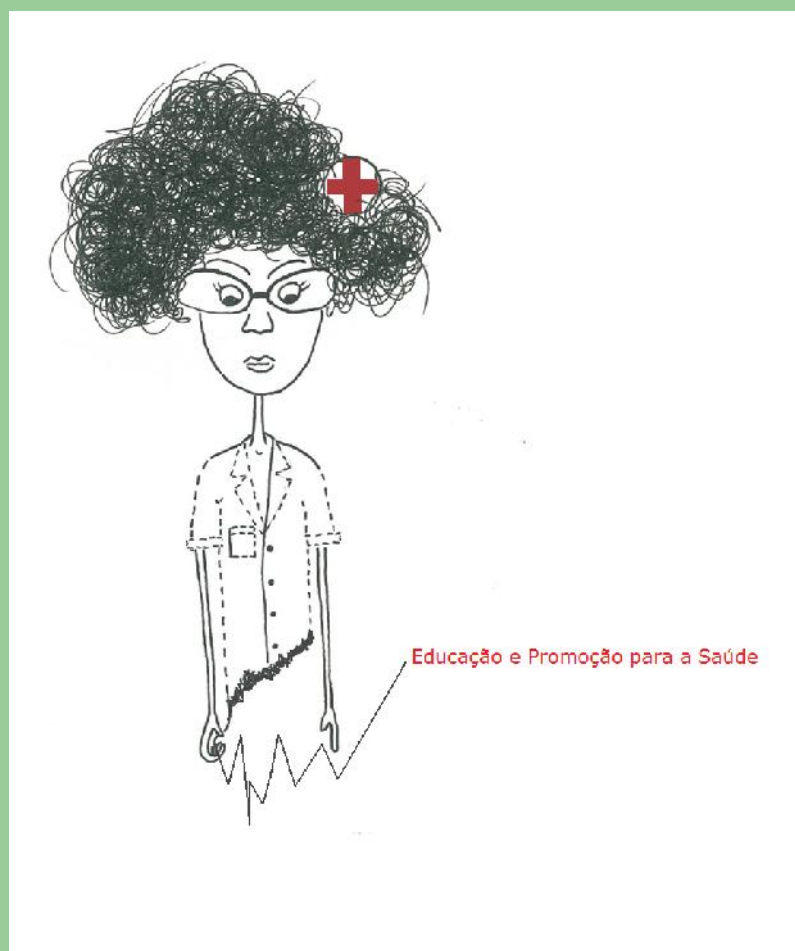


Promoção e Educação para a Saúde

Plano Anual de Actividades



Equipa:
Dília Fournigault
Raquel Diniz

A Equipa de Promoção e Educação para a Saúde elaborou o presente plano anual de actividades tendo por base as orientações legisladas pelos Ministérios da Saúde e da Educação, nomeadamente o Decreto-Lei nº 60/2009, de 6 de Agosto, e a Portaria nº 196-A/2010, de 9 de Abril. Assim, existe um conjunto de recomendações/determinações das quais destacámos:

- A obrigatoriedade da inclusão da temática da saúde no Projecto Educativo da Escola;
- A abordagem específica de quatro grandes temas de Educação para a Saúde:
 - Alimentação e actividade física
 - Sexualidade e afectos
 - Consumo de substâncias psicopáticas
 - Violência em meio escolar

Havendo a obrigatoriedade de dedicar, à aplicação da Educação Sexual, a carga horária de seis horas no 1º e 2º Ciclos e de doze horas no 3ºCiclo do Ensino Básico, sendo a sua gestão curricular enquadrada na área de Formação Cívica, sendo estabelecida uma articulação entre o professor coordenador de Educação para a Saúde e os professores titulares de turma/directores de turma.

Tendo em conta a realidade social do nosso meio escolar e a faixa etária a que a nossa planificação se destina, o plano anual de actividades do presente ano lectivo irá incidir maioritariamente nos dois primeiros pontos temáticos de Educação para a Saúde (Alimentação e actividade física; Sexualidade e afectos).

FINALIDADES DO PROJECTO

- Fomentar o reconhecimento da Saúde como um bem precioso que todos desejamos e devemos promover;
- Promover, em articulação com o Centro de Saúde local e a autarquia, hábitos de vida saudáveis no que diz respeito a: alimentação e actividade física;
- Promover aprendizagens que permitam a escolha de uma sexualidade saudável, contribuindo para toda a tomada de decisões adequadas e a prevenção de ISTs;
- Promover a relação Escola-Família, Escola-Centro de Saúde e/ou outras instituições/recursos comunitários;
- Sensibilizar os diversos agentes da comunidade educativa para a necessidade da Educação para a Saúde e da Educação Sexual, fomentando a sua adesão e envolvimento neste projecto.

