

### Comemoração de Dia Nacional de Luta Contra a Obesidade - 18 de Maio

Concelhos	Dia Comemorativo (Data/ Local) a)	População Alvo b)	Descrição da Acção d)	Parceiros e)
<b>Alentejo Central</b>				
Arraiolos	17 de maio -10:00h às 12:30h	idosos dos centros de dia concelhios e crianças do jardim de infância e pré-escolar concelhias	Caminhada inter-geracional aberta à comunidade.Aula de psicomotricidade.Lanche saudável.Desenhos para colorir sobre hábitos alimentares e exercício físico.Rastreio de avaliação de TA, peso, glicémia capilar e IMC.Estimulação cognitiva.	CMA,CSA,UCC e USF Matriz,SCMA,A Monte;CLDS,GNR
Évora	Dia 2 de maio 2013	Alunos do 1º ano do 1º Ciclo da EB1 da Horta das Figueiras	Ação de promoção e educação para a saúde: Teatro de Fantoches. Jogo da roda dos alimentos. Desafio: alimentos saudáveis para a merenda.	UCC de Évora, EB1 da Horta das Figueiras, NRAPCO
	Dia 2 de maio 2013	Alunos do 3º e do 1º Ciclo da EB1 da Comenda	Ação de promoção e educação para a saúde: Jogo das ementas	UCC de Évora, EB1 da Comenda
	Dia 3 de maio 2013	Alunos do 1º ano do 1º Ciclo da EB1 do Bairro de Almeirim	Ação de promoção e educação para a saúde: Alimentação saudável e saúde. Desafio: alimentos saudáveis para a merenda.	UCC de Évora, EB1 do Bairro de Almeirim, NRAPCO
	Dia 8 de maio 2013	Alunos do 1º Ciclo da EB1 de S. Sebastião da Giesteira	Ação de promoção e educação para a saúde: Alimentação saudável e saúde. Desafio: alimentos saudáveis para a merenda.	UCC de Évora, EB1 de SS da Giesteira, NRAPCO
	Dia 9 de maio 2013	Alunos do 2º ano do 1º Ciclo da EB1 da Horta das Figueiras	Ação de promoção e educação para a saúde: Teatro de Fantoches. Jogo da roda dos alimentos. Desafio: alimentos saudáveis para a merenda.	UCC de Évora, EB1 da Horta das Figueiras, NRAPCO
	Dia 10 de maio 2013	Alunos do JI de Valverde	Ação de promoção e educação para a saúde: Jogo da roda dos alimentos	UCC de Évora, JI de Valverde, NRAPCO
	Dia 16 de maio 2013	Alunos do 3º e do 4º ano do 1º Ciclo da EB1 da Horta das Figueiras	Ação de promoção e educação para a saúde: Jogo das ementas	UCC de Évora, EB1 da Horta das Figueiras, NRAPCO
	Dias 16, 23 e 30 de maio de 2013	Trabalhadores da Câmara Municipal de Évora	Rastreios: TA, colesterol, glicémia, estado nutricional	UCC de Évora, Câmara Municipal de Évora, NRAPCO
	Dia 17 de maio 2013	Encarregados de educação de alunos do 2º e 3º C da EB2,3 Conde Vilaiva	Ação de promoção e educação para a saúde sobre Alimentação saudável e obesidade infantojuvenil. Inserido no projeto "Saúde em Forma".	UCC de Évora, EB2,3 Conde Vilaiva (PES) NRAPCO
	Dia 20 e dia 29 de maio 2013	Alunos do 3º C e Secundário da ES Severim de Faria	Conversas com os alunos sobre alimentação saudável	UCC de Évora, ES Severim de Faria, NRAPCO
	Dia 21 de maio 2013	Cuidadores informais que participam no projeto "Cantinho do Cuidador"	Ação de promoção e educação para a saúde sobre Alimentação e métodos de confeção saudáveis.Projeto "Cantinho do Cuidador da UCC de Évora"	UCC de Évora, CÂRITAS de Évora, NRAPCO
	Dia 21 de Maio	Encarregados de educação dos alunos do 1º C integrados no projeto PESA (Câmara municipal de Évora)	Ação de promoção e educação para a saúde sobre Alimentação e rotulagem dos alimentos.	UCC de Évora, Câmara Municipal de Évora, NRAPCO
	Dia 22 de Maio	Alunos do 2º C da EB1/JI da Malagueira	Ação de promoção e educação para a saúde sobre Alimentação e desperdício alimentar.	UCC de Évora, EB1/JI da Malagueira, NRAPCO
