

Projeto de PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (PES)

Documento integrador das atividades de
Promoção e Educação para a Saúde
da Escola

Ano Letivo 2017/2018

Equipa PES:

Ana Bernardes
Cláudia Silva
Fátima Tenreiro
Filomena Pires
Pedro Cunha
Susana Lopes

Coordenação:

Ana Bernardes

Projeto

PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (PES)

I – Introdução/ Contextualização

Em contexto escolar, educar para a saúde consiste em dotar as crianças e os jovens de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde e ao seu bem-estar físico, social e mental, bem como a saúde dos que os rodeiam, conferindo-lhes assim um papel interventivo. A Organização Mundial de Saúde em 2009 definiu como *Escola Promotora da Saúde (EPS)* “*uma escola que fortalece sistematicamente a sua capacidade de criar um ambiente saudável para a aprendizagem. A EPS é, assim, um espaço em que todos os membros da comunidade escolar trabalham, em conjunto, para proporcionar aos alunos, professores e funcionários, experiências e estruturas integradas e positivas que promovam e protejam a saúde*”. (in www.dge.mec.pt/educacao-para-saude)

No âmbito do protocolo estabelecido entre os Ministérios da Educação e Ministério da Saúde - Despacho n.º 25 995/2005, Despacho n.º 2506/2007 e Despacho n.º 12 045/2006 foi aprovado o Programa Nacional de Saúde Escolar que determina que a Educação para a Saúde deve ser considerada obrigatória em todos os estabelecimentos de ensino e integrar o Projeto Educativo da Escola. Em 2015, esta última é revogada e implementado o Programa Nacional de Saúde Escolar. A Lei n.º 60/2009 estabelece o regime de aplicação da Educação Sexual em meio escolar, sendo considerada obrigatória.

A ausência de informação incapacita e/ou dificulta a tomada de decisão. Daí, a importância da abordagem da Educação para a Saúde em meio escolar.

Neste contexto, este projeto tem como metas:

- dotar os jovens de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde e ao tal *bem-estar físico, social e mental*.
- assegurar o acompanhamento, monitorização e desenvolvimento das atividades da saúde em meio escolar, na vertente da Educação para a Saúde.

II - Identificação de Problemas / Diagnóstico

1. A violência é um problema que está cada vez mais banalizado e, por isso, os alunos poderão exercê-la sem se aperceberem, sem pensar nos danos que poderão causar nas suas vítimas. É importante conhecer alguns sinais que denotem risco de violência, familiar ou escolar, e poder atuar o mais rápido possível de forma a minimizar as consequências. O fenómeno de *bullying* e *ciberbullying*, por vezes impercetível, é muito nefasto para quem é vítima.

Diagnose: Verifica-se que alguns alunos não tratam com deferência os seus superiores hierárquicos, criando, por vezes, situações de indisciplina. Além disso, apesar de não ser notória violência física na escola, há, de quando em quando, situações de agressões verbais entre pares.

2. A obesidade é hoje em dia uma pandemia nos países industrializados/desenvolvidos, surgindo geralmente como resultado da combinação de dietas inadequadas com a falta de exercício físico.

A prevalência da obesidade entre crianças e adolescentes de todo o mundo está a crescer a um ritmo alarmante. Associadas à obesidade surgem graves doenças como a diabetes, a hipertensão arterial, doenças do coração, doenças do aparelho digestivo, etc.

Diagnose: Pela nossa prática diária ao longo dos últimos anos, constatamos que a população estudantil da nossa escola, apresenta (embora muito já tenha sido feito), algumas lacunas no que se refere à prática de uma alimentação saudável e adopção sistemática de prática de exercício físico.

3. O consumo de substâncias psicoativas (tabaco, álcool e substâncias ilícitas) é um problema que afeta uma grande quantidade de jovens, muito devido à diversidade de produtos existentes. De forma, quase sempre ilícita, os jovens acedem a estes produtos pela ânsia de experimentar sensações novas e, muitas vezes, por pressão dos “amigos” ou para afirmação social perante os seus pares.

Diagnose: Apesar de não ser muito visível o consumo de substâncias psicoativas, sabe-se que existe, nomeadamente alunos que fumam fora da escola. Outros consomem álcool, principalmente nas sextas-feiras à tarde e no final dos períodos letivos.

