

COMEMORAÇÕES do **DIA** MUNDIAL da **DIABETES**

14 a 18 de NOVEMBRO 2016
LAGOS



14 de Novembro - Dia Mundial da Diabetes

Rastreios Cardiovasculares
Palestra
Lanche
Ação de Sensibilização

Organização conjunta:



Unidade Coordenadora Funcional da Diabetes do ACES Barlavento
Centro de Saúde de Lagos

PROGRAMA

Dia 14 Nov.

Dia Mundial da Diabetes

Rastreio Cardiovascular à população

Local/hora: Mercado Municipal da Avenida | 09H30-12H30

Dia 17 Nov.

Rastreio Cardiovascular à população

Local/hora: Mercado Municipal de Santo Amaro | 09H30-12H30

Dia 18 Nov.

Palestra da Diabetes

Local/hora: Auditório Paços do Concelho Séc. XXI | 15h00 – 16h30

Preletores: **Dr. Paulo Morgado** - Coordenador da Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados - Pilares da Diabetes: Medicação e Alimentação.

Enf. Filipa Gomes - Representante da Unidade de Cuidados na Comunidade-Infante- Importância do acompanhamento realizada pelo Enfermeiro no Tratamento da Diabetes;

Drª Sofia Furtado - Técnica do Serviço de Desporto da CML- Importância do Exercício Físico no Tratamento da Diabetes.

Exercício Físico para a prevenção da diabetes (Marcha e Atividade de grupo)

Em articulação com o programa de atividades do projeto “Saúde em Movimento”

Local/hora: Ed. Paços do Concelho Séc. XXI | 16h30 – 17h00

Recomendação: vestuário e calçado confortáveis

Lanche saudável

Local/hora: Cafeteria do Ed. Paços do Concelho Séc. XXI | 17h00 – 18h00

Durante toda a semana (14 a 18 Nov.):

Disponibilização de MENU “Dieta Azul”

Locais: nos refeitórios municipais e nos estabelecimentos privados de restauração que pretendam aderir à iniciativa, apresentando aos seus clientes uma ementa equilibrada.

Ação de informação e sensibilização

Distribuição de informação sobre a prevenção da Diabetes. Uma iniciativa da Direcção Geral de Saúde e da Unidade Funcional da Diabetes do ACES Barlavento/Gabinete de Nutrição com o apoio do Município de Lagos.

Como aderir:

- Participando nas atividades constantes do programa (população em geral);
- Usando durante esta semana vestuário de cor azul, visto ser a cor da Diabetes que assinala esta efeméride (população em geral);
- Adotando/apresentando um MENU “Dieta Azul” (entidades gestoras de refeitórios e estabelecimentos de restauração);
- Partilhando as mensagens recebidas e aplicando as recomendações dos técnicos palestrantes (população em geral).