	Dia 24 de Maio	Alunos do 1º Ciclo da EB1 Quinta da Vista Alegre e avós	Gincana com diversas temáticas, com realização de atividade física: Alimentação, higiene oral, cuidados com o sol, prevenção rodoviária e espírito de grupo	UCC de Évora, EB1 da Vista Alegre, Escola Segura - PSP, NRAPCO
	Dia 30 de Maio	Encarregados de educação dos alunos do JI de Nº Sª de Machede	Ação de promoção e educação para a saúde sobre Alimentação e hábitos de sono.	UCC de Évora, JI de Nº Sª da Machede, NRAPCO
	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- 16 de maio- Rádio Nova Antena	Toda a Comunidade	Entrevista na RNA – Rádio Nova Antena Horário: 12h30 e 18h Intervenientes: Dra. Carla Godinho (Dietista HSJD) e Dra. Cecilia Soares (Nutricionista UCC Monte Mor)	

Montemor-o-Novo	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- 16 de maio- Instituições e comércio local	Toda a Comunidade	Póster e Flyer "Dia Nacional Luta Contra Obesidade: Seja 18,5 a 25" Locais: Instituições e comércio local	HSJD e UCC Monte Mor
	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- 20 de maio- UCC Monte Mor e Hospital S. João de Deus	Toda a Comunidade	Rastreio Obesidade - cálculo IMC e entrega de Declaração "Sou 18,5 a 25" ou de Carta de Compromisso Horário: 9h às 13h	
	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- 23 de maio- Hospital S. João de Deus	Cuidadores informais + toda a comunidade	Sessão "Alimentação Saudável", no âmbito Espaço Apoio ao Cuidador "Em casa eu (com)sigo" Horário: 16h30	
	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- 24 de junho- UCC Monte Mor e Hospital S. João de Deus	Toda a Comunidade	2º Cálculo IMC dos utentes com a Carta Compromisso assinada Horário: a combinar	
	Dia Nacional Luta Contra Obesidade- mês de junho- Jornal "A Folha Montemor"	Toda a Comunidade	Artigo no Jornal "A Folha Montemor": "Dia Nacional Luta Contra Obesidade"	
Mora	Dia nacional e Internacional da Luta contra a Obesidade/ Maio (mês do coração)24 Maio	população concelhia	caminhada da Saúde- 5 Kms/Localidade: Mora/promoção de hábitos saudáveis de vida, incentivando a prática de exercício físico de forma regular associado a uma alimentação saudável. Convite a toda a população em geral e a todas as associações desportivas em particular para participação na actividade	UCSP Mora; Câmara Municipal de Mora;apoio: logístico- mercearia alentejana; centro infantil (logotipo actividade);GNR e Bombeiros
Mourão	Dia Nacional De Combate à Obesidade (data a combinar/granja)	toda a população da Granja	CAMINHAR DÁ SAÚDE - Caminhada para sensibilização da prática do exercício físico	GRANJOVEM
Redondo	09-05-2013	Alunos do 3º Ciclo do AV Redondo	Sessão de Educação para a Saúde "Pertrubações alimentares"	UCC Redondo e Equipa do projecto "Promoção e Educação para a Saúde" do AV de Redondo
	14-05-2013	Alunos do 3º Ciclo do AV Redondo	Sessão de Educação para a Saúde "Pertrubações alimentares"	
	16-05-2013	Alunos do 3º Ciclo do AV Redondo	Sessão de Educação para a Saúde "Pertrubações alimentares"	
Reguengos de Monsaraz	Dia Nacional Combate à Obesidade (26 de Maio/ Reguengos de Monsaraz)	toda a população	Dia Reguengos de Monsaraz mais saudável - realização de caminhada, almoço saudável para os participantes, aulas de exercício físico e rastreio de perímetro abdominal e IMC.	Câmara Municipal de Reguengos de Monsaraz, Sociedade Artística Reguenguesa, Ginásio Fitclub, Cores divertidas..
