

SEMANA DO SONO 2024



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

11 a 17 de Março de 2024

Segunda a Domingo

TODAS AS AÇÕES DEVEM ACONTECER
OBRIGATORIAMENTE DENTRO DESSE PERÍODO

PRAZO PARA ENVIO DO CRONOGRAMA DE AÇÕES DA REGIONAL:

21/01/2024



Associação Brasileira do Sono



PONTOS DE ATENÇÃO

USO DA MARCA ABS E SEMANA DO SONO

TODAS AS ATIVIDADES QUE UTILIZAM O NOME, LOGO DA ABS, ABMS E ABROS E A IDENTIDADE DA SEMANA DO SONO DEVEM ESTAR REGISTRADAS NA SEDE E APROVADAS PELAS RESPECTIVAS DIRETORIAS.

NÃO É PERMITIDO O USO DO NOME E DO LOGO DAS SOCIEDADES E DA CAMPANHA SEM O CONHECIMENTO DA SEDE.

ALTERAÇÃO DAS INFORMAÇÕES DE EVENTOS APROVADOS

AS ATIVIDADES DEVEM ACONTECER EXATAMENTE COMO CADASTRADAS NA SEDE.

Caso seja necessário alteração de palestrantes, temas ou demais informações as mesmas devem ser comunicadas na sede.



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

PONTOS DE ATENÇÃO

ENTREVISTAS / USO DA PALAVRA EM NOME DA SOCIEDADE

SOMENTE ESTÃO AUTORIZADOS A FALAR EM NOME DA SOCIEDADE E USAREM A CAMISETA OS PROFISSIONAIS COM ATIVIDADES CADASTRADAS E APROVADAS NA ABS.

INCLUSÃO DOS ASSOCIADOS INTERESSADOS

A SOCIEDADE VAI INICIAR EM DEZEMBRO A DIVULGAÇÃO DO CADASTRO DAS ATIVIDADES NA SEMANA DO SONO.

OS ASSOCIADOS SÃO ORIENTADOS A PROCURAR A REGIONAL, QUE DEVERÁ RECEBER O ASSOCIADO E A AÇÃO PROPOSTA POR ELE - ATENDENDO AO REGULAMENTO - DEVE SER INCLUIDA NO RELATÓRIO DE AÇÕES REGIONAIS E ENVIADAS PELA DIRETORIA DA REGIONAL PARA APROVAÇÃO DA SEDE.

O ASSOCIADO QUE POSPOS A AÇÃO DEVE ESTAR MENCIONADO NO RELATÓRIO COMO COORDENADOR DE TAL AÇÃO, INFORMANDO SEUS DADOS DE CONTATO (TELEFONE E E-MAIL)

CADASTRO ATIVIDADES/AÇÕES

PARA O CADASTRO DAS ATIVIDADES NA SEDE É OBRIGATÓRIO O PREENCHIMENTO TOTAL DAS INFORMAÇÕES, CASO CONTRÁRIO, A ATIVIDADE NÃO SERÁ INCLUÍDA.

AS INFORMAÇÕES DEVERÃO SER PREENCHIDAS ATRAVÉS DO LINK:

<https://forms.gle/QiqZ2xwqXiAB31c3A>

PARA O CADASTRO DE GOTAS DE SONO,
FAVOR PREENCHER OS DADOS ATRAVÉS DO LINK:

<https://forms.gle/UNJgkncZySYxu6ak9>



Associação Brasileira do Sono



O TEMA DA CAMPANHA:

OPORTUNIDADE DE SONO A TODOS PARA SAÚDE GLOBAL

A estratégia está sustentada AÇÕES PRESENCIAIS E VIRTUAIS

**AÇÃO
PÚBLICA**

**AÇÃO
EDUCATIVA**

**ATIVIDADE
CIENTÍFICA**
Destinada a
profissionais da área de
saúde
PRESENCIAL / WEBINAR

PALESTRAS
Destinada a população
PRESENCIAL / WEBINAR

**GOTAS DE
SONO**
Vídeos de 1 minuto para
redes sociais

**FILTRO
INSTAGRAM**

****Qualquer outra ação deverá ser aprovada pela Comissão Organizadora na Sede.**

AÇÃO PÚBLICA



Associação Brasileira do Sono



AÇÃO PÚBLICA

PRESENCIAL:

Realizadas em shoppings, praças, praias, parques, vias públicas.