4. O número de jovens ativos/ativas sexualmente tem aumentado nestes últimos anos; a atividade sexual destes jovens inicia-se cada vez mais cedo e de forma imatura, irrefletida; estas relações estabelecem-se sem que haja espaço para a intimidade (as manifestações de carinho ocorrem em qualquer espaço, à frente de quem quer que seja).

Diagnose: Denota-se que os/as jovens não dão “tempo” ao amadurecimento dos seus laços afetivos, confundem paixão com amor, daí que iniciem a atividade sexual tão cedo. Além disso, fazem-no, muitas vezes, de forma irresponsável não usando métodos contraceptivos, acabando por surgir gravidezes na adolescência.

VISÃO

A partir do diagnóstico feito:

- Pretende-se que os alunos adoptem hábitos de alimentação saudável no seu dia-a-dia bem como hábitos de prática de exercício físico; que aumentem comportamentos conscientes e assertivos nas suas escolhas, precavendo-se de situações de risco (consumo de substâncias psicoativa; relações sexuais imaturas e inconsequentes; violência entre pares); responsabilizar pais e encarregados de educação.

III - Áreas de Intervenção e Objetivos

Na sequência do trabalho já desenvolvido no âmbito da Escola Promotora de Saúde, ao longo dos últimos anos, do diagnóstico feito e do que está preconizado pelo Ministério da Educação e do Ministério da Saúde para a área da Educação para a saúde em meio escolar, este projeto inclui as 4 áreas prioritárias de intervenção, a saber:

1. Saúde Mental e Prevenção da Violência
2. Educação Alimentar e Atividade Física
3. Comportamentos Aditivos e Dependências
4. Afetos e Educação para a Sexualidade

Assim, pretende-se desenvolver atividades para todos os níveis de ensino (do 7º ao 12º ano) que visem abranger um maior número de alunos possível e que se baseiam nas áreas de intervenção referidas para atingir as seguintes metas do Projeto Educativo de Escola:

- Valorizar a Escola enquanto espaço privilegiado para o desenvolvimento da formação integral do indivíduo;
- Promover o bem-estar físico, mental e social dos discentes potenciando o seu desenvolvimento integral enquanto cidadãos;
- Adequar estratégias, numa perspetiva de respeito pela diferença e pela inclusão;
- Reforçar os mecanismos de participação entre todos os níveis de ensino;
- Dar continuidade ao desenvolvimento de uma identidade da Escola, através do envolvimento de toda a comunidade educativa e do reconhecimento dos seus contributos,
- Desenvolver ações de promoção da Escola enquanto recurso educativo do meio e ao serviço da comunidade, orientada por critérios de qualidade capazes de gerar confiança, atrair recursos e fixar parcerias.
- Intensificar e diversificar a circulação de informação e a divulgação de atividades.
- Envolver a comunidade escolar, nomeadamente a Associação de Pais/Encarregados de Educação na dinamização de atividades do PAA;
- Melhorar a comunicação entre a escola e a comunidade.

Para cada área prioritária de intervenção têm-se os seguintes objetivos gerais:
(in DGE retirado em 22/09/2017)

1. Saúde Mental e Prevenção da Violência

- Identificar e compreender problemas que habitualmente ocorrem a crianças e jovens, como medida de promoção e prevenção;
- Identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência;
- Apoiar ações de sensibilização e de promoção da saúde mental;
- Promover uma intervenção continuada e baseada no conhecimento, em parceria com instituições competentes na matéria.

2. Educação Alimentar e Atividade Física

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens;
- Inverter a tendência crescente de perfis de doenças associadas a uma deficiente nutrição;
- Promover a saúde dos jovens, especificamente em matéria de alimentação saudável e atividade física.

3. Comportamentos Aditivos e Dependências

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens;
- Contribuir para a definição de políticas em matéria de comportamentos aditivos e dependências;
- Prevenir os consumos em meio escolar, através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa.

