

Antes Que Te Queimes®

11 anos de intervenção na Queima das Fitas e Festas das Latas de Coimbra

População alvo: Participantes nas festividades académicas e festivais juvenis.

Objetivos gerais:

- Promover a diversão sem risco e reduzir os danos relacionados com o consumo nocivo de bebidas alcoólicas e outras drogas nos participantes das festividades académicas e festivais juvenis, aplicando a Educação pelos Pares.
- Conscientizar os empresários da restauração que servem jantares de curso/jovens para um consumo responsável de bebidas alcoólicas.
- Criar em cada município um grupo de 20 voluntários para intervenção em contextos recreativos, fazendo aconselhamento par-a-par e prestando primeiros socorros nas noites e festivais.
- Reduzir os problemas associados aos consumos nocivos: intoxicações agudas (overdose), comportamentos sexuais de risco, violência, acidentes rodoviários e outros.

Coordenação/Instituição: Irma Brito / ESEnfC – Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.

Capacitação de Profissionais de Estabelecimentos de Diversão Noturna

População alvo: Profissionais dos estabelecimentos de diversão noturna, de organizações não governamentais e da área da saúde e segurança.

Objetivos gerais:

- Promover ambientes de diversão noturna mais saudáveis e mais seguros.
- Treinar estratégias que mostraram ser eficazes na resolução de diferentes situações de risco em ambientes recreativos como controlo local, comunicação interpessoal, gestão de conflitos, venda/distribuição responsável de álcool, primeiros socorros.
- Aumentar a consciência acerca da moldura legal relacionada com gestão de eventos/estabelecimentos, a venda de bens e serviços, o consumo de substâncias psicoativas e suas consequências.
- Gerar uma aliança/consenso entre diferentes parceiros (públicos e privados) com os mesmos interesses e objetivos que trabalham em ambientes recreativos.

Coordenação/Instituição: Maria do Rosário Mendes, IREFREA, Portugal; Miguel Ricou, Fac. Medicina, Univ. Porto.

Capacitação nos «Media» (em contextos de violência urbana)

População-alvo: Jornalistas e outros profissionais (equiparados com título profissional) da Comunicação Social (CS) local, regional e nacional (que exercem em jornais e revistas, nas rádios e nos canais de televisão, e também no âmbito dos novos «media»), bem como estudantes de cursos superiores de Jornalismo/Comunicação Social.

Objetivos gerais:

- Sensibilizar os jornalistas para a importância do seu papel junto das populações, nos contextos recreativos noturnos saudáveis.
- Capacitar os jornalistas nas áreas que se relacionam com a prevenção da violência, e dos comportamentos aditivos e dependências com ou sem substância.

Coordenação/Instituição: CAPACI – Sérgio Oliveira (jornalista) e Vitalino José Santos (jornalista e licenciado em Ciências Sociais, com curso de formação de formadores, pelo CENJOR, nas áreas da Imprensa, da Rádio e da Televisão).

Com(m)unicare.com (Rede de Parceiros / Comunicação Social Local)

População-alvo: Órgãos da Comunicação Social (CS) local e regional (jornais e revistas, rádios e canais de televisão), escolas superiores de Jornalismo e de Comunicação e as comunidades da área de acção do projeto «Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal».

Objetivos gerais:

- Contribuir para o reforço do papel transformador da comunicação social na área da violência.
- Identificar modelos impactantes de comunicação entre e com os jovens, visando contribuir para a adopção de comportamentos mais saudáveis na relação.

Coordenação/Instituição: Fátima Mota (assessora da Área Social na Fundação Bissaya Barreto) e Vitalino José Santos (jornalista e licenciado em Ciências Sociais).

Estar em Forma é Fixe

População alvo: Profissionais na área do desporto e da actividade física, assim como voluntários que se constituam para os objetivos a atingir.

Objetivos gerais:

- Desenvolver hábitos de cooperação, assim como de responsabilidade individual e grupal, através do desporto, de forma a que estes possam perdurar ao longo da vida. Com esta abordagem perseguem-se os seguintes objetivos:
 - Enquadrar os jovens em ambientes desportivamente estimulantes.
 - Estimular a intervenção grupal.
 - Modelar comportamentos sociais baseados no respeito pelas regras (socialização através do desporto).
 - Aprendizagem de atividades com transferência para uma prática sistemática nos anos seguintes promovendo um estilo de vida ativo.
 - Cumulativamente pretende-se a aquisição de rotinas conducentes a um estilo de vida ativo.

Coordenação/Instituição: António Figueiredo (Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física).

Forças de Segurança e Prevenção nas áreas do Projeto

População alvo: População em geral.