NÃO são permitidas ações públicas realizadas em clínicas, consultórios, etc

O coordenador da ação deve ser um profissional associado a ABS ABMS ABROS

Nessas ações devem estar presentes os totens/banners, voluntários para orientação e aplicação do questionário (link).

A cartilha deve ser entregue apenas para as pessoas que efetivamente participarem da ação.

MATERIAL:

Para cada ação pública será enviado um kit (05 camisetas, bexigas, cartilhas).

Caso a regional tenha interesse em adquirir camisetas extras, deverá sinalizar e fazer a solicitação com antecedência para informamos o fornecedor. Lembramos que, para o pedido extra, o pagamento fica por conta de cada regional.

A SEDE FORNECERÁ A ARTE DOS TOTENS E CENOGRAFIA PARA QUE AS REGIONAIS PRODUZAM LOCALMENTE

Também serão enviadas as artes de bexigas, cartilhas e flyers para, caso seja necessário, a regional possa produzir mais localmente.



Associação Brasileira do Sono



Associação Brasileira de Medicina do Sono



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

AÇÃO PÚBLICA

QUESTIONÁRIOS:

- Deverá ser aplicado APENAS o questionário Oficial da ABS.
- A ação não pode ser usada para fins acadêmicos, e sim para que os objetivos institucionais da ABS sejam alcançados.
- O questionário é disponibilizado por meio de LINK.
- Os voluntários podem acessar o link em seus aparelhos para seguir com a aplicação na população

Os dados resultantes da campanha e do questionário são de propriedade intelectual da ABS e devem ser publicados apenas em publicações, campanhas, cursos, etc, aprovados pela ABS.

Não podem ser utilizados dados parciais (como por exemplo de um estado), uma vez que a campanha é nacional.



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

AÇÕES INOVADORAS

A ABS incentiva a realização de ações inovadoras, que visem destacar a semana do sono na rotina da população local e que proporcionem levar a informação a pessoas que mais necessitem. Abaixo um exemplo de ação inovadora já realizada durante a semana do sono.

ÔNIBUS SOCIAL:

- Nessa ação, a regional pode se propor a fazer a locação de um ônibus, onde os profissionais de saúde circulariam a cidade, fazendo paradas em pontos estrategicamente programado (Ex: parques, postos de saúde, entrada de hospitais, etc).
Locais onde seja possível o profissional de saúde abordar o público, entregar a cartilha, passar orientações e seguir para um outro local, seguindo a mesma dinâmica.

Lembramos que qualquer custo com a ação, fica por responsabilidade de cada regional.

AÇÃO EDUCATIVA



Associação Brasileira do Sono



AÇÕES EDUCATIVAS

- São ações realizadas em instituições privadas e também patrocinadoras regionais de ações. Exemplo: clínicas particulares e laboratórios do sono.
- Poderão ser realizadas ações de conscientização de divulgação das atividades oficiais da semana do sono, utilizando o material de apoio da Semana do Sono (camisetas, bexigas, cartilhas..).
- É IMPORTANTE DESTACAR QUE SÃO AÇÕES SEM FINS LUCRATIVOS.
- O coordenador deve ser um profissional associado a ABS ABMS ABROS.

A SEDE FORNECERÁ A ARTE DOS TOTENS E CENOGRAFIA PARA QUE AS REGIONAIS PRODUZAM LOCALMENTE
Também serão enviadas as artes de bexigas, cartilhas e flyers para o coordenador produzir localmente.

ATIVIDADE CIENTÍFICA

Destinada a
profissionais da área de
saúde
PRESENCIAL / WEBINAR

PALESTRAS

Destinada a população
PRESENCIAL / WEBINAR



Associação Brasileira do Sono



ATIVIDADES CIENTÍFICAS (atividades restritas a profissionais da área de saúde)

PALESTRAS (conteúdo dirigido à população)

TEMAS E PALESTRANTES: os temas e palestrantes sugeridos devem ser encaminhados para a sede para validação. A diretoria recomenda que seja sempre preservada a multidisciplinaridade. Deverão usar a camiseta da campanha. Evitar temas amplos e recorrentes.

O formato de cada atividade ficará a critério das regionais. (quantidade de palestrantes, se mesa redonda, se palestra magna, se discussão de casos...)

