



AMADORA
Cidade

2024 | 2025

PROGRAMA DE SENSIBILIZAÇÃO

PARA A REDUÇÃO DOS RISCOS

Escolas públicas e privadas e instituições de
solidariedade social do Município da Amadora

FICHA TÉCNICA

Título:

Programa de Sensibilização para a Redução dos Riscos | 2024-2025

Documento elaborado:

Equipa da Campanha: Amadora. Liga à Resiliência 2021 – 2030

Colaboração:



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
AMADORA / SINTRA

Localidade:

Amadora

Páginas:

20

1ª edição para Setembro de 2024.



MENSAGEM DO PRESIDENTE	02
1. INSCRIÇÕES NAS AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO	04
2. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS	07
CALENDARIZAÇÃO 2024/2025	08
1.1. EDUCAR PARA PREVENIR.....	08
1.2. SOS PROTEÇÃO CIVIL.....	08
1.3. EU E O MEU AMIGO PLANETA.....	09
1.4. TONI SOCORRISTA	09
1.5. SEGURANÇA INFANTIL	10
1.6. UM DIA NO QUARTEL.....	10
1.7. RISCOS E CATÁSTROFES.....	11
1.8. PREVENÇÃO AOS INCÊNDIOS URBANOS	11
1.9. PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES	12
1.10. PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA.....	12
3. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA INSTITUIÇÕES SOLIDARIEDADE SOCIAL.....	15
CALENDARIZAÇÃO 2024/2025	16
2.1. PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA.....	16
2.2. PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES.....	16
2.3. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS VAGAS DE FRIO NA SAÚDE	17
2.4. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE	17
2.5. MELHOR AMBIENTE, MAIS SAÚDE!.....	18
2.6. PREVENÇÃO RODOVIÁRIA SÉNIOR	18
2.7. SEGURANÇA SÉNIOR	19
2.8. PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS	19
4. CONTACTOS	20



MENSAGEM DO PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DA AMADORA



Vítor Ferreira

Presidente da Câmara
Vítor Ferreira



Desde 2010 que o Município da Amadora promove o “Programa de Sensibilização para a Redução dos Riscos”, em parceria com as várias entidades de socorro e segurança da nossa cidade. Ao longo dos últimos 10 anos, este programa tem vindo a ganhar expressão na comunidade escolar (jardim de infância, 1º/2º/3º ciclo e secundário) e nas associações e instituições de cariz social.

Sendo uma competência do Estado a promoção das medidas de autoproteção, é fundamental que o cidadão esteja informado, preparado e sensibilizado para que tenha um papel ativo e interveniente na sociedade. É na promoção de uma cultura de segurança, que convertemos o cidadão no primeiro agente de proteção civil, com um contributo claro

para a redução do número de ocorrências no município e para a redução dos riscos a que está exposto nos vários cenários, como por exemplo, na sua casa, escola, local de trabalho ou comunidade onde vive.

De forma a garantir os objetivos e a continuidade deste programa, face ao seu papel estruturante para uma comunidade mais resiliente, para o período 2024-2025, iremos continuar a desenvolver ações de informação e sensibilização em matéria de prevenção e autoproteção direcionadas a situações de acidentes graves ou catástrofes.