4. Afetos e Educação para a Sexualidade

- Contribuir para a melhoria dos relacionamentos afetivo-sexuais entre os jovens;
- Contribuir para a redução de possíveis ocorrências negativas decorrentes dos comportamentos sexuais, como gravidez precoce e infeções sexualmente transmissíveis (IST);
- Contribuir para a tomada de decisões conscientes na área da educação para a saúde - educação sexual.

IV - Recursos disponíveis

Humanos:

- Coordenadora/Equipa do projeto PES da escola;
- Serviços de Psicologia e Orientação Escolar;
- Centro de Apoio ao Aluno (CAA);
- Técnica de Serviço Social;
- Conselho de Diretores de Turma básico e secundário;
- Diretores de Turma/ Conselho de Turma;
- Professora Bibliotecária;
- Professores do grupo de Educação Física (Desporto Escolar);
- Professores dos vários Departamentos;
- Professores do grupo de Biologia/Geologia;
- Assistentes Operacionais;
- Associação de Pais e Encarregados de Educação;
- Associação de Estudantes;
- Clubes;
- UCC- Unidade de Cuidados à Comunidade Viseense;
- GASA- Gabinete de Apoio à Saúde do Adolescente, com médicos do CHTV;
- Instituto Português do Desporto e da Juventude - IPDJ;
- Check!N_Viseu (APDES)
- CPCJ – Comissão e Proteção de Crianças e Jovens;
- Centro de Respostas Integradas (CRI-Viseu)
- Instituições do Ensino Superior;
- Escola Segura;
- ...

Materiais:

- Computadores;
- Internet;
- Placards;
- Vídeo-projetores;
- Biblioteca escolar;
- papel, cartolinas, canetas;
- ...

V – Plano de Ação

O plano de ação que a seguir se anuncia resulta não só da compilação de atividades promovidas pela equipa PES, mas também pelos diversos elementos dos departamentos/serviços de apoio e que integram os quatro temas globais, no âmbito da Educação para a Saúde já enunciados. No entanto, poderão surgir outras atividades pertinentes que serão oportunamente comunicadas.

O Plano de Ação aqui anexado contém atividades que fazem parte integrante do Plano Anual de Atividades da Escola.

Para cada área prioritária de intervenção têm-se as seguintes atividades previstas:

Área de Intervenção	Objetivos Gerais	Atividades/Metodologias	Responsável/eis	Destinatários	Calendarização
Saúde Mental e Prevenção da Violência	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificar e compreender problemas que habitualmente ocorrem a crianças e jovens, como medida de promoção e prevenção; ▪ Identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência; ▪ Apoiar ações de sensibilização e de promoção da saúde mental; ▪ Promover uma intervenção continuada e baseada no conhecimento, em parceria com instituições competentes na matéria. 	- Análise e discussão do RI e do Estatuto do Aluno.	Diretores de turma e professor de FC	Todos os níveis de ensino	Início do 1º Período
		- Dinamização de uma palestra sobre Alzheimer , no âmbito do Projeto "Memo e Kelembra nas Escolas", promovida pela Associação Alzheimer Portugal Sensibilização dos alunos para a problemática da Alzheimer com a exploração do livro "O pequeno elefante Memo", no contexto de sala de aula, e posterior participação numa palestra com partilha de informações relevantes acerca desta temática.	Alexandra Rocha	Alunos do 9º A e B e CEF (10h15) 12º A, B e D (11h55) 10P6, 11P6 e 12P6 (tarde)	16 de novembro
		- Dinamização de um <i>workshop</i> sobre a gestão do stress em momentos de avaliação Este <i>workshop</i> procura sensibilizar os alunos para a importância de saberem gerir o stress em momentos de avaliação e nele vão ser, também, realizados alguns exercícios práticos que promovam o relaxamento em momentos de stress.	Dra. Carina Melo (Fisioterapeuta e encarregada de educação); Margarida Morgado	Alunos do 12º B	2º Período
		- Comemoração do "Dia Internacional das crianças inocentes vítimas de agressão" - trabalhos de divulgação (cartazes ou outros) do dia em articulação com a disciplina de Português (slogans).	Alexandra Mendes	Alunos 8º ano	4 junho
		- Desenho do rosto masculino e feminino – (Des)Igualdade de género (tema inserido no projeto Educação para a Saúde).	Alexandra Mendes	Alunos 7º ano	2º Período
		- Comemoração dos dias Não Violência e do Dia Escolar da Não Violência e Paz . Passar um PPT subordinado ao tema, para sensibilização da comunidade escolar para esta problemática. Possível representação de passagens do livro "Deixem o Bullying só!" e "Amar-te e Respeitar-te". . Campanha "Movimento contra o discurso de ódio" proferida por técnica do IPDJ.	Equipa PES Técnica do IPDJ	Comunidade em geral Turmas a definir	2 outubro 30 janeiro

