

3ª edição  
16 a 19 de maio

# Juntos, somos segurança e saúde

Este é o nosso compromisso  
com todas as famílias.

Programação completa



[marshopping.com](http://marshopping.com)



matosinhos



**MAR**  
SHOPPING

## Entidades participantes:

- Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária
- Associação Portuguesa de Busca e Salvamento
- Administração do Porto de Leixões
- Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça
- Bombeiros Voluntários de Leixões
- Bombeiros Voluntários de S. Mamede Infesta
- Bombeiros Voluntários de Leça do Balio
- Centro de Monitorização e Interpretação Ambiental de Matosinhos
- Cruz Vermelha Portuguesa – Núcleo de Matosinhos
- Guarda Nacional Republicana
- Instituto Nacional de Emergência Médica
- Instituto Português do Sangue e da Transplantação
- Instituto de Socorros a Náufragos
- Matosinhos Sport
- Polícia de Segurança Pública
- Polícia Municipal de Matosinhos
- Tecniquitel
- ISTECC Porto
- Unidade Local de Saúde de Matosinhos
- Administração dos Portos do Douro, Leixões e Viana do Castelo
- Centro de Ciência Viva de Vila do Conde
- Ânimas
- Grandoptical
- Opticalia Premium



# 16 de maio – quinta-feira

## Salvamento Balnear

<b>9h00 - 16h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promoção e sensibilização da dádiva de sangue e células, pelo Instituto Português do Sangue e da Transplantação.</li></ul>
<b>9h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Patrulha Júnior, pela ASCENDI e ANSR</li></ul>
<b>10h00 – 15h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilização sobre a temática “Salvamento Balnear”, ministrada pelo Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li><li>• Sensibilização sobre a temática “A importância das bandeiras no sistema balnear regras de segurança”, ministrada pelo Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li></ul>
<b>10h00 – 22h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Workshop “Objetivos de Desenvolvimento Sustentável em Matosinhos”, ministrado pela CMM</li></ul>
<b>10h00 – 15h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exercício de busca com recurso a Robot pelo ISTECS-Porto</li><li>• Simulador de espaços confinados, pela Tecniquitel</li></ul>
<b>10h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sessão de abertura e visita à exposição dos agentes de proteção civil no átrio do centro comercial</li></ul>
<b>10h30 – 15h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Medicina do Sono e Medicina Capilar pela APDL</li></ul>
<b>10h30 – 22h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suporte Básico de Vida, pela Cruz Vermelha Portuguesa e Bombeiros</li></ul>
<b>10h30 – 16h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstração equestre da GNR</li></ul>
<b>11h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atuação da Banda Sinfónica do Comando Territorial do Porto da GNR</li></ul>
<b>11h00 – 14h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilização sobre a temática “Suporte básico de vida em animais”, ministrada pela APBS aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li><li>• Sensibilização sobre a temática “A fauna da nossa costa”, ministrada pelo CMIA aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li></ul>
<b>11h00 – 18h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• - Simulador do efeito do álcool e substâncias psicotrópicas e fadiga, pela ANSR</li></ul>
<b>11h30 – 16h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstração de equipamentos “alcoólímetro/Oxímetro”, pela APDL</li></ul>
<b>14h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Operação STOP com as Minifardas da Polícia Municipal</li></ul>
<b>15h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Óculos virtuais “divulgação do simulador marinho”, pela APDL</li></ul>
<b>17h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Workshop “A influência de um cão de assistência numa criança com perturbação do espectro do autismo”, pela Ânimas</li></ul>



