



PROGRAMA DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO

para a Redução do Risco
no Município da Amadora

ASSOCIAÇÕES E INSTITUIÇÕES
PUBLICAS E PRIVADAS



AMADORA
Cidade

2016 | 2017

FICHA TÉCNICA

Título

Programa de Informação e Sensibilização para a Redução do Risco no Município da Amadora | 2016-2017

Documento elaborado por:

Equipa da Campanha “Amadora. Liga à Resiliência” (2010 – 2020)

Colaboração:



Localidade

Amadora

Páginas

28

Edição

Julho/2016

INDICE

NOTA INTRODUTÓRIA	4
1. A IMPORTÂNCIA DA INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DO RISCO NO MUNICÍPIO DA AMADORA	5
1.1. INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO ÀS ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS	6
1.2. PROJETO ACADEMIA SÊNIOR – PROTEÇÃO CIVIL AMADORA	8
2. AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA AS ASSOCIAÇÕES E INSTITUIÇÕES PÚBLICAS E PRIVADAS	11
2.1. CALENDARIZAÇÃO DE AÇÕES	12
2.1.1. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS	13
2.1.2. INCÊNDIOS URBANOS SEGURANÇA DOMÉSTICA	13
2.1.3. INCÊNDIOS FLORESTAIS	14
2.1.4. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (SÊNIOR)	14
2.1.5. HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR (SÊNIOR)	15
2.1.6. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO: EM SITUAÇÃO DE DESASTRE	15
2.1.7. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES	16
2.1.8. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE	16
2.1.9. PREVENÇÃO DOS EFEITOS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES	17
2.1.10. PREVENÇÃO DE QUEDAS NA TERCEIRA IDADE	17
2.1.11. SEGURANÇA INFANTIL	18
2.1.12. PERVENÇÃO RODOVIÁRIA (SÊNIOR)	18
2.1.13. VIOLÊNCIA DE GÊNERO (SÊNIOR)	19
2.1.14. SEGURANÇA SÊNIOR	19
2.1.15. SIGNIFICATIVO AZUL	20
2.1.16. ESTOJOS DE PRIMEIROS SOCORROS	20
2.1.17. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - PEDIÁTRICO	21
2.1.18. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO	21
2.1.19. MISSÕES E PROCEDIMENTOS EM PROTEÇÃO CIVIL	22
2.1.20. A VISÃO NO LOCAL DE TRABALHO	22
2.1.21. A VISÃO E O MUNDO DIGITAL	23
2.1.22. AS ANOMALIAS VISUAIS E LENTES OFTÁLMICAS-PROTEÇÃO E CONFORTO	23
2.1.23. DE OLHOS NOS OLHOS	24
2.1.24. RASTREIOS VISUAIS	24
2.1.25. ACOMPANHAMENTO E OBSERVAÇÃO DE “EXERCÍCIOS DE EVACUAÇÃO”	25
2.2. INSCRIÇÃO	25
CONTACTOS	26

NOTA INTRODUTÓRIA

A elaboração de programas de sensibilização e educação para a redução do risco é imprescindível para a mobilização e participação dos cidadãos nas estratégias de prevenção e mitigação do risco no município da Amadora.

Demodoaumentaraconsciencializaçãopública em relação aos riscos existentes no município é importante estabelecer uma calendarização para a sensibilização permanente e sustentável, em parceria com as diversas entidades do município, com responsabilidade nesta matéria.

Neste sentido, a Equipa da Campanha "Amadora. Liga à Resiliência", desenvolveu o **Programa de Informação e Sensibilização para a Redução do Risco no Município da Amadora** dirigido a todas as associações e instituições públicas e privadas, para o período outubro de 2016 a julho 2017.

Os objetivos principais deste programa passam por:

- Mobilizar agentes e organismos, de uma forma adequada e eficaz, de modo a que se possa construir uma verdadeira cultura de segurança no município;
- Dar continuidade ao processo de formação dos parceiros da Campanha Local, no âmbito das medidas de autoproteção e prevenção para as suas infraestruturas e utilizadores em medidas de prevenção, autoproteção, em vários domínios.