Saúde Mental e Prevenção da Violência		<p>- Evocação do Dia Internacional pela Eliminação da violência contra as Mulheres Exposição alusiva ao tema e dinamização do jogo <i>“Sim, a Violência também se mede”</i>, durante o intervalo da manhã, pelos alunos da disciplina de Sociologia, com o objetivo de refletir sobre mitos, estereótipos e preconceitos relacionados com a violência de género, tendo por base um violentómetro.</p>	Equipa PES Filomena Pires	Toda a Comunidade e turma 12º D	23 novembro
		<p>- Participação no projeto Parlamento dos Jovens do Ensino Básico e do Ensino Secundário Tema – <i>Igualdade de género, um debate para todos</i>. Programa da iniciativa da Assembleia da República, com o objetivo de educar para a cidadania, estimulando o gosto pela participação cívica e política, promover o debate democrático, entre outros.</p>	Natália Coelho (Básico) Fernanda Ribeiro (Secundário) Deputado da A.R.	Gina Gueidão Alunos Comunidade educativa	Outubro a maio
		<p>- Eu sou... Tu és... Nós somos Promoção de competências pessoais e sociais Consolidar sentimentos de pertença e de respeito dentro do grupo turma/Escola Desenvolver relações de entreajuda Facilitar a adoção de comportamentos assertivos Facilitar o desenvolvimento emocional dos jovens Promover o desenvolvimento pessoal e social Capacitar para intervir na mudança e conduzir ao exercício pleno da cidadania Promover o sucesso educativo</p>	SPO	Turmas dos 7º/8º/CEF Alunos com NEE DT	1º e 2º Período
		<p>- Da Ansiedade ao Autocontrolo Ação de sensibilização/formação: Desenvolver técnicas para lidar com a ansiedade Promover o bem-estar psicológico Promover o sucesso</p>	SPO	Alunos dos 9º, 11º e 12º anos	3º Período
		<p>- Crescer a cores Apoio psicopedagógico individual Avaliar e identificar necessidades específicas Melhorar os níveis de bem-estar psicológico e de outros indicadores de saúde mental dos alunos com indicadores de risco. Sensibilizar a comunidade em geral para o papel da saúde mental e a sua relação com o sucesso educativo.</p>	SPO	Alunos Alunos com NEE Pais/EE Professores	Ao longo do ano

Saúde Mental e Prevenção da Violência		<p>- (re) AGIR</p> <p>Para os alunos com comportamentos violadores dos deveres do aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> Desenvolver competências de resolução de problemas e de tomada de decisão Facilitar o desenvolvimento emocional dos jovens Consolidar sentimentos de pertença e de respeito dentro do grupo turma/Escola Capacitar para intervir na mudança e conduzir ao exercício pleno da cidadania- Despertar e promover a curiosidade intelectual Valorizar o saber Prevenir o risco de insucesso Prevenir o risco de abandono Promover o sucesso 	<p>SPO</p> <p>Equipa Multidisciplinar</p> <p>DT</p> <p>Direção</p> <p>TSS</p>	<p>Alunos com comportamentos violadores dos deveres do aluno</p>	<p>Ao longo do ano</p>
		<p>- Encontros de Amar</p> <p>Ação de sensibilização/formação:</p> <ul style="list-style-type: none"> Promover a entreaajuda e o envolvimento parental Promover a capacitação parental Realçar o papel das competências emocionais no contexto educativo Facilitar uma abordagem interdisciplinar dos assuntos da escola e dos alunos Refletir sobre temáticas e práticas promotoras de um desenvolvimento saudável Desenvolver competências de resolução de conflitos Capacitar para intervir na mudança Promover o sucesso educativo 	<p>SPO</p>	<p>Alunos</p> <p>Pais/EE</p> <p>Representantes dos EE</p> <p>Assoc, de Pais/EE</p> <p>Assoc. de Estudantes</p> <p>Professores</p> <p>Assistentes operacionais/administrativos</p> <p>TSS</p> <p>Direção</p>	<p>Ao longo do ano</p>

