LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE
Departamento de Educação para a Saúde

Onda Rosa

15 a 31 de Outubro

Previne o cancro da mama.
Liga-te!

Departamento de Educação para a Saúde

O Outubro Rosa

O movimento conhecido como Outubro Rosa nasceu nos Estados Unidos, na década de 1990, para estimular a participação da população no controlo do cancro da mama.

A data é celebrada anualmente com o objetivo de promover a consciencialização sobre a doença e compartilhar informações sobre o cancro de mama.

Um pouco por todo o mundo, durante este mês, a cor rosa alastra-se com o objetivo de permitir sensibilizar a população para a temática da prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama.

A Onda Rosa: contextualização

A segunda quinzena do mês é balizada por duas efemérides relacionadas com esta temática: a 15 de outubro assinala-se o Dia Mundial da Saúde da Mama e a 30 de outubro o Dia Nacional de Luta Contra o Cancro da Mama.

É neste período que o Departamento de Educação para a Saúde (DES), pelo segundo ano consecutivo, pretende desenvolver o projeto procurando incentivar à prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama. No ano anterior contamos com vários parceiros, sendo que juntos abrangemos milhares de pessoas.

Este ano pretendemos estabelecer de novo sinergias com a comunidade de modo a potenciar o impacto da Onda Rosa, reforçando por um lado as parcerias estabelecidas, mas também procurando novas parcerias.

Onda Rosa 2015: as estratégias

- Listam-se de seguida uma série de atividades – organizadas por temas - que, não sendo muito onerosas, já mostraram eficácia na sensibilização da comunidade para o cancro da mama. Os nossos parceiros, inspirados nestas e noutras atividades, devem construir o seu próprio plano de ação e connosco ajudar a prevenir e a diagnosticar precocemente o cancro da mama.

Onda Rosa na Rua

Onda Rosa no Local de trabalho

Onda Rosa no Mundo Digital

Onda Rosa nos transportes

Onda Rosa no Ensino

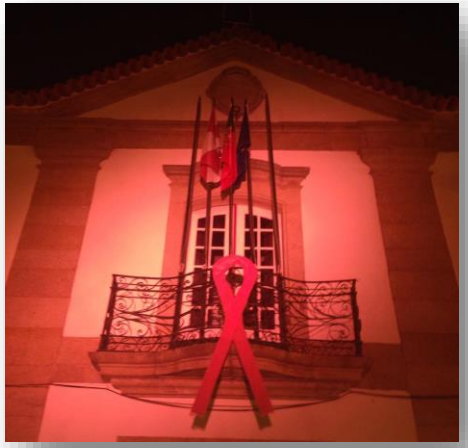


Onda Rosa na Rua

LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

Onda Rosa na Rua

Iluminação noturna de edifícios emblemáticos









Dicas:

Para conseguir este efeito consulte:

www.outubrorosa.org.br

Onda Rosa na Rua

Laços ou outro elemento rosa nas fachadas, entradas, gradeamento, janelas, portas de edifícios.







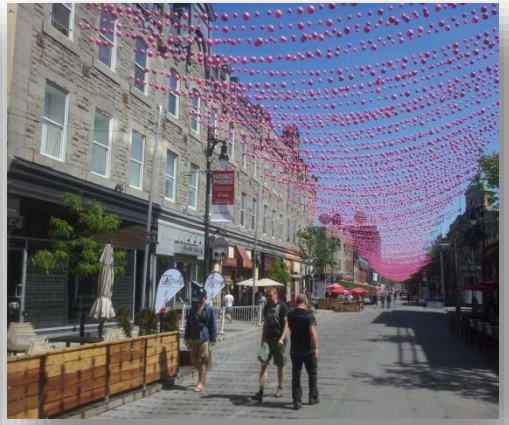


Onda Rosa na Rua

Efeito de "teto" com elementos rosa em ruas estreitas, zonas históricas.

