



CRBE

CONSELHO DE REPRESENTANTES
DOS BRASILEIROS NO EXTERIOR



**BEM-ESTAR
E SAÚDE**

Mesa Temática 2

PROPOSTA DO PLANO DE AÇÃO 2020_2022

Coordenação da Mesa : Márcia Argyris
Conselho de Cidadania de Brasileiros na Grécia

Coordenação Geral: Marcos Viana – Conselho Países Baixos
Coordenação Comunicação: Luciana Oliveira – Conselho Londres
Secretariado: Edilson Kinjo - Conselho Nagoya

Plano de Contingência COVID-19 , considerando-se os grupos mais suscetíveis

Atendimento psicológico Postos Consulares	Questionar no seu país
Profissionais de saúde	Listar
Profissionais de saúde alternativa	Listar (Guacyra)
Seguro obrigatório	Pesquisar cláusula desastres naturais
Imigrantes temporários	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência *O Brasil oferece acesso ao SUS aos imigrantes temporários
Saúde mental (Paulo)	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência
Deficiência física	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência
Idosos	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência
HIV	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência
LGBT	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência
Diabéticos	Como funciona o sistema no seu país Quais instituições prestam assistência

SOLICITAÇÃO EXTRAORDINÁRIA AOS PORTA-VOZES

FEEDBACK PANDEMIA – Relatório resumido dos grandes desafios da comunidade brasileira nos últimos meses, em vista dos efeitos causados pela pandemia global do Covid-19, as ações de caráter emergenciais para socorrer os nossos irmãos : alimentação, repatriação, perda de voos , assistência psicológica, acomodação etc.
Se necessário posso enviar o nosso modelo.

SOLUÇÕES INTEGRADAS

PARCERIAS

- Outros Conselhos
- Outras Mesas Coordenadoras
- Associações e Federações
- Empresas

RECURSOS: CONVITES A PROFISSIONAIS para que ofereçam de forma voluntária seus conhecimentos e recursos:

- da área da saúde
- da área de tratamento alternativo
- clínicas de exames preventivos

MÍDIA SOCIAL

Muitos brasileiros não sabem sobre o Conselho

CONVIDE PROFISSIONAIS para que ofereçam de forma voluntária seu trabalho e recursos:

DESIGNER GRÁFICO (para a comunicação visual)

MÍDIA (rádio, TV, jornais, revistas, podcast, etc)

CAMPANHAS MUNDIAIS **Sustentabilidade Social**

POR FLYER (datas comemorativas mundiais, replicamos entre todos)

POR VÍDEO - (1 conselho pode fazer e replicamos entre todos)

EXEMPLOS:

- SETEMBRO AMARELO , NOVEMBRO AZUL , NUTRICIONISTA (A importância da higiene no preparo da alimentação), O QUE É CONSELHO, O QUE É MATRÍCULA CONSULAR

CARTILHAS – Previsão esse ano



Dia Mundial do Diabetes

14 novembro

Diabetes: Educar para Prevenir

Sinais e Sintomas



Urinar com frequência



Falta de energia



Perda de peso



Sede excessiva

Fatores de Risco



Excesso de peso



Alimentação inadequada



Sedentarismo



Histórico familiar

Previna-se



Pratique exercícios



Alimente-se bem



Mantenha o peso ideal



Caminhe

PROJETOS NA GAVETA

Alguns projetos não são viáveis em determinado momento. Podemos revê-los em parceria. Pode ser também **em parceria** com outras instituições de reconhecimento no seu país, ou prefeituras etc.

EXEMPLO: “Adote uma praça”, quantos benefícios trará à sua comunidade ?

VALORIZAÇÃO DO TRABALHO VOLUNTÁRIO

a) Certificado Digital aos representantes e voluntários

b) Final do mandato (2022)

- Sorteio: “ **FDS na Grécia** ”
- Critérios e Patrocínio a serem discutidos em próxima reunião.

PATROCINADORE\$

Ao elaborar um projeto com necessidade de patrocínio , é fundamental entender que ele envolve uma permuta, geralmente vinculado a uma ação de marketing e publicidade.

Lembremo-nos que o projeto precisa ter valor, ser atraente e tenha visibilidade, pois o patrocinador será associado ao sucesso do trabalho elaborado.

DATAS INTERNACIONAIS – os flyers são postados no Instagram e compartilhados nos grupos do CRBE

AGO	1	SEMANA ALEITAMENTO MATERNO
	19	DIA MUNDIAL HUMANITÁRIO
	28	DIA MUNDIAL SINDROME DE TURNER
SET	4	Dia Internacional da Saúde Sexual
	8	Dia do Fisioterapeuta
	10	Dia Mundial da Prevenção do Suicídio
	19 e 20	World Wellness Weekend
	23	Dia Internacional da Língua de Sinais
OUT	10	Dia Mundial da Saúde Mental
	13	Dia Intern do Fisioterapeuta
	30	Outubro Rosa
NOV		Novembro Azul
	14	Dia Mundial da Diabetes
DEZ	1	Dia Mundial de Luta contra a Sida
	3	Dia Intern das Pessoas com Deficiência
	5	Dia Intern do Voluntário
		Mensagem de Natal e Ano Novo
JAN	6	Dia de Reis
	15	Janeiro Branco
FEV	4	Dia Mundial contra o cancro
	20	Dia Mundial da Justiça Social
MAR	4	Dia Int de Conscientização contra HPV
	8	Dia Internacional das Mulheres
	20	Dia Mundial da Saúde Oral
ABR	2	Dia M da Conscientização do Autismo
	6	Dia Mundial de Atividade Física
	7	Dia Mundial da Saúde
MAI	17	Dia da Hipertensão
	31	Dia Mundial sem Tabaco
JUN	13	Dia Mundial do Bem Estar
	18	Dia do Piquenique

PRÓXIMA REUNIÃO

Primeiro agradeço à todos pela atenção ao nosso Plano de Ação e convido para a nossa próxima reunião onde estaremos formando os sub-grupos de trabalho e seus líderes.

Entre em nosso grupo WhatsApp:

<https://chat.whatsapp.com/Kph6kBDkkrBSDPZ2jt8vr>

Instagram: <https://www.instagram.com/crbebemestarsaude/>

GRATIDÃO 😊

Seja solidário, compartilhe conhecimento !