Saúde Mental e Prevenção da Violência		<p>- Veste a camisola Desenvolver relações de entreajuda e sentimento de pertença à Escola. Promover uma identidade de Escola. Desenvolver competências de liderança e de gestão de conflitos. Capacitar para intervir na mudança e conduzir ao exercício pleno da cidadania. Envolver os alunos na procura de soluções concretas para as problemáticas identificadas dentro e fora da sala de aula.</p>	SPO	Delegados/Subdel. Associação de Estudantes Assoc. de Pais/EE Direção TSS Comunidade Educativa	Ao longo do ano
		<p>-(Des)atar as pontas Desenvolver competências de resolução de problemas e de tomada de decisão Desenvolver competências de resolução de conflitos Capacitar para intervir na mudança Valorizar o saber e a Escola Promover o sucesso educativo</p>	SPO	Equipa multidisciplinar Turmas/alunos sinalizados Pais/EE DT/Diretores de curso CT TSS Direção	Ao longo do ano
		<p>- “Dançando com a diferença”- Dança terapêutica nas instituições - Atividade a desenvolver com a colaboração do Teatro Viriato e o CLAS (conselho local de ação social) na escola</p>	Leonor Quintal Paula Soares Henrique Amoedo Ricardo Meireles	Alunos CEI e 4 alunos do 12ºE	3ª feira (15.20h às 16.20h)
		<p>- Projeto +Contigo Consiste na prevenção do suicídio, mediante a promoção da autoestima, da resiliência psicossocial e a prevenção de comportamentos de risco. O projeto contempla sessões em contexto de sala de aula onde são trabalhados os conceitos ao longo do ano letivo.</p>	Equipa regional de saúde (UCC Viseense) Direção e PES	Alunos 10º ano (turmas a definir) e respetivos profs	Ao longo do ano
		<p>- Comemoração do Dia Internacional das Crianças Inocentes Vítimas de Agressão. Este dia pretende relembrar todas as crianças vítimas de agressão e em situação de fragilidade, mas também chamar a atenção para a necessidade da sua proteção e educação na construção de valores essenciais e universais.</p>	Sónia Madeira (TSS) Professoras de Português, Educação Visual e do Clube de Artes dos 8.º A, B e C Convidado APAV	Alunos de 8º ano	3 de maio 4 de junho

Área de Intervenção	Objetivos Gerais	Atividades/Metodologias	Responsável/eis	Destinatários	Calendarização
Alimentação Saudável e Actividade Física	<ul style="list-style-type: none"> Melhorar o estado de saúde global dos jovens. Inverter a tendência crescente de perfis de doenças associadas a uma deficiente nutrição; Promover a saúde dos jovens, especificamente em matéria de alimentação saudável e atividade física. 	- Comemoração do Dia Mundial da Alimentação Ementa colorida, para salientar a importância de uma alimentação variada. Afixação de cartazes da roda dos alimentos e outros. Divulgação, em circuito interno de televisões, da nova roda dos alimentos mediterrânica. Distribuição de frutas no intervalo da manhã.	Equipa PES e BE	Toda a comunidade educativa	16 outubro
		- Palestra – “Comer bem, Viver Melhor” no âmbito da Comemoração do dia da Alimentação.	Equipa PES e BE	7ºA e C; 8ºA e C; 9ºA e B	16 outubro
		- Comemoração do Dia Mundial da Diabetes Sessões de esclarecimento e distribuição de panfletos realizados pelos alunos.	Equipa PES Turma CEF	Turmas a definir	14 novembro
		- Palestra: “De olho no rótulo, pela tua saúde” , dinamizada pela Decojovem, no âmbito da Educação para a saúde alimentar, enquanto consumidor atento e conhecedor dos produtos alimentares.	Equipa PES BE Técnica da Decojovem	7ºB, 8ºB, 3A	13 novembro
		- Dinamização de um evento de promoção da atividade física em prol da saúde para pais/encarregados de educação e comunidade escolar em geral. Caminhada ou aula desportiva para alunos, encarregados de educação e comunidade em geral.	Equipa PES e grupo de Educação Física	Toda a comunidade educativa	19 maio
		Atividades na semana da saúde direcionadas para a educação Alimentar (Por ex.: concurso de ementas, palestra, ...)	Equipa PES Nutricionista	Turmas a definir do ensino Secundário	9-13 abril
		- Desporto Escolar e Clube da Atividade Física	Profs de Educação Física	Alunos que se inscreverem	Ao longo do ano