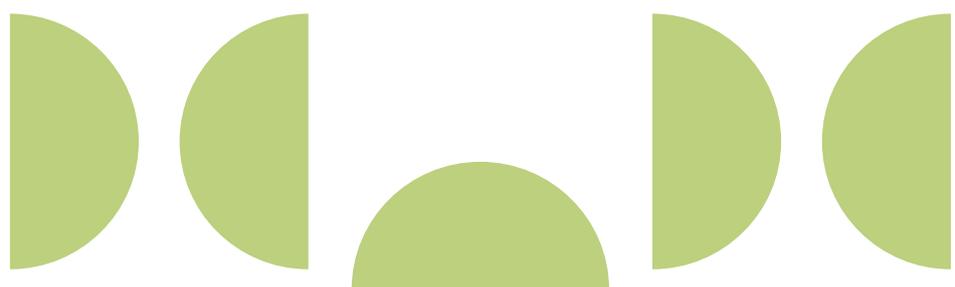
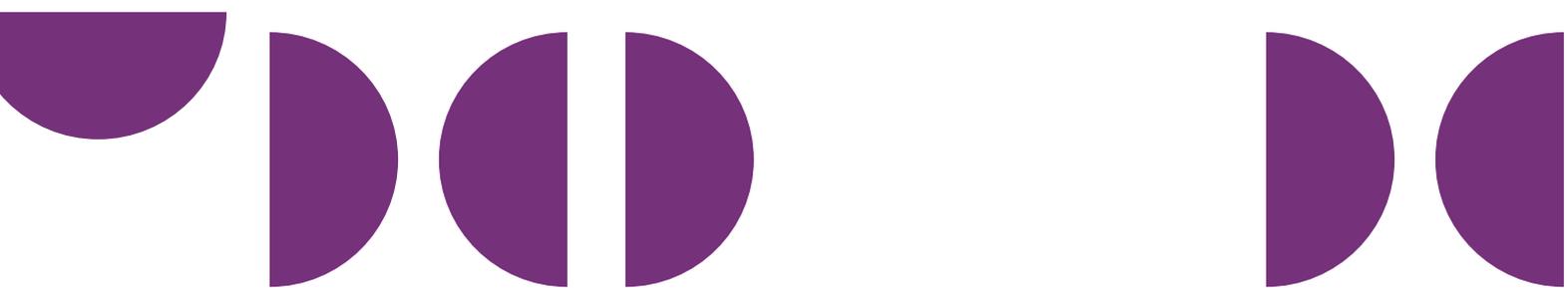
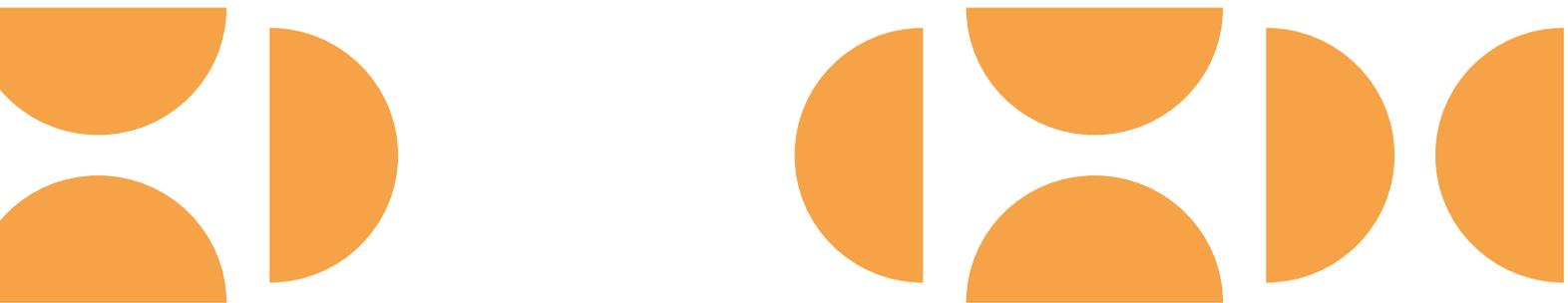
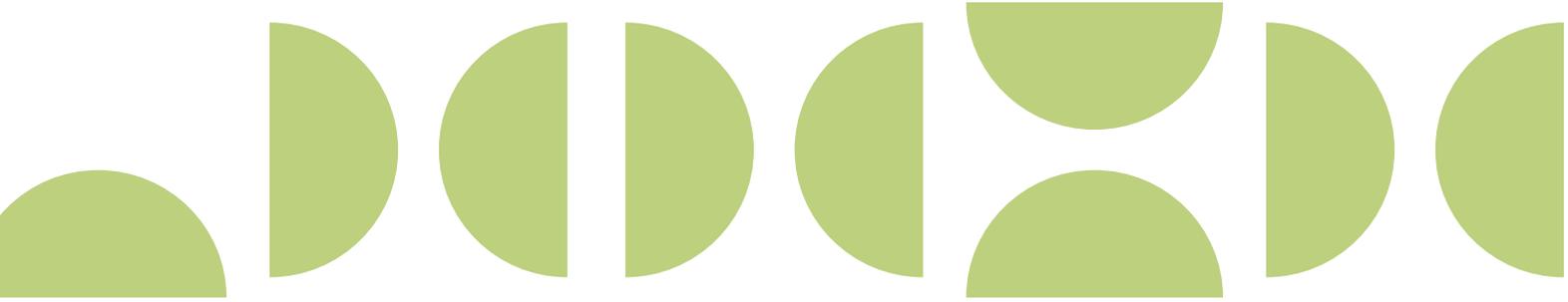
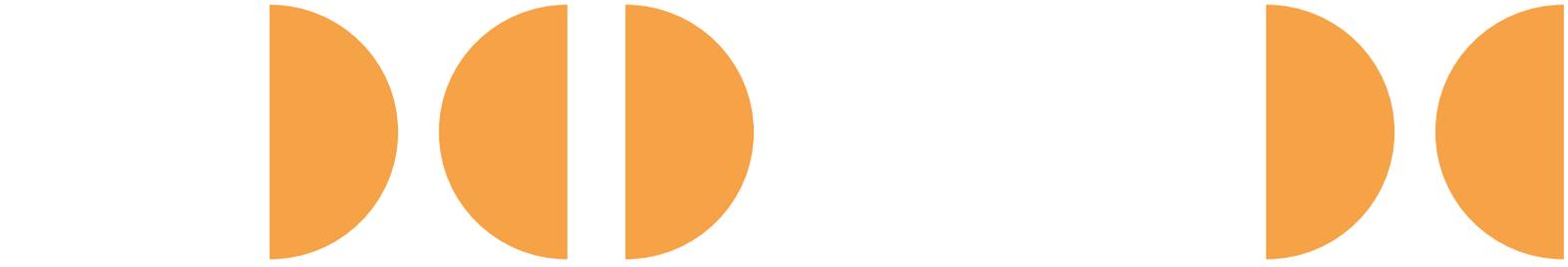
1. INSCRIÇÕES NAS AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