Este programa, que terá o apoio do Departamento de Educação e Desenvolvimento Sociocultural (DEDS-CMA) na sua divulgação, apresenta um conjunto de ações de informação e sensibilizações que podem ser ministradas aos stakeholders da comunidade, por diversas entidades: Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC-CMA), Serviço de Prevenção, Higiene e Segurança no Trabalho (SPHST-CMA), Equipa da Campanha "Amadora. Liga à Resiliência", Divisão de Serviços Urbanos – Eco-Espaço (DHS-CMA), Bombeiros Voluntários da Amadora (BVA), Polícia de Segurança Pública – Divisão da Amadora (PSP), Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação Local da Amadora (CVP), Unidade de Saúde Pública - Agrupamento de Centros de Saúde – Amadora (USP-ACES Amadora), Equipa Comunitária de Resposta à Emergência (ECRE), Elos Vitais (EV) e Essilor Portugal.

Para que os interessados tenham acesso às ações apresentadas neste programa é necessário apenas proceder ao envio de email, de acordo com as especificidades da ação, que se encontra no final do capítulo 2 (2.2) e remeter para o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora através do correio-eletrónico:

carlos.rocha@cm-amadora.pt
proteccao.civil@cm-amadora.pt

1

A IMPORTÂNCIA DA INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DO RISCO NO MUNICÍPIO DA AMADORA



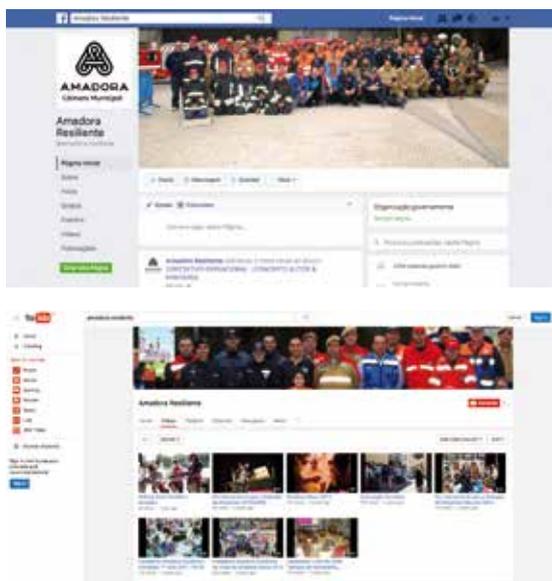
1.1. INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO ÀS ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS

A informação e sensibilização à comunidade, no que respeita à redução do risco de desastre, iniciou-se no município, através do SMPC, no ano 2010. Esta aposta tem vindo a ganhar expressão no município, tendo como missão fornecer informação e preparar a comunidade sobre os procedimentos corretos a adotar em situações de emergência. Pretende ainda sensibilizar o público para os riscos naturais e tecnológicos e para a aquisição de hábitos de segurança.

Verifica-se que a aceitação a este projeto tem sido favorável, foi possível criar já uma rede de parceiros entre associações e organismos públicos, na implementação da campanha. Com a realização de diversos eventos e festividades e a organização de várias ações de formação sobre medidas de prevenção e autoproteção e de informação sobre riscos e desastres, permitiram-nos colocar a temática da redução do risco de desastre na agenda do município (gráfico 1).



Gráfico 1 – Número de ações ministradas às entidades públicas e privadas e pessoas envolvidas (Amadora, 2010-2016)
Dados, tratamento e análise estatística: SMPC Amadora



Para além disso, as redes sociais (facebook¹ e youtube²) deram à Equipa da Campanha "Amadora. Liga à Resiliência" a possibilidade de promover conteúdos e informação sobre as boas práticas que o cidadão, o Estado e as entidades público-privadas podem e devem adotar para antecipar os riscos a que estão sujeitos. O facebook tem ainda permitido a interação entre os vários segmentos da comunidade nas temáticas relacionadas com a redução do risco.

Fig. 6 – Facebook e Canal Youtube Amadora Resiliente

¹ <https://www.facebook.com/amadora.resiliente>

² <http://www.youtube.com/user/UNISDRAmadora>

Por último, uma nota para as diversas publicações que a Equipa da Campanha “Amadora. Liga à Resiliência” tem elaborado, com o apoio dos parceiros, e que têm como objetivo disponibilizar e alertar toda a comunidade para os riscos a que está sujeita e o que pode fazer para minimizar danos e perdas em consequência de um desastre. Ao nível das publicações produzidas, destaque para:

- Plano Familiar de Emergência;
- Minuta Técnica para a Elaboração de Planos de Segurança;
- Fichas Pedagógicas “Prevenir para Proteger”;
- Histórico de Ocorrências no Município da Amadora 2000-2010 | Normais Climatológicas da Amadora 1915-2012;
- Panfletos informativos sobre; Calor, Frio, Inundações, Vento Forte e Tornados;
- Comunicado Técnico-Operacional com os avisos meteorológicos e alertas da Proteção Civil;
- Cartão de Emergência (Contactos Entidades).