Área de Intervenção	Objetivos Gerais	Atividades/Metodologias	Intervenientes	Destinatários	Calendarização
Afetos e educação Sexual	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Contribuir para a melhoria dos relacionamentos afetivo-sexuais entre os jovens; ▪ Contribuir para a redução de possíveis ocorrências negativas decorrentes dos comportamentos sexuais, como gravidez precoce e infeções sexualmente transmissíveis (IST); ▪ Contribuir para a tomada de decisões conscientes na área da educação para a saúde - educação sexual. 	<p>- Comemoração do Dia Mundial da Luta contra a Sida Ações de divulgação e sensibilização a prevenção e para a problemática da SIDA, com construção de um puzzle</p>	Equipa PES DTs do ensino básico	Turmas do ensino básico	Semana de 4 a 8 dezembro
		<p>- Dias dos Afetos Criação de um mural onde a comunidade escolar é convidada a escrever frases sobre o amor. Utilização do Jogo dos Afetos, adequado à idade dos alunos;</p>	Equipa PES DTs ensino básico	Toda a comunidade escolar	15 e 16 fevereiro
		<p>- Semana dos afetos Poemas - Distribuição de poemas que alunos dedicam a outros alunos. Exposição bibliográfica.</p>	Prof. Bibliotecária Equipa da BE	Toda a comunidade escolar	15 a 19 de fevereiro
		<p>- Apresentação de trabalhos sobre métodos contraceptivos aos alunos do 9º ano e aos alunos de outras turmas do 12º ano que não têm Biologia Elaboração de trabalhos sobre métodos contraceptivos e apresentação dos mesmos na turma e aos alunos do 9º ano de escolaridade e aos alunos de outras turmas do 12º ano que não têm Biologia, promovendo um debate de ideias sobre a importância da contraceção.</p>	Arminda Malho Helena Caseiro Margarida Morgado	Alunos do 12º A e B e alunos do 9º ano de escolaridade	3º Período
		<p>- Sessão de esclarecimento sobre sexualidade a em parceria com a UCC Viseense</p>	Técnicos do Centro de Saúde; Coordenadora PES	12º E	2º Período
		<p>- Plano de Educação Sexual elaborado em CT, base nas seguintes sugestões, por nível de ensino: 7º ano: Sexualidade: (des)igualdade de género e/ou estereótipos de género 8º ano: Sexualidade: Violência(s) 9º ano: Sexualidade: Amar, Amar Perdidamente/Amar, Amar, Seguramente 10º ano (incluindo cursos profissionais): Sexualidade: (Des)Encontros 11º ano (incluindo cursos profissionais): Sexualidade: Se eu não gostar de mim, quem gostará? 12º ano (incluindo cursos profissionais): Sexualidade: A cada um o seu papel!...</p>	Professores do Conselho de Turma	Todas as turmas	Ao longo do ano