Dicas para materiais:
Balões
Faixas
Flores papel
Bandeirinhas
Laços









Onda Rosa na Rua

Decoração de janelas e varandas de casas







Dicas:
Concursos de varandas decoradas entre bairros, vizinhos, ruas próximas, escolas …



Onda Rosa no local de trabalho

LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

Onda Rosa no Local de trabalho

Montras em Rosa

Molduras nas montras;

Bustos/ manequins vestidos de rosa;

Elementos decorativos rosa









Onda Rosa no Local de trabalho

Dia Rosa na Instituição

Dicas:
Foto de grupo com funcionários vestidos de rosa











Onda Rosa no Mundo Digital

LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

Onda Rosa no Mundo Digital

Imagem de capa de facebook com logo Onda Rosa

Elementos rosa nos blogs tanto pessoais, como institucionais

Incorporar logo nas assinaturas de e-mail





Onda Rosa no Mundo Digital

Logótipo da Onda Rosa nos ecrãs dos computadores durante a quinzena da Onda Rosa.

Dicas:
Efeitos interessantes em locais onde os computadores são acedidos por muitas pessoas.



Onda Rosa no Mundo Digital

Criar uma moldura para poder ser utilizada durante a quinzena para captação de fotografias e posterior partilha no facebook.

(No caso das escolas, poderá ser um trabalho a desenvolver pelos alunos).





Exemplo de moldura

Onda Rosa no Mundo Digital

Minuto Rosa no facebook do D.E.S.

(colocar ao longo do dia 16 de Outubro diferentes imagens sobre o tema rosa e cancro da mama que recebemos da comunidade)

Apelar ao uso da #ondarosa2015





Onda Rosa nos Transportes

LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

Onda Rosa nos transportes

Desafiar os condutores (particulares e empresas) a terem um elemento rosa

Dicas: Tule rosa nas antenas; autocolante onda rosa; Cartaz da Onda Rosa no vidro de trás; Passagem de vídeo sobre a temática nos ecrãs; Distribuição de t-shirts aos condutores de autocarro e taxi







Onda Rosa em contexto de ensino

LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

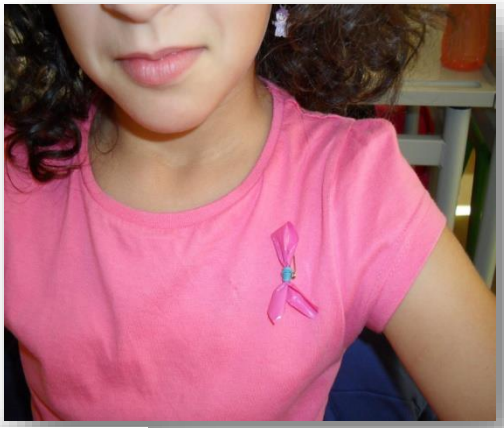
Onda Rosa nas Escolas

Dia rosa na escola

Logótipo humano

Laços ou crachás nas mochilas e roupa







Onda Rosa nas Escolas

Painel elaborado com o contributo da família, pode ser, por exemplo, em materiais reciclados.











Folhetos Onda Rosa

LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE

Folhetos Onda Rosa

Folheto com informação sobre cancro da mama e o rastreio mas com zona destacável para que se promova a informação em cadeia.



Onda Rosa 2015



Junte-se a nós nesta Onda!

LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO
NÚCLEO REGIONAL DO NORTE
Departamento de Educação para a Saúde

Departamento Educação para a Saúde
Liga Portuguesa Contra o Cancro N.R.Norte
Estr. Interior Circunvalação, 6657 4200-172 Porto
Telf/Fax : 225420680 – Tlm: 910350810
[@] educacaosaude.nrnorte@ligacontracancro.pt
[w] www.ligacontracancro.pt / www.ligaacao.blogspot.com
[f] DES: Educação para a Saúde LPCC - NRN