PROPOSTAS PARA O PRESENTE ANO LECTIVO

Intervenientes no projecto



Propostas de actividades

Alimentação e Actividade Física/Saúde

DATA	ACTIVIDADE A DESENVOLVER	OBJECTIVOS	LOCAL	RECURSOS	INTERVENIENTES			CUSTOS	AVALIAÇÃO
					DESTINATÁRIOS	DINAMIZADORES	COLABORADORES		
Semana de 11 a 15 de Outubro	<p>SEMANA DA ALIMENTAÇÃO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concurso “Ementa Saudável” para os 2º e 3º Ciclos; - Distribuição de um pequeno-almoço saudável aos alunos do Agrupamento; - Palestra /conferência sobre erros e distúrbios alimentares com os alunos do 9ºA, com a presença da nutricionista do Centro de Saúde, de dois médicos estagiários e de uma enfermeira. 	<ul style="list-style-type: none"> - Promover hábitos alimentares saudáveis. - Alertar a comunidade educativa de alguns erros cometidos com a alimentação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cantina da Escola - Biblioteca Escolar 	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentos (pão integral, fiambre de peru, queijo fresco, cereais, frutos, iogurte e leite) para servir no pequeno-almoço. - Computador - Projector - Alimentos para confeccionar as diferentes ementas vencedoras. 	Comunidade educativa	Equipa de Promoção e Educação para a Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Fornecedores de alimentos para o Agrupamento - Gabinete de A.S.E. - Dietista Marta Simões - Nutricionista do Centro de Saúde Local - Médicos estagiários do Centro de Saúde Local 	Sem custos	A avaliação é feita com base na qualidade de participação dos alunos e feedback dos intervenientes.

Equipa de Promoção e Educação para a Saúde – 2010-2011

<p>1º Período</p>	<p>RASTEIOS ORAIS Organização de rastreios orais aos alunos nascidos nos anos de 1997, 2000 e 2003, bem como a distribuição dos respectivos cheques dentista.</p>	<p>- Promover hábito de higiene e de promoção da saúde oral. - Encaminhar possíveis casos de problemas de saúde oral para o dentista com vista à intervenção precoce.</p>	<p>- Sala de aula - GAA</p>		<p>Alunos nascidos nos anos de 1997, 2000 e 2003.</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde. - Enfermeira e higienista do Centro de Saúde.</p>	<p>- Professores das turmas com alunos nascidos nos anos abrangidos pelo rastreio. - Autarquia que cede o transporte dos alunos nascidos nos anos de 2000 e 2003 até ao Centro de Saúde.</p>	<p>Sem custos</p>	
<p>1º Período</p>	<p>PARTICIPAÇÃO NO PROGRAMA “5 AO DIA” Participação dos alunos do 1ºCiclo num concurso onde serão escolhidas receitas saudáveis de sopa. Estas farão parte de um livro de receitas que será cedido às escolas.</p>	<p>- Promover hábitos alimentares saudáveis. - Consciencializar os alunos e seus encarregados de educação da importância do modo como os alimentos são confeccionados.</p>	<p>- Sala de aula</p>	<p>Material de escrita Material de desenho</p>	<p>Alunos do 1ºCiclo</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde. - Professores do 1ºCiclo aderentes ao programa.</p>	<p>- Nutricionista</p>	<p>Sem custo</p>	
<p>Ao longo de todo o ano lectivo</p>	<p>PROGRAMA DE ENCAMINHAMENTO DE ALUNOS OBESOS OU COM TENDÊNCIA PARA TAL</p>	<p>- Alertar os alunos para alguns erros cometidos com a alimentação. - Diminuir o número de alunos obesos. - Proporcionar um acompanhamento profissional de alunos com tendência ou com obesidade.</p>	<p>-GAA</p>		<p>Alunos de todo o Agrupamento</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde. - Profissionais de saúde</p>	<p>- Professores de Educação Física</p>	<p>Sem custo</p>	

Equipa de Promoção e Educação para a Saúde – 2010-2011

<p>Ao longo de todo o ano lectivo</p>	<p>MEDIÇÃO DE TENÇÃO ARTERIAL, NÍVEIS DE GLICÉMIA, IMC E RASTREIO DA DIABETES</p>	<p>- Alertar os alunos para a importância da sua Saúde. - Despistar possíveis patologias relacionadas com os itens analisados.</p>	<p>-GAA ou sala de aula</p>		<p>Alunos de todo o Agrupamento</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde. - Profissionais de saúde</p>		<p>Sem custo</p>	
---------------------------------------	---	--	-----------------------------	--	-------------------------------------	---	--	------------------	--

Sexualidade e afectos

DATA	ACTIVIDADE A DESENVOLVER	OBJECTIVOS	LOCAL	RECURSOS	INTERVENIENTES			CUSTOS	AVALIAÇÃO
					DESTINATÁRIOS	DINAMIZADORES	COLABORADORES		
Ao longo de todo o ano lectivo	<p>ESPAÇO NA PLATAFORMA MOODLE</p> <p>Criação de um espaço na plataforma Moodle onde irá constar:</p> <ul style="list-style-type: none"> -divulgação de projectos; -material de apoio ao professor; - espaço “Gostava de saber ...”, onde os alunos poderão colocar dúvidas sobre sexualidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fornecer, a toda a comunidade escolar, informação relativa à educação sexual. - Disponibilizar, ao pessoal docente, um leque de diferentes actividades que podem ser realizadas no âmbito da Educação Sexual. - Dar possibilidade aos alunos de colocarem as suas dúvidas de uma forma anónima e confidencial. 	<ul style="list-style-type: none"> - Moodle do Agrupamento 	<ul style="list-style-type: none"> - Material informático 	<p>Comunidade educativa e encarregados de educação</p>	<p>Equipa de Promoção e Educação para a Saúde</p>	<p>- Professora das TIC</p>	<p>Sem custos</p>	<p>A avaliação é feita com base na qualidade de participação dos alunos e feedback dos intervenientes.</p>