Área de Intervenção	Objetivos Gerais	Atividades/Metodologias	Intervenientes	Destinatários	Calendarização
Comportamentos Aditivos e Dependências	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Melhorar o estado de saúde global dos jovens; ▪ Contribuir para a definição de políticas em matéria de comportamentos aditivos e dependências; ▪ Prevenir os consumos em meio escolar, através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa. 	- Comemoração do Dia do Não Fumador Ações de divulgação do malefício do tabaco.	Equipa PES e profs Formação Cívica	Alunos de ensino básico	17 novembro
		- Atividades a desenvolver na semana da Saúde sobre dependências e comportamentos aditivos: riscos e consequências.	Equipa PES Escola Segura CAT IPDJ	Turmas a definir	9-13 de abril
		- Inquérito para levantamento estatístico dos alunos que já se iniciaram e/ou consomem bebidas alcoólicas ou outras substâncias psicoativas.	Equipa PES SPO Check!N_Viseu Assoc. de Estudantes	Todos os alunos do básico e do secundário	3º Período
		Ação de Sensibilização para pais e encarregados de educação sob o tema: “Nós e coisas Deles”	Equipa PES SPO Check!N_Viseu Associação de Pais e Encarregados de Ed.	Pais e Encarregados de Educação	12 abril
		Participação no Seminário do Check!N_Viseu	Equipa PES SPO Check!N_Viseu	Alunos 10P6 e 11P6	12 abril
		Sessão de Esclarecimento sobre a Associação Check!N APDes	Check!N_Viseu	Delegados turma de de 9º ao 12º anos	21 de março
		Formação de alunos com o intuito de estabelecerem trabalho de pares na prevenção de consumo de substâncias de risco.	Alunos voluntários Check!N_Viseu	Comunidade escolar	3º Período
Segurança e Prevenção de acidentes		- Sessão prática de manobras de suporte básico de vida Sessão prática, em que os alunos/ pessoal docente e não docente vão ter oportunidade de praticar atividades de suporte básico de vida.	Arminda Malho e PES UCC Viseense Formador Cruz Vermelha	9º ano Pessoal docente e não docente	2º e ou 3º período 3º Período

Outras atividades mais generalistas a realizar:

- Criação/Manutenção de um Blog sobre Educação para a Saúde;
- Dinamização de uma Semana da Saúde na Escola.
- Escrita de Artigos sobre temas de saúde para o Jornal e Página da Escola;
- Continuação de Inventariação de Material a utilizar no âmbito da Educação para a Saúde.

VI - Avaliação

A avaliação das atividades propostas neste projeto passará por diferentes formas de recolha de dados, nomeadamente grelhas de observação ou de auscultação. Apresentam-se de seguida dois exemplos de modelos de documentos de avaliação a serem utilizados.

Exemplo de grelha para avaliação das atividades propostas no âmbito do PES.

Escola Secundária Viriato

Projeto de Educação para a Saúde

Atividade: _____		Data: ___/___/___
Nome: _____	Nº _____	Turma: _____

Classifica cada um dos seguintes itens numa escala crescente de 1 a 5:

	Nada → Muito				
	1	2	3	4	5
Tema					
Interesse do tema					
Utilidade do tema					
O tema correspondeu às tuas expectativas					
Organização					
Qualidade dos materiais utilizados					
A duração da atividade foi adequada					
A dimensão do grupo/alunos foi adequada					
Preletores					
Nível de conhecimento do tema abordado					
Adequação da atividade aos alunos					
Utilização adequada de instrumentos e técnicas					
Interação					
Relacionamento estabelecido com os alunos					
Promoção da participação dos alunos					
Houve oportunidade para esclarecimento de dúvidas					
As atividades desenvolvidas permitiram-te adquirir conhecimentos					

Resume a sessão em que participaste numa frase:

Que outros temas gostarias de ver abordados noutras atividades:

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DAS AÇÕES DE FORMAÇÃO/SENSIBILIZAÇÃO

Escola Secundária Viriato
Projeto de Educação para a Saúde

Idade _____ Sexo: F M

1. Como avalia a ação de formação em que participou sobre temáticas relacionadas com a **Saúde**? (assinale apenas uma opção com um **X**)

Mau	<input type="checkbox"/>
Medíocre	<input type="checkbox"/>
Suficiente	<input type="checkbox"/>
Bom	<input type="checkbox"/>
Muito Bom	<input type="checkbox"/>

2. O que mais gostou na ação?

3. O que menos gostou na ação?

4. Comentários/Observações:

VII- Conclusão

A exequibilidade deste projeto passa pela colaboração estreita entre os diferentes elementos da comunidade educativa, carecendo de uma produtiva coordenação entre as várias áreas disciplinares, para que esta cultura da Educação para a Saúde não seja compartimentada, mas sim uma cultura de Escola.