IMPORTANTE: Os palestrantes DEVEM ser sócios da ABS, se forem profissionais de áreas que existe certificação, preferencialmente que sejam certificados. Vamos valorizar nossos profissionais. Obviamente se o convidado for alguém de outra área, como a ABS por exemplo já fez lives com monges, jornalistas, etc, haverá exceções.

TODAS AS ATIVIDADES DEVEM SER GRATUITAS!

ATIVIDADES CIENTÍFICAS (atividades restritas a profissionais da área de saúde)

PALESTRAS (conteúdo dirigido à população)

PESENCIAL:

Realizadas em shoppings, auditórios públicos, faculdades, hospitais.

NÃO são permitidas ações públicas realizadas em clínicas, consultórios, etc



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

ATIVIDADES CIENTÍFICAS (atividades restritas a profissionais da área de saúde)

PALESTRAS (conteúdo dirigido à população)

ON-LINE:

Devem ser realizadas nas redes e plataformas dos próprios profissionais da saúde - indicar no formulário de cadastro da atividade a rede social/plataforma a serem utilizados.

A diretoria receberá os temas e palestrantes propostos até o dia **21/01** e validará de forma que sejam evitados temas repetidos

DATAS E HORÁRIOS:

Os Webinars e/ou Lives deverão ter de 30 minutos a 1 hora de duração, ao longo do dia, das 08h00 às 19h30.

Respeitando os horários destinados para as ações nacionais (19h30 às 21h30)

O período de uma hora pode ser dividida em duas atividades seguidas de 30 minutos cada.



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

GOTAS DE SONO

Vídeos de 1 minuto para redes sociais



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



ABROS

Associação Brasileira de Odontologia do Sono

GOTAS DE SONO / VÍDEOS

IMPORTANTE: Os profissionais indicados para gravarem os vídeos DEVEM ser sócios da ABS, se forem profissionais de áreas que existe certificação, devem ser certificados. Vamos valorizar nossos profissionais.

Serão divulgados, entre os dias 11 a 17 de março, nos canais de comunicação da ABS, vídeos curtos, em torno de 1 minuto, com dicas e informações importantes sobre sono. O público-alvo dos vídeos será a população geral.

Cada regional poderá sugerir temas e profissionais para gravar os vídeos, até o dia **21/01**

A diretoria da ABS fará a curadoria para que não haja temas repetidos.

SOMENTE APÓS A APROVAÇÃO É QUE OS VÍDEOS DEVEM SER GRAVADOS E ENVIADOS À ABS

Após a aprovação dos temas e vídeos, cada profissional deverá gravar com seu próprio celular um vídeo curto, no máximo de 1 min e enviar para a sede até a data solicitada. O profissional deverá usar a camiseta da semana do sono.

A ordem de publicação será definida pela organização.

Após publicado, recomendamos que repostem os vídeos em suas redes e divulguem a seus colegas, amigos e familiares.



Associação Brasileira do Sono



FILTRO INSTAGRAM



Associação Brasileira do Sono



FILTROS E HASGTAGS INSTAGRAM

Será disponibilizado um filtro de Instagram e uma hashtag pela ABS. Também será disponibilizada uma moldura para fotos, com a identidade da campanha e a frase: eu apoio, de modo que as pessoas possam produzir suas fotos e publicarem nas redes.

Serão convidados artistas e influenciadores para postarem stories durante a semana utilizando o filtro e a hashtag.

Incentivamos a todas as regionais também postarem stories em suas redes durante a semana utilizando o filtro e a hashtag e que incentivem pacientes, colegas, amigos e familiares a postarem também.

FINANCEIRO

TODAS AS AÇÕES DEVEM SER GRATUITAS

DESPESAS:

Caso haja despesa regional, deve ser custeada por apoiadores nas próprias regionais.

PATROCÍNIO:

Podem ser solicitados patrocínios locais para as empresas de atuação regional.

As empresas de atuação nacional serão abordadas pela sede e não deverão ser abordadas localmente.

Consulte a sede antes de solicitar os patrocínios.

Os valores devem ser depositados na conta da sede da ABS, ou transferidos diretamente aos prestadores de serviço.



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono

DÚVIDAS E INFORMAÇÕES:

vanessa@taoassessoria.com.br



Associação Brasileira do Sono



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO SONO



Associação Brasileira de Odontologia do Sono