Equipa de Promoção e Educação para a Saúde – 2010-2011

1º Período- adesão	<p>ADESÃO AO PROJECTO LED</p> <p>Compra do módulo referente à Educação Sexual/Afectos</p>	<p>-Dispor de um instrumento de trabalho adequado às necessidades dos alunos de todos os ciclos.</p>		<p>- Material informático</p> <p>- Módulo do projecto LED</p>	Alunos do Agrupamento	Equipa de Promoção e Educação para a Saúde		300	
Após a aquisição do módulo	<p>SESSÕES DE ESCLARECIMENTO SOBRE O PROJECTO LED</p> <p>Apresentação do projecto LED aos directores de turma/professores titulares de turma</p>	<p>- Formar os docentes sobre as potencialidades e o modo de operacionalização do projecto LED</p>	-Sala	<p>-Material informático</p> <p>- Módulo do projecto LED</p>	Directores de turma e professores titulares de turma	Equipa de Promoção e Educação para a Saúde			
Ao longo de todo o ano lectivo	<p>PROJECCÃO DE PEQUENOS FILMES</p> <p>Projecção de pequenos filmes sobre sexualidade e afectos</p>	<p>- Promover aprendizagens que permitam a escolha de uma sexualidade saudável, contribuindo para toda a tomada de decisões adequadas e a prevenção de ISTs.</p>		<p>-Material audiovisual</p>	Alunos do 2º e 3º Ciclos	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde.</p>	<p>- Profissionais de saúde</p>	Sem custo	

Equipa de Promoção e Educação para a Saúde – 2010-2011

<p>Em data a definir</p>	<p>TEATRO: “DEIXEMOS O SEXO EM PAZ” Peça do teatro Maria Paulos que aborda a temática da sexualidade de um ponto de vista pedagógico.</p>	<p>-Abordar alguns conteúdos da Educação Sexual de uma forma lúdica e fora do contexto “sala de aula”</p>	<p>-Cineteatro de Castro Verde</p>		<p>Alunos do 3º Ciclo e encarregados de educação.</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde.</p>		<p>Sem custo</p>	
<p>Meados do 2º Período</p>	<p>SESSÕES DE ESCLARECIMENTO Sessões onde serão abordados os temas mais questionados pelos alunos no espaço “Gostava de saber ...”, bem como os conteúdos definidos pela Portaria nº196-A/2010 (segundo planificação anexa)</p>	<p>- Promover aprendizagens que permitam a escolha de uma sexualidade saudável, contribuindo para toda a tomada de decisões adequadas e a prevenção de ISTs.</p>	<p>- Sala de convívio</p>		<p>Alunos do 2º e 3º Ciclos</p>	<p>- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde. - Enfermeiras do Centro de Saúde</p>		<p>Sem custo</p>	

Actividades desenvolvidas dentro de outras temáticas

DATA	ACTIVIDADE A DESENVOLVER	OBJECTIVOS	LOCAL	RECURSOS	INTERVENIENTES			CUSTOS	AVALIAÇÃO
					DESTINATÁRIOS	DINAMIZADORES	COLABORADORES		
17 de Novembro	DIA DO NÃO FUMADOR Realização de uma caminhada com o lema: “Eu vivo...sem fumo!”	- Mobilizar a comunidade educativa numa marcha de sensibilização para as vantagens de uma vida sem tabaco	- Casdtró Verde		Comunidade educativa e encarregados de educação	Equipa de Promoção e Educação para a Saúde	- Professores de Educação Física	Sem custos	A avaliação é feita com base na qualidade de participação dos alunos e feedback dos intervenientes.

Equipa de Promoção e Educação para a Saúde – 2010-2011

1º Período- adesão	RASTREIOS AUDITIVOS E VISUAIS	. Alertar os alunos para a importância da sua Saúde. - Despistar possíveis patologias relacionadas com os itens analisados.	GAA		Alunos do Agrupamento	-Equipa de Promoção e Educação para a Saúde -Profissionais de saúde		Sem custos	
Meados de Maio	FEIRA DA SAÚDE Feira onde serão abordados grande parte dos temas tratados pela Equipa de Promoção e Educação para a Saúde e onde também serão realizados rastreios (IMC, diabetes, hipertensão, etc.)	- Envolver a comunidade educativa nas temáticas abordadas pela Equipa de Promoção e Educação para a Saúde	-Sala de convívio	- Mesas para a exposição	Comunidade educativa e encarregados de educação	-Equipa de Promoção e Educação para a Saúde -Profissionais de saúde		Sem custos	