- O Agendamento de ações deverá ser efetuado com, pelo menos, 15 dias de antecedência, através do preenchimento do formulário do Google Forms: <https://forms.gle/asC7UdiuivAgfyHr8>



- Após preenchimento do formulário, o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora irá proceder ao agendamento da/as ação/ões, consoante os critérios preenchidos no formulário;
- Após o agendamento estar feito, irá receber um e-mail doresiliente@cm-amadora.pt, com a indicação do/os dia/as e horários da ação/ões.







2. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS

CALENDARIZAÇÃO 2024/2025

As ações aqui apresentadas servem como complemento aos currículos escolares que, ao longo do ano letivo, focam algumas problemáticas relacionadas com o risco, segurança e medidas de autoproteção. Os conteúdos programáticos destas ações não pretendem substituir, em circunstância alguma, os programas escolares.

A marcação de datas e horários de ações de sensibilização está condicionada à disponibilidade que abaixo se apresenta. A hora de início das ações deverá estar compreendida dentro de um dos períodos disponíveis aqui indicados.

1.1. EDUCAR PARA PREVENIR

A ação “Educar para Prevenir” nasceu da parceria com o Projeto Academia Sénior de Proteção Civil da Amadora e destina-se aos alunos do ensino pré-escolar, que, de forma lúdica, apela a hábitos de prevenção e segurança em casa e na escola.

EDUCAR PARA PREVENIR	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL ACADEMIA SÉNIOR DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	1. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO NA ESCOLA 2. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO EM CASA
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	PRÉ-ESCOLAR OUTUBRO A JUNHO
GRUPO ALVO	PRÉ-ESCOLAR
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12H

1.2. SOS PROTEÇÃO CIVIL

Esta ação pretende transmitir conhecimentos de segurança e autoproteção em diversos espaços físicos (casa, rua, etc), promovendo, de forma lúdica, a sensibilização das crianças para a temática do risco, incitando à adoção de medidas de autoproteção. Pretende também ensinar às crianças o que é a Proteção Civil, demonstrando num exercício prático o trabalho que é efetuado por esta entidade. (Esta ação pode ser remarcada devido a condições meteorológicas adversas e/ou devido a motivos operacionais).