	Dia 18 Maio - Dia Nacional de Combate à Obesidade	toda a população	Artigo com dicas para uma alimentação saudável	Jornal A Palavra
Viana do Alentejo	Dia Nacional e Internacional da Obesidade 22 de Maio 15 horas	População do concelho de Viana do Alentejo	Rastreio da obesidade no Cineteatro de Viana do Alentejo; Avaliação do IMC dos participantes após Conferência sobre a Prevenção das doenças cardiovasculares	Apoios da Câmara Municipal de Viana do Alentejo e da Fundação Portuguesa de Cardiologia
Vila Viçosa	Dia Mundial da Luta Contra a Obesidade 17-05-2013 Vila Viçosa	Toda a população	De forma a Celebrar o Dia Mundial contra a Obesidade, a Unidade de Cuidados na Comunidade de Vila Viçosa e a Câmara Municipal de Vila Viçosa, irão promover uma caminhada contra a Obesidade, de forma a sensibilizar a população para esta prática.	CMVV
<b>Baixo Alentejo</b>				
Ferreira do Alentejo	Dia Luta Contra a Obesidade (25/05/2013, Salão da Junta de Freguesia de Peroguarda)	População da Freguesia de Peroguarda	A atividade dinamizada pela UCC de Ferreira do Alentejo, tem início, pelas 11h com a realização de rastreio de IMC no Salão da Junta de Freguesia de Peroguarda, seguido de uma sessão de educação para a Saúde com o tema "Economia Alimentar", que culmina com distribuição de Livro de receitas "Comer Bem é + Barato".	
<b>Litoral Alentejano</b>				
Odemira	Dia Nacional da Obesidade, 31/05/2013 Colégio de VNM	Alunos do Secundário	Palestra sobre alimentação na adolescência	NRPAO e Colégio
	Dia Nacional da Obesidade 28, 29, e 30/05/2013 Colégio de VNM	Alunos, funcionários e população	Rastreios de Obesidade	NRPAO e Colégio
	Dia Nacional da Obesidade 08, 15, 22 e 29/05/2013 Largo Brito Pais-Odemira	População em geral	Workshops de rua sobre "SOPAS E AROMAS"	Fundação Odemira; UCC Odemira; Município de Odemira Vitacress e Intermarché
	Dia Nacional da Obesidade 08, 15, 22 e 29/05/2013 Largo Brito Pais-Odemira	População em geral	Caminhada por um coração saudável	Fundação Odemira; UCC Odemira; Município de Odemira Vitacress e Intermarché

## Norte Alentejano

Castelo de Vide	Dia Nacional de Combate à obesidade 16/05/2013 Partida do Centro de Saúde às 16:30	Grupo do Programa "Toca A Mexer"	Pedi paper , exercicio ao ar livre e lanche saudável	URAP - fisioterapeuta Sara
	Dia Nacional de Combate à obesidade 16/05/2013 Partida do Centro de Saúde às 16:31	Grupo do Programa "Toca A Mexer"	Pedi paper , exercicio ao ar livre e lanche saudável	Estagiárias da Escola Superior de saúde de Portalegre
	Dia Nacional de Combate à obesidade 16/05/2013 Ao longo do dia	População de Castelo de Vide	Distribuição de Cartazes pelo concelho e publicação no jornal regional Alto Alentejo sobre 10 mandamentos contra a obesidade	3 Juntas de freguesia, GNR, Escola Básica de Castelo de Vide
	Partida do jardim principal de Castelo de Vide 9:30	Grupo "Avós e netos"	Caminhada do grupo que inclui avós e netos e lanche saudável	Universidade Sénior Monforte
Monforte	Dia Nacional de Combate à obesidade	Alunos Universidade Sénior	acção de educação para a saúde "A roda dos alimentos" e Aplicação de Questionário com o objectivo de conhecer os hábitos alimentares dos alunos da Universidade Sénior de Monforte	agrupamento Vertical de escolas de Monforte; USM, CMM
	Dia Nacional de Combate à obesidade	Crianças, professores, auxiliares do 1º ciclo, Pré- Primária e Creche SCMM	Teatro "O Capuchinho Saudável", precedido de um lanche saudável, com o objectivo de aumentar a consciencialização para influencia da alimentação e actividade física na saúde e melhorar os comportamentos sobre a alimentação das crianças	Agrupamento de Escolas n.º 1 de Portalegre