Fig. 7 – Publicações destinadas à comunidade em geral e parceiros da Campanha Local

1.2. PROJETO ACADEMIA SÉNIOR – PROTEÇÃO CIVIL AMADORA

O projeto **Academia Sénior – Proteção Civil Amadora**, iniciou-se em 2014 e tem como base o voluntariado e é dirigido à população sénior que pretenda oferecer a sua disponibilidade de forma voluntária e colaborar com o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora (SMPC).

Face ao carácter transversal das questões que envolvem a proteção civil, mais concretamente a adoção de medidas de autoproteção, e a criação de mecanismos multiplicadores para a proteção de pessoas e bens, é fundamental criar canais de comunicação, discussão, sensibilização e formação para este segmento específico da população.



Assim, o SMPC promoveu a criação de **Agentes Seniores de Proteção Civil** com o objetivo da população sénior ter um papel mais ativo na partilha de conceitos de prevenção, e também ela participar mais ativamente na concretização de uma cultura de segurança no município, assumindo como principais objetivos:

- Resgatar e valorizar o papel social do sénior e os seus saberes, as suas experiências e as suas vivências, através de ações que aproximem os seniores a formas mais concretas de participação ativa, em especial na temática da prevenção e proteção de acidentes e desastres;
- Otimizar a ocupação do tempo livre do sénior com ações de sensibilização e informação, relacionadas com a redução do risco de desastre;
- Integrar o sénior na sociedade com um papel socialmente ativo ao nível dos objetivos da proteção civil municipal;
- Contribuir para o aumento da autoestima, qualificação, satisfação e realização do sénior;
- Sensibilizar instituições e a sociedade em geral para que reconheçam que o sénior é um cidadão, atuante e produtivo;
- Combater o isolamento e a exclusão social;
- Apoiar iniciativas de controlo social garantindo a implementação de medidas que visem a melhoria da qualidade de vida e segurança do sénior.



Foto 1 – Visitas de trabalho ao IPMA

O **Agente Sênior de Proteção Civil** depois de ser capacitado nas temáticas referidas desenvolverá ações:

- Estimular uma maior relação de proximidade entre o SMPC e as Instituições que representa.
- Responsável por captar o interesse aos seus pares em matéria de Proteção civil na instituição onde está inserido (vagas de frio, ondas de calor, incêndios urbanos, etc.),
- Divulgar as recomendações regularmente difundidas por este serviço. (Avisos e Alertas).
- Participação nas diversas iniciativas (como apoio logístico) organizadas e dinamizadas pelo SMPC.
- Participação em ações de sensibilização direcionadas para a população escolar.
- Participação como observadores e como forma de apoio em Simulacros.

Para ser **Agente Sênior de Proteção Civil** é necessário:

- Ser associado de uma instituição/associação com resposta social de apoio aos seniores;
- Ser reformado ou pensionista;
- Estar inscrito no BVLA (Banco Voluntariado Local da Amadora).



Foto 2 – Sensibilização em eventos



Foto 3 – Formação aos Agentes Sêniores



Foto 4 e 5 – Ações de Sensibilização a Comunidade Escolar

Em termos gerais de resultados alcançados, o projeto excedeu as expectativas iniciais, onde importa referir como pontos-chave:

- O número de parceiros (6) envolvidos no projeto, nomeadamente entidades/organismos com intervenção privilegiada na área da segurança e socorro, para a área de formação e transmissão de conhecimentos aos agentes seniores.
- O número de entidades/organismos (13) com respostas sociais para a população sénior que aderiram a este projeto.
- O número de agentes seniores (33), formados e envolvidos no projeto até ao momento.