SOS PROTEÇÃO CIVIL	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	1 HORA
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO E SEGURANÇA 2. O QUE É A PROTEÇÃO CIVIL 3. MINI TEATRO DE OPERAÇÕES
GRUPO ALVO	3º ANO E 4º ANO
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A MAIO TERÇA-FEIRA E QUINTA-FEIRA: 09-12H

1.3. EU E O MEU AMIGO PLANETA

Esta iniciativa pretende promover a mudança de atitudes e de comportamentos face ao ambiente, tendo em vista os benefícios para a saúde da população.

EU E O MEU AMIGO PLANETA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE LOCAL DE SAÚDE AMADORA/SINTRA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PLANETA TERRA: A NOSSA CASA PRECISA DE AJUDA! 2. PLANETA DOENTE = PESSOAS DOENTES 3. ATITUDES E COMPORTAMENTOS MAIS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS EM RELAÇÃO AO AR, ÁGUA E ALIMENTOS NO NOSSO QUOTIDIANO ESCOLAR E FAMILIAR
GRUPO ALVO	1º CICLO
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A MAIO SEGUNDA-FEIRA/QUARTA-FEIRA E SEXTA-FEIRA: 09-12H

1.4. TONI SOCORRISTA

Qualquer pessoa pode encontrar-se numa situação de ter de socorrer alguém, sendo necessário saber como atuar com eficácia. Não podemos esquecer que as crianças, na atuação da emergência, têm perceções diferentes das dos adultos, nomeadamente em situação de doenças **(Adaptável a cada ano)**.

TONI SOCORRISTA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PREVENÇÃO 2. ALERTAS 3. NOÇÕES BÁSICAS DE SOCORRO
GRUPO ALVO	1º CICLO
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

1.5. SEGURANÇA INFANTIL

Esta ação pretende transmitir conhecimentos de segurança, a adotar na escola, em casa, na rua e no parque, para mitigar os efeitos dos riscos no quotidiano das crianças do 1º e 2º ciclo.

SEGURANÇA INFANTIL	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. SEGURANÇA NA RUA 2. SEGURANÇA EM CASA E NA ESCOLA 3. SEGURANÇA NO PARQUE INFANTIL
GRUPO ALVO	1º 2º CICLO
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

1.6. UM DIA NO QUARTEL

De forma a reduzir a vulnerabilidade a acidentes graves a que os mais novos estão sujeitos, esta ação pretende transmitir medidas de autoproteção e a promoção de uma cultura de segurança aos alunos do 1º ao 3º ano do Município da Amadora.

UM DIA NO QUARTEL	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	2 HORAS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO 2. PROCEDIMENTOS DE EVACUAÇÃO EM INCÊNDIO URBANO 3. VISITA AO INTERIOR DO QUARTEL
LOCAL DE REALIZAÇÃO	QUARTEL DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
GRUPO-ALVO	1º ANO 2º ANO 3º ANO DE ESCOLARIDADE
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A ABRIL QUARTA-FEIRA: 09-12H

1.7. RISCOS E CATÁSTROFES

Esta ação tem como objetivo explicar o que é a Proteção Civil e as suas funções, diferenciar o risco do perigo bem como explicar o que é uma catástrofe. Posteriormente, é abordado um dos três riscos (Sismos e Tsunamis, Condições Meteorológicas Adversas ou Incêndios Urbanos e Fugas de Gás), que irá ser escolhido pelo docente ao agendar a ação. No final serão transmitidas as medidas de autoproteção a adotar, na escola e em casa, bem como dar a conhecer o Sistema de Aviso e Alerta do Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora.

RISCOS E CATÁSTROFES	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. O QUE É A PROTEÇÃO CIVIL 2. SISMOS E TSUNAMIS CONDIÇÕES METEOROLÓGICAS ADVERSAS INCÊNDIOS URBANOS E FUGAS DE GÁS 3. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO 4. SISTEMA DE AVISO E ALERTA
LOCAL DE REALIZAÇÃO	EM SALA DE AULA – ESTABELECIMENTO ESCOLAR
GRUPO-ALVO	2º 3º CICLO
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

1.8. PREVENÇÃO AOS INCÊNDIOS URBANOS

De forma a reduzir a vulnerabilidade da comunidade aos incêndios urbanos, esta ação pretende transmitir medidas de autoproteção em situação de incêndio urbano, promovendo uma cultura de segurança no Município da Amadora.