Objetivos gerais:

- Diminuir os fatores de risco em diversas áreas, associados aos contextos recreativos e à recreação noturna (exs.: violência, consumo de álcool e substâncias psicotrópicas, sinistralidade rodoviária).
- Potenciar os espaços de crescimento de boas práticas para os jovens.
- Implementar ações de sensibilização, de formação/capacitação e, ainda, ações de dissuasão dos comportamentos de risco em ambiente externo (de rua).
- Potenciar o trabalho em rede, das forças de segurança com outras entidades inseridas no projeto (áreas da Saúde e Educação), de forma a aumentar a eficácia e eficiência das diversas ações a levar a efeito, seja em ações de rua, em contato direto com o público-alvo, ou em sessões de esclarecimento/discussão.
- Criar, com o presente projeto, as condições que levem à disseminação e réplica de boas práticas, potenciando os fatores protetores e minimizando os fatores de risco.

Coordenação/Instituição: PSP, GNR.

Lua Nova

População alvo: Estudantes do ensino secundário, médio ou superior.

Objetivos gerais:

- Promover aptidões que possam contribuir para a vivência da noite saudável através da utilização da metodologia do Teatro Fórum.

Coordenação/Instituição: Grupo de Expressão Dramática InterDito da Faculdade Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Mexer a Música, Tocar a Vida

População alvo: Jovens integrados em estruturas do movimento associativo (colectividades de recreios, cultura, etc.) ou que residam na área geográfica de influência dessas estruturas.

Objetivos gerais:

- Utilizando a música enquanto ferramenta de construção de novas realidades pretende este subprojeto:
 - Prevenir as vulnerabilidades.
 - Cimentar a autoestima individual e coletiva.
 - Integrar as diferenças nos planos social e cultural.
 - Contribuir para a promoção do bem-estar familiar e comunitário.

Coordenação/Instituição: Manuel Rocha.

Noites Longas com a Lei

População alvo: Jovens e população que frequentam os espaços de diversão noturna; elementos-chave associados à implementação de políticas locais de gestão de espaços de diversão noturna.

Objetivos gerais:

- Avaliar legislação e políticas públicas existentes no combate à violência nos espaços de diversão noturna.
- Proceder ao levantamento de problemas locais/regionais de mecanismos para prevenir e evitar o uso de violência em noites de lazer.
- Apresentar propostas de prevenção e intervenção.
- Capacitar as organizações, apresentando dados e promovendo a discussão.

Coordenação/Instituição: Maria João Guia, Instituto Jurídico da Fac. Direito – Univ. Coimbra.

O papel da escola na prevenção da violência

População alvo: Alunos, escola, famílias, comunidade.

Objetivos gerais:

- Sensibilizar para a importância do papel da escola na prevenção da violência.
- Desenvolver um roteiro de intervenção sobre o papel da escola na prevenção da violência.
- Divulgar metodologias e boas práticas.

Coordenação/Instituição: Rede Escolas Contra a Violência (AE Coimbra Centro; AE Coimbra Oeste; AE Coimbra Sul; Escola Secundária Avelar Brotero; Escola com 3.º Ciclo e Secundário D. Dinis).

Prioridade Jovem – Promoção da Saúde Mental e Sexual

População alvo: População jovem (15-24) dos concelhos envolvidos na região centro.

Objetivos gerais:

- Capacitar técnicos e sensibilizar a população em geral sobre saúde reprodutiva e mental no jovem.
- Melhorar itinerários clínicos em saúde reprodutiva e mental na população jovem da região centro com recurso a abordagem e tratamento escalonados (*'stepped care'*).
- Diminuir comportamentos de risco da população jovem da região centro.
- Avaliar a eficácia, mediante indicadores pré e pós-intervenção (absentismo escolar; taxa de gravidezes não planeadas, IVG e uso de contraceção; internamentos psiquiátricos; prevalência de infeções sexualmente transmissíveis, etc.).
- Elaborar relatórios diagnósticos das realidades locais na região centro e de um guia de consensos para intervenção comunitária.

Coordenação/Instituição: Teresa Bombas (CHUC), Nuno Madeira (CHUC), Tiago Santos (CHBV), Ana Melo (UC), Generosa Morais (CHUC), Áurea Andrade (CHUC).

Roteiros da Noite

População alvo: Pais, Educadores e Autoridades locais.

Objetivos gerais:

- Capacitar em cada município um grupo de pais/mães, encarregados de educação sobre saúde e a segurança dos jovens frequentadores do ambiente recreativo noturno.
- Aumentar a participação de pais/mães, encarregados de educação em atividades que promovam a saúde e a segurança do ambiente recreativo noturno.

Coordenação/Instituição: Coordenação do Projeto Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal.

Selo de qualidade “NSCCP”

População alvo: Empresários e donos de espaços de diversão noturna.

Objetivos gerais:

- Atribuir aos espaços recreativos das cidades nas áreas de intervenção do projeto um selo de qualidade, como forma de validar a capacitação obtida pelos seus profissionais e pelas boas práticas que tenham: disponibilização de preservativos, água potável, informação sobre transporte e serviços de saúde locais, pessoal devidamente capacitado.