2

AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA AS ASSOCIAÇÕES E INSTITUIÇÕES PUBLICAS E PRIVADAS



2.1. CALENDARIZAÇÃO DE AÇÕES

TEMÁTICAS/DATAS	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
Técnicas Elementares de Primeiros Socorros					X	X	X	X		
Incêndios Urbanos Segurança Doméstica		X	X	X	X	X	X	X		
Incêndios Florestais						X	X	X		
Medidas de autoproteção em situação de Desastre		X	X	X	X	X				
Higiene e Segurança Alimentar (Sénior)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Alimentação Saudável (Sénior)				X	X	X	X	X	X	X
Prevenção dos efeitos da Vaga de Frio na Saúde da População	X	X	X							
Prevenção dos efeitos de Ondas de Calor na Saúde da População							X	X	X	
Preparação e Sobrevivência em Cenário de Catástrofe		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Prevenção de Quedas na Terceira Idade	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Segurança Infantil	X	X		X		X	X	X		
Prevenção Rodoviária (Sénior)								X		
Violência De Género (Sénior)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Segurança Sénior	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Significativo Azul	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Estojos de Primeiros Socorros	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Suporte Básico de Vida - Pediátrico	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Suporte Básico de Vida - Adulto	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Missões E Procedimentos em Proteção Civil			X				X		X	X
Acompanhamento e Observação de "Exercícios de Evacuação"	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
A Visão no Local de Trabalho	X	X		X	X	X	X	X		
A Visão e o Mundo Digital	X	X		X	X	X	X			
Anomalias Visuais e Lentes Oftálmicas - Proteção e Conforto	X	X		X	X	X	X	X	X	X
De Olhos nos Olhos	X	X								
Rastreios Visuais	X	X		X	X	X	X	X	X	X
MÊS DISPONÍVEL PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO										X

2.1.1. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS

Esta ação de informação e sensibilização visa proporcionar aos funcionários das entidades, os conhecimentos sobre as técnicas elementares de primeiros socorros que deverão ser aplicados em situações de emergência.

TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	20	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
	2. DESOBSTRUÇÃO DE VIA ÁREA			
	3. REANIMAÇÃO			
	4. PEDIDO DE AJUDA DIFERENCIADO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	FEVEREIRO	X	ABRIL	X
	MARÇO	X	MAIO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.2. INCÊNDIOS URBANOS | SEGURANÇA DOMÉSTICA

A ação “Incêndios Urbanos | Segurança Doméstica”, tem como principal objetivo sensibilizar a população para os diversos riscos tecnológicos, com especial destaque para os incêndios urbanos, fugas de gás e acidentes rodoviários que podem ser desencadeados com pequenos descuidos. São das ocorrências que mais acontecem no território da Amadora.

INCENDIOS URBANOS SEGURANÇA DOMÉSTICA				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. OCORRÊNCIAS NA AMADORA			
	2. INCÊNDIOS URBANOS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			
	3. FUGAS DE GÁS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			
	4. ACIDENTES RODOVIÁRIOS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	NOVEMBRO	X	MARÇO	X
	DEZEMBRO	X	ABRIL	X
	JANEIRO	X	MAIO	X
	FEVEREIRO	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X

2.1.3. INCÊNDIOS FLORESTAIS

Esta ação tem como finalidade apresentar o panorama dos incêndios florestais à escala nacional, distrital e local, e demonstrar o papel de cada um de nós na gestão da floresta e prevenção dos fogos.

INCÊNDIOS FLORESTAIS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	30	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INCÊNDIOS URBANOS NA AMADORA			
	2. INCÊNDIOS: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS			
	3. PREVENÇÃO			
	4. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	MARÇO	X	MAIO	X
	ABRIL	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	EXERCÍCIOS	X
	PANFLETOS	X		
OUTRAS INFORMAÇÕES	*Esta ação de sensibilização pode entregar uma visita à zona florestal "Quinta da fonte Santa".			

2.1.4. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (SÉNIOR)

Os idosos são mais suscetíveis de desenvolverem doenças crónicas e o seu corpo continua a precisar das mesmas quantidades de proteínas, vitaminas e minerais que na idade adulta, apesar de a maioria pensar que as necessidades são menores. Uma boa alimentação desempenha um papel muito importante na saúde, especialmente no caso de alguém mais idoso, pois permite que viva uma vida melhor e mais saudável. Com esta ação de sensibilização pretende-se promover e reforçar hábitos alimentares saudáveis.