INCÊNDIOS URBANOS	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	2 HORAS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO 2. PROCEDIMENTOS DE EVACUAÇÃO E PRIMEIRA INTERVENÇÃO
LOCAL DE REALIZAÇÃO	QUARTEL DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
GRUPO-ALVO	4º ANO DE ESCOLARIDADE 2º CICLO 3º CICLO
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A MAIO QUARTAS-FEIRAS: 09-12h

1.9. PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES

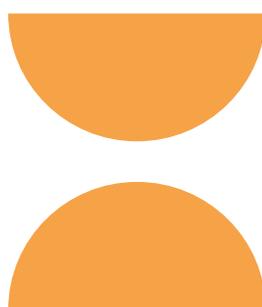
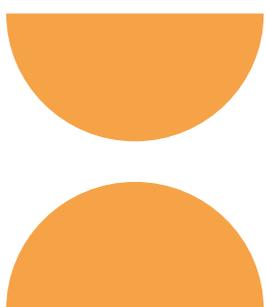
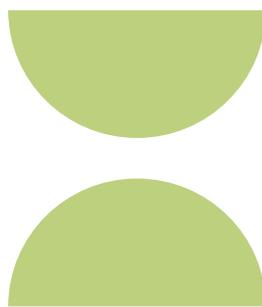
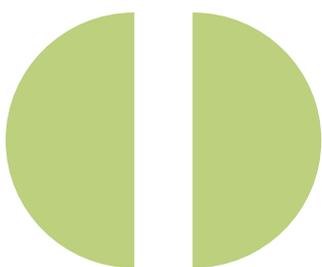
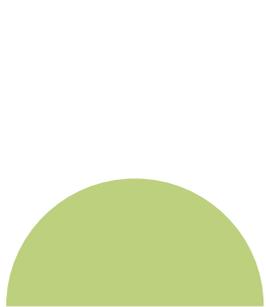
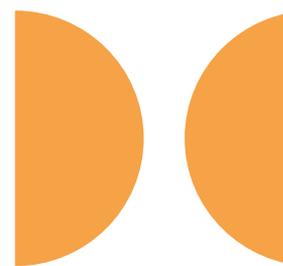
Esta ação pretende instruir o pessoal docente e responsáveis de segurança das escolas, bem como os delegados e subdelegados de turma, sobre as necessárias medidas de segurança e autoproteção, para fazer face a situações de adversidade.

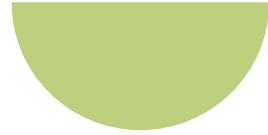
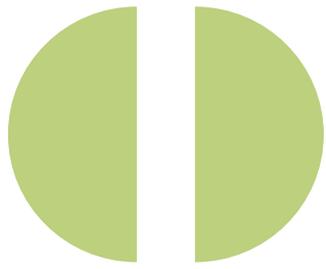
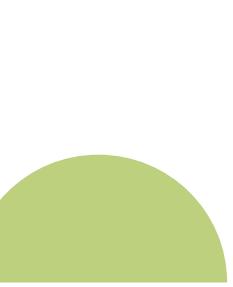
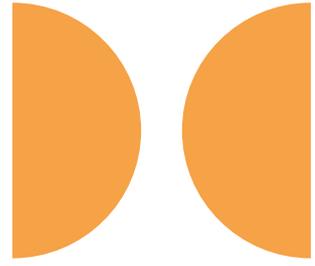
PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. IMPORTÂNCIA DAS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO NA REDUÇÃO DO RISCO 2. INCÊNDIOS URBANOS – PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA 3. SISMOS – PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA
GRUPO-ALVO	PESSOAL DOCENTE DELEGADOS E SUB-DELEGADOS DE TURMA
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12h TARDE: 14-16h

1.10. PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA

Este workshop teórico-prático tem como objetivo dotar a comunidade escolar de competências de atuação em situações que careçam de primeiro socorro simples, bem como transmitir técnicas de Suporte Básico de Vida no adulto e criança (**Adaptável a cada ano**). (Sem emissão de certificado)

PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. ATUAÇÃO NO PRIMEIRO SOCORRO 2. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO 3. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - CRIANÇA
LOCAL DE REALIZAÇÃO	ESTABELECIMENTO ESCOLAR INSTITUIÇÕES
GRUPO-ALVO	3º CICLO ENSINO SECUNDÁRIO ENSINO PROFISSIONAL PESSOAL DOCENTE
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12h TARDE: 14-16h







3. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA INSTITUIÇÕES

SOLIDARIEDADE
SOCIAL

CALENDARIZAÇÃO 2024/2025

As ações aqui apresentadas relembram medidas de autoproteção face a situações de adversidade, com o objetivo de aumentar a cultura de segurança nas instituições de solidariedade social da Amadora. **A marcação de datas e horários de ações de sensibilização está condicionada à disponibilidade que abaixo se apresenta.**

2.1. PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA

Este workshop teórico-prático tem como objetivo dotar a comunidade escolar de competências de atuação em situações que careçam de primeiro socorro simples, bem como transmitir técnicas de Suporte Básico de Vida no adulto e criança. (Sem emissão de certificado)

PRIMEIROS SOCORROS E SUPORTE BÁSICO DE VIDA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	2 HORAS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. ATUAÇÃO NO PRIMEIRO SOCORRO 2. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO 3. SUPORTE BÁSICO DE VIDA - CRIANÇA
LOCAL DE REALIZAÇÃO	ESTABELECIMENTO ESCOLAR INSTITUIÇÕES
GRUPO-ALVO	TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JUNHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

2.2. PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES

Esta ação pretende instruir técnicos e funcionários das instituições sobre as necessárias medidas de segurança e autoproteção, para fazer face a situações de acidente grave ou catástrofe.

PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA EM ACIDENTES GRAVES	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. IMPORTÂNCIA DAS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO NA REDUÇÃO DO RISCO 2. INCÊNDIOS URBANOS – PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA 3. SISMOS – PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA
GRUPO ALVO	TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	OUTUBRO A JULHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

2.3. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS VAGAS DE FRIO NA SAÚDE

Esta ação visa consciencializar a população para as causas das vagas de frio e suas consequências para a saúde.

EFEITOS DAS VAGAS DE FRIO NA SAÚDE	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE LOCAL DE SAÚDE AMADORA/SINTRA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DAS VAGAS DE FRIO NA SAÚDE 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A MARÇO SEGUNDA-FEIRA/QUARTA-FEIRA E SEXTA-FEIRA: 14-16H

2.4. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE

Esta ação visa consciencializar a população para as causas das ondas de calor e suas consequências para a saúde.

EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE LOCAL DE SAÚDE AMADORA/SINTRA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	ABRIL A JULHO SEGUNDA-FEIRA/QUARTA-FEIRA E SEXTA-FEIRA: 14-16H

2.5. MELHOR AMBIENTE, MAIS SAÚDE!

Esta ação tem como objetivo a promoção da mudança de atitudes e comportamentos face ao ambiente, tendo em conta os benefícios para a saúde da população e ecossistemas.

MELHOR AMBIENTE, MAIS SAÚDE!	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE LOCAL DE SAÚDE AMADORA/SINTRA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PLANETA TERRA: A NOSSA CASA PRECISA DE AJUDA! 2. PLANETA DOENTE = PESSOAS DOENTES 3. ATITUDES E COMPORTAMENTOS MAIS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS EM RELAÇÃO AO AR, ÁGUA E ALIMENTOS NO NOSSO QUOTIDIANO
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A MAIO SEGUNDA-FEIRA/QUARTA-FEIRA E SEXTA-FEIRA: 14-16H

2.6. PREVENÇÃO RODOVIÁRIA SÉNIOR

De modo a reduzir a sinistralidade rodoviária, especialmente entre a população sénior, esta ação tem como objetivo sensibilizar os utentes das instituições para a importância da adoção de medidas de autoproteção na estrada, tanto enquanto condutores como na circulação pedonal.

PREVENÇÃO RODOVIÁRIA SÉNIOR	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA – DIVISÃO DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. SEGURANÇA RODOVIÁRIA
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A JULHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

2.7. SEGURANÇA SÉNIOR

Esta ação pretende orientar os utentes das instituições para a adoção de hábitos mais seguros nas atividades do seu dia a dia.

