde.

A Diabetes – 2 de dezembro – 17 horas

VIH, Porque estão os mais velhos em risco – 9 de dezembro – 17 horas

Câmara Municipal de Serpa

Telefone: 284 544 597

SESIMBRA



Ano letivo 2014-2015 | 2015-2016

ESCOLHE O TEU CAMINHO

Estabelecimentos de Ensino da Cidade

A iniciativa destina-se aos alunos do 1.º ciclo, começou a ser dinamizada no ano letivo 2014/2015, já percorreu diversos estabelecimentos de ensino do concelho e continuará no próximo ano letivo.

Os objetivos do projeto são alertar as crianças para as consequências do consumo de tabaco e álcool; promover fatores de proteção em matéria dos consumos destas substâncias; prevenir de comportamentos de risco em contexto escolar.

Câmara Municipal de Sesimbra

Gabinete de Habitação e Ação Social

acao.social@cm-sesimbra.pt

Telefones: 212 288 204, 212 288 208

AGENDA



SETÚBAL

Anual DIZPOSITIVO

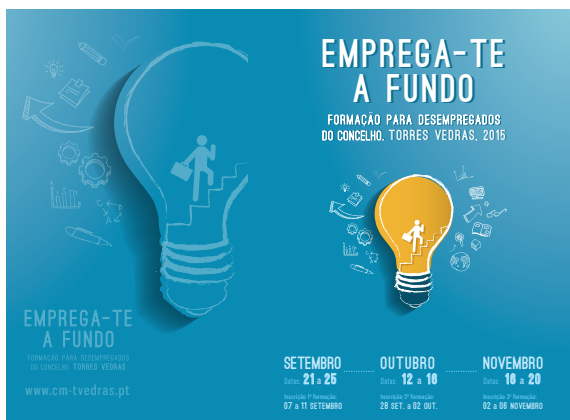
Projeto promovido pela Câmara Municipal de Setúbal na área da promoção da saúde que tem como principais objetivos: a priorização da intervenção precoce; a redução de fatores de risco e a promoção de fatores de proteção, ao nível dos consumos de substâncias psicoativas.

Para atingir estes pressupostos, considera-se fundamental trabalhar amplamente com as crianças e jovens, mas também com as suas famílias, professores e assistentes operacionais das escolas do concelho e técnicos de entidades com intervenção na comunidade, considerando-os agentes de prevenção. Nesse sentido, têm vindo a ser realizados Ciclos Formativos, adaptados aos diferentes destinatários, onde se pretende dotar os participantes de um conjunto de conhecimentos, competências e estratégias que permitam a aquisição de ferramentas que os auxiliem na sua prática preventiva.

Nos Ciclos Formativos têm sido abordadas as seguintes temáticas: Gestão Emocional; Gestão de Conflitos; O Consumo de Substâncias Psicoativas; Trabalho em Equipa; Liderança em Contextos Educativos; O Humor enquanto Ferramenta da e na Relação.

Câmara Municipal de Setúbal
Telefone: 265 545 170

TORRES VEDRAS



Setembro, outubro e novembro

EMPREGA-TE A FUNDO – PLANO DE FORMAÇÃO PARA MUNICÍPIOS DESEMPREGADOS

Junta de Freguesia do Turcifal e Centro Social Paroquial de Torres Vedras

O II Programa de Formação designado por Emprega-te a Fundo encontra-se estruturado em diferentes áreas temáticas, tendo por destinatários os munícipes desempregados das diferentes áreas geográficas do concelho. O Emprega-te a Fundo realizará 3 formações descentralizadas, em parceria com as Comissões Sociais Interfreguesia do Interior e Litoral e Comissão Social de Freguesia da Cidade, com a duração total de 45 horas (15 horas por formação), abrangendo o total de 45 pessoas (15 munícipes desempregados por formação)

Câmara Municipal de Torres Vedras
Telefone: 261 320 772



VALONGO

Janeiro de 2016

RASTREIO DE DALTONISMO E DE ACUIDADE VISUAL

Nas escolas do ensino básico

Ação de rastreio precoce do daltonismo e da acuidade visual dirigido a alunos e alunas do 4.º ano do 1.º ciclo de ensino básico, pretendendo-se ainda a aferição do número de daltónicos a nível local. O rastreio será complementado com a orientação para serviços/consultas da especialidade, sempre que se justifique. Esta ação, realizada em parceria com a Área Metropolitana do Porto, visa a criação da 1.ª região do mundo inclusiva pela cor, assim como a sensibilização e consciencialização para a questão do daltonismo, a inclusão das pessoas daltónicas e a divulgação do código ColorADD.

