PLANIFICAÇÃO- Projeto de Educação para a Saúde Agrupamento Adelaide Cabette 2022/23

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Projeto PES – “Caminhamos Juntos Por Um Futuro Saudável”. COORDENADOR/DINAMIZADOR: Ana Silva, Maria Leonor Morgado e Laura Santos** | | | | | |
| ATIVIDADES DINAMIZADAS PELO PROJETO | | | | | |
| **CALENDARIZAÇÃO** | PE  **estratégias de intervenção**  **EI** | **ATIVIDADES**  Descrição sumária, duração, limite de alunos por sessão, etc | **OBJETIVOS OPERACIONAIS** | **DESTINATÁRIOS**  Anos/Turmas/outros | **RESPONSÁVEL** |
| **2 de setembro** | 3.EI 1 e 2  5.EI 6,18,  19,23 | **Formação para Assistentes Operacionais -**  **Alergias Alimentares-Anafilaxia/Diabetes Mellitus/Epilepsia-Convulsões** | Promover a literacia em saúde e o empoderamento das assistentes operacionais na intervenção de alergias alimentares, diabetes mellitus e epilepsia. | Assistentes Operacionais | Coordenadores do PES, e Enfermeiras da Saúde Escolar (UCC) |
| **8 de setembro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Formação para Docentes -**  **Alergias Alimentares-Anafilaxia/Diabetes Mellitus/Epilepsia-Convulsões** | Promover a literacia em saúde e o empoderamento dos docentes na intervenção de alergias alimentares, diabetes mellitus e epilepsia. | Docentes do Agrupamento | Coordenadores do PES, e Enfermeiras da Saúde Escolar (UCC) |
| **19 de**  **setembro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | Divulgação de um flyer no ensino secundário e profissional  -**CANCRO DA CABEÇA E DO PESCOÇO-** | Devido à crescente prevalência na sociedade, dar a conhecer os sintomas, fatores de risco e a necessidade de um diagnóstico precoce. | Alunos do Ensino Secundário e Profissional | Coordenadores do PES e Diretores de Turma |
| **30 de setembro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Comemoração do Dia Europeu do Desporto na Escola**  (Andebol, Futsal, Basquetebol, Voleibol, Badminton e Ténis de Mesa) | Permitir que todos os alunos possam experimentar as modalidades oferecidas pelo nosso agrupamento, no âmbito do Desporto Escolar. | Todos os alunos da Escola Avelar Brotero e Secundária de Odivelas. | Professores de E.F do agrupamento. |
| **De 10 a 14 de**  **outubro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental**  Colar em todas as portas das Escolas Avelar Brotero e Secundária de Odivelas, uma frase alusiva ao tema da Saúde Mental para os alunos refletirem sobre ela.  Visualização de um filme alusivo ao tema (Os Jovens e a Saúde Mental <https://youtu.be/2R9JZy-w-44> ) | Valorização da Saúde Mental.  Sensibilizar os alunos para o tema.  Combater o estigma que está associado a estas patologias. | Todas as turmas dos 5º aos 12º anos. | Coordenadores do PES, Equipa de comunicação e SPO |
| **17 de outubro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Comemoração do Dia Mundial da Alimentação**  Oferecer a todos os alunos do 2º e 3º ciclo da Escola Avelar Brotero uma maçã.  Construção, pelos alunos do 2º ciclo, de pirâmides e rodas alimentares  Envio de um folheto sobre “A Importância do Pequeno Almoço”, a todos os alunos e Encarregados de Educação do nosso agrupamento | Inverter a tendência crescente de perfis de doença associadas a uma deficiente nutrição, tais como: diabetes, obesidade, doenças cardiovasculares, entre outras. | Todas as turmas do 2º e 3º Ciclo da Escola Avelar Brotero.  Todas as turmas de 5º e 6º ano.  Todas as turmas do Agrupamento | Coordenadora da biblioteca escolar da escola Avelar Brotero  - Professores de Ciências Naturais;  Coordenadores do PES,  Professores de Cidadania. |
| **Mês de novembro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23 | **Formulário sobre Saúde Mental**  (Formulário anónimo a preencher pelos docentes do agrupamento) | Levantamento de informação sobre a saúde mental dos docentes, para possível intervenção nesta área. | Todos os docentes do agrupamento. | Equipa PES, SPO e equipa de comunicação |