# 16 de maio – quinta-feira

## Atividades a decorrer

- Palestras direcionadas para os alunos e para o público em geral sobre os riscos balneares.
- Palestras direcionadas para os alunos e para o público em geral sobre os riscos solares pela juventude da Cruz Vermelha, núcleo de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Suporte Básico de Vida” ministrada pelo Instituto Nacional de Emergência Médica aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Suporte Básico de Vida” ministrada pela Cruz Vermelha Portuguesa aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Exposição de ninhos de vespa velutina do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Evacuação em caso de Incêndio” ministrada pelo Serviço Municipal de Proteção Civil aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Visita da mascote “Alertinha” do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Avaliação, prescrição de exercício físico e aconselhamento nutricional coordenada pela Matosinhos Sport.
- CMIA, com espécies marinhas da nossa costa (fauna e flora) para que os visitantes possam tocar e identificar algumas das suas características.
- Testes de álcool ministrados por elementos da Polícia de Segurança Pública (Divisão de trânsito de Matosinhos).
- Distribuição de Pulseiras dos Programas “Estou Aqui Crianças” e “Estou Aqui Adultos” pela Polícia de Segurança Pública.
- Operação Stop e abordagem aos condutores pelos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos fardados de Polícia Municipal.
- Presença da Mascote FALCO da Polícia de Segurança Pública, interação com o público.
- Demonstração cinotécnica, no átrio do piso -1, pela equipa da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exercícios para “minibombeiro” e visita ao quartel aberto orientado pelos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Exposição, atividades, workshops e sensibilizações ministrados pela Ánimas.
- Exposição do Centro de Ciência Viva de Vila do Conde.
- Exposição de equipamentos da Autoridade Marítima Nacional.
- Exposição de equipamentos da Polícia Municipal.
- Exposição de equipamentos da Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos do Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exposição de equipamentos da Guarda Nacional Republicana.
- Exposição de meios e veículos da Polícia de Segurança Pública.
- Exposição de equipamentos dos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Rastreios visuais.



## 17 de maio – sexta-feira

# Segurança Rodoviária

<b>10h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstração canina com a Polícia de Segurança Pública (exercício no Exterior)</li></ul>
<b>10h00 – 15h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exercício de busca com recurso a Robot, pelo ISTECS-Porto</li><li>• Jogos de água, pelos Bombeiros Voluntários de Matosinhos Leça</li><li>• Simulador de espaços confinados, pela Tecniquitel</li></ul>
<b>10h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstração de equipamentos “alcoólímetro/Oxímetro”, pela APDL</li><li>• Óculos virtuais “divulgação do simulador marinho”, pela APDL</li></ul>
<b>10h30 – 16h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Demonstração equestre da GNR</li></ul>
<b>10h30 – 22h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suporte Básico de Vida, pela Cruz Vermelha Portuguesa e Bombeiros</li></ul>
<b>11h00 – 14h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensibilização sobre a temática “Suporte básico em animais”, ministrada pela APBS aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li><li>• Sensibilização sobre a temática “A fauna da nossa costa”, ministrada pelo CMIA aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos</li></ul>
<b>11h00 – 18h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Simulador do efeito do álcool e substâncias psicotrópicas e fadiga, pela ANSR</li></ul>
<b>11h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Operação STOP com as Minifardas da Polícia de Segurança Pública</li><li>• Psicologia “Atividades para crianças”, pela APDL</li></ul>
<b>14h00</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Operação STOP com as minifardas da GNR</li></ul>
<b>17h30</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Workshop “Epilepsia e Cães de Assistência - a sensação de segurança no dia a dia da pessoa”, pela Ânimas</li></ul>



17 de maio – sexta-feira

## Atividades a decorrer

- Palestras direcionadas para os alunos e para o público em geral sobre os riscos balneares.
- Palestras direcionadas para os alunos e para o público em geral sobre os riscos solares pela juventude da Cruz Vermelha, núcleo de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Suporte Básico de Vida” ministrada pelo Instituto Nacional de Emergência Médica aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Suporte Básico de Vida” ministrada pela Cruz Vermelha Portuguesa aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Exposição de ninhos de vespa velutina do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Sensibilização sobre a temática “Evacuação em caso de Incêndio” ministrada pelo Serviço Municipal de Proteção Civil aos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos.
- Visita da mascote “Alertinha” do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Avaliação, prescrição de exercício físico e aconselhamento nutricional coordenada pela Matosinhos Sport.
- Exposição do CMIA, com espécies marinhas da nossa costa (fauna e flora) para que os visitantes possam tocar e identificar algumas das suas características.
- Testes de álcool ministrados por elementos da Polícia de Segurança Pública (Divisão de trânsito de Matosinhos).
- Distribuição de Pulseiras dos Programas “Estou Aqui Crianças” e “Estou Aqui Adultos” pela Polícia de Segurança Pública.
- Operação Stop e abordagem aos condutores pelos alunos dos agrupamentos de escolas de Matosinhos fardados de Polícia de Segurança Pública.
- Presença da Mascote FALCO da Polícia de Segurança Pública, interação com o público;
- Demonstração cinotécnica, no átrio do piso -1, pela equipa da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento e Guarda Nacional Republicana.
- Exercícios para “minibombeiro” e visita ao quartel aberto orientado pelos Bombeiros Voluntários de Matosinhos - Leça.
- Sensibilização para a dádiva e colheita de sangue pelo Instituto Português do Sangue e Transplantação.
- Exposição do Centro de Ciência Viva de Vila do Conde.
- Exposição de equipamentos da Polícia Municipal.
- Exposição de equipamentos da Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos do Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exposição de equipamentos da Guarda Nacional Republicana.
- Exposição de meios e veículos da Polícia de Segurança Pública.
- Exposição de equipamentos dos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Rastreios visuais.