SEGURANÇA SÉNIOR	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA – DIVISÃO DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CRIMES CONTRA IDOSOS 2. FORMAS DE ATUAÇÃO 3. PREVENÇÃO 4. COMO PROCEDER
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A JULHO MANHÃ: 09-12H TARDE: 14-16H

2.8. PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS

Esta ação de sensibilização pretende promover a prevenção de acidentes na população sénior, para que esta possa manter a sua independência sem colocar em risco a sua saúde.

PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE LOCAL DE SAÚDE AMADORA/SINTRA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. IDENTIFICAÇÃO DE RISCOS DOMÉSTICOS (QUEDAS, INTOXICAÇÕES E TAREFAS DOMÉSTICAS) 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO DOS ACIDENTES DOMÉSTICOS
GRUPO ALVO	UTENTES, TÉCNICOS E FUNCIONÁRIOS DAS INSTITUIÇÕES
HORÁRIOS DA AÇÃO	NOVEMBRO A JULHO SEGUNDA-FEIRA/QUARTA-FEIRA E SEXTA-FEIRA: 14-16H



4. CONTACTOS

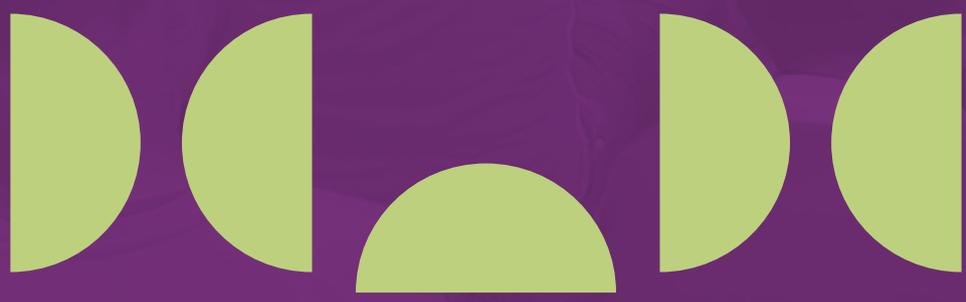
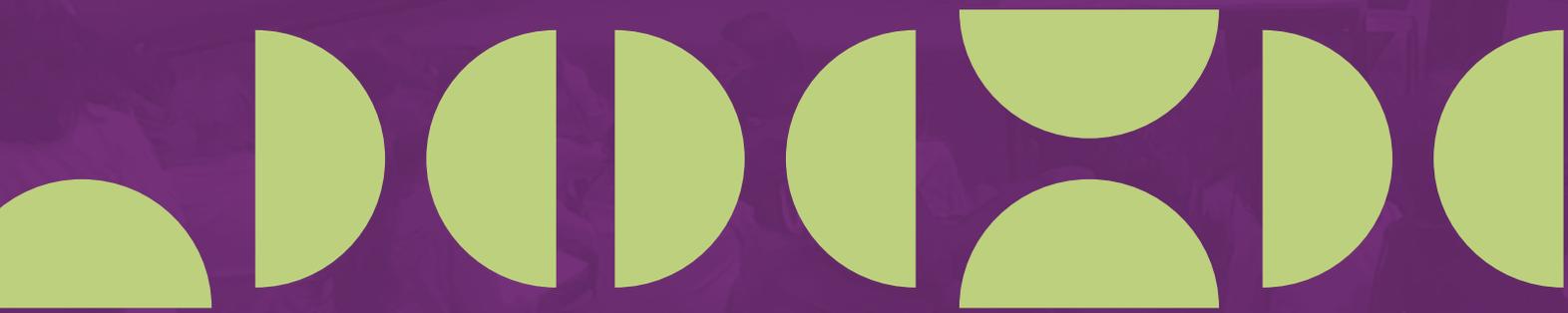
ENTIDADE: Serviço Municipal de Proteção Civil | Câmara Municipal da Amadora

MORADA: Travessa de Santa Teresinha S/N 2650-118 | Encosta do Sol

TELEFONE: +351 21 436 90 15

CORREIO ELETRÓNICO: resiliente@cm-amadora.pt





AMADORA
Cidade



www.cm-amadora.pt