| **16, 17 e 18 de novembro** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23 | **Comemoração do dia do Não Fumador**  (Passar um vídeo “Uma Princesa Não Fuma” na aula de Educação para a Cidadania, oficina, com o Diretor de Turma ou na Biblioteca escolar). | Levar os jovens a ser mais assertivos e resistentes às pressões dos pares, mais resilientes e desenvolvam a auto estima, o espírito critico e a capacidade de tomar decisões responsáveis, aumentando o conhecimento das consequências do consumo de tabaco. | Todas as turmas dos 5º aos 12º anos. | Coordenadores do PES, professores das oficinas, Diretores de Turma e Biblioteca escolar. |
| **Em data a definir** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Teatro - Deixemos o Sexo em Paz**  (RELAÇÕES HUMANAS E AFETIVAS, SENTIMENTOS,  AMIZADE, RESPEITO E AMOR) | Apresentar de uma forma divertida assuntos da Educação Sexual que ainda são tabu. Focando as relações humanas e  afetivas, os sentimentos, a amizade,  o respeito e o amor. | Todas as turmas do 9º e 10º ano do Agrupamento | Coordenadores do PES e Coordenador de Cidadania |
| **8 de março** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Identidade de Género**  (Webinar das 18h às 19h30) | Promover a literacia em identidade de género, orientação sexual, transgénero.  Desenvolver uma atitude positiva no que respeita à igualdade de género | Todos os docentes e não docente do Agrupamento | Coordenadores do PES e Professora Ana Felizardo |
| **7 de abril** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23**.** | **Comemoração do Dia Mundial da Saúde**  **-VEM MEDIR A TUA SAÚDE-**  (das 9h às 12h30m na escola sede) | Promover hábitos de vida saudáveis; efetuar testes rápidos de averiguação de condições de saúde (IMC, perímetro abdominal; glicémia e tensão arterial). | Toda a comunidade escolar. | Coordenadores do PES e Saúde Escolar (UCC) |
| **Mês de maio** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **1ºs Socorros e SBV (Suporte Básico de Vida)**  INEM | Promover a literacia em saúde e o empoderamento dos jovens no âmbito dos 1ºs Socorros e SBV. | Todas as turmas do 9º e 12º ano do Agrupamento | Coordenadores do PES, professores de E.F e INEM |
| **Inicio mês de dezembro** |  | **1ºs Socorros e SBV (Suporte Básico de Vida)**  Enfermeiras Anabela Maroco e Sandra Pereira | Promover a literacia em saúde e o empoderamento dos jovens no âmbito dos 1ºs Socorros e SBV. | Todas as turmas do 10º ano do Agrupamento | Coordenadores do PES, professores de E.F do 10º ano e Saúde Escolar (UCC) |
| **Ao longo de todo o ano** | 3.EI 1, 2 e 6  5.EI 1, 18, 19 e 23. | **Dia Mensal da Fruta**  Oferecer aos alunos que tenham interesse uma peça de fruta num dia por mês a designar | Promover uma alimentação saudável, promover um maior consumo de fruta. | Todos os alunos da Escola Avelar Brotero e Secundária de Odivelas | Equipa PES, Assistentes Operacionais. |
| **Ao longo de todo o ano** | 3.EI2  5.EI 6, 17, 18, 19 e 23 | **4 Áreas de Intervenção – 8/9horas (DGE)**  - [Educação Alimentar e Atividade Física](https://www.dge.mec.pt/educacao-alimentar-e-atividade-fisica)  - [Saúde Mental e Prevenção da Violência](https://www.dge.mec.pt/saude-mental-e-prevencao-da-violencia)  -[Comportamentos Aditivos e Dependências](https://www.dge.mec.pt/comportamentos-aditivos-e-dependencias)  - [Afetos e Educação para a Sexualidade](https://www.dge.mec.pt/afetos-e-educacao-para-sexualidade) | Elaboração por parte de todos os conselhos de turma do Projeto de Educação para a Saúde (a implementar durante o ano), que contemple as quatro áreas de intervenção definidas pela Direção Geral Educação. | Todas as turmas do Agrupamento | Professores dos Conselhos de Turma |