Município de Valongo, em parceria com empresas óticas concelhias
Telefones: 224 227 900, 911 021 575

VIANA DO CASTELO



De setembro a dezembro

MOMENTOS I

Gabinete Viana Cidade Saudável

Os Momentos i enquadram-se no Plano Municipal para a Integração dos Imigrantes e constam de várias iniciativas, entre as quais se destacam sessões de aprendizagem e aperfeiçoamento da língua portuguesa. Estas sessões são destinadas a todos os imigrantes que queiram aperfeiçoar e/ou aprender português e dividem-se em 2 grupos: as Conversas em Português, onde, em cada semana, durante uma hora e trinta minutos, se fala de um tema diferente, nomeadamente sobre cultura, gastronomia, segurança pública, ambiente, respostas sociais, saúde, entre muitos outros; e Aprender Português, que se traduz em sessões de duas horas destinadas a todos aqueles que ainda não falam, ou falam pouco, a língua portuguesa. As Conversas em Português são dinamizadas por voluntários convidados que dominem o tema a abordar e as sessões de Aprender Português são dinamizadas por professores voluntários da área de português ou do ensino básico. No total, frequentam estas sessões 35 pessoas de dezasseis nacionalidades diferentes.

Gabinete Cidade Saudável da Câmara Municipal de Viana do Castelo, com o apoio do Banco Local de Voluntariado
Telefone: 258 809 300/377

AGENDA



VIDIGUEIRA

11 de novembro

16.30 horas

S. MARTINHO PARA A COMUNIDADE

Praça da República

A Câmara Municipal de Vidigueira organiza um Magusto de S. Martinho, com frutos secos, castanha assada, batata doce e vinho novo, aberto à população, no dia 11 de novembro, na Praça da República.

Esta iniciativa é animada pela atuação do Grupo Coral Os Vindimadores de Vidigueira acompanhado por um grupo de jovens, que coloca todos os presentes a cantar à alentejana.

Município de Vidigueira

Telefone: 284 437 409

VILA FRANCA DE XIRA



20 de novembro

DIA MUNDIAL DA DIABETES

Piscinas e ginásios municipais

Para assinalar o Dia Mundial da Diabetes, a Câmara de Vila Franca de Xira, realiza um conjunto de atividades que visam a promoção de hábitos saudáveis como forma de prevenção da diabetes.

Assim, realiza-se um *open day* nos ginásios e equipamentos municipais, permitindo a frequência gratuita dos munícipes do concelho de Vila Franca de Xira. Em simultâneo, acontece uma ação de esclarecimento na Universidade Sénior, onde se esperam cerca de 70 alunos e alunas.

Considerando a importância de uma intervenção sistemática e concertada nesta matéria, deliberou a Câmara Municipal celebrar o protocolo entre a Fundação Calouste Gulbenkian e Associação de Municípios Portugueses, aderindo desta forma ao projeto Não à Diabetes.

Haverá também um folheto informativo, que será distribuído pelos SMAS de Vila Franca de Xira a todos os munícipes, esclarecendo e alertando para a problemática da diabetes.

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

Divisão de Desenvolvimento Social e Divisão de Desporto e Equipamentos

Desenvolvimento.social@cm-vfxira.pt

Telefone: 263 285 600

AGENDA



VILA REAL

Todos os meses

UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE

Na freguesias do concelho de Vila Real

A Unidade Móvel de Saúde tem prestado um inestimável serviço ao nível dos cuidados de saúde primários junto da população, visa garantir uma vida mais segura e facilitada para idosos, pessoas com mobilidade reduzida e população em geral, através da prestação de cuidados primários de saúde, entre outros, rastreios de colesterol, diabetes, tensão arterial, pequenos curativos.

Câmara Municipal de Vila Real em parceria com o ACES-Douro Marão Norte
Telefone: 259 308 100





Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis
Rua 5 de Outubro, n.º 1
2840-501 SEIXAL

Tel.: 212 221 408
E-mail: redemunicipiossaudaveis@gmail.com
Site: rededidadessaudaveis.com