



Projeto "Há Margem" Bairros Saudáveis

Ana Rita Pires (hamargem.egasmoniz@gmail.com)¹, Cátia Ferreira¹ & Juliana Fonte¹

¹ Instituto Universitário Egas Moniz

Resumo

O "Há Margem" é um projeto de intervenção psicossocial que deriva de um programa financiado designado Bairros Saudáveis da República Portuguesa, que iniciou em outubro de 2021 e decorrerá até dezembro de 2022. Pela Cooperativa de Ensino Superior Egas Moniz participam diferentes ciclos de estudo.

Introdução

O projeto "Há Margem" procura promover comportamentos saudáveis e prevenir situações de risco em três eixos: social, saúde e ambiental/urbanístico junto da comunidade da Trafaria¹. A equipa técnica é constituída por três alunos e ex-alunos do Instituto Universitário Egas Moniz e supervisionada pelas docentes Prof^a. Doutora Cristina Soeiro, Prof^a. Doutora Susana Monteiro e Prof^a. Doutora Andreia Matias. Como entidades parceiras estão a União das Freguesias de Caparica e Trafaria, o Centro Social da Trafaria (SCMA), a CPCJ de Almada, Agrupamento de Escolas da Trafaria, Centro Paroquial da Costa da Caparica (Age em Rede), DGRSP E GNR.

Eixos de Intervenção

1 Social

- Dinamizar atividades de cariz comunitário, promover o *empowerment* e o sentimento de pertença (e.g. bailes, jogos de futebol);
- Sensibilizar alunos, docentes e não docentes através de ações de sensibilização sobre temáticas relevantes ao contexto escolar;
- Promover competências parentais através de formações parentais;
- Junto da população sénior, combater o isolamento, aumentar a sua mobilidade, sensibilizar para temáticas como a burla e a violência e contribuir para a estimulação cognitiva.

2 Saúde

- Sensibilizar para a adoção de um estilo de vida saudável e para hábitos de consumo mais sustentáveis;
- Despistar doenças cardiovasculares;
- Diagnosticar patologias orais e assegurar o tratamento das mesmas;
- Diminuir as cadeias de transmissão de SARS-CoV-2 na comunidade;
- Potenciar o uso efetivo e seguro de medicamentos;
- Assegurar cuidados de saúde a animais domésticos e animais abandonados.

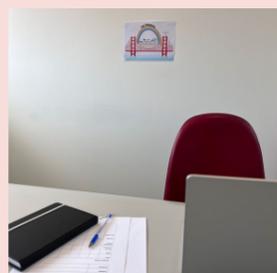
Ciclo de Estudos

Ciclo de Estudos	Atividades
Psicologia	Comunidade em ação; Projeto Juventude em Movimento; Motivação escolar - Vamos jogar?; Formação parental; Hoje e ontem; Juntos em segurança; Tempo de recordar; Os meus avós; Bairro novo.
Ciências da Nutrição	Boas Escolhas
Enfermagem	Bom Coração
Medicina Dentária	Sorrir mais; Continuar a Sorrir
Fisioterapia	Idoso Ativo
Ciências Farmacêuticas	Dose Certa; Stop Covid-19
Medicina Veterinária	A Saúde do Melhor Amigo

3 Ambiental e Urbanístico

- Reabilitar espaços comunitários através da arte urbana com a participação de toda a comunidade.

A Junta da União das Freguesias de Caparica e Trafaria gentilmente cedeu à equipa técnica um **gabinete de atendimento individual** nas suas instalações. O acesso a este gabinete é gratuito e pretende prestar apoio aos **Trafarienses** nas diferentes áreas da saúde física, psicológica e animal.



Conclusão

O "Há Margem" visa responder às necessidades da comunidade da Trafaria, revelando-se uma mais-valia a nível comunitário incrementando a qualidade de vida desta população. **Já se percorreu parte de um longo caminho, mas ainda Há Margem para melhorar!**