Coordenação/Instituição: Paulo Anjos, Ana Correia – Projeto “Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal”.

Sementes

População alvo: Adolescentes e jovens adultos.

Objetivos gerais:

- Criar/capacitar em cada município uma bolsa de voluntários com competências para apoiarem, no que forem solicitados, a implementação dos vários subprojetos.

Coordenação/Instituição: Maria do Rosário Mendes, IREFREA, Portugal.

Sinistralidade Rodoviária – Pensar a prevenção/Melhorar a resposta

Uma perspetiva de saúde pública e de trabalho em rede

População alvo: Profissionais dos vários setores que representam potenciais interfaces nas áreas alvo deste subprojeto (Exs.: Saúde, Educação, Forças de Segurança).

Objetivos gerais:

- Avaliar a atual realidade, no que respeita à prevalência do “problema” e às estratégias adotadas ao nível da prevenção/ intervenção na área promoção da saúde mental (Exs.: sono, consumos) / adoecer (Exs.: impacto da vivência traumática, luto complicado).

- Capacitar os profissionais dos vários setores visando:
 - Reforçar a importância da implementação de estratégias (em rede) visando a promoção da saúde mental dos jovens/ prevenção da sinistralidade rodoviária.
 - Melhorar a capacidade de resposta em situações de doença.
 - Definir indicadores relativos a fatores de risco, fatores protetores, e à sustentabilidade deste subprojeto.

Coordenação/Instituição: Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicogénico, CRI de Psiquiatria – CHUC; Departamento de Saúde Pública – ARS Centro; Instituto de Higiene e Medicina Social – Fac. Medicina, Univ. Coimbra; Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicogénico, CRI de Psiquiatria – CHUC; Departamento de Saúde Pública – ARS Centro; Instituto de Higiene e Medicina Social – Fac. Medicina, Univ. Coimbra.

Tu Decides

População alvo: Professores do Ensino Secundário e Educadores.

Objetivos gerais:

- Treinar estratégias de prevenção das dependências químicas e não químicas que mostraram ser eficazes na resolução de diferentes situações de vulnerabilidade e risco em meio escolar.
- Aumentar a consciência acerca da moldura legal relacionada com o consumo de substâncias psicoativas e suas consequências.
- Gerar uma aliança/consenso entre diferentes parceiros da escola e comunidade com interesse em serem agentes de prevenção das dependências químicas e não químicas.

Coordenação/Instituição: Maria do Rosário Mendes, IREFREA, Portugal.

Violência Interpessoal – Pensar a Prevenção

População alvo: Profissionais dos vários setores que representam potenciais interfaces nas áreas alvo deste subprojeto (Exs.: Saúde, Educação, Forças de Segurança, Sistema judicial, Segurança Social, ONGs, IPSSs, ...).

Objetivos gerais:

- Proceder ao levantamento do “problema”/afetir necessidades.
- Partindo da informação/dados recolhidos e de uma perspetiva de saúde pública/ecológico-sistémica.
- Capacitar profissionais dos setores que representam potenciais interfaces na prevenção/resposta à violência, visando a promoção do trabalho em rede, multidisciplinar/multissetorial.
- Definir/implementar indicadores ao nível dos fatores de risco/fatores de protetores associados à violência interpessoal e à sustentabilidade deste subprojeto.

Coordenação/Instituição: Grupo Violência: Informação, Investigação, Intervenção; Agência para a Prevenção do Trauma e da Violação dos Direitos Humanos; Instituto de Higiene e Medicina Social – Fac. Medicina, Univ. Coimbra.

Observatório “Noite Saudável das Cidades”

População alvo: Jovens e população que frequentam os espaços de diversão noturna.

Objetivos gerais:

- Delinear a construção de um Observatório nas áreas alvo do projeto, com vista a:
 - promover um conhecimento mais preciso da realidade da região centro.
 - posterior definição, implementação e avaliação de estratégias de prevenção assentes na evidência.

Coordenação/Instituição: Projeto Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal.

Fórum “Noite Saudável das Cidades de Portugal”

I Fórum
4 e 5 de abril de 2019

População alvo: Todo(a)s o(a)s que participam no projeto, novos municípios que pretendam partilhar informação e boas práticas, a comunidade em geral.

Objetivos gerais:

- Criar um espaço/tempo de trabalho, visando:
 - Estimular/reforçar o efeito de rede.
 - Promover a disseminação dos projetos piloto.
 - Potenciar a sustentabilidade dos projetos implementados.

Coordenação/Instituição: Projeto Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal.



Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal

Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – Polo Sobral Cid – Pavilhão 9 | Conraria, 3040-714 Castelo Viegas
239 437 090 | 964 429 128 / 211 / 076 | noitesaudavel@noitesaudavel.pt | www.noitesaudavel.pt