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (SÉNIOR)				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PÚBLICA - ACES AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS	N.º MÁXIMO DE ALUNOS	20-25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. IDENTIFICAR OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS E QUAIS AS SUAS FUNÇÕES NO CORPO HUMANO			
	2. CONHECER AS COMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE DE UMA ALIMENTAÇÃO DEFICIENTE EM NUTRIENTES			
	3. REFORÇAR OS HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	JANEIRO	X	MAIO	X
	FEVEREIRO	X	JUNHO	X
	MARÇO	X	JULHO	X
	ABRIL	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	

2.1.5. HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR (SÉNIOR)

A educação dos séniores é fundamental para que sejam implementadas regras de higiene e segurança alimentar e conseqüente redução a incidência de "intoxicações alimentares". É necessário melhorar comportamentos de forma a nos protegermos das doenças de origem alimentar, objetivo a que nos propomos com esta ação de sensibilização, reforçando que nesta faixa etária a aquisição de conhecimentos e a adoção de novos hábitos.

BOAS PRÁTICAS ALIMENTAR				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PÚBLICA - ACES AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁXIMO DE ALUNOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. O QUE É UMA INTOXINFEÇÃO ALIMENTAR E OS SEUS RISCOS PARA A SAÚDE			
	2. PRINCIPAIS FONTES DE CONTAMINAÇÃO DOS ALIMENTOS			
	3. BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	X

2.1.6. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO: EM SITUAÇÃO DE DESASTRE

A ação contempla um olhar sobre os principais desastres naturais e tecnológicos e o que poderemos fazer para os minimizar e evitar.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO: EM SITUAÇÃO DE DESASTRE				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. RISCO E DESASTRE (CONCEITOS)			
	2. DESASTRES NATURAIS			
	3. DESASTRES TECNOLÓGICOS			
	4. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	NOVEMBRO		FEVEREIRO	X
	DEZEMBRO	X	MARÇO	
	JANEIRO	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X

2.1.7. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES

Esta ação de informação e sensibilização visa abordar o principal impacto de uma vaga de frio e os seus diversos condicionantes, de forma a aumentar a consciencialização da população para a saúde e seus efeitos.

PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PÚBLICA - ACES AMADORA		
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	20
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO		
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS		
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	X	DEZEMBRO X
	NOVEMBRO	X	
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	X	EXERCÍCIOS X

2.1.8. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE

Uma preparação adequada pode dar ao cidadão uma maior capacidade de sobrevivência num cenário de adversidade. Assim, a ação pretende dar a conhecer quais as técnicas e conhecimentos a ter em conta para resistirmos a uma catástrofe.

PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM SITUAÇÃO DE CATÁSTROFE			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA COMUNITÁRIA DE RESPOSTA À EMERGÊNCIA (ECRE)		
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	20
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INTRODUÇÃO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA 2. PREPARAÇÃO FÍSICA E PSICOLÓGICA 3. EQUIPAMENTO 4. TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E AUTO-PROTEÇÃO		
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS		
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
			MARÇO X
	NOVEMBRO	X	ABRIL X
	DEZEMBRO	X	MAIO X
	JANEIRO	X	JUNHO X
	FEVEREIRO	X	JULHO X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	X	FILMES X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA X

2.1.9. PREVENÇÃO DOS EFEITOS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES

Esta ação de informação e sensibilização visa abordar o principal impacto e os seus diversos condicionantes (ondas de calor), aumentando a consciencialização da população para a saúde e seus efeitos.

PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA ONDA DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PÚBLICA - ACES AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	20	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	ABRIL	X	JUNHO	X
	MAIO	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	EXERCÍCIOS	X
	PANFLETOS	X		

2.1.10. PREVENÇÃO DE QUEDAS NA TERCEIRA IDADE

Os idosos estão particularmente expostos à possibilidade de sofrer acidentes por quedas com consequências severas à sua saúde. Com esta ação de sensibilização pretende-se promover a prevenção de acidentes em locais de presença frequente de cidadãos idosos, para que estes mantenham a sua independência e autonomia pessoal sem colocar em risco a sua integridade física.

PREVENÇÃO DE QUEDAS NA TERCEIRA IDADE				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA - ACES AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. IMPORTÂNCIA E CONSEQUÊNCIAS DE QUEDAS NOS IDOSOS 2. IDENTIFICAÇÃO E RESOLUÇÃO DOS PRINCIPAIS FATORES DE RISCO EXISTENTES 3. ESTRATÉGIA PARA A REDUÇÃO DO PERIGO DE QUEDAS 4. ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS POR PARTE DOS PARTICIPANTES			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.11. SEGURANÇA INFANTIL

O mundo atual apresenta uma infinidade de situações adversas e é para as crianças que esta ação de sensibilização é orientada, propondo-se a aquisição de novos hábitos e rotinas.