18 de maio – sábado

## Saúde

- 
- 10h00 – 15h00**
- Exercício de busca com recurso a Robot, pelo ISTECS-Porto
  - Simulador de espaços confinados, pela Tecniquitel
- 
- 10h30**
- Atividades de leitura e atividades de interação com cães, pela Ânimas
- 
- 10h30 – 22h00**
- Suporte Básico de Vida, pelo INEM
- 
- 16h00 – 22h00**
- Simulador do efeito do álcool e substâncias psicotrópicas e fadiga, pela ANSR
- 

## Atividades a decorrer

- Palestras direcionadas para alunos e para o público em geral sobre os riscos balneares.
- Demonstração cinotécnica, no átrio do piso -1, pela equipa da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exercícios para “minibombeiro” e visita ao quartel aberto orientado pelos Bombeiros Voluntários de Matosinhos – Leça.
- Dominó da segurança dinamizado pela Polícia Municipal.
- Transporte de crianças em automóvel dinamizado pela Polícia Municipal.
- Simulador de alcoolémia dinamizado pela ANSR.
- Atividades dinamizadas pela Unidade Local de Saúde de Matosinhos
- Avaliação, prescrição de exercício físico e aconselhamento nutricional coordenada pela Matosinhos Sport.
- Exposição, atividades, workshops e sensibilizações ministrados pela Ânimas.
- Exposição do Centro de Ciência Viva de Vila do Conde.
- Exposição de ninhos de vespa velutina do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos da Polícia Municipal.
- Exposição de equipamentos da Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos do Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exposição de equipamentos dos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Rastreios visuais



19 de maio – domingo

## Socorro

<b>10h00 – 17h00</b>	• Simulador de espaços confinados, pela Tecniquitel
<b>10h30 – 16h00</b>	• Exercício Internacional de “Firefighter Mayday” com equipas de quatro países europeus
<b>10h30 – 22h00</b>	• Suporte Básico de Vida, pela NEM
<b>11h30</b>	• Atividades de leitura e atividades de interação com cães, pela Ânimas
<b>16h00 – 22h00</b>	• Simulador do efeito do álcool e substâncias psicotrópicas e fadiga, pela ANSR
<b>16h30</b>	• Visita à exposição dos agentes de proteção civil no átrio do MAR Shopping Matosinhos
<b>17h00</b>	• Atuação da Banda Sinfónica do Comando Metropolitano da PSP do Porto
<b>17h30</b>	• Entrega de prémios (exterior)

## Atividades a decorrer

- Palestras direcionadas para os alunos e para o público em geral sobre os riscos balneares.
- Sensibilização sobre “Suporte Básico de Vida” ministrada pelo INEM/CVP aos visitantes Centro Comercial.
- Demonstração cinotécnica, no átrio do piso -1, pela equipa da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exercícios para “minibombeiro” e visita ao quartel aberto orientado pelos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Dominó da segurança dinamizado pela Polícia Municipal.
- Transporte de crianças em automóvel dinamizado pela Polícia Municipal.
- Simulador de alcoolémia dinamizado pela Polícia Municipal.
- Atividades dinamizadas pela Unidade Local de Saúde de Matosinhos
- Avaliação, prescrição de exercício físico e aconselhamento nutricional coordenada pela Matosinhos Sport.
- Rastreios de optometria gratuitos realizados pela Opticalia Premium.
- Exposição de ninhos de vespa velutina do Serviço Municipal de Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição do Centro de Ciência Viva de Vila do Conde.
- Exposição de equipamentos da Polícia Municipal.
- Exposição de equipamentos da Proteção Civil de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos do Sistema de Salvamento Balnear de Matosinhos.
- Exposição de equipamentos da Associação Portuguesa de Busca e Salvamento.
- Exposição de equipamentos dos Bombeiros Voluntários de Matosinhos-Leça.
- Rastreios visuais.