Portalegre	Dia Nacional de Combate à Obesidade EB2,3 José Régio 28.05.2013	Alunos e professores do 2º e 3º ciclo	Colocação de stands com actividades lúdicas e distribuição de folhetos informativos alusivos aos temas "Alimentação Equilibrada"; " Importância da Alimentação e de uma correcta higiene e saúde oral"; Importância da Ingestão de Água com qualidade" ; "Actividade Física"	Unidade de S. Pública (Dr.ª M.ª Rosário Pires), URAP (Dietista Ana Trindade), UCC Ammaya
	Dia Nacional de Combate à Obesidade Maio EB1 Alegrete	Alunos e professores da EB1 de Alegrete	Sessão de sensibilização com transmissão de princípios para uma alimentação saudável e importância do exercício físico como forma de prevenção da obesidade e doenças associadas, seguida de realização de jogos interactivos alusivos ao tema; entrega de sopa de letras e desenhos para colorir	Unidade de S. Pública (Dr.ª M.ª Rosário Pires), URAP (Dietista Ana Trindade), UCC Ammaya
	Dia Nacional de Combate à Obesidade Maio EB1 Vale de Cavalos	Dia Nacional de Combate à Obesidade Maio EB1 Vale de Cavalos	Sessão de sensibilização com transmissão de princípios para uma alimentação saudável e importância do exercício físico como forma de prevenção da obesidade e doenças associadas, seguida de realização de jogos interactivos alusivos ao tema; entrega de sopa de letras e desenhos para colorir	GNR / Escola de Montargil / Santa Casa da Misericórdia de Montargil
Ponte de Sor	Dia Nacional da Luta contra a Obesidade Montargil 17/05/2013	Alunos do 6º e 9º ano e utentes do Centro de Saude de Montargil	Caminhada desde o Centro de Saude até a Capela do Sr. Das Almas e regresso	Elementos da UCC e da URAP (Fisioterapeutas), Câmara Municipal de Ponte de Sôr; Centro de Dia do Vale do Arco
	Dia Nacional da Luta contra a Obesidade 20-05-2013 Centro de Dia do Vale do Arco	Utentes do Centro Dia do Vale do Arco	Apresentação da actividade aos participantes; Debate sobre a temática da Obesidade (importância do exercício físico e alimentação saudável); Caminhada pela Freguesia do Vale do Arco; Realização de jogos tradicionais e rastreios de TA. Classe de Mobilidade.	Elementos da UCC e da URAP (Fisioterapeutas), Conservatório de Música. Participação da Dr.ª Gracinda.
	Dia Nacional da Luta contra a Obesidade 22/05/2013 Conservatório de Música de Ponte de Sôr	População em geral	Rastreios de TA, Glicémia capilar e IMC. Classe de Mobilidade. Entrega de folhetos.	Elementos da UCC e da URAP (Fisioterapeutas), Câmara Municipal de Ponte de Sôr; Centro de Dia do Vale de Açôr
	Dia Nacional da Luta contra a Obesidade 23-05-2013 Centro de Dia do Vale de Açôr	Utentes do Centro Dia do Vale de Açôr	Apresentação da actividade aos participantes; Debate sobre a temática da Obesidade (importância do exercício físico e alimentação saudável); Caminhada pela Freguesia do Vale de Açôr; Realização de jogos tradicionais e rastreios de TA. Classe de Mobilidade.	Elementos da UCC e da URAP (Fisioterapeutas), Câmara Municipal de Ponte de Sôr; Centro de Dia da Tramaga
	28-05-2013 Centro de Dia da Tramaga	Utentes do Centro Dia da Tramaga	Apresentação da actividade aos participantes; Debate sobre a temática da Obesidade (importância do exercício físico e alimentação saudável); Caminhada pela Freguesia da Tramaga; Realização de jogos tradicionais e rastreios de TA. Classe de Mobilidade.	Elementos da UCC e da URAP (Fisioterapeutas), Câmara Municipal de Ponte de Sôr; Centro de Dia da Tramaga