SEGURANÇA INFANTIL				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CONSELHOS DE SEGURANÇA NAS DESLOCAÇÕES NA RUA 2. CONSELHOS DE SEGURANÇA EM CASA 3. CONSELHOS DE SEGURANÇA NO PARQUE			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	JANEIRO	X	MAIO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.12. PERVENÇÃO RODOVIÁRIA (SÉNIOR)

Esta ação tem como principal missão prevenir os acidentes rodoviários e a redução das suas consequências.

PERVENÇÃO RODOVIÁRIA (SÉNIOR)				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	120 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CONSELHOS DE SEGURANÇA RODOVIÁRIA			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
			MAIO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X
OUTRAS INFORMAÇÕES	Iniciativa realizada em maio, enquadrada na semana Global da Segurança Rodoviária.			

2.1.13. VIOLÊNCIA DE GÉNERO (SÉNIOR)

A violência é um comportamento deliberado e consciente, que pode provocar lesões corporais ou mentais à vítima do sexo oposto. Esta ação tem como principal missão prevenir estes comportamentos.

VIOLÊNCIA DE GÉNERO (SÉNIOR)				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. TIPOS DE VIOLÊNCIA			
	2. CONSEQUÊNCIAS PARA A VÍTIMA			
	3. CARACTERIZAÇÃO DO AGRESSOR			
	4. O QUE FAZER SE FOR VÍTIMA E REDE DE APOIO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.14. SEGURANÇA SÉNIOR

O mundo atual apresenta uma infinidade de situações adversas e é para os seniores que esta ação de sensibilização é orientada e propondo-se aquisição de novos hábitos e rotinas.

SEGURANÇA SÉNIOR				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CRIMES VULGARMENTE COMETIDOS CONTRA IDOSOS			
	2. FORMAS DE ATUAÇÃO			
	3. COMO PREVENIR			
	4. SE FOI VÍTIMA O QUE FAZER!			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.15. SIGNIFICATIVO AZUL

Ação destinada a prevenção de maus tratos de pessoas com necessidades especiais, seus familiares.

SIGNIFICATIVO AZUL				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PREVENÇÃO DE MAUS TRATOS A PESSOAS COM DEFICIÊNCIA 2. VÍTIMA/TESTEMUNHA – O QUE FAZER? 3. REDE DE APOIO NA AMADORA			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	PANFLETOS	X

2.1.16. ESTOJOS DE PRIMEIROS SOCORROS

Informar e aprender a utilizar os diversos tipos estojos de primeiros socorros, conforme local de utilização, é o principal objetivo desta ação de sensibilização.

ESTOJOS DE PRIMEIROS SOCORROS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ELOS VITAIS - FORMAÇÃO E SERVIÇOS DE SAÚDE, LDA.			
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	25	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. APRESENTAÇÃO LEGAL DA CONSTITUIÇÃO DE UM ESTOJO 2. ADAPTAÇÃO DO ESTOJO AO LOCAL DE USO 3. APRENDER A UTILIZAR UM ESTOJO DE PRIMEIROS SOCORROS			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	KIT EMERGÊNCIA	X

2.1.17. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - PEDIÁTRICO

Esta ação pretende transmitir o conceito de Suporte Básico de Vida, e os seus procedimentos corretos ao nível das crianças.

SUPORTE BÁSICO DE VIDA - PEDIÁTRICO				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ELOS VITAIS- FORMAÇÃO E SERVIÇOS DE SAÚDE, LDA.			
DURAÇÃO DA AÇÃO	120 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	12	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. COMPREENDER CONCEITOS E PROCEDIMENTOS CORRETOS			
	2. SABER INICIAR E PARAR AS MANOBRAS DE SBV			
	3. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
	4. IDENTIFICAR OBSTRUÇÃO DA VIA AÉREA, COMO AGIR!			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	KIT EMERGÊNCIA	X

2.1.18. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO

Esta ação pretende transmitir o conceito de Suporte Básico de Vida, e seus procedimentos corretos ao nível dos adultos.

SUPORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ELOS VITAIS- FORMAÇÃO E SERVIÇOS DE SAÚDE, LDA.			
DURAÇÃO DA AÇÃO	120 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	12	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. COMPREENDER CONCEITOS E PROCEDIMENTOS CORRETOS			
	2. SABER INICIAR E PARAR AS MANOBRAS DE SBV			
	3. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
	4. IDENTIFICAR OBSTRUÇÃO DA VIA AÉREA, COMO AGIR!			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	KIT EMERGÊNCIA	X

2.1.19. MISSÕES E PROCEDIMENTOS EM PROTEÇÃO CIVIL

A ação em questão pretende dotar os vários intervenientes (Juntas de Freguesia, Entidades Público-Privadas) com a informação necessária para poderem gerir os seus recursos num Dispositivo Operacional e conhecerem em detalhe a sua missão no processo de Planeamento de Emergência em Proteção Civil.

MISSÕES E PROCEDIMENTOS EM PROTEÇÃO CIVIL				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA DA CAMPANHA LOCAL "AMADORA. LIGA À RESILIÊNCIA"			
DURAÇÃO DA AÇÃO	9 HORAS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	15	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PROTEÇÃO CIVIL MUNICIPAL			
	2. MISSÕES E PROCEDIMENTOS			
	3. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	DEZENBRO	X	JUNHO	X
	ABRIL	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X

2.1.20. A VISÃO NO LOCAL DE TRABALHO

Abordagem às condições de trabalho em termos tecnológicos e de iluminação, assim como, as consequências e necessidades oculares e posturais. Opções em lentes oftálmicas.

A VISÃO NO LOCAL DE TRABALHO				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ESSILOR PORTUGAL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	30 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	30	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CONDIÇÕES FÍSICAS DOS LOCAIS DE TRABALHO			
	2. TECNOLOGIAS DIGITAIS E ILUMINAÇÃO			
	3. ESFORÇO OCULAR E POSTURAL DO UTILIZADOR			
	4. CONSELHOS E SOLUÇÕES EM LENTES OFTÁLMICAS			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	JANEIRO	X	MAIO	X
	FEVEREIRO	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X		

2.1.21. A VISÃO E O MUNDO DIGITAL

Será feita uma abordagem à estrutura do olho e ao crescimento da utilização das tecnologias e o seu efeito ocular e postural.

A VISÃO E O MUNDO DIGITAL				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ESSILOR PORTUGAL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	30 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	30	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. A ESTRUTURA DO GLOBO OCULAR E A VISÃO 2. UTILIZAÇÃO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS E AS SUAS CONSEQUÊNCIAS OCULARES E POSTURAS 3. CONSELHOS DE UTILIZAÇÃO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	FEVEREIRO	X
	NOVEMBRO	X	MARÇO	X
	JANEIRO	X	ABRIL	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X		

2.1.22. AS ANOMALIAS VISUAIS E LENTES OFTÁLMICAS - PROTEÇÃO E CONFORTO

Abordadas as ametropias que existem (miopia, hipermetropia, etc.), a importância da protecção e conforto nas lentes oftálmicas (resistência ao choque, Protecção ultravioleta, armações), e situações que podem indicar necessidade de uso de óculos.

ANOMALIAS VISUAIS E LENTES OFTÁLMICAS - PROTEÇÃO E CONFORTO				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ESSILOR PORTUGAL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	30	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. NOÇÕES SOBRE AMETROPIAS OU ANOMALIAS VISUAIS REFRACTIVAS 2. LENTES OFTÁLMICA – PROTEÇÃO OCULAS / ARMAÇÕES 3. SITUAÇÕES QUE PODEM INDICAR NECESSIDADE DE USO DE ÓCULOS			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	ABRIL	X
	NOVEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
	MARÇO	X		
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X		

2.1.23. DE OLHOS NOS OLHOS

Ação de sensibilização e informação sobre saúde visual e inclusão de pessoas com deficiência visual.

DE OLHOS NOS OLHOS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ARP/ASSOCIAÇÃO DE RETINOPATIA DE PORTUGAL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS	N.º MÁX. DE FORMANDOS	50	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. SAÚDE VISUAL: PATOLOGIAS E SINAIS DE ALERTA 2. DIFICIENCIA VISUAL E REABILITAÇÃO			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	NOVEMBRO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	EXERCÍCIOS	X
	PANFLETOS	X		

2.1.24. RASTREIOS VISUAIS

Serão feitos por técnicos da Essilor Portugal rastreios qualitativos de despistagem visual com o equipamento Visiotest aos utentes das várias associações, e população em geral. Esta ação, poderá ser feita dentro das instalações ou com uma Unidade Móvel de Rastreio Visual que nós possuímos.

RASTREIOS VISUAIS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ESSILOR PORTUGAL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	4 Minutos por cada rastreado	N.º MÁX. DE FORMANDOS	300 por dia	
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	AÇÃO PRÁTICA DE RASTREIO DE ACUIDADE VISUAL			
GRUPO ALVO	ASSOCIAÇÕES IPSS'S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADAS			
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
	MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS INFORMATIVOS		
POWERPOINT		X	FILMES	X
PANFLETOS		X		
OUTRAS INFORMAÇÕES	Possibilidade de realizar varias por dia.			

2.1.25. ACOMPANHAMENTO E OBSERVAÇÃO DE “EXERCÍCIOS DE EVACUAÇÃO”

Em cada ano devem realizar-se em cada instituição, pelo menos, dois exercícios de evacuação. A importância destes exercícios para a salvaguarda da vida humana e dos bens patrimoniais, da comunidade, a organização e dinamização dos exercícios de evacuação revelam-se de especial importância. **O Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora (SMPC)**, juntamente com outros agentes de proteção civil (Bombeiros Voluntários da Amadora, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação Local da Amadora, Polícia de Segurança Pública), organismos de apoio e serviços municipais (Serviço de Prevenção, Higiene e Segurança no Trabalho) **poderá acompanhar os exercícios de evacuação, na qualidade de observador, desde que as mesmas informem o SMPC, pelo menos, duas semanas antes.**

ACOMPANHAMENTO E OBSERVAÇÃO “EXERCÍCIOS EVACUAÇÃO”	
ENTIDADES	ORGANIZAÇÃO GERAL
	ASSOCIAÇÕES IPSS’S ENTIDADES PÚBLICAS E PRIVADASw
	OBSERVAÇÃO
	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
	CONVIDADOS
	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA
POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA	
OBJETIVOS	1. SENSIBILIZAR TODOS OS OCUPANTES DA INSTITUIÇÃO
	2. RECONHECER O SINAL SONORO DE ALARME: UM SINAL SONORO CLARAMENTE AUDÍVEL, PERFEITAMENTE IDENTIFICÁVEL POR TODOS OS OCUPANTES. O SEU TOQUE INDICA A ORGANIZAÇÃO IMEDIATA E OBRIGATÓRIA DA EVACUAÇÃO;
	3. CUMPRIR AS INSTRUÇÕES: INDICAM O COMPORTAMENTO A TER E DEVEM SER AFIXADAS EM TODOS OS PISOS E SALAS;
	4. FORMAR PARA A EVACUAÇÃO: CRIAÇÃO DE ROTINAS DE COMPORTAMENTO E DE ATUAÇÃO VÁLIDAS EM TODAS AS CIRCUNSTÂNCIAS DA VIDA;

2.2. INSCRIÇÃO

De modo a comunidade escolar ter acesso às ações de informação e sensibilização propostas, os interessados deverão:

- Enviar Email, com os dados solicitados (Nome da ação pretendida, ano, turma, nº de formandos, data e hora pretendida) para correio eletrónico carlos.rocha@cm-amadora.pt ou proteccao.civil@cm-amadora.pt
- Caso a mesma entidade tenha vários turnos para a mesma ação, poderão enviar um calendário com as turmas e os horários pretendidos, para o mês em que se realizará a ação, e enviar para carlos.rocha@cm-amadora.pt ou proteccao.civil@cm-amadora.pt
- As inscrições deverão ser enviadas um mês antes da mesma se iniciar. Ou seja, se uma ação estiver prevista para o mês de abril, as inscrições deverão chegar ao Serviço Municipal de Proteção Civil, no mês de março.
- Todas as ações têm necessidade de projetor e computador.



CONTACTOS

ENTIDADE: Serviço Municipal de Proteção Civil | Câmara Municipal da Amadora

MORADA: Estaleiro Municipal (Pavilhão J) | Moinhos da Funcheira
Estrada Serra da Mira | 2650-092 Amadora

TELEFONES: +351 21 436 90 15
Extensões (interno): 1551

CORREIO ELETRÓNICO: carlos.rocha@cm-amadora.pt
proteccao.civil@cm-amadora.pt





UNISDR
The United Nations Office for Disaster Risk Reduction

www.cm-amadora.pt